

BAB 3

METODE PENELITIAN

3.1. Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif. Menurut (Azwar, 2017) penelitian metode kuantitatif adalah metode yang analisis datanya berupa angka dan diolah menggunakan metode statistika dengan pengumpulan data melalui prosedur pengukuran. Hubungan variabel-variabel yang diteliti dinyatakan secara korelasional yang bertujuan untuk menguji hipotesis dan mengetahui signifikansi hubungan antar variabel yang dilibatkan (Azwar, 2017)

3.2. Identifikasi Variabel Penelitian

Terdapat dua variabel yang peneliti gunakan dalam penelitian ini, yaitu variabel bebas (*independent variable*) dan variabel tergantung (*dependent variable*). Variabel bebas dan tergantung dalam penelitian ini yaitu:

1. Variabel tergantung : Kepercayaan diri atlet taekwondo saat menghadapi pertandingan
2. Variabel bebas : Dukungan sosial

3.3. Definisi Operasional Variabel Penelitian

3.3.1. Kepercayaan diri pada atlet taekwondo saat menghadapi pertandingan

Kepercayaan diri pada atlet taekwondo saat menghadapi pertandingan adalah keyakinan atau sikap positif seorang yang mahir dalam olahraga seni beladiri dari korea terhadap kemampuan dan keterampilan yang dimiliki saat menghadapi lawan yang seimbang sehingga dapat membantu individu untuk memandang dirinya secara positif dan mampu bersosialisasi dengan baik. Skala kepercayaan diri diungkapkan melalui beberapa aspek-aspek kepercayaan diri

yaitu keyakinan akan kemampuan diri, optimisme, objektif, bertanggung jawab, dan rasional. Semakin tinggi skor yang diperoleh, maka semakin tinggi pula tingkat kepercayaan diri pada subjek dan sebaliknya.

3.3.2. Dukungan Sosial

Dukungan sosial merupakan dukungan yang diberikan pada individu atau kelompok berupa pemberian perhatian, kenyamanan, atau bantuan secara verbal atau non verbal dari orang-orang disekitar individu, dukungan ini menunjukkan bahwa individu dicintai, diperhatikan, dihargai, dihormati, dan dilibatkan dalam jaringan komunikasi. Skala dukungan sosial diungkapkan melalui beberapa aspek-aspek dukungan sosial yaitu dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dan dukungan informatif. Semakin tinggi skor yang diperoleh, maka semakin tinggi pula tingkat dukungan sosial pada subjek dan sebaliknya. Dukungan sosial yang digunakan pada penelitian ini berfokus pada dukungan yang diberikan oleh pelatih karena pelatih memiliki tanggung jawab penuh atas atlet.

3.4. Subjek Penelitian

3.4.1. Populasi

Sugiyono (2016) menjelaskan bahwa populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri dari subjek yang memiliki karakteristik tertentu dan ditetapkan peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulan.

Penelitian ini menggunakan teknik studi populasi. Populasi yang digunakan pada penelitian ini adalah semua Atlet Taekwondo PELATDA, PPLP dan PSOJP Jawa Tengah yang masih aktif mengikuti *training* di Stadion Jatidiri Semarang.

3.5. Metode Pengumpulan Data

Penelitian ini menggunakan metode pengumpulan data berupa skala. Pada skala penelitian ini terdapat dua macam pernyataan yaitu, pernyataan *favourable* dan pernyataan *unfavourable*. Pernyataan *favourable* adalah pernyataan yang mendukung atau memihak pada objek sikap, sedangkan pernyataan *unfavourable* adalah pernyataan yang tidak mendukung pada objek sikap (Azwar, 2017a).

Penelitian ini terdapat dua jenis skala, pertama digunakan untuk mengungkap variabel tergantung, yaitu kepercayaan diri pada atlet taekwondo saat menghadapi pertandingan dan skala kedua untuk mengungkap variabel bebas, yaitu dukungan sosial.

