

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Variabel Penelitian**

Seorang peneliti dalam sebuah penelitian harus menitik beratkan perhatiannya terhadap sesuatu yang akan diteliti, yakni obyek penelitian. Variabel penelitian adalah segala sesuatu yang akan dijadikan obyek pengamatan dalam penelitian.<sup>1</sup> Sedangkan menurut Suharsimi Arikunto, variabel penelitian adalah objek penelitian atau apa yang dijadikan titik perhatian suatu penelitian. Variabel dalam penelitian ini yaitu bebas (X = Pengaruh bimbingan kelompok teknik permainan simulasi, dan variabel terikat adalah Y = Ketangguhan diri atlet *eSport*).

#### **B. Definisi Operasional**

Agar pembahasan dalam penelitian ini tidak terjadi salah pengertian atau ketidakjelasan makna, maka perlu adanya definisi operasional. Hal ini sangat diperlukan agar tidak terjadi perbedaan penafsiran dan terhindar dari kesalahan pengertian pada pokok pembahasan ini. Definisi operasional dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Layanan bimbingan kelompok teknik permainan simulasi merupakan kegiatan pemberian informasi dalam suasana kelompok dan adanya penyusunan rencana untuk pengambilan keputusan yang tepat dengan adanya dinamika kelompok sebagai wadah untuk pencapaian tujuan kegiatan bimbingan dan konseling berupa sebuah permainan simulasi

---

<sup>1</sup> Zen Amiruddin, *Statistik Pendidikan...*, h. 17

yang bertujuan untuk merefleksikan situasi sesuai dengan kehidupan nyata.

2. Ketangguhan Diri (*Resiliensi*) yaitu konsep dari para ahli behavioral dalam rangka usaha untuk mengetahui, mendefinisikan dan mengukur kapasitas individu untuk tetap bertahan dan berkembang pada kondisi yang menekan (*adverse conditions*) dan untuk mengetahui kemampuan individu untuk kembali pulih (*recovery*) dari kondisi tekanan. Pengukuran ketangguhan seseorang atlet menggunakan angket skala resiliensi dengan memperhatikan faktor ketangguhan diri yaitu regulasi emosi (*emotion regulation*), pengendalian impuls (*impuls control*), optimisme (*optimism*), analisis penyebab masalah (*causal analysis*), empati (*emphaty*), efikasi diri (*self efficacy*), dan *reaching out*.
3. Atlet *eSport* dalam penelitian ini merupakan seorang yang ahli atau profesional di usia remaja dengan usia dua belas sampai dua puluh satu tahun dalam kegiatan olahraga di mana orang mengembangkan dan melatih kemampuan mental atau fisik dalam penggunaan teknologi informasi dan komunikasi permainan game online MLBB di wilayah kabupaten Tulungagung.

### **C. Populasi dan Sampel Penelitian**

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek atau subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya.<sup>2</sup> Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi

---

<sup>2</sup> Syamsuddin A. R dan Vismaia S. Damaianti, *Metode Penelitian. Pendidikan...* h. 19

tersebut. Teknik sampling adalah merupakan teknik pengambilan sampel. Untuk menentukan sampel yang akan digunakan dalam penelitian, terdapat berbagai teknik sampling yang digunakan. Pada bagaian ini peneliti menggunakan sample rondom sampling yaitu, pengambilan anggota sampel dari populasi dilakukan secara acak tanpa memperhatikan strata yang ada dalam populasi itu.<sup>3</sup>

Peneliti menggunakan teknik *random sampling* yaitu suatu teknik mengambil individu untuk sampel dari populasi dengan cara *random* atau tidak pandang bulu. Jadi, dalam tehnik ini semua individu dalam populasi baik secara sendiri-sendiri atau bersama sama diberi kesempatan yang sama untuk ditugaskan menjadi anggota sampel.

