

BAB 3

METODE PENELITIAN

3.1 Metode Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan metode survey, kemudian berdasarkan tingkat explanasinya menggunakan pendekatan deskriptif korelasional. Penelitian kuantitatif merupakan penelitian yang menggunakan data berupa angka – angka yang selanjutnya akan dianalisis menggunakan statistik, penelitian ini merupakan penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivisme dimana dalam penelitian dilakukan pada populasi atau sampel tertentu, pengumpulan data menggunakan instrumen, dianalisis menggunakan statistik dan bertujuan untuk menguji hipotesis (Sugiyono, 2019:16). Metode survey digunakan dalam penelitian kuantitatif untuk mendapatkan data dari masa lalu atau masa kini untuk menguji hipotesis tentang variabel yang diambil dari populasi atau sampel dengan menggunakan teknik wawancara/kuisisioner (Sugiyono, 2019:57). Kemudian pendekatan deskriptif korelasional digunakan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan (Sugiyono, 2016:8). Adapun pendekatan korelasional penelitian yang dilakukan oleh peneliti untuk mengetahui tingkat hubungan antara dua variabel atau lebih, tanpa melakukan perubahan, tambahan atau memanipulasi terhadap data yang memang sudah ada (Arikunto, 2020:4).

Objek yang digunakan dalam penelitian adalah Hubungan Kesehatan mental dan motivasi belajar siswa pada pembelajaran PJOK dimasa pasca pandemi, kemudian subjek yang digunakan dalam penelitian adalah Siswa kelas XII IPS SMA Negeri 16 Bandung.

Lingkungan (*setting*) dalam penelitian menggunakan *setting* alamiah berbentuk studi lapangan di SMA Negeri 16 Bandung. Selanjutnya horizon waktu yang digunakan dalam penelitian ini adalah *cross section*.

3.1.1 Operasional Variabel

Menurut Sugiyono (2019:68) menyebutkan bahwa “variabel penelitian adalah suatu atribut atau sifat atau nilai dari orang, objek atau kegiatan yang memiliki variasi tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulan” Penelitian ini terdiri atas variabel independen dan variabel depende, yang selanjutnya dijabarkan sebagai berikut:

1. Variabel Independen atau Variabel Bebas (X)
2. Variabel independen yang digunakan dalam penelitian ini yaitu kesehatan mental
3. Variabel Dependen atau Variabel Terikat (Y)
4. Variabel dependen yang digunakan dalam penelitian ini yaitu motivasi belajar

Selanjutnya untuk mempermudah proses pengumpulan data, maka di buatlah tabel operasional variabel yang dapat mempermudah penjabaran dalam setiap variable. Adapun operasioal variabel tersebut dapat diuraikan sebagai berikut:

Gambar 3. 1 Operasional Variabel Indenpen (X)

Variabel	Dimensi Kesehatan Mental	Indikator Menurut (NHS Scotland, 2012)	Butir Pertanyaan		Jumlah
			No. Item Positif	No. Item Negatif	
Kesehatan Mental Siswa	Hedonis	A. Perasaan optimis, keceriaan, relaksasi.	1,2,3,4	5,6	6
		B. Hubungan interpersonal yang memuaskan.	7,8,9	10,11	5
		C. Fungsi positif (energi, kejernihan).	12,13,14	15,16	5
	Eudaimonik	A. Berpikir	17,18	19,20	4
		B. Penerimaan diri	21,22,	23	3
		C. Pengembangan pribadi	24,25,	26,27	4
		D. Penguasaan dan otonomi	28,29	30,31	4
Jumlah			21	15	31

Gambar 3. 2 Operasi Variabel Dependen (Y)

