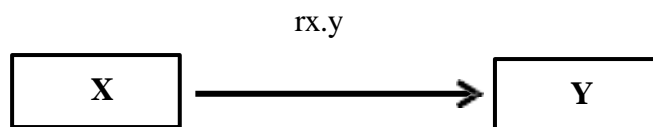


## BAB III

### METODE PENELITIAN

#### 3.1 Desain Penelitian

Jenis penelitian ini merupakan penelitian korelasional. Penelitian korelasional yaitu penelitian yang dilakukan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara kedua atau beberapa variabel (Arikunto 2010: 247). Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode survei, sedangkan teknik dan pengumpulan data menggunakan angket dan tes kebugaran jasmani . Metode survei adalah penyelidikan yang diadakan untuk memperoleh fakta-fakta dari gejala-gejala yang ada dan mencari kekurangan-kekurangan secara faktual (Arikunto, 2010: 56). Untuk lebih mudah memahami, maka desain penelitian dapat dilihat dalam bagan di bawah ini:



Gambar 3.1 Desain Penelitian

Keterangan:

X : Intensitas penggunaan *smartphone* untuk bermain *game online*

Y : Kebugaran jasmani siswa

rx.y : Hubungan antara intensitas penggunaan *smartphone* untuk bermain *game online* dengan kebugaran jasmani

#### 3.2 Populasi dan Sampel

Menurut Sugiyono (dalam Abdurrahman & Isyani, 2021) populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek/subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Populasi juga dapat dipahami sebagai semua data yang diminati dalam rentang dan periode waktu tertentu (Zuriah dalam Abdurrahman & Isyani, 2021). Populasi merupakan semua data yang akan menjadi pusat perhatian seorang peneliti di dalam ruang lingkup dan waktu yang telah ditentukan (Margono dalam Saputra & Riyadi, 2017) Populasi dalam.

penelitian ini adalah seluruh Siswa SMA Negeri 24 Bandung.

Sampel adalah sebagian kecil dari kuantitas dan karakteristik yang dimiliki oleh suatu populasi. (Sugiyono dalam Handayani & Subakti, 2020). Sampel juga merupakan bagian dari populasi, sebagai contoh yang diambil dengan menggunakan cara-cara tertentu” (Riyanto dalam Abdurrahman & Isyani, 2021). Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah purposive sampling. Menurut Sugiyono (2019) purposive sampling adalah teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu. Artinya pengambilan sampel didasarkan pada pertimbangan atau kriteria tertentu yang telah dirumuskan terlebih dahulu oleh peneliti. Kriteria dalam sampel penelitian ini adalah siswa SMAN 24 Bandung, siswa yang menggunakan *smartphone* dan siswa yang bermain *game online* pada *smartphone*. Karena menggunakan Purposive sampling maka sampel untuk penelitian ini adalah siswa yang bermain *game online* pada *smartphone* yang di ambil dari angket yang sudah di sebar melalui *gform* dan di ambilah sampel penelitian 25 orang siswa kelas XI yang sudah memenuhi kriteria sampel penelitian adapun kriteria sampel penelitian ini adalah siswa kelas XI SMAN 24 Bandung dan siswa yang aktif bermain *game online* menggunakan *smartphone*.

### **3.3 Waktu dan Lokasi Penelitian**

Tempat penelitian yaitu di SMA Negeri 24 Bandung yang beralamat di JL. A.H. NASUTION NO. 27, Pasir Endah, Kec. Ujungberung, Kota Bandung Prov. Jawa Barat. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan November 2023.

### **3.4 Instrumen Penelitian**

Menurut Sugiyono (dalam Abdurrahman & Isyani, 2021) “instrumen penelitian adalah alat yang digunakan untuk mengukur variabel yang diamati”. Sedangkan menurut Zuriah (dalam Abdurrahman & Isyani, 2021) “instrumen penelitian adalah alat bantu bagi peneliti dalam mengumpulkan data”. Instrumen

yang digunakan untuk mengumpulkan data dalam penelitian ini berupa angket dan tes TKJI. Bentuk angket yang digunakan adalah angket tertutup, artinya responden hanya boleh memilih jawaban yang telah disediakan peneliti.