#### 1. Populasi

Populasi dalam penelitian ini adalah tim MLBB UNIX Tulungagung dengan jumlah total 15 anggota dan tim MLBB TA *Squad* Tulungagung dengan jumlah total 15 anggota. Tim ini peneliti ambil karena cocok dengan kriteria yang diharapkan peneliti dengan anggota masih remaja yaitu usia 12 sampai 21 tahun serta kerap mengikuti beberapa kompetisi dan meraih juara.

#### 2. Sampel

Sampel adalah sebagian atau wakil dari populasi yang diteliti.<sup>4</sup> Apabila jumlah responden kurang dari 100, sampel diambil semua sehingga penelitiannya merupakan penelitian populasi. Sedangkan

---

<sup>3</sup> *Ibid.*, h 81-82

<sup>4</sup> Suharsimi Arikuntoro, *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktek, Edisi Kedua*, (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2006), h. 109

apabila jumlah responden lebih dari 100, maka pengambilan sampel 10% - 15% atau 20% -25% atau lebih.<sup>5</sup>

Beberapa alasan pengambilan sampel adalah:

- a. Kemampuan peneliti dilihat dari waktu, tenaga dan dana,
- b. Sempit luasnya wilayah pengamatan dari setiap subyek, karena hal ini menyangkut banyak sedikitnya data,
- c. Lebih mudah dalam penyebaran angket karena sudah ditentukan jumlahnya.

Berpijak pada pendapat tersebut, maka pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah semua populasi yaitu sejumlah 30 responden dijadikan sampel karena responden kurang dari seratus.

#### **D. Alat atau Instrumen pengumpulan**

Instrumen pengumpulan data merupakan alat atau fasilitas yang digunakan oleh peneliti dalam mengumpulkan data agar pekerjaannya lebih mudah dan hasilnya lebih, dalam arti cermat, lengkap dan sistematis sehingga lebih mudah diolah.<sup>6</sup>

Instrumen pengumpulan data (variabel X1) Resiliensi menggunakan angket kuisisioner dengan teknik *random sampling*. Arti dari kuisisioner adalah sejumlah pertanyaan tertulis yang digunakan untuk memperoleh informasi dari responden yang berwujud laporan tentang pribadinya atau hal-hal yang diketahui.<sup>7</sup>

---

<sup>5</sup> Ibid., h. 112

<sup>6</sup> Suharsimi Arikuntoro, *Prosedur Penelitian: Suatu...*, h.203

<sup>7</sup> Ibid., h. 194

**Tabel 3.1**  
**Kisi-kisi Instrumen Penelitian**

Variabel	Indikator	Deskriptor	Item		Total	
			<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>		
Ketangguhan diri (Resiliensi)	Regulasi Emosi	Mampu untuk mengatur emosi	4	47	5	
			3	48		
				53		
			Menekan atensi dan perilaku diri	39	24 36 37	4
			Tetap tenang dalam keadaan yang menekan.	2 1	25 6	4
	Pengendalian Implus	Mampu untuk mengendalikan keinginan/kesukaan	21	11	6	
			54	17		
				45		
				46		
	Optimisme	Memandang keadaan secara positif	9	27	4	
			33 35			
		Berfikir optimis	10 26 40 34	7	5	
	<i>Causal Analysis</i>	Mampu untuk mengidentifikasi penyebab permasalahan.	12 15 19 44	8	5	
	Empati	Mampu menempatkan diri pada posisi orang lain	20	30 31 50	4	
	Ikut merasakan apa yang orang lain rasakan.	5 18 51	38	4		
<i>Self-Efficacy</i>	Yakin untuk memecahkan masalah.	23 29 43	13	4		
<i>Reaching Out</i>	Mampu meningkatkan aspek-aspek positif dalam kehidupan	42	22	4		
		49	32			
	Berani mengatasi ketakutan yang mengancam.	41 28	14 16 45 55	6		
Jumlah					55	

## E. Desain penelitian

Desain penelitian adalah bentuk usaha untuk mencari sesuatu yang dilakukan dengan metode tertentu, secara hati-hati, sistematis dan sempurna terhadap suatu permasalahan sehingga dapat terjawab.