Variabel	Dimensi Motivasi Belajar	Indikator Menurut (International Journal of Medical Education,2018)	Butir Pertanyaan		Jumlah
			No. Item Positif	No. Item Negatif	
Motivasi Belajar	Harapan (berfokus pda keyakinan siswa bahwa mereka dapat menyelesaikan tugas)	A. Kontrol keyakinan belajar.	2,8	9,25	4
		B. Self efficacy	6,12,5,21,31	15,20,30	8
	Nilai (berfokus pada alasan siswa untuk terlibat dalam tugas akademik)	A. Orientasi tujuan instinsik	6,22	1,24	4
		B. Orientasi tujuan ekstrisik	7,25	11,13	4
		C. Keyakinan nilai tugas	4,10,27	17,23,26	6
	Pengaruh	A. Uji kecemasan	14,8,28	3,19	5
Jumlah			17	14	31

3.2 Prosedur Penelitian

Pada Sebuah penelitian terdapat prosedur penelitian yang harus dilaksanakan yang bertujuan untuk memperjelas alur penelitian yang akan dilakukan, oleh karena itu berikut langkah-langkah prosedur pada penelitian ini:

1) Tahap Awal

Pada tahap ini peneliti mencari fakta lapangan permasalahan yang akan diteliti dengan melakukan observasi di SMAN 16 Bandung, fakta dilapangan yang terjadi disekolah tersebut adalah mengenai kesehatan mental dan motivasi belajar siswa pasca terjadinya wajah covid-19, kemudian setelah menentukan permasalahan yang terjadi peneliti mengidentifikasi permasalahan yang terjadi untuk merumuskan masalah yang akan diteliti.

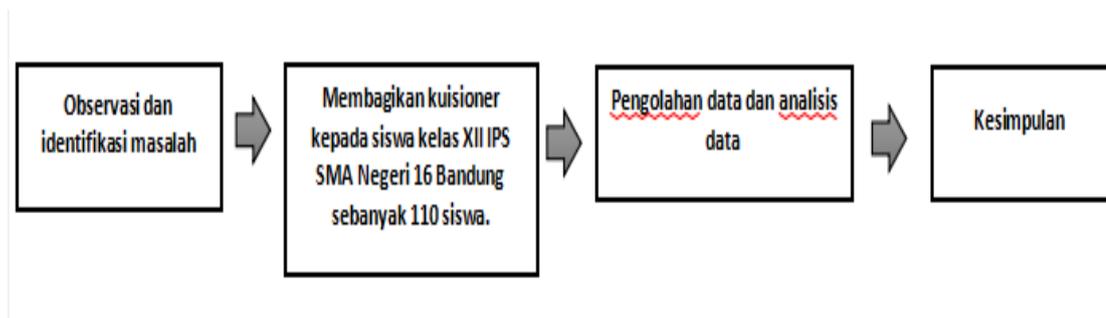
2) Tahap Pelaksanaan

Pada tahap pelaksanaan ini peneliti sudah melakukan penelitian kemudian hal yang pertama dilakukan pada penelitian ini adalah menentukan populasi yang akan diteliti, populasi pada penelitian ini adalah seluruh siswa kelas XII IPS SMA Negeri 16 Bandung yang berjumlah 210 siswa. Setelah menentukan populasi peneliti menentukan sampel untuk melakukan penelitian yang akan dilaksanakan. Kemudian peneliti melakukan penelitian dengan memberikan kuisioner pada siswa kelas XII IPS SMA Negeri 16 Bandung sebanyak 110 siswa.

3) Tahap Akhir

Setelah memberikan kuisioner kepada siswa yang dijadikan sampel kemudian peneliti mengolah dan menganalisis data yang kemudian akan diketahui hasil dari peneltian tersebut dan membuat kesimpulan apakah terdapat hubungan atau tidaknya antar variabel.

Gambar 3. 3 Alur Penelitian



3.3 Populasi dan Sampel

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek/subyek yang mempunyai kuantitas dan karakteristik tertentu yang diterapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2019:126). Populasi pada penelitian ini adalah seluruh siswa kelas XII IPS SMA Negeri 16 Bandung yang berjumlah 210 siswa.

