

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Gambaran Resiliensi Siswa Sekolah Khusus Olahragawan Ragunan Jakarta (survey pada siswa SMA Negeri Ragunan Jakarta)

B. Tempat dan Waktu Penelitian

Tempat penelitian ini dilaksanakan di SMA Negeri Ragunan Jakarta yang beralamat di jalan Harsono R.M, RT.9/RW.7, Pasar Minggu, Kota Jakarta Selatan, DKI Jakarta, 12550. Adapun waktu pelaksanaan penelitian dilakukan pada bulan Februari sampai dengan Januari 2018.

Tabel 3.1
Rencana Kegiatan Penelitian

No.	Waktu	Kegiatan
1	Februari 2017	Pengajuan Judul Penelitian
2	Maret – Juli 2017	Penyusunan Proposal Penelitian
3	Juli 2017	Seminar Proposal Penelitian
4	Juli – November 2017	Revisi bab 1-3 dan penyusunan instrumen
5	Desember 2017	Uji coba instrumen
6	Januari 2017	Pengambilan data dan penyusunan laporan hasil penelitian
7	Januari 2017	Sidang Skripsi

C. Metode dan Desain Penelitian

Dalam penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode survey. Penelitian survey adalah penelitian yang menggunakan kuesioner (instrumen) dalam mengumpulkan data kepada sampel atau subjek yang menjadi bagian dari populasi penelitian (Singarimbun & Effendi, 1989). Kategori survey digunakan untuk memperoleh data dari sejumlah individu atau objek penelitian dalam waktu yang bersamaan dan jumlah yang besar dalam rangka untuk mengetahui atau memperoleh data-data mengenai gambaran resiliensi pada siswa di sekolah khusus olahragawan Ragunan.

D. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi adalah wilayah generalisasi objek penelitian berdasarkan pada kesamaan karakteristik atau kualitas tertentu yang telah ditentukan agar dapat dipelajari dan diambil kesimpulannya (Sugiyono, 2010).

Adapun pada penelitian ini, yang akan menjadi populasi penelitian adalah seluruh siswa SMA Negeri Ragunan Jakarta yang berjumlah 403 siswa, terdiri dari lima kelas jurusan IPA dan tujuh kelas jurusan IPS. Adapun perincian mengenai populasi penelitian sebagai berikut:

Tabel 3.2
Populasi Penelitian

No.	Kelas	L	P	Jumlah Siswa
1	X IPA 1	17	19	36
2	X IPA 2	19	17	36
3	X IPS 1	24	13	37
4	X IPS 2	23	11	34
5	XI IPA 1	23	13	36
6	XI IPS 1	22	9	31
7	XI IPS 2	18	8	26
8	XI IPS 3	21	10	31
9	XII IPA 1	18	17	35
10	XII IPA 2	11	20	31
11	XII IPS 1	24	11	35
12	XII IPS 2	23	12	35
Jumlah Total		243	160	403

2. Sampel

Sampel adalah sebagian atau wakil dari populasi yang akan diteliti berdasarkan pada karakteristik yang telah ditentukan (memiliki kesamaan) (Arikunto, 2010). Dalam pengambilan sampel penelitian, peneliti menggunakan teknik *propotional random sampling*. Teknik tersebut digunakan karena peneliti ingin mendapatkan hasil yang mampu mewakili sekolah (populasi), maka sampel penelitian diambil dari setiap tingkatan secara seimbang (*proportional*). Adapun cara pengambilan sampel dilakukan secara

acak (*random*) sehingga semua siswa memiliki hak yang sama sebagai sampel penelitian (Riduwan, 2013).

Dalam hal ini, siswa yang menjadi sampel adalah siswa yang termasuk ke dalam cabang olahraga pertandingan, seperti: Pencak Silat, Sepak Bola, Basket, Bulu Tangkis, Gulat, Bola Volly, Taekwondo, Karate, Judo, Renang, dll.

Untuk menentukan jumlah sampel maka peneliti menggunakan rumus Slovin sesuai dengan proporsi dari sampel penelitian (Siregar, 2013).

Rumus Slovin:

$$n = \frac{N}{N(d)^2 + 1}$$

Keterangan:

n = Ukuran sampel

N = Populasi

d = Taraf signifikansi (Presisi Toleransi)

Hasil perhitungan dalam menentukan sampel:

$$n = \frac{403}{1+(403)(0,1)^2} = n = \frac{403}{1+4,03} = n = \frac{403}{5,03} = 80,12$$

Berdasarkan hasil perhitungan, maka diperoleh jumlah sampel sebanyak 80,12. Akan tetapi, untuk kebutuhan penelitian, peneliti menentukan sampel penelitian menjadi 5 siswa dan 5 siswi

setiap kelasnya untuk memperoleh hasil yang lebih *representative* atau mewakili keadaan populasi. Jumlah keseluruhan sampel tersebut dibagi menjadi 12 kelas, sementara satu kelas yang telah digunakan sebagai sampel uji coba instrumen, yaitu kelas XI IPA sebanyak 33 siswa akan tetap termasuk dari anggota populasi penelitian. Sehingga didapatkan hasil pada sampel penelitian menjadi 120 siswa/i.