### 1. Pendekatan Penelitian

Pendekatan penelitian ini menggunakan pendekatan empiris kuantitatif yaitu pendekatan yang memungkinkan pencatatan penelitian dalam bentuk angka. Pengertian penelitian kuantitatif menurut Sugiyono merupakan sebuah penelitian berupa angka-angka dan analisis-analisis menggunakan statistik.<sup>8</sup> Kemudian Zen Amiruddin menuturkan bahwa penelitian kuantitatif adalah penelitian yang dilakukan dengan pengumpulan data dan menggunakan daftar pertanyaan berstruktur (angket) yang disusun berdasarkan pengukuran terhadap variabel yang diteliti yang kemudian menghasilkan data kuantitatif.<sup>9</sup> Sedangkan menurut Ahmad Tanzeh dan Suyitno, yang dimaksud penelitian kuantitatif adalah penelitian yang menitik beratkan pada penyajian data yang berbentuk angka atau kualitatif yang diangkakan (skoring) yang menggunakan statistik.<sup>10</sup> Dengan kata lain, dalam penelitian kuantitatif peneliti berangkat dari sebuah teori (menguji sebuah teori) menuju data dalam bentuk angka dan berakhir

---

<sup>8</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D*, (Bandung: Alfabeta, 2011), h. 45.

<sup>9</sup> Zen Amiruddin, *Statistik Pendidikan*, (Yogyakarta: Teras, 2010), h. 1

<sup>10</sup> Tanzeh dan Suyitno, *Dasar-Dasar Penelitian*, (Surabaya: Lembaga Kajian Agama dan Filsafat (eLKAF), 2006), h. 45.

pada penerimaan atau penolakan dari teori yang telah diuji kebenarannya.

Penelitian kuantitatif bertumpu pada pengumpulan data dari lapangan. Data yang dimaksud berupa angka dari hasil pengukuran. Karena itu, dalam penelitian ini statistik berperan penting sebagai alat untuk menganalisis jawaban suatu masalah. Pendekatan kuantitatif ini mempunyai beberapa tujuan yaitu menunjukkan hubungan antar variabel, menguji teori, mencari generalisasi yang mempunyai nilai prediktif.

## 2. Jenis Penelitian

Jenis penelitian dengan metode eksperimen, yaitu Metode penelitian merupakan cara pemecahan masalah penelitian yang dilaksanakan secara terencana dan cermat dengan maksud mendapatkan fakta dan kesimpulan agar dapat memahami, menjelaskan, meramalkan dan mengendalikan keadaan.<sup>11</sup> Penelitian ini menggunakan jenis *Pre-Experimental Designs* yang menurut Sugiyono dikatakan *Pre-Experimental Designs*, karena desain ini belum merupakan ekperiment sungguh-sungguh dan masih terdapat variabel luar yang ikut berpengaruh terhadap terbentuknya variabel dependen.<sup>12</sup> Penelitian ini menggunakan desain *One Grup Pretest-Posttes*. Pada penelitian ini diberikan *pre-test* sebelum diberi perlakuan, dengan demikian hasil perlakuan dapat diketahui lebih akurat, karena dapat membandingkan

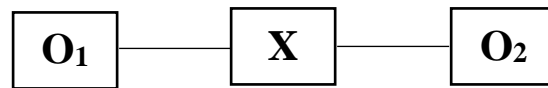
---

<sup>11</sup> Syamsuddin A. R dan Vismaia S. Damaianti, *Metode Penelitian. Pendidikan Bahasa* (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2011) h. 14

<sup>12</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif...* h.74

dengan keadaan sebelum diberi perlakuan.<sup>13</sup> Desain ini dapat digambarkan sebagai berikut:

**Gambar 3.1**  
**Desain One Grup *Pretest-Posttes***



Keterangan:

O<sub>1</sub> : *Pre-Test* diberikan sebelum dilakukan Bimbingan Kelompok Teknik Permainan Simulasi

X : Pemberian Bimbingan Kelompok Teknik Permainan Simulasi

O<sub>2</sub> : *Post-Tes* diberikan setelah dilakukan Bimbingan Kelompok Teknik Permainan Simulasi

Penulis menggunakan metode tersebut, karena penelitian ini ditujukan untuk menggambarkan dengan jelas bagaimana pengaruh pengaruh layanan bimbingan kelompok teknik permainan simulasi terhadap ketangguhan diri (resiliensi) atlet *eSport*. Data yang dibutuhkan adalah data yang sesuai dengan masalah-masalah yang ada dan sesuai dengan tujuan penelitian, sehingga dapat diketahui mengenai pengaruhnya dengan berdasarkan teori dan pengujian hipotesis.

