

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Desain Penelitian

Desain penelitian adalah rencana penelitian untuk memperoleh sebuah jawaban. Dalam penelitian ini dilakukan dengan bentuk penelitian deskriptif. Penelitian ini menggambarkan aktivitas fisik pada anak sekolah dasar. Penelitian ini termasuk pada metode kuantitatif, metode kuantitatif disebut metode positivistic karena berlandaskan filsafat positifisme, digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu. Menurut (Sugiyono, 2016) mengemukakan bahwa metode deskriptif adalah metode yang digunakan untuk menggambarkan atau menganalisis suatu hasil penelitian tetapi tidak digunakan untuk memberi kesimpulan yang lebih luas. Metode kuantitatif sebagai metode ilmiah karena memenuhi kaidah ilmiah yaitu konkrit/empiris, obyektif, terukur, rasional, dan sistematis (Sugiyono, 2015). Pada penelitian ini deskriptif kuantitatif digunakan untuk mengkaji dan menjelaskan aktivitas fisik anak kelas III sekolah dasar usia 9-10 tahun.

Selanjutnya bila dilihat dari segi cara atau teknik pengumpulan data, maka pengumpulan data dapat dilakukan dengan cara *interview* (wawancara), kuesioner (angket), observasi (pengamatan), dan gabungan ketiganya (Sugiyono, 2017). Teknik pengambilan data pada penelitian ini menggunakan kuesioner yang diberikan kepada siswa. Menurut (Sugiyono, 2017) angket atau kuesioner merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawab.

3.2 Partisipan

Penelitian ini akan dilakukan di Sekolah Dasar Negeri Galihpawarti yang terletak di Kelurahan Baleendah, Kecamatan Baleendah, Kabupaten Bandung dengan peserta didik kelas III berjumlah 119 siswa.

3.3 Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas subyek/obyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu dan ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari, kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2015). Populasi

pada penelitian ini adalah peserta didik kelas III Sekolah Dasar Negeri Galihpawarti Baleendah.

2. Sampel Penelitian

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 karna keterbatasan dana, tenaga dan waktu, maka peneliti dapat menggunakan sampel yang diambil dari populasi itu. Apa yang dipelajari dari sampel itu, kesimpulannya akan dapat diberlakukan untuk populasi. Untuk itu sampel yang diambil dari populasi harus betul-betul representatif (mewakili) (Sugiyono, 2019). Penelitian ini menggunakan teknik *probability sampling* yakni *simple random sampling*. Teknik ini dipilih karena populasi bersifat homogen sehingga pengambilan anggota sampel dipilih secara acak tanpa memperhatikan strata yang ada dalam populasi (Sugiyono, 2015).

Teknik pengambilan sampel, siswa yang dipilih menjadi sampel penelitian adalah siswa yang memiliki kriteria inklusi dan eksklusi. Kriteria inklusi dan eksklusi sampel sebagai berikut :

a. Kriteria Inklusi

1. Responden kelas III (laki-laki dan perempuan).
2. Bersedia mengikuti penelitian yang dilakukan.
3. Penelitian yang dilakukan sampai pengumpulan data selesai.

b. Kriteria Eksklusi

1. Tidak hadir saat penelitian dilakukan.
2. Mengikuti penelitian yang dilakukan, akan tetapi pengumpulan data tidak selesai.

Besarnya sampel dalam penelitian ini ditentukan menggunakan rumus Slovin dengan batas kesalahan 10% :

$$n = \frac{N}{1 + Ne^2}$$

Keterangan:

N : jumlah populasi

n : jumlah sampel

e : nilai standar eror yang digunakan (10%)

$$n = \frac{N}{1 + Ne^2} = \frac{119}{1 + 119 \times (0,1)^2} = \frac{119}{1 + 0,119} = \frac{119}{1,119}$$

$$= 106,3 \text{ atau dibulatkan menjadi } \mathbf{106}$$

Untuk menentukan sampel pada masing-masing kelas peneliti menggunakan Penentuan responden dengan menggunakan teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian menggunakan *Probability Sampling* dengan teknik *Simple Random Sampling* yaitu pengambilan anggota sampel dari populasi dilakukan secara acak tanpa memperhatikan strata yang ada dalam populasi itu. Untuk menentukan sampel masing-masing kelas ini menggunakan rumus dari (Riduwan, 2014):

$$ni = \frac{Ni}{N} \times n$$

Keterangan:

ni = jumlah sampel menurut strata

n = jumlah populasi seluruhnya

Ni = jumlah populasi menurut strata

N = jumlah sampel seluruhnya

Tabel 3.1
Pengambilan Sampel

KELAS	JUMLAH SISWA	PERHITUNGAN	SAMPEL
III A	39	39/119 x 106	34
III B	40	40/119 x 106	36
III C	40	40/119 x 106	36
JUMLAH	119	JUMLAH	106

