

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1. Desain Penelitian

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan kuantitatif. Metode penelitian deskriptif ini bertujuan untuk membuat gambaran secara sistematis, faktual, dan akurat mengenai fakta-fakta dan sifat-sifat populasi atau daerah tertentu (Aqib & Rasidi, 2019, hlm. 5). Sedangkan yang dimaksud dengan pendekatan kuantitatif adalah suatu cara yang digunakan untuk menjawab masalah yang berkaitan dengan data berupa angka dan program statistik (Wahidmurni, 2017, hlm. 1). Tujuan penelitian kuantitatif untuk mendapatkan data yang akurat dari hasil penelitian.

Desain penelitian ini menggunakan desain *cross-sectional* yaitu suatu desain penelitian yang digunakan untuk mempelajari dinamika korelasi antara faktor-faktor resiko dengan efek, dengan cara pendekatan observasi atau pengumpulan data. Penelitian *cross-sectional* hanya mengobservasi sekali saja dan pengukuran dilakukan terhadap variabel subjek pada saat penelitian (Siyoto & Sodik, 2015, hlm. 101).

3.2. Partisipan

Proses pemilihan partisipan dalam penelitian ini adalah siswa sekolah dasar SD Negeri 111 Pindad Bandung. Karakteristik partisipan pada penelitian ini adalah siswa dengan rata-rata usia 11-12 tahun, yang secara umum memiliki kemampuan bergerak yang berbeda-beda, dengan kondisi kesehatan siswa yang cukup ideal.

3.3. Populasi dan Sampel

3.3.1. Populasi

Populasi merupakan bagian penting dalam penelitian. Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek atau subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2015, hlm. 117). Senada dengan pendapat Creswell (2019) “populasi adalah suatu kelompok individu yang memiliki

karakteristik yang sama atau relatif serupa”. Adapun populasi untuk penelitian ini adalah siswa kelas 5 SDN 111.

3.3.2. Sampel

Sampel adalah bagian yang diambil dari populasi yang dapat berupa karakteristik ataupun jumlah subjek atau objek yang mewakili populasi. Hal ini sesuai dengan yang dikemukakan oleh Sugiyono (2015, hlm. 81) bahwa “sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut”. Senada dengan pendapat Creswell (2019) “sampel merupakan subkelompok populasi yang dianggap dapat mewakili populasi melalui pemilihan dengan cara tertentu. Agar sampel tersebut dapat mewakili terhadap populasi maka harus ada teknik sampling dalam penentuan sampel. Menurut Sugiyono (2015, hlm. 81) “teknik sampling merupakan teknik pengambilan sampel”. Teknik sampling yang digunakan peneliti adalah *Simple Random Sampling* atau teknik pengambilan sampel yang mengambil dari populasi dengan acak tanpa melihat tingkatan yang ada dalam populasi.

3.4. Instrumen Penelitian

Instrumen merupakan alat yang sangat penting dalam proses pengumpulan data dalam sebuah penelitian, karena dengan instrumen yang tepat maka data yang didapatkan untuk sebuah penelitian akan lebih akurat. Menurut Sugiyono (2015, hlm. 102) menjelaskan bahwa “instrumen penelitian adalah suatu alat ukur yang digunakan untuk mengukur fenomena alam maupun sosial yang diamati”. Instrumen penelitian bertujuan untuk mempermudah dalam proses penelitian agar mendapatkan data penelitian secara cermat dan sistematis (Febiaji, 2014).

Berdasarkan pengertian di atas, maka dapat disimpulkan bahwa instrumen penelitian adalah suatu alat ukur untuk mendapatkan data dalam sebuah penelitian baik itu penelitian untuk mengamati fenomena alam atau sosial. Adapun instrument yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Tes Kemampuan Gerak Dasar

Tes kemampuan gerak dasar adalah tes yang digunakan untuk mengukur kemampuan gerak dasar seseorang melalui beberapa tugas gerak. Tes kemampuan gerak dasar yang digunakan oleh peneliti adalah Tes dan Pengukuran Kemampuan Dasar Motorik Untuk Siswa SD Kelas 4-6 (Usia 10-12 Tahun) merupakan sebuah

tes pengukuran kemampuan dasar motorik yang dikembangkan oleh Drs. Widodo, M.Pd dan terdiri dari 12 butir tes, sebagai berikut:

