

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Metode Penelitian

Metode merupakan salah satu bagian utama dalam struktur penelitian (Arsyad, 2013). Metode penelitian adalah pendekatan yang digunakan untuk mengatasi masalah penelitian. Berbagai jenis metode termasuk korelasi, eksperimen, deskriptif, evaluasi, survei, studi kasus, dan lainnya, dipilih berdasarkan tujuan dan pertanyaan penelitian (M. Sari et al. 2023). Maka penelitian ini menggunakan metode deskriptif, Tipe penelitian deskriptif sangat penting khususnya pada tahap awal perkembangan ilmu-ilmu pengetahuan. Penelitian deskriptif menyajikan satu gambar yang terperinci tentang satu situasi khusus, setting sosial, atau hubungan. (Zellatifanny & Mudjiyanto, 2018),

Sesuai dengan tujuan penelitian yang hendak dicapai, maka metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif dengan statistik deskriptif. Metode kuantitatif ini dinamakan metode tradisional, karena sudah cukup lama digunakan sehingga sudah menjadi tradisi sebagai metode untuk penelitian, Sugiyono (2011: 7) “ metode ini disebut metode kuantitatif karena data penelitian berupa angka-angka dan analisisnya menggunakan statistik “

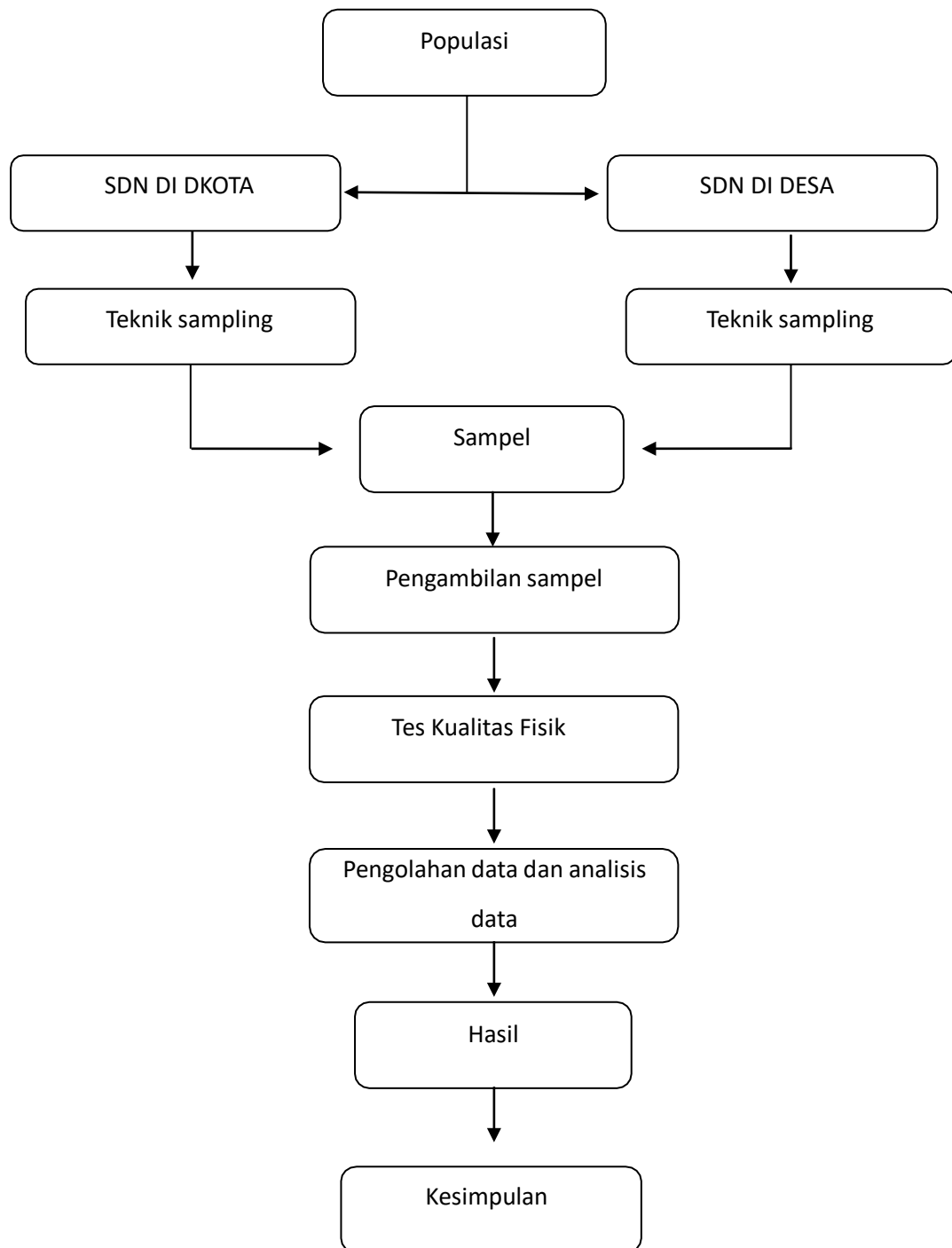
Sugiyono (2011:147) mengemukakan bahwa : Statistik deskriptif adalah statistik yang digunakan untuk menganalisis data dengan cara mendeskripsikan atau menggambarkan data yang telah terkumpul sebagaimana adanya tanpa bermaksud membuat kesimpulan yang berlaku untuk umum atau generalisasinya.