#### - Kisi-kisi Instrumen Intensitas Bermain *Game Online*

**Sumber :** Adopsi dari angket penelitian yang dilakukan oleh Muhamad Lukman Irvani yang berjudul “hubungan antara intensitas bermain *game mobile online* dengan kemampuan motorik siswa kelas VII di SMP Negeri 4 Ngaglik.” Intensitas Bermain *Game Online*

**Tabel 3. 1** Kisi-kisi Instrumen Intensitas Bermain Game Online

Variabel	Indikator	Butir	
		Positif	Negatif
Intensitas bermain <i>game online</i>	Frekuensi bermain <i>game</i>		1, 2, 3, 4
	Waktu bermain <i>game</i>	6	5, 7, 8, 9
	Jenis permainan <i>game</i>		10, 11, 12, 13
	Kecanduan bermain <i>game</i>		14, 15, 16, 17
	Tujuan bermain <i>game</i>	19	20, 18
Jumlah		20	

Instrumen atau alat yang digunakan untuk mengukur intensitas bermain game online berupa angket tertutup. Arikunto (2010: 168), menyatakan bahwa angket tertutup adalah angket yang disajikan dalam bentuk sedemikian rupa sehingga responden tinggal memberikan tanda check list (√) pada kolom atau tempat yang sesuai, dengan angket langsung menggunakan skala bertingkat. Skala bertingkat dalam angket ini menggunakan modifikasi skala Likert dengan empat pilihan jawaban yaitu, Selalu (SL), Sering (SR), Kadang-kadang (KD), dan Tidak Pernah (TP).

**Tabel 3. 2** Alternatif Jawaban Angket

Pernyataan	Alternatif Pilihan			
	SL	SR	KD	TP
Positif	1	2	3	4
Negatif	4	3	2	1

Penyusunan instrumen, Hadi (1991: 9), menyatakan bahwa digunakan langkah-langkah sebagai berikut:

- a. Menetapkan indikator-indikator pada masing-masing variabel dalam bentuk kisi-kisi dalam menyusun instrumen.
- b. Dari kisi-kisi kemudian dijabarkan sebagai butir-butir pertanyaan yang merupakan instrumen penelitian.
- c. Instrumen ini selanjutnya dikonsultasikan kepada ahli atau dosen pembimbing guna memperoleh masukan dari dosen pembimbing atau ahli.
- d. Mengadakan perbaikan instrumen sesuai masukan dari ahli.

#### **3.4.1 Tes Kebugaran Jasmani Indonesia (TKJI)**

Tes Kebugaran Jasmani menurut TKJI (2020). Tes kebugaran jasmani adalah serangkaian uji yang dirancang untuk mengukur tingkat kebugaran fisik seseorang. Ini mencakup aspek-aspek seperti kekuatan, daya tahan kardiorespiratori, fleksibilitas, dan komposisi tubuh. Tes ini membantu menilai kesehatan fisik dan kemampuan seseorang dalam menjalani aktivitas sehari-hari atau kegiatan olahraga. Tes kebugaran jasmani juga merupakan suatu baterai tes yang digunakan oleh seorang guru untuk menentukan tingkat kebugaran jasmani peserta didiknya di sekolah. Tes Kebugaran Jasmani Indonesia (TKJI) yang telah disusun oleh Kemendiknas pada tahun 2010 (Komaroduin, 2016) dikelompokkan menjadi 4 Kelompok tes berdasarkan pada kategori umur peserta didik, yaitu (1) Kelompok umur 6-9 tahun, (2) Kelompok Umur 10-12 tahun, (3) Kelompok umur 13-15 tahun, dan (4) Kelompok umur 16- 19 tahun. Tes ini sudah memiliki derajat validitas dan reliabilitas yang jelas dan memenuhi syarat sebuah tes, derajat tersebut bisa dilihat pada table di bawah ini.

**Tabel 3. 3** Derajat Validitas dan Realibilitas TKJI

Tingkat Sekolah	Validitas	Reliabilitas
Sekolah Dasar (Usia 6-12 tahun)	0,92	0,89
SMP (Usia 13-15 tahun)	0,95	0,96
SMA (Usia 16-19 tahun)	0,92	0,72

Sumber: (Narlan & Juniar,2020)

#### A. Tes Lari Cepat (*Sprint*) 60 Meter

##### 1) Tujuan

Tes ini bertujuan untuk mengetahui atau mengukur kecepatan lari siswa. Dalam tes ini jarak tempuh setiap kelompok umur disesuaikan dengan tingkat perkembangan peserta didik, jarak tersebut bisa dilihat pada tabel di bawah ini.