- 1) Duduk raih (*Sit & Reach*) : duduk dilantai dengan kedua tungkai kaki lurus, kedua tumit tidak menempel, dan kedua lengan beserta jari-jari lurus ke depan
- 2) Berdiri dengan satu kaki (*Stork stand*) : berdiri di atas papan tumpu dengan satu kaki diangkat bergantian dengan satu kali mata tertutup dan satu kali mata terbuka
- 3) Menolak bola basket (*Basketball throwing*) : posisi duduk dilantai dengan punggung dan kepala menyender ke dinding, siku ditekuk dan kedua tangan di depan dada sambil memegang bola untuk didorong ke depan
- 4) Mendribel bola (*Dribbling*) : posisi berdiri sambil memegang bola untuk mendribel/memantulkan ke lantai dengan tangan bergantian selama 20 detik
- 5) Lempar-tangkap bola (*Target throwing and catching*) : lempar tangkap bola dengan titik target lingkaran yang ditempatkan di dinding, bola dilempar dan ditangkap dengan tangan yang sama
- 6) Memukul bola yang dijatuhkan (*Ball striking*) : posisi berdiri dibelakang garis batas memukul berhadapan dengan pelempar/yang menjatuhkan bola, setelah bola dijatuhkan lalu dipukul ke arah sasaran
- 7) Menendang bola ke sasaran (*Target kicking*) : posisi berdiri di belakang garis batas menendang, ketika bola digelindingan oleh pelempar, lalu bola ditendang ke arah sasaran
- 8) Tiarap berdiri (*Face down to standing*) : tiarap dengan posisi kedua tungkai kaki lurus, setelah posisi tiarap lalu bangkit dengan kedua lutut lurus dan tegak, pada saat bangkit salah satu tangan langsung menyentuh tanda yang ada di dinding
- 9) Lari zig-zag (*Agility run*) : lari berkelok dengan melewati cones satu persatu
- 10) Lompat jauh tanpa awalan (*Standing long jump*) : lompat dengan posisi kedua lengan diayun ke belakang dengan kedua lutut ditekuk, setelah itu mengayunkan kedua lengan ke depan dengan kedua lutut diluruskan untuk menolak badan

11) Baring duduk (*Sit up*) : posisi tidur terlentang dengan kedua kaki ditekuk rapat dan kedua tangan bersilang di depan dada, setelah itu angkat kepala dan tubuh sampai kedua lengan menyentuh paha

12) Lari multistap (*Bleep test*) : lari jarak 20 meter dengan tahapan level

Adapun langkah-langkah dalam penelitian ini yaitu:

- a. Hasil pengukuran setiap butir tes diberi nilai sesuai dengan norma penilaian untuk setiap tes yang memiliki rentan nilai dari 1-10.
- b. Setelah seluruh butir tes (12 butir) telah dilakukan, lalu diberi nilai dan nilai-nilai tersebut dijumlahkan.
- c. Jumlah nilai yang didapat disesuaikan dengan norma penilaian kemampuan dasar motorik siswa SD kelas 4-6 (usia 10-12 tahun) sebagai berikut:

Tabel 3.1 Kategori Status Motorik Anak

(Widodo, 2017)

NILAI	RENTANG ANGKA PEROLEHAN/ SKOR	KATEGORI
10	120 →	Sangat Baik
9	108 - 119	
8	96 - 107	Baik
7	84 - 95	
6	72 - 83	Sedang
5	60 - 71	
4	48 - 59	Kurang
3	36 - 47	
2	24 - 35	Sangat Kurang
1	← 23	

2. Angket Kepercayaan Diri

Angket kepercayaan diri digunakan peneliti untuk menilai kepercayaan diri siswa pada saat pembelajaran PJOK. Peneliti dibantu oleh guru PJOK SD Negeri 111 Pindad dan teman sejawat yang bersangkutan. Untuk skala penilaian, peneliti menggunakan skala Likert. Menurut Sugiyono (2015, hlm. 93) mengemukakan bahwa “skala likert digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial”. Adapun angket yang digunakan merupakan kisi-kisi dari instrumen kepercayaan diri yang telah

dijabarkan dalam indikator dan faktor masing-masing variabel yang mengacu pada teori Ghufron & Risnawati (2010) dengan mengadopsi instrumen dari Fatmala & Andrianto (2018).

Tabel 3.2 Kisi-kisi Instrumen Kepercayaan Diri

(Fatmala & Andrianto, 2018)

Variabel	Faktor	Indikator	Sub-Indikator	Butir	
				Positif (+)	Negatif (-)
Kepercayaan diri	Internal	Konsep diri	Kesadaran pada kekuatan dan kelemahan diri	1,2,3	4,5,6
		Harga diri	Rasa bangga pada kemampuan diri	7,8,9	10,11,12
		Kondisi fisik	Kesehatan fisik terhadap aktivitas sehari-hari	13,14,15	16,17,18
		Pengalaman	Pengalaman keberhasilan dan kegagalan	19,20,21	22,23,24
	Eksternal	Lingkungan	Lingkungan sosial dan pendidikan	25,26,27	28,29,30

