

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **3.1 Rancangan penelitian**

Penelitian ini akan dibahas secara deskriptif. Pengertian deskriptif menurut Sugiyono (2011) adalah sebuah penelitian yang bertujuan untuk memberikan atau menjabarkan suatu keadaan atau fenomena yang terjadi saat ini dengan menggunakan prosedur ilmiah untuk menjawab masalah secara aktual. Penelitian deskriptif tidak memerlukan pengontrolan suatu perlakuan, penelitian ini juga tidak dimaksudkan untuk menguji hipotesis tertentu, tapi hanya menggambarkan keadaan yang sebenarnya tentang suatu variabel, keadaan atau gejala.

#### **3.2 Variabel Penelitian**

##### **3.2.1 Identifikasi Variabel**

Variabel adalah segala sesuatu yang akan menjadi objek pengamatan penelitian atau faktor-faktor yang berperan dalam peristiwa yang akan diteliti (Makmuroh Sri Rahayu, 2007). Adapun variabel penelitian yang akan diteliti pada penelitian ini adalah pengalaman *flow* pada praktisi *parkour* senior komunitas *parkour* Bandung.

##### **3.2.2 Definisi Operasional**

Pengalaman *flow* dalam penelitian ini yakni pengalaman yang pernah dialami para praktisi senior komunitas *parkour* Bandung ketika berlatih mempelajari dan menguasai trik serta bermain *parkour*, meliputi:

1. *Challenge – skill balance*

Pengalaman ketika individu memiliki kemampuan untuk menghadapi tantangan.

2. *Action – awareness merging*

Pengalaman ketika individu bergerak tanpa dipikirkan, otomatis terjadi ketika melakukan trik

3. *Clear goals*

Pengalaman individu yang bertujuan menguasai trik yang terdapat di dalam *parkour*.

4. *Unambiguous feedback*

Pengalaman mendapatkan *feedback* atau umpan balik yang jelas

5. *Concentration on the task*

Pengalaman ketika individu merasa fokus di saat berlatih maupun bermain *parkour*.

6. *Sense of control*

Pengalaman individu ketika merasa memiliki kendali akan gerak tubuhnya.

7. *Loss of self – consciousness*

Pengalaman ketika individu merasa tidak khawatir dengan pandangan orang lain.

8. *Transformation of time*

Pengalaman akan waktu yang dihayati individu berlalu tidak seperti biasanya (baik lebih cepat atau lebih lambat)

### 9. *Autotelic experience*

Pengalaman yang dihayati individu sebagai perasaan senang dan nyaman ketika berlatih.

### 3.3 Alat ukur

Dalam penelitian ini penggunaan instrument pengukuran yang dilakukan meliputi, teknik *self report measurement* berupa skala pengukuran dan pengalaman *flow* dalam konteks olahraga dan aktivitas fisik yakni *The Flow State Scale 2* (Jackson & Eklund, 2002) yang dimodifikasi. *Self report measurement* yaitu pengukuran yang dilakukan dengan cara meminta subjek yang diukur untuk melakukan pengamatan terhadap diri sendiri dan melaporkan hasilnya kepada pengukur.

*The Flow State Scale 2* ini terdiri atas 36 item yang terbagi atas Sembilan sub-item yang mewakili setiap dimensi yang berbeda. Dalam penelitian ini akan digunakan penskalaan untuk mengubah sifat kualitatif menjadi kuantitatif. Penskalaan sendiri adalah prosedur penetapan dan pencantuman bilangan pada objek dengan maksud memberikan sebagian sifat bilangan itu pada objek tersebut. model penskalaan yang akan digunakan yakni model penskalaan respon. Dalam model penskalaan ini respon subjek menjadi dasar dalam penetapan skala berupa angka sehingga dapat dikatakan penskalaan ini yakni respon subjek menjadi dasar dalam penetapan skala berupa angka (Noor, 2009).

*The Flow State Scale 2* ini akan menggunakan lima poin respon Likert dari sangat tidak setuju hingga sangat setuju yang akan menghasilkan skor berupa angka berskala ordinal. Dengan skala Likert, maka variabel yang akan diukur

dijabarkan menjadi indikator variabel. Kemudian indikator tersebut dijadikan titik tolak untuk menyusun item-item instrumen yang berupa pernyataan (Sugiyono, 2011).

