

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Metode Penelitian

Metode penelitian yang di gunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian deskriptif. Menurut wikipedia indonesia bahwa:

“Penelitian deskriptif adalah salah satu jenis penelitian yang tujuannya untuk menyajikan gambaran lengkap mengenai setting sosial atau dimaksudkan untuk eksplorasi dan klarifikasi mengenai suatu fenomena atau kenyataan sosial, dengan jalan mendeskripsikan sejumlah variabel yang berkenaan dengan masalah dan unit yang diteliti antara fenomena yang diuji.”

Dalam penelitian ini, peneliti telah memiliki definisi jelas tentang subjek penelitian dan akan menggunakan pertanyaan *who* dalam menggali informasi yang dibutuhkan. Tujuan dari penelitian deskriptif adalah menghasilkan gambaran akurat tentang sebuah kelompok, menggambarkan mekanisme sebuah proses atau hubungan, memberikan gambaran lengkap baik dalam bentuk verbal atau numerikal, menyajikan informasi dasar akan suatu hubungan, menciptakan seperangkat kategori dan mengklasifikasikan subjek penelitian, menjelaskan seperangkat tahapan atau proses, serta untuk menyimpan informasi bersifat kontradiktif mengenai subjek penelitian

B. Populasi Penelitian

Populasi adalah seluruh penduduk yang diselidiki dan dibagi oleh sejumlah individu yang paling sedikit memiliki sifat yang sama (Hadi,2004a:77). Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas VI SDN Ciburial di Kabupaten Bandung Barat tahun pelajaran 2012/ 2013 yang berjumlah 55 orang, dan berusia antara 10 sampai 12 tahun.

Tabel 1

Kelas	Jumlah Populasi
--------------	------------------------

VI	55
----	----

Populasi Penelitian

C. Sampel Penelitian

Sampel adalah sebagian atau wakil yang diteliti (Suharsimi Arikunto, 2002:109), sedangkan besar kecilnya sampel dari jumlah populasi sebenarnya tidak ada ketentuan yang mutlak, berapa persen sampel yang diambil dari populasi (Hadi, 2004a:81). Sampel dalam penelitian ini adalah Siswa Kelas VI SDN Ciburial di Kabupaten Bandung Barat yang berusia antara 10 sampai 12 tahun. Jumlah siswa yang diambil datanya sebanyak 55 orang. Maka, total sampel dari penelitian ini adalah 55 orang. Teknik sampling yang digunakan adalah total sampling karena sampel yang digunakan atau yang dipakai dari semua populasi yang ada.

D. Variabel Penelitian

Menurut Arikunto (2002: 96), variabel adalah objek penelitian, atau apa yang menjadi titik perhatian suatu penelitian. Dalam hal ini variabel yang digunakan atau yang akan diselidiki adalah :

1. Variabel Bebas (independen).

Variabel bebas (independent) merupakan faktor yang menjadi pokok permasalahan yang ingin diteliti, ada dua variabel yaitu x1) tingkat kebugaran jasmani dan x2) kesehatan mental.

2. Variabel Terikat (tergantung).

Variabel terikat (tergantung) pengamatan sebagai hasil atau akibat dari variabel bebas dan merupakan pokok persoalan. Yaitu Y) prestasi belajar pendidikan jasmani.

3. Variabel Moderator

Variabel yang penting tetapi tidak diutamakan. Kondisi kesehatan jasmani siswa kelas VI SD saat pengambilan data melalui (TKJI) Tes Tingkat Kebugaran Jasmani.

E. Rancangan Penelitian

Berdasarkan judul dan permasalahan yang Penulis ajukan, maka penelitian ini termasuk jenis penelitian korelasional dengan pendekatan kuantitatif. Dalam hal ini adalah hubungan antara tingkat kebugaran jasmani dan kesehatan mental dengan prestasi belajar pendidikan jasmani.