Pengambilan sampel yang penulis gunakan dengan teknik simpel *random sampling*. Alasan menggunakan teknik simpel random sampling yaitu sebuah teknik pengambilan sampel yang dilakukan dengan memberikan kesempatan yang sama bagi seluruh anggota dari populasi untuk menjadi sebuah sampel penelitian. Kemudian jumlah sample ditentukan dengan Tabel Isaac dan Michael dengan tingkat kesalahan 5% sehingga jumlah sampel yang digunakan sebesar 110 siswa.

3.4 Instrumen Penelitian

Menurut (Kotler, 2019) Instrumen penelitian memegang peranan penting dalam upaya mencapai tujuan penelitian. Adapun instrumen penelitian yang digunakan oleh penulis berupa kuisisioner.

Penelitian dilakukan dengan menggunakan *Skala Likert* yaitu untuk mengukur sikap, pendapat dan presepsi seseorang atau kelompok tentang kejadian atau gejala social. Dengan menggunakan *Skala Likert* maka variabel – variabel akan dijabarkan menjadi dimensi kemudian dimensi dijabarkan menjadi indikator yang dapat dijadikan titik tolak untuk membuat sebuah pernyataan atau pertanyaan (Riduwan dan Sunarto, 2011:20). Adapun skor pengukuran variabel menggunakan *Skala Likert* yaitu:

Gambar 3. 4 Skor Pengukuran Variabel

No	Pilihan Jawaban	Skor	
		Pertanyaan Positif	Pertanyaan Negatif
1	Sangat Tidak Setuju (STS)	1	7
2	Tidak Setuju (TS)	2	6
3	Cukup Tidak Setuju (CTS)	3	5
4	Netral (N)	4	4
5	Cukup Setuju (CS)	5	3
6	Setuju (S)	6	2
7	Sangat Setuju (SS)	7	1

Menurut (Arikunto, 2010) “Ada beberapa langkah umum yang ditempuh dalam pengadaan instrumen”, diantaranya:

1. Perencanaan, di dalam perencanaan adanya seperti, perumusan tujuan, menentukan variabel, kategorisasi variabel. Dalam tes ini seperti perumusan tujuan, dan pembuatan tabel spesifikasi.
2. Penulisan butir soal, atau item kuisisioner, dan penyusunan skala.
3. Penyuntingan ialah melengkapi instrument dengan pedoman mengerjakan surat pengantar, kunci jawaban, dan lainnya.
4. Uji coba, baik dalam skala kecil ataupun besar.
5. Penganalisaan hasil, dan analisis item.
6. Mengadakan revisi terhadap item-item yang dirasa kurang baik, dan mendasarkan diri pada data yang diperoleh sewaktu peneliti menguji coba.
7. Perencanaan, di dalam perencanaan adanya seperti, perumusan tujuan, menentukan variabel, kategorisasi variabel. Dalam tes ini seperti perumusan tujuan, dan pembuatan tabel spesifikasi.
8. Penulisan butir soal, atau item kuisisioner, dan penyusunan skala.
9. Penyuntingan ialah melengkapi instrument dengan pedoman mengerjakan surat pengantar, kunci jawaban, dan lainnya.
10. Uji coba, baik dalam skala kecil ataupun besar.
11. Penganalisaan hasil, dan analisis item.
12. Mengadakan revisi terhadap item-item yang dirasa kurang baik, dan mendasarkan diri pada data yang diperoleh sewaktu peneliti menguji coba.

3.5 Teknik Pengumpulan Data

Penelitian yang dilakukan disusun berdasarkan data yang telah dikumpulkan dengan menggunakan beberapa metode. Adapun metode yang digunakan peneliti sebagai berikut:

1. Studi Kepustakaan

Pengumpulan data dengan studi kepustakaan dilakukan melalui pengumpulan informasi – informasi yang terdapat dalam surat kabar, jurnal, skripsi dan buku yang berkaitan dengan variabel yang di teliti sehingga mampu memberikan data secara teoritis yang dapat dijadikan sebagai bahan acuan ataupun sebagai perbandingan.

