

METODE PENELITIAN

3.1 Rancangan Penelitian

Penelitian tentang *psychological well-being* pada atlet penyandang tunanetra *low vision* bidang atletik di NPCI Kota Bandung merupakan penelitian yang akan dibahas secara deskriptif. Penelitian deskriptif merupakan penelitian yang dimaksudkan untuk mengumpulkan informasi mengenai suatu gejala yang ada, yaitu keadaan menurut apa adanya pada saat penelitian dilakukan. Penelitian ini juga tidak dimaksudkan untuk menguji hipotesis tertentu, tetapi hanya menggambarkan apa adanya tentang suatu variabel, gejala dan keadaan. (Arikunto, 2003).

Metode deskriptif ini merupakan penelitian yang berusaha menggambarkan dan menginterpretasikan obyek sesuai apa adanya. Tujuan dari penelitian ini untuk membuat deskripsi secara sistematis, faktual, dan akurat mengenai fakta-fakta dan sifat-sifat populasi atau daerah tertentu. (Suryabrata, 2003).

3.2 Variabel Penelitian

3.2.1 Identifikasi Variabel

Dalam penelitian ini, variabel yang akan diukur adalah *psychological well-being* pada atlet penyandang tunanetra *low vision* di NPCI Kota Bandung. Teori *psychological well-being* dalam penelitian ini mengacu pada teori yang dikemukakan oleh Ryff (1989).

3.2.2 Definisi Operasional Variabel

Psychological well-being adalah bagaimana para anggota atlet *low vision* di NPCI Kota Bandung menilai diri dan kehidupannya saat ini. Hal tersebut ditandai dengan adanya dimensi berikut :

1. Penerimaan diri (*self-acceptance*): penghayatan atlet *low vision* dalam bersikap positif terhadap dirinya, yaitu mengetahui dan menerima segala kelebihan maupun kekurangan pada diri, dan memiliki penilaian positif terhadap kehidupan masa lalu sebelum berprofesi menjadi atlet.
2. Hubungan positif dengan orang lain (*positive relations with others*): Penghayatan atlet *low vision* dalam menjalin relasi yang baik, memiliki sikap empati dan adanya rasa percaya dengan sesama atlet dan orang disekitarnya.
3. Kemandirian (*autonomy*): Penghayatan atlet *low vision* dalam mengerjakan sesuatu dengan sendiri dan mandiri, yaitu dengan tidak bergantung dengan orang lain, mampu mengambil keputusan sendiri berdasarkan pertimbangan baik buruknya suatu hal dan tidak mudah terpengaruh dengan orang lain.
4. Penguasaan lingkungan (*environmental mastery*): penghayatan atlet *low vision* untuk dapat menyesuaikan diri dengan tuntutan dalam lingkungannya, sehingga dapat mengatur tugas dan tanggung jawab dalam bidang olahraga, serta dapat menggunakan kesempatan disekelilingnya agar dapat terus berprestasi dibidang olahraga.
5. Tujuan hidup (*purpose in life*): penghayatan atlet *low vision* dalam memiliki target yang ingin dicapai untuk kehidupan di masa depan dan memiliki keyakinan bahwa dirinya mampu mencapai tujuan yang diharapkan.

6. Pertumbuhan pribadi (*personal growth*): penghayatan atlet *low vision* dalam memandang dan mempersepsikan bahwa dirinya terus berkembang kearah yang positif seiring berjalannya waktu dan terbuka dengan pengalaman atau hal-hal yang baru di bidang olahraga maupun di luar bidang olahraga.

3.3 Alat Ukur

Dalam penelitian ini metode pengumpulan data yang digunakan untuk melihat *psychological well-being* adalah kuisisioner sebagai data primer dan wawancara sebagai data pendukung, untuk mengetahui faktor-faktor yang berpengaruh terhadap *psychological well-being* pada atlet *low vision*. Kuisisioner atau angket merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawab. (Sugiyono, 2014).

Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini merupakan alat ukur yang dikonstruksikan oleh peneliti berdasarkan teori *psychological well-being* dari Carol D. Ryff (1989). Berdasarkan teori dari Carol D. Ryff, yang menyebutkan bahwa untuk mengetahui *psychological well-being* dapat dilihat dengan mengukur enam dimensi yaitu, penerimaan diri (*self-acceptance*), hubungan positif dengan orang lain (*positive relations to other*), otonomi (*autonomy*), penguasaan lingkungan (*environmental mastery*), tujuan hidup (*purpose in life*), dan pertumbuhan diri (*personal growth*).

Alat ukur ini merupakan tipe skala *Likert*. Skala *Likert* digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial. Pada alat ukur ini terdapat empat variasi respon dari sangat sesuai

hingga tidak sesuai yang memiliki skor dari 1 hingga 4. Peneliti menggunakan Skala ini dibuat dengan dengan dua jenis item, yaitu item yang mendukung pernyataan atau searah dengan pernyataan (*favourable*), dan item yang tidak mendukung pernyataan (*unfavourable*).