F. Teknik Pengambilan Data

Data adalah segala informasi mengenai variabel yang diteliti. Data adalah fakta tentang situasi, fakta adalah sesuatu yang dibuat atau dihasilkan oleh situasi pengukuran (Pratiknyo DW. dan Suharini, 2003:35). Dalam penelitian ini yang digunakan untuk mengumpulkan data adalah survei dengan teknik tes, metode angket dan dokumentasi.

G. Prosedur Penelitian

1. Persiapan Penelitian

Sebelum melakukan penelitian, terlebih dahulu melakukan uji coba alat ukur yang merupakan uji kevaliditas dan reabilitas instrumen metode angket pada sampel yang lain sebagai pembanding untuk kelayakan instrumen angket digunakan peneliti untuk sampel yang sebenarnya.

2. Penentuan Populasi

Populasi yang digunakan sebagai uji metode angket adalah siswa kelas VI SDN Ciburial, yang masih dalam lingkup kawasan Kabupaten Bandung Barat, yang berjumlah 10 orang. Sedangkan populasi yang ditetapkan dalam penelitian ini adalah siswa kelas VI SDN Ciburial di Kabupaten Bandung Barat tahun ajaran 2012/ 2013 sebanyak 55 siswa. Semua siswa diteliti tanpa mengambil sampel. Jadi penelitian ini adalah studi populasi.

3. Uji Coba Alat Ukur

Alat ukur berupa angket diberikan kepada 10 siswa kelas VI SDN Ciburial terdiri dari 5 siswa laki-laki dan 5 siswa perempuan untuk dijawab. Jawaban 10 siswa dianalisis untuk menguji validitas dan reabilitas angket.

2. Pelaksanaan Penelitian

Berdasarkan jadwal yang telah ditetapkan, selanjutnya dilaksanakan pengambilan data dengan memberikan angket kepada siswa pada waktu jam pelajaran kosong terhitung tanggal 25 November– 5 Desember 2012. Siswa disuruh mengisi angket kemudian dilakukan pengambilan data tes kebugaran jasmani dan hasil nilai belajar penjas pada buku raport siswa yang menggunakan data dari jenjang kelas sebelumnya yaitu saat siswa berada pada kelas V semester 1 dan 2.

H. Instrument Penelitian

Instrumen mencakup segala sesuatu yang digunakan sebagai alat dalam penelitian ini adalah:

1. Survei dengan Teknik Tes

Tes adalah serentetan pertanyaan atau latihan serta alat lain yang digunakan untuk mengukur ketrampilan, pengetahuan inteligensi, kemampuan atau bakat yang dimiliki oleh individu atau kelompok. Pengambilan data tingkat kebugaran jasmani dengan melalui tes uji ketrampilan dengan panduan menurut sistem (TKJI) Tes Kesegaran Jasmani Indonesia, (Pusat Kesegaran Jasmani dan Rekreasi, 1999) kategori usia antara 10 sampai 12 tahun.

2. Metode Angket

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan metode angket langsung dengan bentuk tertutup. Responden memilih alternatif jawaban yang telah disediakan dengan pendapatnya. Ada lima (5) alternatif jawaban yang masing-masing mempunyai skor, adalah sebagai berikut :

Tabel 2

Kisi-Kisi Angket Penelitian Kesehatan Mental

Variabel	Indikator	Nomor item	Jumlah item
Ciri-ciri	1. Merasa disenangi oleh anak-anak lain	1,2	2