2. Kuisisioner

Pengumpulan data dengan kuisisioner dilakukan dengan menyebarkan seperangkat pertanyaan atau pernyataan mengenai variabel yang di teliti kepada responden yang mana responden tersebut harus menjawabnya untuk menghasilkan data yang kita butuhkan perencanaan, di dalam perencanaan adanya seperti, perumusan tujuan, menentukan variabel, kategorisasi variabel. Dalam tes ini seperti perumusan tujuan, dan pembuatan tabel spesifikasi.

3. Penulisan butir soal, atau item kuisisioner, dan penyusunan skala. Penyuntingan ialah melengkapi instrument dengan pedoman mengerjakan surat pengantar, kunci jawaban, dan lainnya.
4. Uji coba, baik dalam skala kecil ataupun besar.
5. Penganalisaan hasil, dan analisis item.
6. Mengadakan revisi terhadap item-item yang dirasa kurang baik, dan mendasarkan diri pada data yang diperoleh sewaktu peneliti menguji coba.

3.6 Uji Validitas dan Realibilitas

3.5.1 Uji Validitas

Uji validitas dilakukan terhadap kuisisioner yang terdiri atas item pernyataan yang telah disusun berdasarkan indikator – indikatornya, selanjutnya item pernyataan dalam kuisisioner tersebut dikatakan valid jika mampu mengungkapkan sesuatu yang akan diukur oleh kuisisioner tersebut (Ghozali, 2018:51). Peneliti melakukan uji validitas yang dibantu oleh software SPSS versi 26 yaitu untuk mencari korelasi dari setiap alat ukur secara keseluruhan dengan menggunakan rumus Pearson Product Moment. Dalam uji validitas ini akan menggunakan uji dua sisi dengan melihat r tabel dan r hitung dengan taraf signifikansi 0,05 (tingkat keyakinan 95%).

Kemudian item pernyataan yang terdapat dalam kuesioner dapat dikatakan valid jika $r_{hitung} > r_{tabel}$. Sehingga dapat disimpulkan apabila :

- Jika $r_{hitung} > r_{tabel}$ dapat dikatakan data tersebut valid
- Jika $r_{hitung} < r_{tabel}$ dapat dikatakan data tersebut tidak valid

Uji validitas dilakukan terhadap masing – masing variabel yang digunakan dalam penelitian. Untuk variabel Kesehatan Mental (X1) yang berisi 31

pernyataan, berikut merupakan hasil uji validitas yang dilakukan terhadap variabel X1 yang ditampilkan pada tabel dibawah ini.

1. Uji coba instrumen Kesehatan Mental

Berikut hasil uji coba kuisioner kesehatan Mental yang berisi 31 pernyataan dengan r_{tabel} 0.1576 dan dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 3. 1 Uji Validitas Kesehatan Mental

No	r hitung	r tabel	Keterangan	No	r hitung	r tabel	Keterangan
1	0.303	0.1576	Valid	17	0.328	0.1576	Valid
2	0.396	0.1576	Valid	18	0.367	0.1576	Valid
3	0.315	0.1576	Valid	19	0.353	0.1576	Valid
4	0.344	0.1576	Valid	20	0.455	0.1576	Valid
5	0.356	0.1576	Valid	21	0.334	0.1576	Valid
6	0.376	0.1576	Valid	22	0.426	0.1576	Valid
7	0.326	0.1576	Valid	23	0.232	0.1576	Valid
8	0.470	0.1576	Valid	24	0.345	0.1576	Valid
9	0.446	0.1576	Valid	25	0.301	0.1576	Valid
10	0.327	0.1576	Valid	26	0.328	0.1576	Valid
11	0.335	0.1576	Valid	27	0.337	0.1576	Valid
12	0.369	0.1576	Valid	28	0.343	0.1576	Valid
13	0.598	0.1576	Valid	29	0.307	0.1576	Valid
14	0.358	0.1576	Valid	30	0.341	0.1576	Valid
15	0.352	0.1576	Valid	31	0.316	0.1576	Valid
16	0.312	0.1576	Valid				