Tabel 3.1

Tabel Skala *Psychological well-being*

| Alternatif Jawaban | Nilai item positif (<i>favourable</i>) | Nilai item negatif (<i>unfavourable</i>) |
|------------------------------|---|---|
| Sangat Sesuai (SS) | 4 | 1 |
| Sesuai (S) | 3 | 2 |
| Tidak Sesuai (TS) | 2 | 3 |
| Sangat Tidak Sesuai (STS) | 1 | 4 |

Tabel 3.2

Kisi-Kisi Alat Ukur *Psychological well-being*

| No | Dimensi <i>Psychological well-being</i> | Indikator | Pernyataan | |
|----|---|--|-------------------|---------------------|
| | | | <i>Favourable</i> | <i>Unfavourable</i> |
| 1. | Penerimaan diri (<i>self-acceptance</i>) | a. Menerima kekurangan dalam diri | 1, 32 | 61, 51 |
| | | b. Mengetahui kelebihan yang ada pada diri | 68,70 | 42, 28 |
| | | c. Memiliki penilaian positif terhadap | 26, 38 | 46, 10 |

| | | | | |
|--|---|---|------------|------------|
| | | kehidupan masa lalu sebelum berprofesi sebagai atlet. | | |
| 2. | Hubungan positif terhadap orang lain (<i>positive relations with other</i>) | a. Menjalin relasi yang baik dengan orang lain | 59, 13 | 57, 67 |
| b. Memiliki kepercayaan pada orang lain | | 19, 47 | 37, 33 | |
| c. Memberikan empati pada orang lain di sekitarnya. | | 6, 52 | 40, 62 | |
| 3. | Otonomi (<i>autonomy</i>) | a. Tidak bergantung kepada orang lain. | 17, 44, 3 | 49, 25, 15 |
| b. Mampu mengambil keputusan berdasarkan keyakinannya sendiri | | 36, 65, 20 | 24, 7, 50 | |
| 4. | Penguasaan lingkungan (<i>environmental mastery</i>) | a. Mampu menyesuaikan diri dengan tuntutan lingkungan | 2, 56 | 27, 54 |
| b. Menggunakan kesempatan yang ada disekelilingnya agar dapat terus berprestasi dibidang olahraga. | | 34, 48 | 60, 41 | |
| c. Mampu mengatur kegiatan-kegiatan yang dijalani | | 9, 64 | 18, 71 | |
| 5. | Tujuan hidup (<i>purpose in life</i>) | a. Memiliki target yang ingin dicapai | 31, 55, 12 | 58, 43, 72 |

3.4 Populasi Penelitian dan Sampel

| | | | | |
|----|--|--|------------|------------|
| | | b. Merasa mampu mencapai tujuan-tujuan yang diharapkan | 53, 5, 39 | 21, 16, 14 |
| 6. | Pertumbuhan pribadi (<i>personal growth</i>) | a. Melihat diri sebagai individu yang berkembang. | 23, 69, 45 | 66, 4, 35 |
| | | b. Terbuka terhadap pengalaman-pengalaman baru | 29, 63, 8 | 11, 30, 22 |

3.4.1 Populasi

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek/subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulan. (Sugiyono, 2014).

Populasi dalam penelitian ini adalah atlet *low vision* yang terdaftar di bidang olahraga atletik di NPCI Kota Bandung, yaitu 27 orang.

3.4.2 Sampel

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Dalam penelitian ini teknik sampel yang digunakan adalah teknik *purposive sampling*. *Purposive sampling* adalah teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu. (Sugiyono, 2014). Teknik tersebut termasuk dari jenis *non probability sampling*, dimana setiap individu dalam populasi tidak memiliki peluang yang sama untuk terpilih menjadi sampel penelitian, karena peneliti memilih sampel berdasarkan karakteristik yang telah ditentukan sebelumnya. Dari karakteristik diperoleh 10 sampel penelitian dengan kriterianya sebagai berikut :

1. Atlet *low vision* pria.
2. Mengalami *low vision* akibat penyakit sejak remaja.

3. Atlet yang memiliki klasifikasi *low vision* pada tahap *severe low vision*.

3.5 Pengujian Alat Ukur

3.5.1 Uji Validitas

Konsep validitas merujuk pada kualitas instrumen. Instrumen yang valid adalah instrumen yang benar-benar dapat mengukur atribut psikologis yang akan diukur. Artinya validitas memiliki pengertian derajat ketetapan instrumen dalam mengukur atribut psikologis yang diukur. Dapat dikatakan bahwa alat ukur dikatakan valid jika menunjukkan keterkaitan atau hubungan antara instrumen dengan atribut psikologi yang diukur. Uji validitas yang akan digunakan adalah validitas konstruk (*construct validity*), tes itu valid berdasarkan analisis kesesuaian teoritik antara atribut yang diukur dengan isi tes itu (Hasanuddin Noor, 2012). Dalam menguji validitas peneliti menggunakan program SPSS versi 20.0 dengan metode *rank spearman*, yaitu menghitung korelasi antar skor masing-masing item dengan skor total item. Berdasarkan hasil kuesioner antara skor tiap item dengan skor total item maka dapat diketahui item-item mana yang valid dan tidak valid. Tingkat validitas kuesioner diukur berdasarkan kriteria berikut:

- Bila $r_s > 0,3$, maka item tersebut dikatakan valid
- Bila $r_s \leq 0,3$, maka item tersebut dikatakan tidak valid

3.5.2 Uji Reliabilitas

Konsep reliabilitas berlandaskan pada konsistensi skor yang dicapai individu yang sama dalam atribut psikologis yang sama, walaupun di ukur dalam waktu yang berbeda atau menggunakan instrumen yang berbeda. Stabilitas dan konsistensi data tes hasil pengukuran merupakan bukti bahwa instrumen yang digunakan memiliki karakteristik yang reliabel (Hasanuddin Noor, 2012).