Bobot penilaian untuk setiap item pernyataan adalah sebagai berikut :

- a. Sangat Setuju : 5
- b. Setuju : 4
- c. Cukup Setuju : 3
- d. Tidak Setuju : 2
- e. Sangat Tidak Setuju : 1

**Tabel 3.1**  
**Item Dimensi Pengalaman *Flow***

<b>Dimensi</b>	<b>Indikator</b>	<b>Item</b>
<i>Challenge-skills balance</i>	Pengalaman ketika individu memiliki kemampuan untuk menghadapi tantangan	1, 10, 19, 28
<i>Action-awareness merging</i>	Pengalaman ketika individu bergerak tanpa dipikirkan, otomatis terjadi melakukan trik	2, 11, 20, 29
<i>Clear goals</i>	Pengalaman individu yang bertujuan untuk menguasai trik <i>parkour</i>	3, 12, 21, 30
<i>Unambiguous feedback</i>	Pengalaman mendapatkan <i>feedback</i> atau umpan balik yang jelas	4, 13, 22, 31
<i>Concentration on the task</i>	Pengalaman ketika individu merasa fokus ketika berlatih dan bermain <i>parkour</i>	5, 14, 23, 32
<i>Sesnse of control</i>	Pengalaman individu ketika merasa memiliki kendali akan gerak tubuhnya	6, 15, 24, 33
<i>Loss of self-consciousness</i>	Pengalaman ketika individu merasa tidak khawatir dengan pandangan orang lain	7, 16, 25, 34
<i>Transformation of time</i>	Pengalaman akan waktu yang dihayati individu berlalu tidak seperti biasanya (baik lebih cepat atau lebih lambat)	8, 17, 26, 35
<i>Autotelic experience</i>	Pengalaman yang dihayati individu sebagai perasaan senang dan nyaman ketika berlatih dan bermain <i>parkour</i>	9, 18, 27, 36

### 3.3.1 Uji Validitas

Validitas instrumen menunjukkan derajat kemampuan instrument untuk mengukur derajat kemampuan instrumen untuk mengukur apa yang akan diukur. Pada penelitian ini menggunakan metode *construct related* yaitu proses analisis untuk menggunakan hubungan antara instrumen khususnya item dalam instrumen itu dengan konstruksi teoritik tentang atribut psikologis yang akan diukur dengan alat ukur tersebut (Noor, 2009).

Salah satu cara untuk mengetahui validitas suatu alat ukur adalah dengan cara *construct related*, dimana validitas menyangkut kebenaran suatu instrumen yang mengukur konstruk yang dimaksudkan. Konstruk adalah suatu abstraksi dan generalisasi khusus dan merupakan suatu konsep yang diciptakan khusus untuk kebutuhan ilmiah dan mempunyai pengertian bebas (Nazir, 2011:148). Sementara untuk mengetahui apakah pertanyaan pada suatu tes benar-benar dapat mengukur konstruk yang dimaksudkan pada suatu test benar-benar dapat mengukur konstruk yang dimaksudkan dengan mengacu pada teori (Ronny, 2003:153). Langkah pengujiannya adalah dengan mengkorelasikan antara skor yang diperoleh pada masing-masing item dengan skor total. Skor total adalah nilai yang diperoleh dari hasil penjumlahan semua skor item. Korelasi antara skor item dengan skor total haruslah signifikan berdasarkan ukuran statistic tertentu. Apabila skor semua item yang disusun berdasarkan konsep berkorelasi dengan skor total, maka dapat dikatakan bahwa alat ukur tersebut mempunyai validitas atau dengan kata lain bila terdapat korelasi positif antara skor tiap item dengan skor total, maka hubungan yang ada sifatnya konsisten atau sejalan dengan konsep teoritiknya. Apabila alat

ukur telah memiliki validitas konstrak berarti semua item yang ada dalam alat ukur itu mengukur konsep yang ingin diukur (Djamaludin Ancok, 1989:16).

Dalam melakukan korelasi antara skor yang diperoleh pada masing-masing item dengan skor total, digunakan teknik korelasi *rank spearman*, yaitu menghitung korelasi antar skor masing-masing pertanyaan dengan skor total.

Perhitungan ini digunakan dengan bantuan *software* SPSS 20.0

Adapun rumus koefisien korelasi *rank spearman* ( $r_s$ ):

$$r_s = \frac{\sum R(X)R(Y) - N\left(\frac{N+1}{2}\right)^2}{\sqrt{\left(\sum (R(X))^2 - N\left(\frac{N+1}{2}\right)^2\right)\left(\sum (R(Y))^2 - N\left(\frac{N+1}{2}\right)^2\right)}}$$

Keterangan :  $R(X)$  = Ranking Variabel X (skor item)

$R(Y)$  = Ranking variabel Y (skor normal)

$N$  = Jumlah subjek penelitian

Sebagai kriteria pemilihan item berdasar korelasi item total, biasanya digunakan batasan koefisien lebih besar sama dengan 0.30. semua item yang mencapai koefisien korelasi minimal 0.30 daya pembedanya dinyatakan memenuhi syarat psikometrik sebagai bagian dari tes. Item yang valid dapat digunakan untuk penelitian selanjutnya sedangkan item yang tidak valid tidak dapat digunakan (dibuang) (Azwar, 2004).

Dari hasil pengukuran terlihat bahwa terdapat semua item pernyataan atau 36 item pernyataan memiliki nilai indeks validitas yang lebih besar dari r-kritis 0,30, sehingga seluruh item akan digunakan untuk analisis berikutnya (terlampir).