(Sumber: Hasil Olahan Data SPSS 26, 2023)

Berdasarkan Tabel 3.1 semua item pernyataan memiliki r_{hitung} lebih besar dari r_{tabel} sehingga dapat disimpulkan bahwa pernyataan untuk variabel Kesehatan Mental (X1) dapat dikatakan valid dan dapat digunakan untuk memperoleh data penelitian.

2. Uji coba instrumen Motivasi Belajar

Berikut hasil uji coba kuisioner motivasi belajar yang berisi 31 pernyataan dengan r tabel 0.1576 dan dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 3. 2 Uji Validitas Motivasi Belajar

No	r hitung	r tabel	Keterangan	No	r hitung	r tabel	Keterangan
1	0.359	0.1576	Valid	17	0.557	0.1576	Valid
2	0.316	0.1576	Valid	18	0.329	0.1576	Valid
3	0.365	0.1576	Valid	19	0.321	0.1576	Valid
4	0.414	0.1576	Valid	20	0.328	0.1576	Valid
5	0.307	0.1576	Valid	21	0.298	0.1576	Valid
6	0.329	0.1576	Valid	22	0.297	0.1576	Valid
7	0.342	0.1576	Valid	23	0.406	0.1576	Valid
8	0.319	0.1576	Valid	24	0.314	0.1576	Valid
9	0.348	0.1576	Valid	25	0.378	0.1576	Valid
10	0.330	0.1576	Valid	26	0.382	0.1576	Valid
11	0.385	0.1576	Valid	27	0.350	0.1576	Valid
12	0.419	0.1576	Valid	28	0.328	0.1576	Valid
13	0.321	0.1576	Valid	29	0.304	0.1576	Valid
14	0.395	0.1576	Valid	30.	0.466	0.1576	Valid
15	0.458	0.1576	Valid	31.	0.313	0.1576	Valid
16	0.252	0.1576	Valid				

(Sumber: Hasil Olahan Data SPSS 26, 2023)

Berdasarkan Tabel 3.2 semua item pernyataan memiliki r_{hitung} lebih besar dari r_{tabel} sehingga dapat disimpulkan bahwa pernyataan untuk variabel Motivasi Belajar (Y) dinyatakan valid dan dapat digunakan untuk memperoleh data penelitian. Setelah dilakukan uji validitas dan item pernyataan dinyatakan valid maka layak untuk dilanjutkan ke uji reliabilitas.

3.5.2 Uji Reabilitas

Uji reliabilitas dilakukan untuk mengetahui tingkat kekonsistenan suatu jawaban atas item pernyataan dalam kuesioner sehingga dapat diandalkan. Uji reliabilitas dalam penelitian ini menggunakan uji statistik *Cronbach's Alpha* (α), dikatakan reliabel jika nilai *Cronbach's Alpha* $> 0,70$. Jika semakin tinggi nilai *Cronbach's Alpha* hingga mendekati nilai 1 berarti kuesioner dikatakan baik dan kuat. Uji reliabilitas dilakukan terhadap semua variabel dalam penelitian. Berikut ini merupakan hasil uji reliabilitas:

Tabel 3. 3 Uji Reliabilitas

Variabel	Cronbach's Alpha	N of Items	Keterangan
Kesehatan Mental (X)	0.777	31	Reliabel
Motivasi Belajar (Y)	0.773	31	Reliabel

(Sumber: Hasil Olahan Data SPSS 26, 2023)

Berdasarkan Tabel 4.3 nilai *Cronbach's Alpha* atas variabel Kesehatan Mental (X), variabel Motivasi Belajar (Y) memiliki nilai lebih dari 0,70 sehingga dapat disimpulkan bahwa item pernyataan pada kuesioner atas variabel – variabel tersebut dapat dikatakan reliabel karena telah memenuhi kriteria. Dengan demikian semua variabel telah lulus uji reliabilitas sehingga data yang dihasilkan layak untuk digunakan dalam pengujian selanjutnya.