**Tabel 3. 4** Kriteria Jarak Tes Lari Cepat (*Sprint*)

Kelompok umur (Tahun)	Jarak		Keterangan
	Putra	Putri	
6 - 9	30 meter	30 meter	Waktu dicatat sampai persepuluh detik
10 - 12	40 meter	40 meter	
13 - 15	50 meter	50 meter	
16 - 19	60 meter	60 meter	

##### 2) Peralatan yang digunakan

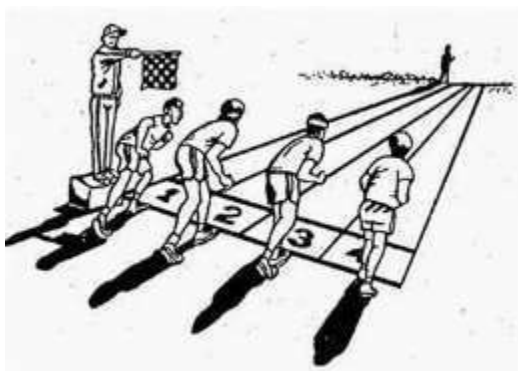
- Lintasan lari yang rata dan tidak licin.
- Bendera start 1 buah.
- Cone/tiang untuk batas garis finish 2 buah.
- Stopwatch.
- Formulir tes & pulpen.

## 3) Petugas

- 1 orang.
- Pengambil waktu 1 orang.
- Pencatat hasil 1 orang.
- Pembantu lapangan 1 orang

## 4) Pelaksanaan

- Siswa berdiri di belakang garis start dengan posisi sikap start berdiri.
- Dengan aba-aba “Siap... Ya”, siswa berlari secepat mungkin sampai ke garis finish.
- Petugas pengambil waktu yang berdiri di garis finish, mulai menyalakan stopwatch-nya saat petugas pemegang bendera start mengangkat benderanya, kemudian memamatkannya setelah siswa melewati garis finish.
- Tes diberikan sebanyak 2 kali kesempatan.



**Gambar 3. 1 Tes Lari Cepat (Sprint)**

Sumber: (Narlan & Juniar, 2020)

## 5) Penilaian

Skor yang diambil adalah waktu tempuh terbaik sampai sepersepuluh detik dari dua kali kesempatan yang dilakukan. Kemudian berikan penilaian berdasarkan kriteria kelompok umur pada tabel di bawah ini.

**Tabel 3. 5 Norma Nilai Lari Cepat (dalam detik) (Komarudin, 2016)**

Nilai	Umur 16-19 Tahun	
	Putra	Putri

5	< 7.3	< 8.5
4	7.3 - 8.3	8.5 - 9.8
3	8.4 - 9.6	8.5 - 9.8
2	9.7 - 11	9.9 - 11.4
1	>11.0	>13.4

Sumber: (Narlan & Juniar, 2020)

## B. Angkat Tubuh (*Pull Up*)

### 1) Tujuan

Tes ini memiliki tujuan untuk mengetahui dan mengukur kekuatan dan ketahanan otot lengan dan bahu. Tes ini terdapat dua bentuk yaitu: tes gantung sikut angkat tubuh dikhususkan untuk putra kelompok usia 13-15 tahun dan usia 16-19 tahun selama 60 detik; tes gantung sikut tekuk untuk putrax-putri kelompok usia 6-9 tahun dan 10-12 tahun selama 30 detik dan untuk putri kelompok usia 13-15 tahun dan usia 16-19 tahun selama 60 detik.

**Tabel 3. 6** Kriteria Waktu Tes Angkat Tubuh (*Pull Up*)

Kelompok Umur (Tahun)	Waktu		Keterangan
	Putra	Putri	
6 – 9	30 detik		Gantung sikut tekuk
10 – 12			
13 – 15	60 detik		Putra: Gantung Sikut Angkat Tubuh
16 – 19			Putri: Gantung sikut tekuk

Sumber: (Narlan & Juniar, 2020)

### 2) Peralatan yang digunakan

- Palang tunggal yang bias disesuaikan dengan tinggi badan.
- Stopwatch.
- Formulir tes & Pulpen.