Penelitian deskripsi digunakan untuk menerangkan kondisi dasar berbagai peristiwa-peristiwa; menyusun teori untuk menjelaskan kaidah hubungan antar peristiwa, baik untuk menjelaskan asosiasi, membuat prediksi-estimasi-proyeksi tentang gejala yang akan muncul, maupun melakukan tindakan guna mengendalikan peristiwa. (Zellatifanny & Mudjiyanto, 2018)

Berdasarkan uraian di atas, tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui tentang Perbandingan kualitas fisik Sekolah Dasar di daerah perkotaan dan pedesaan berdasarkan Letak Geografis . Selanjutnya data tersebut di olah dan dianalisis dengan menggunakan teknik deskriptif kuantitatif dengan memakai probability sampling.

3.2 Desain Penelitian

Desain penelitian merupakan rancangan tentang menyimpulkan analisis data agar dapat dilaksanakan sesuai dengan tujuan penelitian. Mengenai desain penelitian. Taib et al. (2013) mengatakan bahwa “desain penelitian merupakan suatu rencana tentang cara mengumpulkan dan menganalisis data sesuai dengan tujuan penelitian. Maka dari itu penelitian ini menggunakan desain Penelitian survei. Penelitian survei merupakan salah satu metode penelitian yang bertujuan untuk memperoleh gambaran umum tentang karakteristik populasi yang digambarkan oleh sampel. Survei juga dapat dilakukan untuk mengumpulkan data terkait sikap, nilai, kepercayaan, pendapat, pendirian, keinginan, cita-cita, sikap, dan perilaku. (Maidiana, 2021)



Gambar 3. 1 Prosedur Penelitian

3.3 Partisipan

Dalam penelitian ini, dengan melibatkan partisipan akan mempermudah penelitian, karena tanpa ada keterlibatan partisipan penelitian akan menghasilkan data yang tidak valid, partisipan dalam penelitian ini, penulis melibatkan sekolah dasar yang ada di Kabupaten Sumedang dan Kabupaten Sukabumi.

Dalam penelitian ini penulis meneliti Perbandingan kualitas fisik Sekolah Dasar di daerah kota dan desa di Kabupaten Sumedang dan Kabupaten Sukabumi, berdasarkan Letak Geografis. Karena yang di teliti oleh penulis perbandingan kualitas fisik sekolah dasar di kota dan desa, yaitu :

1. SDN Babakanbandung, SDN Cikadu, SDN Sindangwangi dan SDN Pakemitan 2. Dalam penelitian ini sekolah tersebut terletak di Kecamatan Situraja, Kab Sumedang.
2. SDN 1 Citanglar, SDN 3 Citanglar, SDN Sukaesmi dan SDN Linggajaya. Dalam penelitian ini sekolah tersebut terletak di Kecamatan Surade.