E. Teknik Pengumpulan Data

1. Instrumen Penelitian

Dalam penelitian ini, peneliti akan menggunakan instrumen tes berupa kuisisioner. Kuisisioner adalah sejumlah daftar pernyataan yang diberikan kepada objek penelitian agar mendapatkan *respond* (tanggapan) sesuai dengan permintaan peneliti (Riduwan, 2013). Kuisisioner dalam penelitian ini diperoleh dari tujuh aspek resiliensi yang dikemukakan oleh Reivich dan Shatte (2002) kemudian dikembangkan oleh peneliti berupa pernyataan-pernyataan yang diukur menggunakan skala Likert. Skala Likert bertujuan untuk mengukur persepsi, sikap atau tingkah laku dengan cara mengajukan pertanyaan atau pernyataan kepada responden. Adapun kategori pilihan yang dibuat oleh peneliti berjumlah genap (4 pilihan jawaban) agar peneliti mendapatkan informasi yang lebih pasti dan

responden tidak memilih jalan tengah (Sukardi, 2014). Alternatif jawaban instrumen resiliensi pada siswa SMAN Ragunan Jakarta (Khusus Olahragawan) sebagai berikut:

Tabel 3.3
Bobot Nilai Skala Likert

Pilihan Jawaban	Bobot Nilai
Sangat Tidak Sesuai	1
Tidak Sesuai	2
Sesuai	3
Sangat Sesuai	4

2. Definisi Konseptual

Resiliensi adalah kemampuan individu untuk tetap bertahan dan mampu memperbaiki hidupnya setelah mengalami tekanan dan kesengsaraan dengan cara-cara alternatif yang sehat (positif) dan produktif sebagai sebuah bentuk perubahan dari hasil penyesuaian diri secara psikologis dan lingkungan sosial dengan memanfaatkan sumberdaya yang ada dalam dirinya.

3. Definisi Operasional

Resiliensi dalam penelitian ini diukur berdasarkan Aspek-aspek yang dikembangkan oleh Reivich dan Shatte (2002), yaitu:

- a) Mengatur Emosi, yaitu kemampuan individu untuk tenang dalam menghadapi tekanan ketika terjadi masalah; mampu mengendalikan emosi, perhatian, dan perilakunya; serta

bagaimana secara sehat dan konstruktif dalam mengekspresikan emosi (positif / negatif).

- b) Mengendalikan Impuls, yaitu kemampuan untuk menahan dorongan, keinginan, kesukaan, dan penundaan terhadap sesuatu. Serta menahan kepercayaan impulsif dalam diri.
- c) Optimis, yaitu individu yang memiliki kepercayaan akan selalu menjadi lebih baik, mampu mengendalikan arah, dan mampu mengatasi kemalangan yang mungkin akan terjadi.
- d) Menganalisa Penyebab Masalah, menggambarkan kemampuan diri untuk mengidentifikasi dengan tepat penyebab masalah dan tidak menyalahkan orang lain apabila terjadi kesalahan-kesalahan. Kemampuan ini menunjukkan bahwa individu tersebut terbuka secara pemikiran dan mampu memanfaatkan sumberdaya yang ada.
- e) Empati, adalah kemampuan membaca dan menafsirkan keadaan emosional atau psikologis yang ditunjukkan oleh orang lain baik secara verbal maupun non-verbal.
- f) Efikasi Diri, adalah keadaan dimana individu memiliki keyakinan dapat menyelesaikan masalah untuk kemudian dapat meraih kesuksesan.

- g) Menjangkau Keluar, yaitu individu yang mampu mengambil hikmah atas apa yang terjadi, sehingga mampu mengkompromikan dirinya dengan batas kemampuan yang dimiliki.

4. Kisi-kisi Instrumen

Kisi-kisi pada penelitian ini merupakan hasil dari pengembangan definisi operasional instrumen mengenai resiliensi. Pada penelitian ini, pernyataan yang disusun menyesuaikan dengan keadaan responden sebagai siswa sekolah khusus olahragawan negeri Ragunan Jakarta.