### 3) Petugas

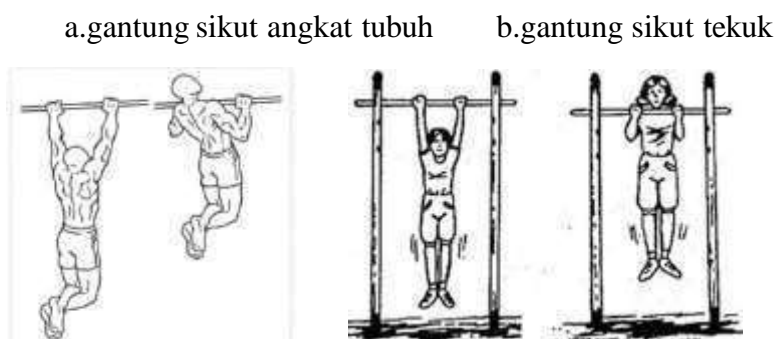
- 1 orang pemegang stopwatch.
- 1 orang pengawas
- 1 orang pencatat hasil

### 4) Pelaksanaan

- Siswa berdiri di bawah palang tunggal.
- Saat aba-aba “Siap”, siswa lompat untuk memegang palang tunggal dengan

posisi telapak tangan menghadap ke kepala. Kemudian setelah aba-aba “Ya” siswa melakukan tes selama waktu yang sudah ditentukan.

- Siswa putra melakukan gantung sikut angkat tubuh dan siswa putri melakukan gantung sikut tekuk selama 60 detik. Kecuali siswa kelompok usia 6-12 tahun, seluruhnya melakukan gantung sikut tekuk selama 30 detik.



**Gambar 3. 2** Tes Angkat Tubuh (*Pull Up*)

Sumber: (Narlan & Juniar, 2020)

#### 5) Penilaian

Skor yang diambil adalah sebagai berikut:

- Tes gantung sikut angkat tubuh: jumlah frekuensi melakukan angkat tubuh.
- Tes gantung sikut tekuk : waktu yang didapat dalam mempertahankan posisi menggantung.

Berikan penilaian terhadap skor yang didapat sesuai dengan norma tesangkat tubuh (*Pull Up*) pada table di bawah ini.

**Tabel 3. 7** Norma nilai Tes Angkat Tubuh (*Pull Up*) (Komarudin, 2016)

Nilai	Umur 16-19 Tahun	
	Putra	Putri
5	≥ 19 kali	≥ 40 detik
4	14 – 18 kali	20 – 39 detik
3	9 – 13 kali	08 – 19 detik

Nilai	Umur 16-19 Tahun	
	Putra	Putri
2	5 – 8 kali	02 – 07 detik
1	< 5 kali	< 02 detik

Sumber:(Narlan&Juniar, 2020)



### C. Baring Duduk (*Sit-Up*)

#### 1.) Tujuan

Tes ini bertujuan untuk mengetahui atau mengukur kekuatan atau ketahanan otot perut. Sasaran tes ini adalah siswa kelompok usia 6-9 tahun, 10-12 tahun, dan 16-19 tahun.

**Tabel 3. 8** Kriteria Waktu Tes Baring Duduk (*Sit Up*)

Kelompok umur (Tahun)	Waktu		Keterangan
	Putra	Putri	
6 - 9	30 detik		
10 - 12			
13 - 15	60 detik		
16 - 19			

Sumber: (Narlan & Juniar, 2020)

#### 2.) Peralatan yang digunakan

- Lantai/rumput yang rata
- Matras/alas yang bersih
- Stopwatch
- Formulir tes & Pulpen

#### 3.) Petugas

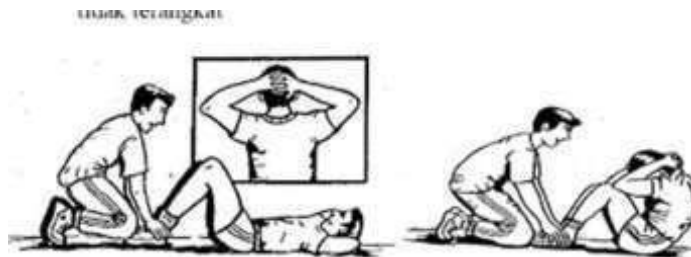
- 1 orang pemegang stopwatch
- 1 orang pembantu lapangan
- 1 orang pencatat hasil

#### 4.) Pelaksanaan

- Sikap awal siswa berbaring terlentang dilantai, kedua lutut ditekuk membentuk sudut 90° dan kedua tangan berpegangan di belakang kepala menyentuh lantai. Petugas atau siswa lain membantu memegang pergelangan kaki siswa yang akan melaksanakan tes.
- Pada aba-aba “Mulai” peserta bergerak mengangkat tubuh hingga kedua sikunya menyentuh kedua paha dekat lutut, kemudian kembali lagi ke sikap

awal terlentang hingga kedua lengan menyentuh lantai.