Kisi-kisi pada tabel 3.2 meliputi dari pernyataan kalimat positif maupun pernyataan kalimat negatif. Setiap butir pernyataan dilengkapi dengan alternatif jawaban dengan menetapkan pilihan sebagai berikut:

Tabel 3.3 Skor Angket

Pernyataan	Skor Positif	Skor Negatif
Sangat Setuju (SS)	4	1
Setuju (S)	3	2
Tidak Setuju (TS)	2	3
Sangat Tidak Setuju (STS)	1	4

Berdasarkan tabel 3.3 bahwa angket yang digunakan memiliki empat pilihan jawaban dan masing-masing jawaban memiliki skor yang berbeda. Selain itu menurut Widoyoko (2014, hlm.38) untuk menentukan kriteria skor dapat dengan menggunakan Penilaian Acuan Norma (PAN) ideal, dan untuk mengetahui kriteria skor tersebut dapat dilihat pada tabel 3.4 berikut:

Tabel 3.4 Interval Kriteria Penilaian

No	Nilai	Kategori
1	$X < Mi + 1,8 SDi$	Sangat Tinggi
2	$Mi + 0,6 SDi < X \leq Mi + 1,8 SDi$	Tinggi
3	$Mi - 0,6 SDi < X \leq Mi + 0,6 SDi$	Sedang
4	$Mi - 1,8 SDi < X \leq Mi - 0,6 SDi$	Rendah
5	$X < Mi - 1,8 SDi$	Sangat Rendah

Keterangan:

Mi (Mean Ideal) $= \frac{1}{2}$ (Skor max ideal + Skor min ideal)

SDi (Standar Deviasi Ideal) $= \frac{1}{6}$ (Skor max ideal – Skor min ideal)

X = Data bilangan yang diperoleh

Skor max ideal = Skor tertinggi

Skor min ideal = Skor terendah

3.4.1. Uji Validitas

Validitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat-tingkat kevalidan atau kesahihan suatu instrumen (Arikunto, 2006). Suatu instrumen dikatakan valid jika dapat menguraikan data yang diteliti dengan tepat. Dimulai dengan mengikuti langkah-langkah penyusunan instrumen yaitu membagi variabel menjadi sub variabel dan indikator yang memenuhi pertanyaan.

Pengujian validitas dilakukan dengan menggunakan program SPSS (*Statistical Package for Social Science*) versi 21. Dalam penelitian ini pengujian validitas dilakukan pada 30 responden. Pengambilan keputusan berdasarkan pada nilai rhitung (*Corrected Item-Total Correlation*) $>$ rtabel, α 0,05 maka butir pernyataan tersebut valid dan sebaliknya.

**Tabel 3.5 Hasil Uji Validitas
Angket Kepercayaan Diri**

No	rhitung	rtabel	Keterangan
1	0,458	0,361	Valid
2	0,504	0,361	Valid
3	0,621	0,361	Valid
4	0,510	0,361	Valid
5	0,403	0,361	Valid
6	0,463	0,361	Valid
7	0,416	0,361	Valid
8	0,514	0,361	Valid
9	0,391	0,361	Valid
10	0,512	0,361	Valid
11	0,478	0,361	Valid
12	0,488	0,361	Valid
13	0,403	0,361	Valid
14	0,500	0,361	Valid
15	0,364	0,361	Valid
16	0,418	0,361	Valid
17	0,432	0,361	Valid
18	0,499	0,361	Valid
19	0,074	0,361	Tidak Valid
20	-0,708	0,361	Tidak Valid
21	0,395	0,361	Valid
22	0,393	0,361	Valid
23	0,533	0,361	Valid
24	0,371	0,361	Valid
25	0,539	0,361	Valid
26	-0,881	0,361	Tidak Valid
27	0,383	0,361	Valid
28	0,499	0,361	Valid

Tabel 3.5 Lanjutan

29	0,419	0,361	Valid
30	0,504	0,361	Valid

Berdasarkan hasil uji validitas pada tabel 3.5 menunjukkan bahwa dari 30 butir angket kepercayaan diri yang diujicobakan, 27 butir soal lebih besar dari rtabel = 0,361 dan 3 kurang dari 0,361. Dengan demikian bahwa dari 30 butir soal yang diujicobakan 27 butir soal valid dan 3 butir soal tidak valid.

3.4.2. Uji Reliabilitas

Instrumen yang reliabel adalah instrumen yang jika digunakan berulang kali untuk mengukur objek yang sama, akan menghasilkan data yang sama (Negara & Abduljabar, 2013). Perhitungan reliabilitas formulasi *Cronbach Alpha* ini dilakukan dengan bantuan program SPSS. Menurut Wiratna Sujerweni (2014), kuesioner reliabel jika nilai *cronbach alpha* > 0,6.