Adapun butir kisi-kisi instrumen mengenai resiliensi pada siswa sekolah khusus olahragawan Ragunan dari aspek-aspek yang dijelaskan oleh Reivich dan Shatte (2002) antara lain sebagai berikut:

Tabel 3.4
Kisi-Kisi Instrumen Resiliensi

Aspek	Indikator	Sebaran Butir	Jumlah
Mengatur Emosi	Tenang dalam menghadapi tekanan	1, 19, 37	3
	Mampu mengendalikan emosi, perhatian, dan perilaku	2, 20, 38	3
	Mampu mengekspresikan emosi positif dan negatif secara sehat dan konstruktif	3, 21, 39	3

Mengendalikan Impuls	Mampu dalam mengendalikan, dorongan, keinginan, kesukaan, dan mampu menunda sesuatu.	4, 22, 40	3
	Menahan kepercayaan impulsif	5, 23, 41	3
Optimis	Memiliki kepercayaan bahwa dapat berubah kearah lebih baik	6, 24, 42	3
	Memiliki harapan masa depan dan percaya dapat mengendalikan arah	7, 25, 43	3
	Memiliki kepercayaan mampu mengatasi kemalangan yang mungkin akan muncul dimasa depan	8, 26, 44	3
Menganalisa Penyebab Masalah	Mampu mengidentifikasi secara akurat penyebab permasalahan yag dihadapi	9, 27, 45	3
	Tidak cepat menyalahkan orang lain atas kesalahan yang dibuat untuk mempertahankan harga diri	10, 28, 46	3
	Memiliki kelenturan dalam berfikir (<i>cognitive flexibility</i>)	11, 29, 47	3
	Mampu menyalurkan sumber daya yang ada dalam memecahkan masalah menjadi faktor-faktor yang dapat dikontrol	12, 30, 48	3

Empati	Mampu membaca tanda-tanda kondisi emosional dan psikologis orang lain	13, 31, 49	3
	Mampu menafsirkan bahasa non-verbal yang ditampakkan orang lain	14, 32, 50	3
Efikasi Diri	Memiliki keyakinan mampu menyelesaikan masalah yang dialami	15, 33, 51	3
	Yakin mampu meraih kesuksesan	16, 34, 52	3
Menjangkau Keluar	Mampu meningkatkan aspek positif dari kehidupan (mengambil hikmah atas kemalangan yang terjadi)	17, 35, 53	3
	Mampu mengkompromikan diri dengan ketakutan atas batas kemampuannya	18, 36, 54	3

5. Uji Coba Instrumen Penelitian

a. Uji Validitas Instrumen

Instrumen dapat digunakan apabila butir-butir pernyataan atau pertanyaannya dinyatakan valid. Instrumen dapat dinyatakan valid apabila mampu mengukur apa yang menjadi tujuan pengukuran dan mampu mengungkapkan data dari variabel melalui uji validitas (Sugiyono, 2010).

Uji validitas yang digunakan adalah validitas konstruk (*Construct Validity*). Validitas Konstruk adalah validitas yang berkaitan dengan kesanggupan pada suatu alat ukur dalam mengukur suatu konsep berdasarkan teori yang digunakan (Siregar, 2013). Dalam menguji validitas konstruk instrumen, peneliti menggunakan rumus *product moment*, sebagai berikut:

$$r_{\text{hitung}} = \frac{n(\sum XY) - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{[n(\sum X^2) - (\sum X)^2][n(\sum Y^2) - (\sum Y)^2]}}$$

Keterangan:

n = Jumlah responden penelitian

$\sum X$ = Skor variabel dari jawaban responden

$\sum Y$ = Skor total variabel dari jawaban responden

Apabila $r_{\text{hitung}} \geq r_{\text{tabel}}$ maka butir pernyataan dinyatakan valid, dan apabila $r_{\text{hitung}} \leq r_{\text{tabel}}$ maka butir pernyataan dinyatakan tidak valid.

Dalam penelitian ini, uji validitas dilakukan kepada 33 siswa kelas XI IPA SMAN Ragunan memperoleh hasil pernyataan yang dinyatakan valid sebanyak 40 butir pernyataan dan 14 butir pernyataan yang dinyatakan tidak valid dari 54 pernyataan yang diujikan. Adapun butir-butir pernyataan yang dinyatakan tidak valid pada instrumen ini antara lain: 1, 3, 8, 22, 23, 24, 25, 27, 29, 37, 38, 39, 50, 51.

Berdasarkan hasil perhitungan uji validitas terhadap instrumen, meskipun memiliki 14 pernyataan yang tidak valid, disisi lain setiap indikator memiliki jumlah butir pernyataan valid yang hampir seimbang yaitu sebanyak 2 butir pernyataan per-indikator. Maka selanjutnya peneliti memutuskan untuk menjadikan setiap indikator diwakilkan oleh 2 butir pernyataan, sehingga jumlah keseluruhan butir pernyataan menjadi 36 butir. Oleh karena itu peneliti memilih 34 pernyataan dari 40 pernyataan yang valid, sedangkan merubah redaksi kalimat pada 2 butir pernyataan yang tidak valid pada nomor 3 dan 37 agar menjadi seimbang setiap indikatornya. Adapun nomor 3 tetap pada nomor 3, sedangkan nomor 37 menjadi nomor 19.