3.3.1 Populasi

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek atau subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulan. (Risna Novita, Eka Supriatna, 2015) Jadi populasi adalah siswa sekolah dasar di perkotaan dan pedesaan yang akan dijadikan subjek penelitian yang paling sedikit memiliki sifat yang sama. Pendapat di atas menjadi acuan penulis dalam menentukan populasi penelitian, dengan demikian yang menjadi populasi penelitian ini adalah Siswa/I Kelas 5 karna memiliki karakteristik umur yang relatif sama yaitu 10-12 tahun, papulasi terdiri dari sekolah dasar yang ada di Kabupaten Sumedang dan Kabupaten Sukabumi.

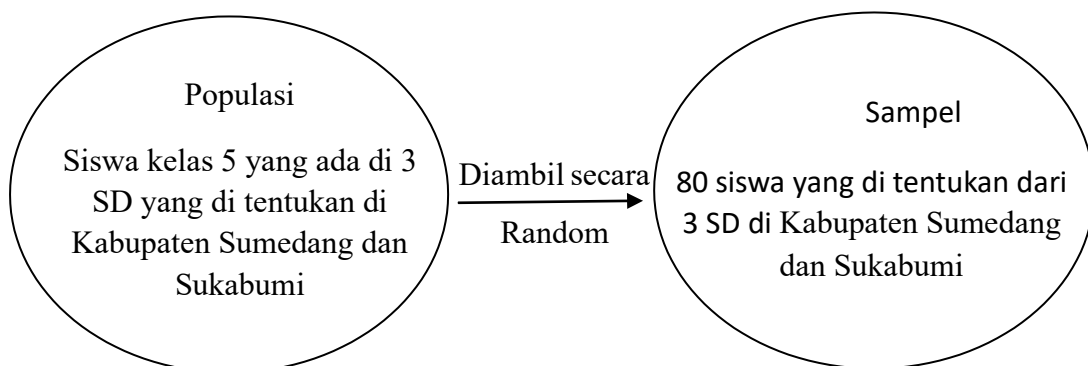
3.3.2 Sampel

Sampel harus merupakan representasi dari populasi, sehingga penentuannya harus menggunakan cara tertentu yang didasarkan pada pertimbangan- pertimbangan tertentu, sehingga benar-benar mampu mewakili populasi. Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populas.

Sugiyono (2011:81) Mengemukakan bahwa: Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Bila populasi besar,

dan peneliti tidak mungkin mempelajari semua yang ada pada populasi, misalnya karena keterbatasan dana, tenaga dan waktu, maka peneliti dapat menggunakan sampel yang dapat di ambil dari populasi itu. Apa yang di pelajari dari sampel itu, kesimplannya akan di perlakukan untuk populasi. Untuk itu sampel yang akan di ambil dari populasi harus betul-betul representatif (mewakili).

Pendapat diatas sesuai dengan saran Roscoe dalam Sugiyono (2011:91) yaitu ukuran sampel yang layak dalam sebuah penelitian adalah antara 30 sampai dengan 500. dengan demikian yang menjadi sampel penelitian ini adalah mengambil 80 dari Kabupaten Sumedang dan 80 dari Kabupaten Sukabumi. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan *simple random sampling* .Dikatakan *simple* (sederhana) karena pengambilan sampel dari anggota populasi dilakukan secara acak tanpa memperhatikan strata dalam populasi itu. Cara demikian dilakukan karena anggota populasi dianggap homogen .jadi peneliti tidak menentukan kriter khusus dalam memilih sampel yang dibutuhkan karena seperti yang dijelaskan diatas anggota populasi dianggap homogen.



Gambar 3. 2 Teknik pengambilan sampel penelitian

3.4 Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian adalah suatu alat yang digunakan mengukur fenomena alam maupun sosial yang diamati (Risbon Sianturi, Aini Loita 2022) Dalam suatu penelitian diperlukan alat ukur yang disebut instrumen dan teknik pengumpulan data. Adapun instrument yang digunakan dalam penelitian ini yaitu tes dengan teknik pengumpulan data.