- Siswa melakukan kegiatan tersebut secara berulang-ulang sampai waktu yang ditentukan habis.



**Gambar 3. 3** Tes Baring Duduk (*Sit Up*)

Sumber: (Narlan & Juniar, 2020)

#### 5.) Penilaian

Skor yang diambil adalah jumlah pengulangan angkatan yang sempurna (frekuensi) selama waktu yang ditentukan selesai. Skor tidak dihitung atau nol (0) apabila: (1) kedua tangan lepas dari kepala saat mengangkat badan, (2) kedua sikutidak sampai menyentuh paha dekat lutut, (3) badan dan lengan tidak sampai menyentuh lantai saat kembali terlentang ke sikap awal. Berikan penilaian terhadap skor yang dapat sesuai dengan norma nilai tes baring duduk (*sit up*) padatablel dibawah ini.

**Tabel 3. 9** Norma Nilai Tes Baring Duduk (*Sit Up*)

Nilai	Umur 16-19 Tahun	
	Putra	Putri
5	≥ 41 kali	≥ 29 kali
4	30 – 40 kali	20 – 28 kali
3	21 – 29 kali	10 – 19 kali
2	10 – 20 kali	3 – 9 kali
1	< 10 kali	< 3 kali

Sumber: Tes Kebugaran Jasmani Indonesia (2020)

#### **D. Loncat Tegak (*Vertical-Jump*)**

##### 1) Tujuan

Tes ini memiliki tujuan untuk mengetahui atau mengukur daya ledak atau tenaga eksplosif otot tungkai. Sasaran dari tes ini adalah seluruh kelompok umur siswa sekolah mulai dari 6-19 Tahun.

## 2) Peralatan yang digunakan

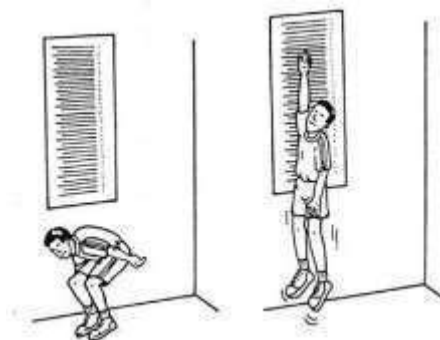
- Papan berskala sentimeter ukuran 30 x 150 cm.
- Dinding yang rata.
- Serbuk kapur atau magnesium
- Penghapus/lap
- Formulir tes & Pulpen

## 3) Petugas

- 1 orang pembantu lapangan
- 1 orang pencatat hasil

## 4) Pelaksanaan

- Siswa mengolesi ujung jari dengan serbuk kapur, berdiri tegak dekat dinding di bawah papan skala dengan posisi kedua kaki rapat.
- Siswa mengangkat tangan hingga lurus vertikal, menyentuh papan skala sampai meninggalkan bekas raihan jarinya dengan posisi telapak kaki tetap dilantai (tidak jinjit). Petugas mencatat hasil raihan siswa sebelum melakukan lompatan.
- Kemudian siswa mengambil sikap menekuk lutut, kedua lengan diayun ke belakang, selanjutnya meloncat setinggi mungkin sambil menepuk papan skala dengan ujung jarinya hingga meninggalkan bekas. Setelah itu petugas mencatat hasil lompatan siswa.
- Siswa melakukan kegiatan ini sebanyak 3 kali kesempatan.