Tabel 3.5
Perbaikan Redaksi Butir Pernyataan

No	Aspek	Indikator	Pernyataan Awal	Pernyataan Perbaikan
3	Mengatur Emosi	Mampu mengekspresikan emosi positif dan negatif secara sehat dan konstruktif	Saya tetap berkonsentrasi pada permainan meskipun beberapa kali terlihat keputusan wasit lebih	Saya tetap berkonsentrasi pada permainan meskipun terlihat wasit lebih menguntungkan pihak lawan

			menguntungkan pihak lawan
37	Tenang dalam menghadapi tekanan	Saya mampu mempertahanka n konsentrasi pada permainan meski mendapat sorakan dari pendukung lawan	Saya mampu menjaga konsentrasi meski mendapat sorakan dari pendukung lawan

b. Uji Reliabilitas Instrumen

Reliabilitas bertujuan untuk mengetahui sejauh mana hasil pengukuran tetap konsisten, dengan percobaan pengukuran lebih dari satu kali dengan alat pengukuran yang sama (Siregar, 2015). Instrumen yang reliabel bermakna bahwa instrumen yang digunakan mampu mengungkapkan data sehingga dapat dipercaya (Arikunto, 2010). Rumus yang dipakai dalam menguji reliabilitas instrumen penelitian ini ialah rumus *Alpha Cronbach* sebagai berikut:

$$r_{11} = \left(\frac{k}{k-1} \right) \left(1 - \frac{\sum \sigma_b^2}{\sigma_t^2} \right)$$

Keterangan:

r_{11} = Koefisien reliabilitas instrumen penelitian

k = Jumlah butir pertanyaan

$\sum\sigma^2_b$ = Jumlah varians butir

σ^2_t = Varians total

Hasil uji reabilitas instrumen resiliensi pada siswa sekolah SMAN Ragunan Jakarta (Khusus Olahragawan) menunjukkan nilai 0,937 yang mengartikan bahwa butir pernyataan yang ada memiliki tingkat reliabilitas yang **sangat tinggi (sangat reliabel)**.

Tabel 3.6
Tingkat Reabilitas

Besarnya Nilai r	Ketegori
0,800 – 1,000	Sangat Tinggi
0,600 – 0,799	Tinggi
0,400 – 0,599	Cukup
0,200 – 0,399	Rendah
0,001 – 0,199	Sangat Rendah

F. Teknik Analisis Data

Pada penelitian ini, peneliti menggunakan teknik analisis data statistika deskriptif. Statistika deskriptif adalah statistik yang menggambarkan secara jelas dan ringkas terhadap peristiwa dan keadaan berdasarkan angka-angka yang diperoleh dari hasil pengumpulan, pengolahan, dan analisis (Sudjiono, 2011). Pada dasarnya, dalam menginterpretasi data terhadap skor skala psikologis bersifat normatif, artinya makna skor dapat diacukan pada posisi relatif terhadap suatu norma sebagai parameter sehingga hasil yang berupa angka-angka (kuantitatif) dapat diinterpretasikan secara kualitatif.

Selanjutnya peneliti membagi kategorisasi menjadi tiga jenjang yaitu rendah, sedang, dan tinggi (Azwar, 2009).

Tabel 3.7
Kategori Hasil Nilai

Kategorisasi	Kriteria Penilaian
Tinggi	$X \geq (\mu + 1,0\sigma)$
Sedang	$(\mu + 1,0\sigma) < X < (\mu - 1,0\sigma)$
Rendah	$X < (\mu - 1,0\sigma)$

Keterangan:

X : Skor yang didapat dari responden

μ : *Mean* Teoritik

$$\frac{1}{2} (\sum \text{item} \times \text{skor maksimal} + \sum \text{item} \times \text{skor minimal})$$

σ : Standar Deviasi

$$\frac{1}{6} (\sum \text{item} \times \text{skor maksimal} - \sum \text{item} \times \text{skor minimal})$$

Setelah hasil dikategorisasi, maka data yang diperoleh kemudian diolah menjadi data persentase supaya memudahkan pembacaan data dengan menggunakan rumus sebagai berikut (Mangkuatmodjo, 1997):

$$p = \frac{f_x}{N} \times 100 \%$$

Keterangan:

p = angka presentase

f_x = frekuensi

N = jumlah responden