Tes atau suatu alat ukur harus dapat memenuhi dua syarat utama, tes tersebut harus Valid (sah) dan Reliable (dapat dipercaya). Suatu tes dikatakan Valid, apabila tes tersebut dapat mengukur apa yang hendak diukur atau sesuai dengan apa yang, misalkan meteran dikatakan valid apabila untuk mengukur jarak, begitupun timbangan dikatakan valid apabila memang dipergunakan untuk mengukur berat

Oleh sebab itu, validitas suatu alat ukur merupakan salah satu syarat mutlak dalam menentukan penggunaan alat pengukuran dan pengetesan dalam suatu penelitian, karena dengan tingkat validitas suatu alat ukur kita akan mengetahui tingkat kepercayaan terhadap alat ukur tersebut. Disamping itu, tingkat reliabilitas suatu alat ukur akan digambarkan konsistensi hasil pengukuran. Alat ukur yang penulis gunakan dalam penelitian ini adalah yang sesuai dengan buku Tes Kebugaran Jasmani Indonesia (TKJI) usia 10-12 tahun.

Adapun lebih lanjut mengenai instrument penelitian di atas dan pelaksanaannya adalah sebagai berikut:

3.4.1 Tes Kebugaran Jasmani Indonesia (TKJI)

Tes Kebugaran Jasmani menurut TKJI (2020). Tes kebugaran jasmani 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 Narlan dan Juniar (2020) 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.
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 tabel di bawah ini.

Tabel 3. 1
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) 40 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. 2
Kriteria Jarak Tes Lari Cepat (Sprint)

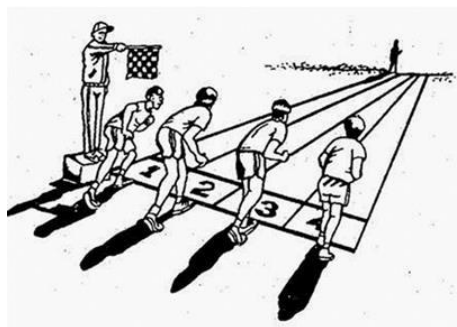
Kelompok umur (Tahun)	Jarak		Keterangan
	Putra	Putri	
6-9	30 meter	30 meter	Waktu dicatat sampai persepuluh detik
10-12	40 meter	40 meter	
13-15	50 meter	50 meter	
16-19	60 meter	60 meter	

Sumber: (Narlan & Juniar, 2020)

2. Peralatan yang digunakan

- a. Lintasan lari yang rata dan tidak licin
- b. Bendera start 1 buah
- c. Cone/tiang untuk batas garis finish 2 buah

- d. Stopwatch
 - e. Formulir tes & pulpen
3. Petugas
- a. 1 Orang Pengambil waktu 1 orang
 - b. Pencatat hasil 1 orang
 - c. Pembantu lapangan 1 orang
4. Pelaksanaan
- a. Siswa berdiri di belakang garis start dengan posisi sikap start berdiri.
 - b. Dengan aba-aba “Siap... Ya”, siswa berlari secepat mungkin sampai ke garis finish.
 - c. Petugas pengambil waktu yang berdiri di garis finish, mulai menyalakan stopwatch-nya saat petugas pemegang bendera start mengangkat benderanya, kemudian mematakannya setelah siswa melewati garis finish.
 - d. Tes diberikan sebanyak 2 kali kesempatan.



Gambar 3. 3 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. 3
Norma Nilai Lari Cepat (dalam detik)

Nilai	Umur 10-12 Tahun	
	Putra	Putri
5	< 6.4	< 6.8
4	6.4 – 6.9	6.8 – 7.5
3	7.0 – 7.7	7.6 – 8.3
2	7.8 – 8.8	8.4 – 9.6
1	>8.8	>9.6

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 sikutangkat tubuh dikhususkan untuk putra kelompok usia 13-15 tahun dan usia 16-19 tahun selama 60 detik; tes gantung sikut tekuk untuk putra-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. 4
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
– 19			Putri: Gantung sikut tekuk