Pernyataan pada penelitian ini menggunakan empat pilihan jawaban yaitu sangat sesuai (SS), sesuai (S), tidak sesuai (TS), dan sangat tidak sesuai (STS), item skala berbentuk *favorable* dan *unfavorable*. Pernyataan *favorable* pilihan jawaban SS diberi skor 4, S diberi skor 3, TS diberi skor 2, dan STS diberi skor 1. Sedangkan pada pernyataan *unfavorable* pilihan jawaban SS diberi skor 1, S diberi skor 2, TS diberi skor 3, dan STS diberi skor 4.

3.5.1. Skala Kepercayaan diri pada Atlet Taekwondo saat menghadapi pertandingan

Skala ini digunakan untuk mengukur kepercayaan diri pada atlet taekwondo saat menghadapi pertandingan dan disusun oleh peneliti berdasarkan aspek-aspek kepercayaan diri menurut Lauster (dalam Kushartanti, 2009), yaitu Keyakinan akan kemampuan diri, Optimisme, Objektif, Bertanggung jawab, dan Rasional atau Realistis. Skala ini akan berisi 30 item yang dikelompokkan menjadi pernyataan *favorable* dan *unfavorable*. Semakin tinggi skor menunjukkan bahwa semakin tinggi kepercayaan diri pada atlet taekwondo saat menghadapi

pertandingan dan sebaliknya. Blueprint Skala Kepercayaan diri pada Atlet Taekwondo saat menghadapi pertandingan dapat dilihat pada tabel 3.1.

Tabel 3.1 Blueprint Skala Kepercayaan diri pada Atlet Taekwondo saat menghadapi pertandingan

No	Aspek	Pernyataan		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1	Keyakinan akan kemampuan diri	3	3	6
2	Optimisme	3	3	6
3	Objektif	3	3	6
4	Bertanggung Jawab	3	3	6
5	Rasional dan Realistis	3	3	6
Jumlah		15	15	30

3.5.2. Skala Dukungan Sosial

Skala ini mengukur dukungan sosial berdasarkan empat aspek dukungan sosial menurut House (dalam Smet, 1994) yang peneliti gunakan sebagai acuan dalam pembuatan skala, aspek tersebut yaitu dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dan dukungan informatif. Skala ini akan berisi 24 item yang dikelompokkan menjadi pernyataan *favorable* dan *unfavorable*. Semakin tinggi skor menunjukkan bahwa semakin tinggi dukungan sosial pada subjek dan sebaliknya. Blueprint skala dukungan sosial dapat dilihat pada tabel 3.2.

Tabel 3. 2 Blueprint Skala Dukungan Sosial

No	Aspek	Pernyataan		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1	Dukungan Emosional	3	3	6
2	Dukungan Penghargaan	3	3	6
3	Dukungan Instrumental	3	3	6
4	Dukungan Informatif	3	3	6
Jumlah		12	12	24

3.6. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur

3.6.1. Validitas Alat Ukur

Validitas berasal dari kata *validity* yang mempunyai arti sejauh mana akurasi suatu tes atau skala dalam menjalankan fungsi pengukuran (Azwar, 2017b). Alat ukur dalam mengukur sebuah data harus memiliki ketepatan dan kecermatan agar dapat menghasilkan data yang secara akurat memberikan gambaran mengenai variabel yang diukur seperti dikehendaki oleh tujuan pengukuran tersebut. Teknik korelasi yang digunakan dalam uji validitas adalah teknik korelasi *Product Moment* dan untuk menghindari kelebihan bobot pada skor total dikoreksi dengan teknik korelasi *Part Whole*.

3.6.2. Reliabilitas

Reliabilitas merupakan terjemahan dari kata *reliability* yang mempunyai berbagai nama lain seperti konsistensi, keterpercayaan, kestabilan, keajegan yang memiliki arti sejauh mana hasil suatu proses pengukuran dapat dipercaya (Azwar,

2017b). Pada penelitian ini menggunakan teknik *Alpha Cronbach* untuk mengetahui reliabilitas alat ukur yang dibantu dengan program statistika komputer.

3.7. Metode Analisis Data

Teknik korelasi untuk menganalisis data yang digunakan pada penelitian ini adalah dengan menggunakan korelasi *product moment* yang bertujuan untuk melihat ada atau tidaknya hubungan antar dua variabel, yaitu dukungan sosial dan kepercayaan diri pada atlet taekwondo saat menghadapi pertandingan yang dilakukan dengan bantuan program statistika komputer.