Dalam penelitian ini, setelah melakukan uji validitas alat ukur dan mendapatkan item-item yang valid, maka selanjutnya dilakukan uji reliabilitas alat ukur. Pengujian reliabilitas pada penelitian ini dengan metode *internal consistency*, dilakukan dengan cara mencobakan instrumen sekali saja, kemudian data yang diperoleh dianalisis dengan teknik uji belah dua (*split half*) dari *Spearman Brown*, yang dihitung dengan bantuan *software* SPSS versi 20.0. Hasil analisis dapat digunakan untuk memprediksi realibilitas instrumen.

Adapun kriteria dalam menetapkan derajat reliabilitas dengan menggunakan kriteria dari Guilford (Hasanuddin Noor, 2012).

Tabel 3.3
Kriteria Reliabilitas

| Interval Koefisien | Tingkat Reliabilitas |
|---------------------------|-----------------------------|
| 0,00 – 0,20 | Tidak ada reliabilitas |
| 0,20 – 0,40 | Reliabilitas rendah |
| 0,41 – 0,70 | Reliabilitas sedang |
| 0,71 – 0,90 | Reliabilitas tinggi |

| | |
|-------------|----------------------------|
| 0,91 – 0,99 | Reliabilitas sangat tinggi |
| 1,00 | Reliabilitas sempurna |

3.5.3 Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas

Pada penelitian ini dilakukan pengujian yang dilakukan pada setiap dimensi, dari hasil uji validitas *psychological well-being*, didapatkan hasil yang valid sebanyak 8 *items* dari dimensi *self acceptance*, 9 *items* dari dimensi *positive relationship with other*, 10 *items* dari dimensi *autonomy*, 10 *items* dari dimensi *environmental mastery*, 8 *items* dari dimensi *purpose in life*, dan 9 *items* dari dimensi *personal growth*.

Tabel 3.4

Items yang tidak valid

| Item yang tidak terpakai (tidak valid) | |
|---|----------------|
| Dimensi | Nomor |
| <i>Self acceptance</i> | 28, 38, 51, 68 |
| <i>Positive relation with other</i> | 52, 57, 62 |
| <i>Autonomy</i> | 3, 17 |
| <i>Environmental mastery</i> | 2, 18 |
| <i>Purpose in life</i> | 5, 16, 31, 72 |
| <i>Personal growth</i> | 22, 23, 30 |

Nilai reliabilitas untuk *psychological well-being* dari setiap dimensinya, yaitu

:

Tabel 3.5

Reliabilitas *psychological well-being*

| Dimensi | Reliabilitas | Kategori |
|-------------------------------------|---------------------|----------------------------|
| <i>Self acceptance</i> | 0,772 | Reliabilitas tinggi |
| <i>Positive relation with other</i> | 0,829 | Reliabilitas tinggi |
| <i>Autonomy</i> | 0,856 | Reliabilitas tinggi |
| <i>Environmental mastery</i> | 0,932 | Reliabilitas sangat tinggi |
| <i>Purpose in life</i> | 0,766 | Reliabilitas tinggi |
| <i>Personal growth</i> | 0,841 | Reliabilitas tinggi |

3.6 Teknik Analisis Data

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah statistik deskriptif. Statistik deskriptif adalah statistik yang digunakan untuk menganalisis data dengan cara mendeskripsikan atau menggambarkan data yang telah terkumpul sebagaimana adanya tanpa bermaksud membuat kesimpulan yang berlaku untuk umum atau generalisasi. (Sugiyono, 2014). Hasil perhitungan data disajikan melalui tabel frekuensi dan persentase, maka analisis data dikategorikan berdasarkan model dsitribusi normal dengan langkah-langkah sebagai berikut :

- a. Menentukan jumlah *item*
- b. Menentukan skor minimum, dengan rumus ($X_1 = \text{jumlah } item \times \text{skor nilai terendah}$)
- c. Menentukan skor maksimum, dengan rumus ($X_2 = \text{jumlah } item \times \text{skor nilai tertinggi}$)
- d. Mencari rentang skor (R) dengan rumus $R = X_2 - X_1$
- e. Menentukan banyaknya kelas kategori (K) sebagai berikut :

1. Rendah
 2. Tinggi
- f. Menentukan panjang kelas (P) dengan rumus $P = R : K$

Hasil perhitungan tersebut kemudian dianalisa secara deskriptif, sehingga secara umum dapat menggambarkan bagaimana *psychological well-being* atlet tunanetra *low vision* di NPCI Bandung.