Sumber: (Narlan & Juniar, 2020)

2. Peralatan yang digunakan

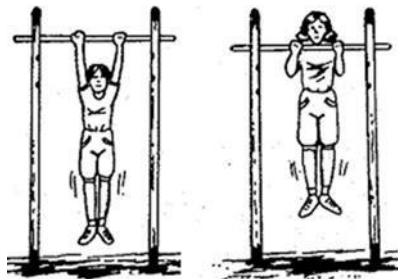
- a. Palang tunggal yang bias disesuaikan dengan tinggi badan
- b. Stopwatch
- c. Formulir tes & Pulpen

3. Petugas

- a. 1 orang pemegang stopwatch
- b. 1 orang pengawas
- c. 1 orang pencatat hasil

4. Pelaksanaan

- a. Siswa berdiri di bawah palang tunggal.
- b. 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.
- c. 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. 4 Tes Angkat Tubuh (Pull Up)
Sumber: (Narlan & Juniar, 2020)

5. Penilaian

- a. Skor yang diambil adalah sebagai berikut:
- b. Tes gantung sikut angkat tubuh: jumlah frekuensi melakukan angkat tubuh.
- c. Tes gantung sikut tekuk: waktu yang di dapat dalam mempertahankan posisi menggantung.

- d. Berikan penilaian terhadap skor yang didapat sesuai dengan norma tes

Tabel 3. 5
Norma nilai Tes Angkat Tubuh (Pull Up)

Nilai	Umur 10-12 Tahun	
	Putra	Putri
5	≥ 52 detik	≥ 40 detik
4	31 – 51 detik	20 – 39 detik
3	15 – 30 detik	08 – 19 detik
2	05 – 14 detik	02 – 07 detik
1	< 05 detik	< 02 detik

Sumber: (Narlan & Juniar, 2020)

C. Baring Duduk (Sit-Up)

1. Tujuan

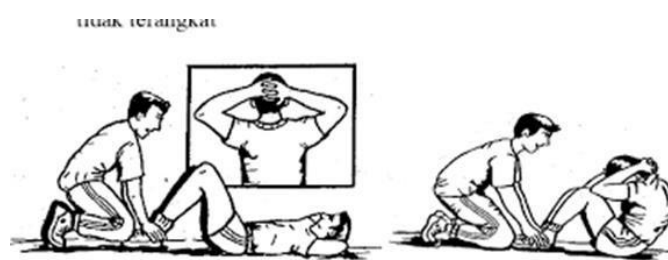
Tes ini bertujuan untuk mengetahui atau mengukur kekuatan atau ketahanan otot perut. Sasaran tes ini adalah siswa kelompok usia 6-9 tahun, 10-12 tahun, dan 16-19 tahun.

Tabel 3. 6
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
 - a. Lantai/rumput yang rata
 - b. Matras/alas yang bersih
 - c. Stopwatch
 - d. Formulir tes & Pulpen.
3. Petugas
 - a. 1 orang pemegang stopwatch
 - b. 1 orang pembantu lapangan
 - c. 1 orang pencatat hasil
4. Pelaksanaan
 - a. Sikap awal siswa berbaring terlentang di lantai, 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.
 - b. 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.
 - c. Siswa melakukan kegiatan tersebut secara berulang-ulang sampai waktu yang ditentukan habis.



Gambar 3. 5 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 siku tidak 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*) pada tabel dibawah ini.

Tabel 3. 7
Norma Nilai Tes Baring Duduk (Sit Up)

Nilai	Umur 10-12 Tahun	
	Putra	Putri
5	≥ 23 kali	≥ 20 kali
4	18 – 22 kali	14 – 19 kali
3	12 – 17 kali	7 – 13 kali
2	4 – 11 kali	2 – 6 kali
1	< 4 kali	< 2 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

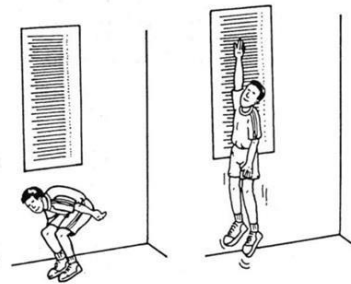
- a. Papan berskala sentimeter ukuran 30 x 150 cm.
- b. Dinding yang rata.
- c. Serbuk kapur atau magnesium
- d. Penghapus/lap
- e. Formulir tes & Pulpen