Tabel 3.6 Hasil Uji Reliabilitas

Case Processing Summary			
		N	%
Cases	Valid	30	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	30	100.0

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.735	30

Berdasarkan tabel 3.6 hasil uji reliabilitas menunjukkan bahwa nilai reliabilitas kepercayaan diri yaitu 0,735 dan dinyatakan reliabel karena bernilai > 0,6

3.5. Prosedur Penelitian

Penelitian dilakukan di SD Negeri 111 Pindad yang berlokasi di Jl. Papanggungan No. 1, Sukapura, Kecamatan Kiaracondong, Kota Bandung, Jawa Barat 40285. Peneliti melakukan langkah-langkah penelitian seperti tahap persiapan, tahap pelaksanaan, dan tahap penyelesaian.

3.5.1. Tahapan Persiapan

Pada tahap ini, peneliti mempersiapkan berbagai kebutuhan yang berkaitan dengan instrumen, yaitu:

- a. Peneliti menyiapkan populasi dan sampel yang akan diteliti, siswa dan siswa kelas 5 SD Negeri 111 Pindad dengan jumlah siswa 70 orang yang akan diteliti oleh peneliti.
- b. Peneliti mempersiapkan kebutuhan yang akan digunakan selama penelitian sesuai dengan instrumen yang peneliti pilih.
- c. Selanjutnya peneliti menentukan hari dan waktu untuk melaksanakan penelitiannya, dan kemungkinan penelitian dilakukan ketika jam mata pelajaran PJOK.

3.5.2. Tahapan Pelaksanaan

Tahapan pelaksanaan peneliti dimulai dengan tes kemampuan motorik yang pengambilan datanya menggunakan Tes dan Pengukuran Kemampuan Dasar Motorik Untuk Siswa SD Kelas 4-6 (Usia 10-12 tahun) yang dikembangkan oleh Drs. Widodo, M.Pd dan setelah itu siswa diperkenankan untuk mengisi angket kepercayaan diri yang telah disiapkan oleh peneliti.

3.5.3. Tahap Penyelesaian

Setelah mendapatkan hasil dari tes kemampuan gerak dasar dan angket kepercayaan diri yang telah dilakukan siswa, peneliti menganalisis dan mengolah data agar menjadi hasil penelitian untuk dicari kesimpulannya dari penelitian ini.

3.6. Analisis Data

Analisis data merupakan kegiatan setelah data dari seluruh responden atau sumber data lain terkumpul, kegiatan analisis data adalah mengelompokkan data berdasarkan variabel dari seluruh responden, menyajikan data tiap variabel yang diteliti, melakukan perhitungan untuk menjawab rumusan masalah, dan melakukan perhitungan untuk menguji hipotesis yang telah diajukan (Sugiyono, 2015, hlm. 147). Penelitian ini menggunakan analisis data korelasi *pearson product moment*. Sebelum melakukan uji korelasi atau hipotesis penelitian perlu dilakukan uji asumsi klasik sebagai syarat statistik pada penelitian kuantitatif.

3.6.1. Uji Asumsi Klasik

a) Uji Normalitas

Uji normalitas memiliki tujuan yaitu untuk mengetahui data berdistribusi normal atau tidak. Uji normalitas pada penelitian ini menggunakan metode uji *Kolmogorov Smirnov* dengan menggunakan SPSS. Jika nilai signifikan (*sig.*) $> 0,05$ maka data dinyatakan normal, dan sebaliknya jika nilai signifikan (*sig.*) $< 0,05$ maka data dinyatakan tidak normal (Negara & Abduljabar, 2013).

b) Uji Linieritas

Uji linieritas digunakan untuk mengetahui bentuk hubungan antar variabel linier atau tidak dengan nilai *sig deviation from linierity* $> 0,05$ maka terdapat hubungan dan jika *sig deviation from linierity* $< 0,05$ maka tidak terdapat hubungan linier antar kedua variabel (Widana & Muliani, 2020).

c) Uji Hipotesis

Uji hipotesis atau korelasi digunakan untuk mengetahui hubungan antara dua variabel atau lebih. Uji korelasi dilakukan setelah mengetahui nilai data normal dan linier.

Tabel 3.7 Interpretasi Koefisien Korelasi

(Sugiyono, 2017)

Interval Koefisien	Tingkat Hubungan
0,00 – 0,199	Sangat Lemah
0,20 – 0,399	Lemah
0,40 – 0,599	Cukup
0,60 – 0,799	Kuat
0,80 – 1,000	Sangat Kuat