## **F. Prosedur Penelitian**

Prosedur dalam penelitian ini memiliki beberapa tahapan yang akan dijelaskan pada tabel berikut:

---

<sup>13</sup> *Ibid.*, h. 74-75



**Tabel 3.2**  
**Tabel Tahapan Penelitian**

No	Tanggal	Kegiatan
1.	30 Desember 2018	Observasi kepada responden yang akan dijadikan sebagai bahan pembuatan latar belakang.
2.	30 April 2019	Uji kelompok kecil untuk mengetahui Validitas dan reabilitas pada angket yang akan digunakan untuk <i>pre-test</i> .
3.	25 Juni 2019	<p><b>Pra Bimbingan Konseling</b></p> <p>Menyebarkan angket <i>pre-test</i> pada tim UNIX dan ML Squad dan pembentukan kelompok di masing-masing tim.</p> <p><b>Tahap Permulaan</b></p>
4.	1 Juli – 30 Juli 2019	<p>Pada tahap permulaan sebelum pelaksanaan bimbingan kelompok teknik permainan simulasi konselor menjalin hubungan baik kepada responden.</p> <p>Konselor memberikan wawasan mengenai ketangguhan bagi atlet <i>eSport</i></p> <p>Memberikan pemahaman perlunya diberikan bimbingan kelompok teknik permainan simulasi</p> <p>Menjelaskan peran masing-masing anggota dan pembimbing pada proses bimbingan kelompok yang akan dilaksanakan</p> <p>Menjelaskan aturan kelompok dan mendorong anggota untuk berperan aktif dalam proses bimbingan kelompok teknik permainan simulasi.</p> <p><b>Tahap Peralihan</b></p> <p>Melakukan kegiatan selingan berupa permainan kelompok</p> <p>Me-review tujuan dan kesepakatan bersama,</p> <p>Memotivasi anggota untuk terlibat aktif mengambil manfaat dalam tahap inti.</p> <p>Mengingatkan anggota bahwa kegiatan akan segera memasuki tahap inti.</p> <p><b>Tahap Inti</b></p> <p>Mendorong tiap anggota untuk mengungkapkan topik yang perlu dibahas,</p> <p>Menetapkan topik yang akan diintervensi sesuai dengan tujuan bersama,</p> <p>Mendorong tiap anggota untuk terlibat aktif saling membantu,</p> <p>Melakukan permainan simulasi</p> <p>Mereview hasil yang dicapai dan menetapkan pertemuan selanjutnya</p> <p><b>Tahap Akhir</b></p> <p>Mengungkapkan kesan dan pesan keberhasilan yang dicapai oleh setiap anggota</p> <p>Merangkum proses dan hasil yang dicapai</p> <p>Mengungkapkan kegiatan lanjutan yang penting bagi anggota kelompok</p> <p>Menyatakan bahwa kegiatan akan segera berakhir</p> <p>Menyampaikan pesan dan harapan</p> <p><b>Paska Bimbingan Kelompok</b></p> <p>Mengevaluasi perubahan yang dicapai,</p> <p>Menetapkan tindak lanjut kegiatan yang dibutuhkan,</p> <p>Menyusun laporan bimbingan kelompok.</p> <p>Memberikan <i>post test</i></p>

## G. Analisis Data

### 1. Sumber Data

Sumber data adalah subjek dimana data diperoleh. Sumber data yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan data primer. Data primer merupakan sumber data yang diperoleh langsung dari sumber asli (tidak melalui media perantara) dengan menggunakan kuisioner (daftar pertanyaan terstruktur). Dalam penelitian ini data primer diperoleh langsung dari pertanyaan terstruktur.<sup>14</sup> Dalam penelitian ini data primer diperoleh langsung dari pemain *game* dan atlet *eSport* sebagai subyek penelitian dengan memberikan kuesioner atau angket.