3. Petugas

- a. 1 orang pembantu lapangan
- b. 1 orang pencatat hasil

4. Pelaksanaan

- a. Siswa mengolesi ujung jari dengan serbuk kapur, berdiri tegak dekat dinding di bawah papan skala dengan posisi kedua kaki rapat.
- b. 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.
- c. Kemudian siswa mengambil sikap menekuk lutut, kedua lengan diayunkan ke belakang, selanjutnya melompat setinggi mungkin sambil menepuk papan skala dengan ujung jarinya hingga meninggalkan bekas. Setelah itu petugas mencatat hasil lompatan siswa.
- d. Siswa melakukan kegiatan ini sebanyak 3 kali kesempatan.



Gambar 3. 6 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. 8
Norma Nilai Tes Loncat Tegak (Vertical Jump)

Nilai	Umur 10-12 tahun	
	Putra	Putri
5	≥ 46 cm	≥ 42 cm
4	38 – 45 cm	34 – 42 cm
3	30 – 37 cm	28 – 33 cm
2	24 – 29 cm	21 – 27 cm
1	< 24 cm	< 21 cm

Sumber: (Narlan & Juniar, 2020)

E. Lari Jarak Sedang

1. 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 biasdilihat pada tabel di bawah ini.

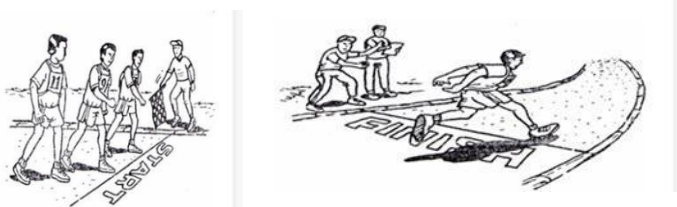
Tabel 3. 9
Kriteria Jarak Tes Lari Jarak Sedang

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)

2. Peralatan yang digunakan
 - a. Lintasan lari minimal 400 meter
 - b. Bendera start 1 buah
 - c. buah tiang pancang/tongkat untuk garis finish
 - d. Stopwatch
 - e. Formulir tes & Pulpen
3. Petugas
 - a. 1 orang petugas starter
 - b. 1 orang pemegang stopwatch
 - c. 1 atau 2 orang pembantu lapangan (mengawasi banyaknya putaran siswa di lintasan)
4. Peralatan
 - a. Siswa berdiri di belakang start.
 - b. Pada aba-aba “Siap”. Siswa bersiap dengan sikap start berdiri untuk berlari
 - c. Saat aba-aba “Mulai/Ya” dari petugas starter sambil mengacungkan bendera, petugas lain mulai menyalakan penghitung waktu (stopwatch),
 - d. siswa berlari mengelilingi lintasan lari sesuai dengan jarak yang sudah ditentukan.
 - e. Siswa berlari dengan intensitas secara bebas (lambat/cepat tergantung siswanya) sampai garis finish.
 - f. Petugas mencatat waktu siswa yang didapat setelah melewati garis finish.

Gambar 3. 7 Tes Lari Jarak Menengah



Sumber: (Narlan & Juniar, 2020).

5. 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. 10
Norma nilai tes Lari Jarak Sedang

Nilai	Umur 10-12 Tahun	
	Putra	Putri
5	≤ 02'09''	≤ 02' 32''
4	02'10'' – 02'30''	02'33'' – 02'54''
3	02'31'' – 02'45''	02'55'' – 03'28''
2	02'46'' – 03'44''	03'29'' -04'22''
1	≥ 03'45''	≥ 04'23''

Sumber: (Narlan & Juniar, 2020)

3.5 Teknik Pengumpulan data

Adapun teknik pengumpulan yang dipergunakan dalam penelitian in yaitu sebagai berikut:

A. Observasi

Observasi merupakan suatu teknik yang praktis untuk memahami karakter setiap siswa (Wani et al., 2024). Dengan melakukan observasi, peneliti dapat secara langsung mengamati perilaku, kebiasaan belajar, dan interaksi sosial siswa di lingkungan sekolah.

