

## BAB 3

### METODE PENELITIAN

#### 3.1. Jenis Penelitian yang Digunakan

Pada penelitian ini peneliti menggunakan metode kuantitatif. Menurut (Alsa, 2014) metode kuantitatif merupakan pendekatan penelitian yang menekankan pada data – data numerikal (skor atau nilai, peringkat, atau frekuensi) yang diolah dengan metode statistika. Jenis penelitian yang digunakan oleh peneliti adalah penelitian korelasional. Tujuan dari penelitian korelasional menurut Suryabrata (2012) adalah untuk menyelidiki sejauh mana variasi pada satu variabel berkaitan dengan variasi satu atau lebih variabel lainnya berdasarkan koefisien korelasi.

#### 3.2. Identifikasi dan Definisi Operasional Variabel Penelitian

Variabel penelitian yang akan diteliti dalam penelitian adalah sebagai berikut:

1. Variabel Tergantung (Y) : *Problem Focused Coping* pada Atlet Renang
2. Variabel Bebas (X) : *Self Efficacy*

Definisi operasional dari variabel dalam penelitian adalah sebagai berikut:

##### 3.2.1. Problem Focused Coping Pada Atlet Renang

*Problem focused coping* pada atlet renang merupakan usaha seorang olahragawan yang berkompetisi di olahraga air dengan tindakan menghadapi dan mengatasi tekanan dengan berfokus pada inti masalah dan mengontrolnya. *Problem focused coping* pada atlet renang diungkap melalui skala *problem focused coping* yang terdiri dari tiga aspek perilaku, yaitu aspek konfrontasi,

aspek dukungan sosial, dan aspek pemecahan masalah. Semakin tinggi skor skala menunjukkan semakin tinggi *problem focused coping* pada atlet renang, demikian pula sebaliknya.

### **3.2.2. Self Efficacy**

*Self efficacy* merupakan keyakinan individu untuk mampu mengatasi situasi dan kondisi sulit demi mencapai tujuan, dengan menghasilkan tindakan sesuai kebutuhan dan harapan. *Self efficacy* diungkap melalui skala *self efficacy* yang terdiri dari empat aspek, yaitu pengalaman sebelumnya, pengaruh orang lain, persuasi sosial dan lisan, dan keadaan fisiologis. Semakin tinggi skor skala menunjukkan semakin tinggi *self efficacy*, demikian pula sebaliknya.

### **3.3. Subjek Penelitian**

Populasi adalah subjek yang dikenakan generalisasi dari hasil penelitian tersebut, bisa berupa daerah, perkembangan, karakteristik pribadi (Periantalo, 2016). Populasi dalam penelitian adalah atlet renang, sudah pernah mengikuti kejuaraan minimal antarklub, dan tergabung dalam klub olahraga renang profesional Elite.

### **3.4. Metode Pengumpulan Data**

Guna mencapai tingkat objektivitas yang tinggi, penelitian ilmiah mensyaratkan penggunaan prosedur pengumpulan data yang akurat dan objektif (Azwar, 2010). Metode pengumpulan data dalam penelitian ini adalah metode skala.

Skala yang digunakan pada penelitian ini dibedakan menjadi dua kelompok item (pernyataan), yaitu item *favourable* dan item *unfavourable*.

Menurut Azwar (2010), item disebut berarah *favourable* bila isinya mendukung, memihak atau menunjukkan ciri adanya atribut yang diukur. Sebaliknya item yang isinya tidak mendukung atau tidak menggambarkan ciri atribut yang diukur disebut item tidak *favourable* (*unfavourable*).

Dalam penelitian ini terdapat dua skala yang akan disusun untuk mengungkap data, yaitu skala *problem focused coping* dan skala *self efficacy* atlet olahraga renang. Pilihan jawaban tersebut antara lain SS singkatan dari Sangat Sesuai, S singkatan dari Sesuai, TS singkatan dari Tidak Sesuai, dan STS adalah Sangat Tidak Sesuai. Skoring pada pernyataan *favourable* adalah skor 4 jika subjek menjawab Sangat Sesuai (SS), skor 3 jika menjawab Sesuai (S), skor 2 jika menjawab Tidak Sesuai (TS), dan skor 1 jika menjawab Sangat Tidak Sesuai (STS). Sebaliknya, skoring pada pernyataan *unfavourable*, skor 4 jika menjawab Sangat Tidak Sesuai (STS), skor 3 jika menjawab Tidak Sesuai (TS), skor 2 jika menjawab Sesuai (S), dan skor 1 jika menjawab Sangat Sesuai (SS).