### 2. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data adalah cara-cara yang dapat digunakan oleh peneliti untuk mengumpulkan data. Teknik pengumpulan data merupakan langkah yang paling utama dalam penelitian, karena tujuan utama dari penelitian adalah mendapatkan data.<sup>15</sup> penelitian ini, untuk memperoleh data yang diperlukan menggunakan metode Angket. Metode pengumpulan data dengan angket dilakukan dengan cara menyampaikan sejumlah pertanyaan tertulis untuk dijawab secara tertulis pula oleh responden.<sup>16</sup> Angket juga dapat diartikan sebagai daftar pertanyaan yang disusun sedemikian rupa, terstruktur dan

---

<sup>14</sup> Ida Bagoes Mantra, *Filsafat Penelitian dan Metode Penelitian Sosial*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2004), h. 130.

<sup>15</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian...*, h. 308

<sup>16</sup> Nurul Zuriyah, *Metodologi Penelitian Sosial dan Pendidikan* (Jakarta: Bumi Aksara, 2002) h. 182.

terencana, dipakai untuk mengumpulkan data kuantitatif yang digali dari responden.<sup>17</sup> Angket merupakan kumpulan pertanyaan-pertanyaan yang tertulis yang digunakan untuk memperoleh informasi dari responden tentang diri pribadi atau hal-hal yang diketahui.<sup>18</sup> Pada penelitian ini angket digunakan untuk memperoleh data mengenai ketanggahan diri (resiliensi) atlet *eSport* berdasarkan adaptasi dari skala likert yang telah peneliti sesuaikan dengan kebutuhan penelitian, yang dilengkapi dengan 5 alternatif jawaban yaitu: sangat sesuai, sesuai, kurang sesuai, tidak sesuai, dan sangat tidak sesuai.

**Tabel 3.3**  
**Pemberian Skor Angket Berdasarkan Skala Likert**

No.	Pernyataan Positif		Pernyataan Negatif	
	Skor	Keterangan	Skor	Keterangan
1.	5	Sangat Sesuai	1	Sangat Sesuai
2.	4	Sesuai	2	Sesuai
3.	3	Kurang Sesuai	3	Kurang Sesuai
4.	2	Tidak Sesuai	4	Tidak Sesuai
5.	1	Sangat Tidak Sesuai	5	Sangat Tidak Sesuai

Terdapat lima puluh lima Instrumen pernyataan maka skor total terendah adalah 55 (hasil perkalian antara skor 1 dengan banyaknya jumlah pernyataan 55 butir), dan skor total tertinggi adalah 275 (hasil perkalian antara skor 5 dengan banyaknya jumlah pernyataan 55 butir).

<sup>17</sup> Ahmad Tanzeh, *Metodologi Penelitian...*, h. 90

<sup>18</sup> Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2006) h. 225.

**Tabel 3.4**  
**Skor Resiliensi Atlet *eSport***

No	Skor	Keterangan
1.	1 - 54	Sangat Tidak Mampu
2.	55 - 110	Tidak Mampu
3.	111 - 166	Cukup Mampu
4.	167 - 224	Mampu
5.	225 - 275	Sangat Mampu

### 3. Analisa Data

Teknik analisis data yang digunakan diarahkan untuk menjawab rumusan masalah atau menguji hipotesis yang telah dirumuskan.<sup>19</sup> Adapun teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah:

#### a. Uji Validitas dan Uji Reliabilitas

Validitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat-tingkat kevalidan suatu instrumen. Suatu instrumen yang valid mempunyai validitas tinggi. Sebaliknya instrumen yang kurang valid berarti memiliki validitas yang rendah.<sup>20</sup>