B. Tes dan pengukuran khususnya

Tes Kebugaran Jasmani Indonesia (TKJI), komponen yang terdapat di dalam Tes pada penelitian yakni:

1. Tes Lari 40 M untuk mengetahui atau mengukur kecepatan lari siswa. Dalam tes ini jarak tempuh setiap kelompok umur dibedakan disesuaikan dengan tingkat perkembangan peserta didik.
2. Tes *Pull Up* untuk mengetahui atau mengukur kekuatan dan ketahanan otot lengan dan bahu.

3. Tes *Sit up* untuk mengetahui atau mengukur kekuatan dan ketahanan otot perut. Sasaran tes ini adalah siswa kelompok usia 10-12 tahun.
4. Tes *vertical jump* untuk mengetahui atau mengukur daya ledak dan tenaga eksplosif otot tungkai. Sasaran dari tes ini adalah seluruh kelompok umur siswasekolah mulai dari 10-12 tahun
5. Tes lari 600 meter. Tes ini bertujuan untuk mengetahui atau mengukur daya tahan paru-jantung (*cardiovascular*) siswa.

Setelah data diperoleh melalui tes untuk menilai perbedaan tingkat kebugaran jasmani, hasilnya dianalisis dan dipresentasikan berdasarkan Tes Kebugaran Jasmani Indonesia (TKJI). Untuk menetapkan kriteria penilaian pada setiap tes, dilakukan pengelompokan dalam kategori "**Baik Sekali**," "**Baik**," "**Sedang**," "**Kurang**," dan "**Kurang Sekali**" sesuai dengan acuan yang terdapat dalam buku tes kebugaran jasmani Indonesia (TKJI) karya Widiastuti (2017:55). Adapun kriteria tersebut adalah sebagai berikut:

Tabel 3. 11
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)

3.6 Teknik Analisis Data

Proses analisis data dalam sebuah penelitian merupakan tahap yang harus dilakukan setelah pengumpulan data dari lapangan. Data diperoleh dari responden dengan menggunakan instrumen, yang dalam penelitian kuantitatif biasanya berupa angket (kuesioner) atau tes. Setelah data terkumpul dari lapangan, langkah selanjutnya adalah menata data berdasarkan variabel-variabel yang relevan. Tujuan dari tahap ini adalah untuk memudahkan proses analisis data. (Sutisna 2020). Analisis data yang dilakukan pada penelitian ini yaitu Uji *Mann-Whitney Test* yaitu

untuk mengetahui Perbandingan Tingkat Kebugaran Jasmani Antara Siswa di kota dan desa.

3.7 Statistik Deskriptif

Statistik deskriptif yaitu statistic 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.(Sutisna 2020)

Berikut adalah langkah-langkah untuk melakukan uji statistik deskriptif di IBM SPSS Statistics 20:

1. Membuka Data

Mulailah dengan membuka data yang ingin Anda analisis di IBM SPSS Statistics 20. Anda dapat melakukan ini dengan memilih "File" > "Open" > "Data".

2. Menjalankan Analisis

Setelah data terbuka, klik pada menu "Analyze" di bagian atas layar.

3. Pilih Analisis

Dalam menu "Analyze", Anda akan menemukan berbagai jenis analisis statistik yang dapat Anda lakukan. Untuk analisis deskriptif, pilih "Descriptive Statistics".

4. Pilih Variabel

Dalam kotak dialog "Descriptive Statistics", pilih variabel yang ingin Anda analisis. Anda dapat memilih satu atau lebih variabel, tergantung pada apa yang ingin Anda jelajahi.

5. Konfigurasi Analisis

Setelah memilih variabel, Anda dapat mengatur pengaturan analisis sesuai kebutuhan Anda. Ini termasuk mengubah pengaturan statistik yang dihasilkan, seperti rata-rata, median, deviasi standar, dll.