3.7 Teknik Analisis Data

Teknik analisis data merupakan tahap lanjutan dari pengumpulan data dan teknik analisis data ini hal yang penting dalam sebuah penelitian sebab akan menentukan hasil dari penelitian yang dilakukan. Teknik analisis data yang digunakan pada penelitian ini adalah analisis data kuantitatif dan menggunakan statistik deskriptif.

Penelitian statistik yaitu untuk menguji populasi melalui data sampel, bentuk pengujiannya adalah uji hipotesis statistik yaitu dengan menguji hipotesis nol, karena tidak dikehendaki adanya perbedaan antara populasi dan data sampel. Selanjutnya penelitian ini menggunakan uji korelasi yang bertujuan untuk mencari suatu hubungan antara variabel bebas dan terikat. Analisis yang dilakukan adalah

mencari rata-rata (*Mean*), Simpangan baku, ,varians, modus, nilai minimal dan nilai maksimal.

3.8 Uji Hipotesis

Dalam penelitian ini menggunakan Uji Hipotesis Uji Korelasi, ghozali (2018) mengatakan bahwa pengujian koefisien korelasi adalah uji untuk mencari hubungan dan membuktikan hipotesis hubungan dua variable bila kedua variable berbentuk interval atau ratio. Jika angka koefisien korelasi menghasilkan nilai positif, maka kedua variable mempunyai hubungan yang searah atau disebut dengan korelasi positif.

Kemudian untuk pengambilan keputusan dapat dilihat dari nilai r_{hitung} , dalam hal ini responden sebanyak 110 sehingga df dapat dihitung sebesar $110 - 2 = 108$ dengan $\alpha=0,05$ maka akan diketahui r_{tabel} sebesar 0.1576 dengan menggunakan rumus sebagai berikut:

$$r = \frac{n \sum_{i=1}^n X_i Y_i - \sum_{i=1}^n X_i \sum_{i=1}^n Y_i}{\sqrt{n \sum_{i=1}^n X_i^2 - (\sum_{i=1}^n X_i)^2} \sqrt{n \sum_{i=1}^n Y_i^2 - (\sum_{i=1}^n Y_i)^2}}$$

Korelasi ini dilambangkan (r) dengan ketentuan nilai r tidak lebih dari harga (-1 ≤ r ≤ +1). Apabila nilai r = -1 artinya korelasi negatif sempurna; r = 0 artinya tidak ada korelasi; r = 1 berarti korelasi sangat kuat, sedangkan arti harga r akan diartikan dengan tabel interpretasi nilai r sebagai berikut:

Tabel 3. 4 Interpretasi Koefisien Korelasi Nilai r

Interval Koefisien	Tingkat Hubungan
0,80 – 1.000	Sangat kuat
0,60 – 0,799	Kuat
0,40 – 0,599	Cukup Kuat
0,20 – 0,499	Rendah
0,00 – 0,199	Sangat rendah

Adapun hipotesis yang peneliti buat sebagai berikut :

H_0 : Tidak ada hubungan antara kesehatan mental dan motivasi belajar siswa pada pembelajaran PJOK dimasa pasca pandemic

H_a : ada hubungan antara kesehatan mental dan motivasi belajar siswa pada pembelajaran PJOK dimasa pasca pandemic

Apabila koefisien korelasi $> r$ tabel maka H_a diterima sedangkan apabila koefisien korelasi $< r$ tabel maka H_0 diterima selanjutnya untuk melihat signifikansi hubungan dapat dilihat dari nilai signifikansi apabila nilai signifikansi $< 0,05$ maka ada hubungan yang signifikan, sedangkan apabila nilai signifikansi $> 0,05$ maka tidak ada hubungan yang signifikan