Sebuah instrumen dikatakan valid apabila mampu mengukur apa yang diinginkan. Sebuah instrumen dikatakan valid apabila dapat diungkap data dari variabel yang diteliti secara tepat. Tinggi rendahnya instrumen menunjukkan sejauh mana data yang terkumpul tidak menyimpang dari gambaran tentang variabel yang dimaksud. Selanjutnya, hasil dari perhitungan signifikansi koefisien korelasi Pearson tersebut dibandingkan dengan derajat kesalahan yang ditoleransi ( $\alpha < 5\%$ ), maka suatu pernyataan dianggap valid,

<sup>19</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Kombinasi*, (Bandung: Alfabeta, 2011), h. 331

<sup>20</sup> Suharsimi Arikuntoro, *Prosedur Penelitian: Suatu ...*, h.168

sebaliknya jika signifikansi lebih besar daripada  $\alpha$  maka pernyataan dianggap tidak valid atau gugur.

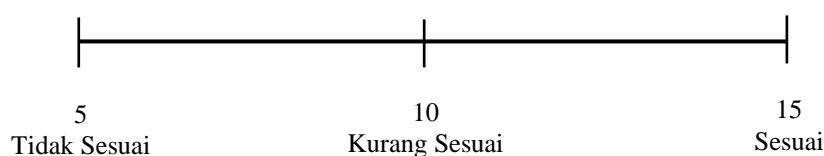
Peneliti menggunakan seorang ahli untuk proses validasi dengan bidang keahlian Bimbingan dan Konseling. Instrumen yang dibuat peneliti telah dinyatakan layak digunakan untuk penelitian apabila telah sesuai dengan kaidah bahasa Indonesia yang baik dan benar serta adanya kesesuaian antara variabel, indikator, deskriptor dengan item pernyataan skala resiliensi atlet *eSport*. Berikut hasil uji validitas konstruk yang telah divalidasi:

**Tabel 3.5**  
**Uji Validitas Konstruk**

No	Pernyataan	Skor
1.	Bagaimana kesesuaian antara variabel dan indikator	3
2.	Bagaimana kesesuaian antara indikator dan deskriptor	3
3.	Bagaimana kesesuaian antara deskriptor dan item	3
4.	Bagaimana kesesuaian sistematika bahasa yang digunakan pada item pernyataan skala resiliensi atlet <i>eSport</i>	3
5.	Bagaimana kesesuaian pilihan jawaban dengan item pernyataan pada skala resiliensi atlet <i>eSport</i>	3
Jumlah		15

Uji validitas konstruk pada tabel diatas terdapat skor tertinggi dengan nilai tiga dan jumlah butir lima pernyataan sehingga didapatkan hasil  $3 \times 5 = 15$ . Skala kriteria kesesuaian instrumen dapat dilihat melalui gambar dibawah ini untuk menentukan apakah instrumen layak atau tidak untuk diujikan.

**Gambar 3.2**  
**Skala Kriteria Kesesuaian Instrumen**



Setelah diketahui dari lembar penilaian menunjukkan skor pada uji ahli yaitu 15 menunjukkan bahwa telah sesuai. Jadi dapat disimpulkan bahwa instrumen skala resiliensi atlet *eSport* dapat digunakan dengan syarat harus diperbaiki menurut saran para ahli kemudian instrumen tersebut baru dinyatakan layak untuk uji kelompok kecil.

Reliabilitas adalah suatu instrumen yang dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpulan data karena instrumen tersebut sudah baik. Instrumen yang baik tidak akan bersifat tendensius atau mengarahkan responden untuk memilih jawaban-jawaban tertentu. Instrumen yang sudah dapat dipercaya, apabila ditanya benar-benar sesuai dengan kenyataan, maka berapakahpun diambil, tetap akan sama. Reliabilitas menunjukkan pada tingkat keandalan (dapat dipercaya).<sup>21</sup>