#### **3.4.1. Skala *Problem Focused Coping* pada Atlet Renang**

Skala *problem focused coping* pada atlet renang terdiri dari tiga bentuk yaitu aspek konfrontasi, aspek dukungan sosial, dan aspek pemecahan masalah. Jumlah keseluruhan item pada skala ini adalah 24 item, yang terdiri dari 12 item *favourable* dan *unfavourable*. Sebaran item skala ini tercantum pada tabel 3.1 di bawah ini.

Tabel 3.1  
Blue Print Skala *Problem Focused Coping* pada Atlet Renang

Bentuk-bentuk Perilaku	<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>	Total
Konfrontasi	4	4	8
Dukungan Sosial	4	4	8
Pemecahan Masalah	4	4	8
Total	12	12	24

#### 3.4.2. Skala *Self Efficacy*

Skala *self efficacy* dalam penelitian ini diungkap melalui empat aspek, yaitu pengalaman sebelumnya, pengaruh orang lain, persuasi sosial atau lisan, dan keadaan fisiologis. Jumlah keseluruhan item pada skala ini adalah 24 item, yang terdiri dari 12 item *favourable* dan *unfavourable*. Sebaran item skala ini tercantum pada tabel 3.2 di bawah ini.

Tabel 3.2  
Blue Print Skala *Self Efficacy*

Aspek-aspek Perilaku	<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>	Total
Pengalaman sebelumnya	3	3	6
Pengaruh orang lain	3	3	6
Persuasi sosial atau lisan	3	3	6
Keadaan fisiologis	3	3	6
Total	12	12	24

### 3.5. Uji Coba Alat Ukur

#### 3.5.1. Uji Validitas Alat Ukur

Validitas instrumen didefinisikan sebagai sejauh mana instrumen itu merekam atau mengukur apa yang dimaksudkan untuk direkam atau diukur (Suryabrata, 2012). Secara mendasar, validitas adalah keadaan yang menggambarkan tingkat instrumen yang bersangkutan mampu mengukur apa yang akan diukur (Arikunto, 2016).

Azwar (2010) mengatakan bahwa pada skala yang itemnya diberi skor pada level interval dapat digunakan formula koefisien korelasi *product-moment* dari Pearson. Semakin tinggi koefisien korelasi positif antara skor item dengan skor skala berarti semakin tinggi konsistensi antara item tersebut dengan skala secara keseluruhan yang berarti semakin tinggi daya bedanya. Bila koefisien korelasinya rendah mendekati nol berarti fungsi item tersebut tidak cocok dengan fungsi ukur skala dan daya bedanya tidak baik. Bila koefisien korelasi yang dimaksud ternyata berharga negatif, artinya terdapat cacat serius pada item yang bersangkutan.

Lebih lanjut Azwar (2010) mengatakan bahwa dalam kriteria pemilihan item ada batasannya, yang biasa digunakan adalah batasan  $r_{ix} \geq 0,30$ . Item yang memiliki koefisien korelasi minimal 0,30 dianggap memuaskan, sedangkan item yang kurang dari itu dianggap tidak memuaskan.

Guilford (dalam Azwar, 2010) mengatakan bahwa apabila koefisien korelasi item-total itu dihitung pada skala yang berisi hanya sedikit item, maka sangat mungkin akan diperoleh koefisien korelasi item-total yang *overestimated* (lebih tinggi dari pada yang sebenarnya) dikarenakan adanya overlap antara skor item dengan skor skala. Overestimasi ini dapat terjadi

dikarenakan pengaruh kontribusi skor masing-masing item dalam ikut menentukan besarnya skor skala. Untuk itu, agar dapat diperoleh informasi yang lebih akurat mengenai korelasi antara item dengan skala, diperlukan suatu rumusan koreksi terhadap efek *spurious overlap*.

Rumus koreksi terhadap efek *spurious overlap* tersebut menggunakan teknik koreksi *part whole*.

### **3.5.2. Uji Reliabilitas Alat Ukur**

(Suryabrata, 2012) mengatakan bahwa reliabilitas instrumen merujuk pada konsistensi hasil perekaman data (pengukuran). Oleh karena hasilnya yang konsisten itu, maka instrumen tersebut dapat dipercaya (*reliable*) atau dapat diandalkan (*dependable*). Azwar (2010) menyatakan bahwa reliabilitas sebenarnya mengacu kepada konsistensi atau kepercayaan hasil ukur, yang mengandung makna kecermatan. Reliabilitas skala *problem focused coping* pada atlet renang dan skala *self efficacy* diuji menggunakan teknik koefisien *Alpha* dari Cronbach.

### **3.6. Metode Analisis Data**

Metode analisis data pada penelitian ini dilakukan dengan teknik analisis statistik, yaitu teknik korelasi Product Moment dari Pearson. Hal ini dikarenakan untuk mencari hubungan antara *self efficacy* dengan *problem focused coping* pada atlet renang.