**Gambar 3. 4** Tes Loncat Tegak (*Vertical Jump*)

Sumber: (Narlan & Juniar, 2020)

## 5) Penilaian

Skor yang diambil adalah selisih terbesar dari hasil lompatan dengan

hasil raihan yang dilakukan sebanyak 3 kali kesempatan. Kemudian selisih tersebut dibandingkan dengan norma nilai tes loncat tegak (*vertical jump*) pada tabel di bawah ini

**Tabel 3. 10** Norma Nilai Tes Loncat Tegak (*Vertical Jump*)  
(Komarudin, 2016)

Nilai	Umur 16-19 tahun	
	Putra	Putri
5	$\geq 73$ cm	$\geq 50$ cm
4	60 – 72 cm	39 – 49 cm
3	50 – 59 cm	31 – 38 cm

Nilai	Umur 16-19 tahun	
	Putra	Putri
2	39 – 49 cm	23 – 30 cm
1	$< 39$ cm	$< 23$ cm

#### 6) Tujuan

Tes ini bertujuan untuk mengetahui atau mengukur daya tahan paru-jantung (cardiovascular) siswa. Sasaran dari tes ini adalah seluruh siswa sekolah yang disesuaikan dengan kelompok usia dan jenis kelaminnya. Lebih jelasnya bias dilihat pada tabel di bawah ini.

**Tabel 3. 11** Kriteria Jarak Tes Lari Jarak Sedang

Kelompok umur (Tahun)	Jarak		Keterangan
	Putra	Putri	
6 - 9	600 meter		
10 - 12			
13-15	1000 meter	800 meter	
16-19	1200 meter	1000 meter	

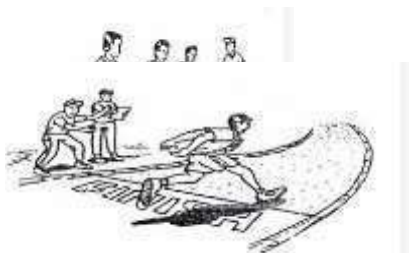
Sumber: (Narlan & Juniar, 2020)

#### 7) Peralatan yang digunakan

- Lintasan lari minimal 400 meter
- Bendera start 1 buah
- 2 buah tiang pancang/tongkat untuk garis finish
- Stopwatch
- Formulir tes & Pulpen

#### 8) Pelaksanaan

- Siswa berdiri di belakang start.
- Pada aba-aba “Siap”. Siswa bersiap dengan sikap start berdiri untuk berlari
- Saat aba-aba “Mulai/Ya” dari petugas starter sambil mengacungkan bendera, petugas lain mulai menyalakan penghitung waktu (stopwatch), siswa berlari mengelilingi lintasan lari sesuai dengan jarak yang sudah ditentukan.
- Siswa berlari dengan intensitas secara bebas (lambat/cepat tergantung siswanya) sampai garis finish.
- Petugas mencatat waktu siswa yang didapat setelah melewati garis finish.



**Gambar 3. 5** Tes Lari Jarak Menengah

#### 9) Penilaian

Skor yang diambil adalah raihan waktu yang didapat dari mulai start sampai dengan finish. Setelah waktu raihan sampai finish di catat, kemudian berikan penilaian terhadap hasil tersebut sesuai dengan tabel di bawah ini.

**Tabel 3. 12** Norma Nilai Tes Lari Jarak Sedang

(Komarudin, 2016)

Nilai	Umur 16-19 Tahun	
	Putra	Putri
5	$\leq 03'14''$	$\leq 03'52''$
4	$03'15'' - 04'25''$	$03'53'' - 04'56''$
3	$04'26'' - 05'12''$	$04'57'' - 05'58''$

2	05'13'' – 06'33''	05'59'' – 07'23''
1	≥ 06'34''	≥ 07'24''

**Tabel 3. 13** Norma Tes Kebugaran Jasmani Indonesia (TKJI)

No.	Jumlah Nilai	Klasifikasi
1	22-25	Baik Sekali (BS)
2	18-21	Baik (B)
3	14-17	Sedang (S)
4	10-13	Kurang (K)
5	5-9	Kurang Sekali (KS)

### 3.5 Validitas dan Reliabilitas

Instrumen angket intensitas bermain game mobile online dalam penelitian ini tidak menggunakan uji coba. Hal tersebut dikarenakan penelitian sudah melakukan proses validasi ahli yaitu dengan Bapak Dr. Yudanto, M.Pd. Peneliti hanya menggunakan teknik one shoot. Seperti yang diungkapkan Ghazali (2012: 48), bahwa “One shoot atau pengukuran sekali saja, pengukurannya hanya sekali dan kemudian hasilnya dibandingkan dengan pernyataan lain atau mengukur jawaban antar pernyataan.” Hasil analisis validitas dan reliabilitas instrumen angket intensitas bermain game mobile online sebagai berikut:

#### 3.5.1 Uji Validitas

Pendapat Arikunto (2010: 96) bahwa “validitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat-tingkat kevalidan atau kesahihan sesuatu instrumen”. Menghitung validitas menggunakan rumus korelasi yang dikenal dengan rumus korelasi *Product Moment* (Arikunto, 2010: 46). Nilai  $r_{xy}$  yang diperoleh akan dikonsultasikan dengan harga *product moment* pada taraf signifikansi 0,05. Bila  $r_{xy} > r_{tab}$  maka item tersebut dinyatakan valid. Perhitungannya menggunakan SPSS 20. Hasil uji validitas instrumen pada tabel 5 sebagai berikut:

**Tabel 3. 14** Hasil Uji Validitas Instrumen Bermain Game Online

Butir	r hitung	r tabel (df 132;5%)	Keterangan
01	0,337	0,170	Valid
02	0,254	0,170	Valid
03	0,356	0,170	Valid
04	0,303	0,170	Valid
05	0,630	0,170	Valid
06	0,697	0,170	Valid
07	0,344	0,170	Valid
08	0,205	0,170	Valid
09	0,237	0,170	Valid
10	0,734	0,170	Valid
11	0,642	0,170	Valid
12	0,725	0,170	Valid
13	0,758	0,170	Valid
14	0,562	0,170	Valid
15	0,388	0,170	Valid
16	0,711	0,170	Valid
17	0,736	0,170	Valid
18	0,734	0,170	Valid
19	0,608	0,170	Valid
20	0,389	0,170	Valid

Berdasarkan hasil analisis pada tabel 5 di atas, menunjukkan bahwa dari 20 butir semua butir valid. Hal tersebut dikarenakan  $r_{hitung} > r_{tabel}$  (df 132) sehingga 20 butir valid layak digunakan untuk penelitian.

### 3.5.2 Uji Reliabilitas

Reliabilitas instrumen mengacu pada satu pengertian bahwa sesuatu instrumen cukup dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpul data

karena instrumen tersebut sudah baik (Arikunto, 2010: 41).

Analisis keterandalan butir hanya dilakukan pada butir yang dinyatakan sah saja dan bukan semua butir yang belum diuji. Untuk memperoleh reliabilitas menggunakan rumus *Alpha Cronbach* (Arikunto, 2010: 47). Berdasarkan hasil analisis, hasil uji reliabilitas instrumen pada tabel 6 sebagai berikut:

**Tabel 3. 15** Hasil Uji Reliabilitas

<i>Cronbach's Alpha</i>	<i>N of Items</i>
0,883	20

### 3.6 Analisis Data

Analisis data atau pengolahan data merupakan satu langkah penting dalam penelitian. Analisis yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis statistik yang menurut Hadi (1991: 221), bahwa analisis statistik adalah cara- cara ilmiah yang dipersiapkan untuk menyimpulkan, menyusun, menyajikan dan menganalisis data penelitian yang berwujud angka-angka.

#### 3.6.1 Statistik Deskriptif

Hasil kasar ini perlu diubah agar memiliki ukuran yang sama. Satuan ukuran pengganti ini adalah Skor T. Selanjutnya Skor T dari setiap jenis tes kemampuan dijumlahkan dan dibagi jumlah jenis item tes, sehingga didapatkan rerata Skor T. Hasil rerata Skor T selanjutnya akan dikonvensikan. Sudijono (2015: 176) menyatakan bahwa rumus *T-Score* sebagai berikut:

$$\frac{X - M}{10 (SD) + 50}$$

$$\frac{M - X}{10 (SD) + 50}$$

data *Standing board jump* (lompat jauh tanpa awalan/power tungkai), *Softball throw* (lempar bola *softball*/kekuatan otot lengan), *Wall pass* (lempar tangkap bola ke dinding/koordinasi), *Medicine ball-put* (lempar bola *medicine*/power lengan data lari 60 yard dash dan *zig-zag run*

Keterangan :



T = Nilai Skor-T

M = Nilai rata-rata data kasar

X = nilai data kasar

SD= standar deviasi data kasar

Kemudian nilai Skor T dari ke empat item dijumlahkan, sehingga didapat total Skor T. Hasil total Skor T menjadi dasar untuk menentukan klasifikasi kemampuan motorik peserta didik. Pengkategorian menggunakan *mean* dan *standar deviasi*. Azwar (2017: 163) menyatakan bahwa untuk menentukan kriteria skor dengan menggunakan Penilaian Acuan Norma (PAN) pada tabel 7 berikut:

**Tabel 3. 16** Norma Penilaian

No	Interval	Kategori
1	$M + 1,5 S < X$	Sangat Baik
2	$M + 0,5 S < X \leq M + 1,5 S$	Baik
3	$M - 0,5 S < X \leq M + 0,5 S$	Cukup
4	$M - 1,5 S < X \leq M - 0,5 S$	Kurang
5	$X \leq M - 1,5 S$	Sangat Kurang

(Sumber: Azwar, 2016: 163)

Keterangan:

*M* : nilai rata-rata (*mean*)

*X* : skor

*S* : *standar deviasi*

Langkah berikutnya adalah menganalisis data untuk menarik kesimpulan dari penelitian yang dilakukan. Analisis data yang digunakan dari penelitian ini menggunakan teknik analisis deskriptif kuantitatif dengan persentase. Arikunto (2010: 245-246) menyatakan bahwa rumus yang digunakan adalah sebagai berikut:

$$P = \frac{F}{N} \times 100\%$$

Keterangan:

P = Persentase yang dicari

F = frekuensi

N = jumlah responden

(Sumber: Arikunto, 2010: 245-246)

### 3.6.2 Uji Prasyarat

#### a. Uji Normalitas

Uji normalitas bertujuan untuk mengetahui apakah distribusi datanya menyimpang atau tidak dari distribusi normal. Data yang baik dan layak untuk membuktikan model-model penelitian tersebut adalah data yang memiliki distribusi normal. Uji normalitas dalam penelitian ini menggunakan metode *Kolmogorov Smirnov*, dengan bantuan program SPSS. Menurut metode *Kolmogorov Smirnov*, kriteria pengujian adalah sebagai berikut:

- 1) Jika signifikansi di bawah 0,05 berarti data yang akan diuji mempunyai perbedaan yang signifikan dengan data normal baku, berarti data tersebut tidak normal
- 2) Jika signifikansi di atas 0,05 maka berarti tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara data yang akan diuji dengan data normal baku, berarti data tersebut normal (Ghozali, 2011: 42).

#### b. Uji Linearitas

Uji linearitas digunakan untuk mengetahui apakah variabel independen dan variabel dependen dalam penelitian ini mempunyai hubungan yang linear jika kenaikan skor variabel independen diikuti kenaikan skor variabel dependen (Ghozali, 2011: 47). Uji linearitas dengan menggunakan uji Anova (uji F). Perhitungan ini akan dibantu dengan SPSS versi 16. Dasar pengambilan keputusan dalam uji linearitas adalah:

- 1) Jika nilai probabilitas  $\geq 0,05$ , maka hubungan antara variabel X dengan Y adalah linear.
- 2) Jika nilai probabilitas  $\leq 0,05$ , maka hubungan antara variabel X dengan Y adalah tidak linear.

#### c. Uji Hipotesis

Uji korelasi digunakan untuk mengetahui hubungan antara masing- masing variabel bebas terhadap variabel terikat menggunakan rumus *person product moment*.

$$r = \frac{N \sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{\{N \sum X^2 - (\sum X)^2\} \{N \sum Y^2 - (\sum Y)^2\}}}$$

Keterangan =

X : Variabel Prediktor

Y : Variabel Kriteria

N : Jumlah pasangan skor

$\Sigma xy$  = Jumlah skor kali x dan y

$\Sigma x$  = Jumlah skor x

$\Sigma y$  : Jumlah skor y

$\Sigma x^2$  : Jumlah kuadrat skor x

$\Sigma y^2$  : Jumlah kuadrat skor y

$(\Sigma x)^2$  : Kuadrat jumlah skor x

$(\Sigma y)^2$  = Kuadrat jumlah skor y

(Sumber: Hadi, 1991: 26)

- a) Jika nilai  $r_{hitung} \geq r_{tabel}$  dan nilai signifikansi  $< 0,05$ , maka ada hubungan yang signifikan antara intensitas penggunaan *smartphone* untuk bermain *game online* dengan kebugaran jasmani siswa SMA Negeri 24 Bandung.
- b) Jika nilai  $r_{hitung} \leq r_{tabel}$  dan nilai signifikansi  $> 0,05$ , maka tidak ada hubungan yang signifikan antara intensitas penggunaan *smartphone* untuk bermain *game online* dengan kebugaran jasmani siswa kelas XI SMA Negeri 24 Bandung