Tingkat reliabilitas dengan metode *Cronbach's Alpha* diukur berdasarkan skala 0 s.d 1. Apabila skala tersebut dikelompokkan dalam 5 kelas dalam *range* yang sama, maka ukuran kemantapan *Cronbach's Alpha* dapat dilihat pada interpretasi korelasinya ( $r$ ) sebagai berikut:<sup>22</sup>

**Tabel 3.6**  
**Indeks Reabilitas dan Interpretasinya**

<b>Koefisien alpha (<math>\alpha</math>)</b>	<b>Interprestasi (<math>r</math>)</b>
0,800 – 1,000	Sangat Reliabel
0,600 – 0,799	Reliabel
0,400 – 0,599	Cukup Reliabel
0,200 – 0,399	Tidak Reliabel
< 0,200	Sangat Tidak Reliabel

<sup>21</sup> *Ibid.*, h. 184

<sup>22</sup> Riduwan, *Metode & Teknik Menyusun Tesis*, (Bandung: Alfabeta, 2006), h. 110.

Penulis menggunakan SPSS 25 dalam hal ini untuk mengukur sejauh mana reliabilitas instrumen yang telah dikonsepsi oleh peneliti. Hasil uji reliabilitas. Berdasarkan hasil uji reliabilitas skala resiliensi atlet *eSport*, menunjukkan bahwa dari 55 item, diperoleh nilai reliabilitas *cronbach's Alpha* sebesar=0.711 yang berarti skala tersebut reliabel, berikut tabel hasil analisis reliabilitas instrumen:

**Tabel 3.7**  
**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
,711	55

b. Uji Normalitas

Pengujian normalitas data digunakan untuk menguji apakah data kontinu berdistribusi normal sehingga analisis validitas, reliabilitas, uji t, korelasi, dan regresi dapat dilaksanakan. Jika data berdistribusi normal maka digunakan uji statistik parametrik. Sedangkan bila data tidak berdistribusi normal maka digunakan uji statistik non parametrik.

Penelitian ini menggunakan pendekatan *Kolmogorof-Smirnov* untuk mendeteksi data dengan nilai sig. atau nilai probabilitas < 0,05 maka distribusi data tidak normal. Nilai sig. atau nilai probabilitas > 0,05 maka distribusi data normal. Berikut hasil uji normalitas dengan pendekatan *Kolmogrov-Smirnov*:

**Tabel 3.8**  
**One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test**

		Unstandardized Residual
N		30
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	Mean	,0000000
	Std. Deviation	7,13251736
Most Extreme Differences	Absolute	,088
	Positive	,088
	Negative	-,055
Test Statistic		,088
Asymp. Sig. (2-tailed)		,200 <sup>c,d</sup>

Berdasarkan tabel uji normalitas tersebut diketahui bahwa nilai Asymp sig.=0,200 > 0,05. Dari uraian tersebut maka data dapat dinyatakan berdistribusi normal, maka dapat dilakukan analisis data.

c. Uji T

Uji t digunakan untuk mengetahui pengaruh variabel-variabel bebas (*independent*) secara individu atau parsial terhadap variabel terikat (*dependent*).<sup>23</sup> Dasar pengambilan keputusan Uji t dilakukan sebagai berikut:

- a. Jika nilai  $t_{hitung} < t_{tabel}$  maka  $H_0$  diterima dan  $H_a$  ditolak. Berarti nilai koefisien regresi bimbingan kelompok teknik permainan simulasi (X) tidak signifikan atau tidak terdapat pengaruh yang signifikan antara bimbingan kelompok teknik permainan simulasi (X) terhadap ketangguhan diri (*Resiliensi*) atlet *eSport* (Y).

<sup>23</sup> Tulus Winarsunu, *Statistik dalam Penelitian Psikologi & Pendidikan*, (Malang: UMM Press, 2009), hal. 185



- b. Jika nilai  $t_{hitung} < t_{tabel}$  maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Berarti nilai koefisien regresi bimbingan kelompok teknik permainan (X) signifikan atau terdapat pengaruh yang signifikan antara bimbingan kelompok teknik permainan (X) terhadap ketangguhan diri (*Resiliensi*) atlet *eSport* (Y).