3.4 Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data

1. Instrumen

Pada prinsipnya melakukan penelitian adalah melakukan pengukuran, maka harus ada alat ukur yang baik. Alat ukur dalam penelitian biasa dinamakan instrumen penelitian. Menurut (Sugiyono, 2019) instrumen penelitian adalah suatu alat yang digunakan mengukur fenomena alam maupun sosial yang diamati. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan instrumen penelitian yaitu angket. Menurut (Sugiyono, 2019) angket merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawabnya. Angket atau kuesioner yang digunakan pada penelitian ini adalah kuesioner *Physical Activity Questionnaire for Older Children (PAQ-C)* milik Kent C Kowalski (Kowalski K. C., 2008). Angket ini diberikan kepada peserta didik sebagai responden untuk memperoleh data tentang aktivitas fisik. Untuk memberikan gambaran secara menyeluruh mengenai kuesioner yang digunakan dalam penelitian ini disajikan kisi-kisi dalam tabel.

Tabel 3.2
Kisi-kisi Angket *Physical Activity Questionnaire for Older Children (PAQ-C)*

Variabel	Sub Faktor Variabel	Nomor Soal	Jumlah
Kegiatan harian siswa kelas III sekolah dasar usia 9-10 tahun	Aktivitas di waktu luang	1 (1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20)	20
	Aktivitas selama mata pembelajaran Penjas	2	1
	Aktivitas saat istirahat pertama	3	1
	Aktivitas saat istirahat kedua	4	1
	Kegiatan setelah pulang sekolah (siang dan sore)	5	1

	Kegiatan setelah pulang sekolah (sore dan malam)	6	1
	Kegiatan di hari Minggu	7	1
	Kegiatan di waktu luang	8	1
	Seberapa sering melakukan aktivitas fisik pada hari Minggu	9 (a, b, c, d, e)	5
	Aktivitas di waktu luang	10 (a, b)	2

Sumber: Kowalski, dkk. (2004).

2. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang akan digunakan adalah dengan pemberian kuesioner kepada responden yang dalam penelitian ini adalah Peserta Didik Kelas III usia 9-10 tahun Sekolah Dasar Negeri Galihpawarti Baleendah .

Peneliti akan melakukan perizinan kepada guru olahraga, setelah mendapatkan izin peneliti membuat surat izin penelitian dari kampus untuk diberikan kepada sekolah. Setelah itu melakukan penelitian dengan menyebarkan angket atau kuesioner ke sampel penelitian. Sebelum responden mengisi angket atau kuesioner, peneliti harus memberi tahu cara mengisi angket atau kuesioner tersebut. Setelah responden mengerti tata cara pengisian angket responden dipersilahkan memulai pengisian angket atau kuesioner dan nantinya akan diolah datanya oleh peneliti.

3.5 Validitas dan Reliabilitas Instrumen

Pada penelitian ini, uji validitas instrumen hanya terletak pada instrumen aktivitas fisik yaitu kuesioner PAQ-C yang sudah dimodifikasi ke dalam bahasa Indonesia. Instrumen akan dinyatakan valid atau memiliki validitas jika instrumen benar-benar dan terbukti mengukur

segi yang akan diukur. Reliabilitas berhubungan dengan tingkat ketetapan hasil dari apa yang sudah diukur. Validitas dan instrumen pada penelitian ini adalah sebagai berikut:

3.5.1 Validitas Instrumen Aktivitas Fisik

Validitas menunjukkan sejauh mana suatu alat ukur mengukur secara tepat masalah yang ingin diukur. Validitas berasal dari kata *validity* yang mempunyai arti sejauh mana ketepatan dan kecermatan suatu alat ukur dalam melakukan fungsi ukurnya. Validasi instrumen PAQ-C menunjukkan bahwa instrumen PAQ-C memiliki validitas item yang baik. Hasil uji validitas yang dilakukan oleh Kent C. Kowalski, Ph.D. yang telah menguji validitas instrumen PAQ-C sebanyak 3 kali menyatakan bahwa PAQ-C memiliki sifat pengukuran yang dapat diterima, konsistensi internal, dan keandalan dalam menggunakan rata-rata dua atau tiga skor PAQ-C yang dikumpulkan selama musim gugur, musim dingin, dan musim semi. Hasil ini memberikan dukungan bahwa PAQ-C adalah ukuran aktivitas fisik yang valid Kowalski (2004). Validitas Instrumen PAQ-C Validitas item PAQ-C berada antara 0,140-0,730.

3.5.2 Reliabilitas Instrumen Aktivitas Fisik

Reliabilitas merupakan salah satu ciri atau karakter utama instrumen pengukuran yang baik. Penelitian ini menggunakan uji reliabilitas dengan *interbal consistency* dan sensitivitas terhadap perbedaan jenis kelamin yang sudah teruji dalam *Physical Activity Questionnaire for Older Children* (PAQ-C) milik C. Kowalski (2004). Hasil reliabilitas dengan skor Cronbach Alpha 0,682.