### 3.3.2 Uji Reliabilitas

Reliabilitas instrument adalah derajat konsistensi instrument atau tingkat kesatbilan skor subjek ukur jika dilakukan pengukuran dengan instrument yang sama pada situasi yang berbeda. Pada penelitian ini, peneliti menggunakan metode *single administration methods* untuk melakukan uji reliabilitas. Metode reliabilitas tunggal dilaksanakan melalui proses pengukuran hanya satu kali (Noor, 2009).

Untuk menguji reliabilitas digunakan teknik *Split Half* (belah dua ganjil genap) dengan langkah-langkah pengujiannya sebagai berikut (Sugiyono, 2010) :

- a. Membagi item – item yang valid menjadi dua belahan
- b. Membagi item berdasarkan nomor ganjil dan genap, item dengan nomor ganjil masuk belahan pertama dan item dengan nomor genap masuk belahan kedua
- c. Skor untuk masing – masing item pada tiap belahan dijumlahkan. Langkah ini akan menghasilkan dua skor total untuk masing – masing responden, yakni skor belahan genap dan skor belahan ganjil
- d. Mengkorelasikan skor total belahan pertama dengan skor total belahan kedua dengan menggunakan teknik korelasi *Rank Spearman* yang dilakukan dengan menggunakan bantuan *SPSS 20 for Windows*.
- e. Dari langkah perhitungan diatas, akan menghasilkan korelasi antar belahan karena angka korelasi yang diperoleh adalah angka korelasi dari alat ukur yang dibelah maka angka korelasi yang dihasilkan akan lebih rendah dari pada angka korelasi yang didapat jika angka tersebut tidak dibelah. Oleh

karena itu, reliabilitas keseluruhan item dicari dengan mengoreksi angka korelasi yang diperoleh ke dalam rumus berikut:

$$r_{\text{total}} = \frac{2 \cdot r_{\text{tt}}}{1 + r_{\text{tt}}}$$

Keterangan :

$r_{\text{total}}$  = Angka reliabilitas keseluruhan item

$r_{\text{tt}}$  = Angka korelasi belahan pertama dan belahan kedua

Kriteria dalam menetapkan derajat realibilitas dapat digunakan kriteria dari Cronbach (dalam Triton, 2005) yaitu:

**Tabel 3.2**  
**Kriteria Tingkat Korelasi Koefisien Derajat Korelasi**

0,00 – 0,20	Kurang Reliabel
0,21 – 0,40	Agak Reliabel
0,41 – 0,60	Cukup Reliabel
0,61 – 0,80	Reliabel
0,81 – 1,00	Sangat Reliabel

Dari hasil perhitungan, bahwa korelasi antar belahan (korelasi antara skor total belahan ganjil dan skor total belahan genap) adalah 0.897 sehingga diperoleh koefisien reliabilitas sebesar 0,946 termasuk dalam kriteria sangat reliabel, dengan demikian alat ukur pengalaman *flow* (*The Flow State Scale 2*) dikatakan reliabel. Setelah diketahui bahwa alat ukur yang akan digunakan reliabel, maka seluruh data yang valid akan digunakan dalam analisis selanjutnya.

### 3.4 Populasi Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian populasi. Pengertian populasi sendiri merupakan keseluruhan subjek penelitian (Arikunto, 2006). Populasi adalah setiap



subjek yang memenuhi kriteria yang telah ditetapkan (Nursalam, 2003).

Karakteristik populasi dalam penelitian ini di antaranya:

- a. Praktisi yang menjabat sebagai instruktur pada komunitas *parkour* Bandung
- b. Telah menekuni olahraga *parkour* lebih dari 4 tahun secara rutin

Dari karakteristik tersebut yang akan dijadikan subjek penelitian adalah delapan belas orang praktisi senior komunitas *parkour* Bandung.

### 3.5 Teknik analisis

#### 3.5.1 Kategorisasi

Setelah diketahui bahwa kuesioner tersebut valid dan reliabel melalui uji validitas dan reliabilitas di atas. Selanjutnya, data-data yang valid digunakan dalam analisis selanjutnya. Untuk mengetahui berapa besar frekuensi subjek yang mengalami pengalaman *flow*, maka akan dilakukan pengkategorian tinggi rendah berdasarkan kriteria ideal, yaitu :

- a. Tentukan nilai maksimal :  
Banyaknya pertanyaan x Pilihan jawaban tertinggi
- b. Tentukan nilai minimal :  
Banyaknya pertanyaan x Pilihan jawaban terendah
- c. Tentukan nilai rentang : Nilai maksimal – nilai minimal
- d. Tentukan banyak kelas : 2 (rendah dan tinggi)
- e. Tentukan panjang kelas : Nilai rentang/banyak kelas (kategori)
- f. Tentukan nilai median : Nilai minimal + Panjang kelas
- g. Tentukan interval kelas (kategori)

Rendah : Nilai minimal s/d < Nilai median

Tinggi : Nilai median s/d Nilai maksimal