6. Menjalankan Analisis

Setelah Anda puas dengan pengaturan, klik "OK" untuk menjalankan analisis.

7. Membaca Output

Setelah analisis selesai, hasilnya akan muncul dalam jendela baru. Anda dapat mengeksplorasi output untuk melihat statistik deskriptif dari variabel yang Anda pilih. Ini akan mencakup informasi seperti rata-rata, median, modus, deviasi standar, serta persentil dan kuartil.

3.8 Uji Normalitas

Uji normalitas bertujuan untuk mengetahui apakah dalam penelitian tersebut berdistribusi normal atau tidak. Uji normalitas ini suatu syarat untuk menentukan jenis statistik apa yang nantinya akan dilakukan dalam proses analisis data. (Giawa et al., 2020).

Berikut adalah langkah-langkah untuk melakukan uji normalitas menggunakan IBM SPSS Statistics 20:

1. Membuka Data

Mulailah dengan membuka data yang ingin Anda analisis di IBM SPSS Statistics 20. Anda dapat melakukan ini dengan memilih "File" > "Open" > "Data".

2. Menjalankan Analisis

Klik pada menu "Analyze" di bagian atas layar.

3. Pilih Analisis

Dalam menu "Analyze", pilih "Descriptive Statistics" > "Explore".

4. Pilih Variabel

Dalam kotak dialog "Explore", pilih variabel yang ingin Anda uji normalitas. Anda dapat memilih satu atau lebih variabel, tergantung pada apa yang ingin Anda jelajahi.

5. Konfigurasi Analisis

Pastikan opsi "Plots" dan "Normality plots with tests" dicentang.

6. Menjalankan Analisis

Setelah Anda puas dengan pengaturan, klik "OK" untuk menjalankan analisis.

7. Membaca Output

Setelah analisis selesai, hasilnya akan muncul dalam jendela baru. Anda akan melihat beberapa tabel dan grafik. Pada bagian "Test of Normality",

Anda akan melihat hasil uji normalitas Shapiro-Wilk dan Kolmogorov-Smirnov. Anda juga akan melihat grafik yang menunjukkan seberapa dekat distribusi variabel dengan distribusi normal.

3.9 Uji Mann-Whitney

Untuk menguji apakah 2 sampel yang independen berasal dari populasi yang sama, test yang dapat digunakan adalah U Mann-Whitney (Megayani, 2022). Uji Mann-Whitney, yang juga dikenal sebagai Uji U Mann-Whitney atau Uji Wilcoxon-Mann-Whitney, adalah uji non-parametrik yang digunakan untuk membandingkan perbedaan median antara dua kelompok independen. Ini merupakan alternatif yang cocok ketika asumsi distribusi normal tidak terpenuhi.

Berikut adalah langkah-langkah untuk melakukan Uji Mann-Whitney menggunakan IBM SPSS Statistics 20:

1. Membuka Data
Buka data Anda di IBM SPSS Statistics 20.
2. Menjalankan Analisis
Klik pada menu "Analyze" di bagian atas layar.
3. Pilih Analisis
Dalam menu "Analyze", pilih "Nonparametric Tests" > "Legacy Dialogs" > "2 Independent Samples".
4. Pilih Variabel
Pilih variabel yang ingin Anda bandingkan antara dua kelompok independen.
5. Konfigurasi Analisis
Setelah memilih variabel, Anda akan melihat variabel masuk ke dalam kotak "Test Variable List". Pastikan variabel yang tepat ada di kotak ini. Anda juga dapat memilih opsi "Options" untuk menyesuaikan pengaturan analisis, seperti mengubah tipe uji atau mengatur tingkat signifikansi.
6. Menjalankan Analisis
Setelah Anda puas dengan pengaturan, klik "OK" untuk menjalankan analisis.

7. Membaca Output

Setelah analisis selesai, hasilnya akan muncul dalam jendela baru. Anda akan melihat tabel yang menyajikan hasil uji Mann-Whitney, termasuk nilai U, nilai Asymp. Sig. (2-tailed), dan estimasi median untuk kedua kelompok.