Kesehatan Mental (Abdur Rauf (1976: 341-342) dan H.C Withering ton)	2. Merasa aman, terutama terhadap kejadian-kejadian dimasa depan.	3,4	2
	3. Biasanya merasa tegar dan bertenaga.	5,6,7,8	4
	4. Tidak Takut untuk berteman	9,10,11,12	4
	5. Tertawa dengan penuh hatinya, kalau ada kesempatan untuk tertawa.	13,14	2
	6. Puas dengan umurnya, tidak ingin menjadi bayi lagi.	15,16	2
	7. Memperlihatkan sikap tenang serta puas, tidak dihindangi rasa takut yang berkaitan dengan air,tempat yang tinggi dan lainnya	17,18,19, 20	4
	8. Senang bersekolah, senang akan/ atau rombongan-rombongan bermain sebelum masa sekolah.	21,22	2
	9. Ingin bermain, mempunyai permainan kesukaan.	23,24	2
	10. Merasa dirinya termasuk dalam suatu rombongannya.	25,26	2
	11. Bersikap gembira dan optimistik.	27,28	2
	12. Dapat tidur nyenyak.	29,30	
	13. Dapat melupakan “kejadian” yang dilakukan orang terhadap dirinya.	31,32	2
	14. Memperlakukan teman-temannya dengan ramah tamah.	33,34	2
	15. Merasa bahagia dengan orang tuanya serta lingkungan keluarganya.	35	1
	16. Mempunyai hobi-hobi tertentu, gemar akan rekreasi-rekreasi khusus tertentu.	36	1
	17. Memperlihatkan sikap tidak	37	1

	tergantung kepada orang lain, dapat mengurus dirinya sendiri.		
	18. Merasa bahwa ia dipercaya oleh anak-anak lain, orang tuanya dan orang-orang lain.	38	1
	19. Menyatakan isi hatinya dengan terang, tertawa atau menangis pada saat-saat yang tepat.	39	1
	20. Mempunyai nafsu makan yang baik.	40	1
	Jumlah :	40 item	40 item

Sumber : Penelitian Angket Kesehatan Mental

Tabel 3
Penilaian Angket

Jawaban	Sangat setuju (SS)	Setuju (S)	Ragu-ragu (R)	Tidak setuju (TS)	Sangat tidak setuju (STS)
Positif	5	4	3	2	1
Negatif	1	2	3	4	5

Sumber : Penelitian angket kesehatan mental

1. Untuk setiap pernyataan diberi skor :

Pertanyaan positif adalah item nomor 1, 3, 4, 5, 6, 7, 9,10, 12, 13, 14, 15, 16, 18, 21, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 32, 33, 35, 36, 37, 38, 39, 40. Sedangkan pernyataan negatif pada item nomor 2, 8, 11, 17, 19, 20, 30, 31, 34.

Skor tertinggi adalah 5 dan skor terendah adalah 1. Total skor maksimal 200, total skor minimal 40. Siswa yang mendapat skor diatas rata-rata adalah

termasuk siswa yang sehat mental, sedangkan siswa yang mendapat skor dibawah rata-rata termasuk siswa yang memiliki sehat mental d bawah rata-rata.

2. Pengelompokan siswa terhadap hasil angket kesehatan mental dan hasil prestasi belajar penjas.

Suatu penelitian akan memberikan hasil yang baik atau sebaliknya sebagian tergantung pada alat pengumpul data yang digunakan. Alat pengumpul tersebut dikatakan baik apabila memenuhi syarat tertentu, diantaranya adalah validitas dan reabilitas, dengan demikian validitas dan reabilitas menjadi tolak ukur kualitas alat pengumpul data.

a. Validitas

Yang dimaksud dengan validitas menurut Sutrisno Hadi adalah kejituan, ketepatan, atau pengenaaan pengukuran. Suatu alat ukur disebut jitu jika ia dengan jitu mengenai sasarannya (Hadi, 2004b:120).

Jadi alat ukur dapat dikatakan valid jika alat ukur itu mengenai sasaran atau mengenai apa yang seharusnya diukur dan dengan tepat mengumpulkan data yang seharusnya dikumpulkan, dan mampu mengupas dengan cermat dan teliti tentang semua kegiatan yang perlu diukur. Adapun jenis-jenis validitas adalah sebagai berikut :

1. *Face validity*
2. *Logical validity*
3. *Factorial validity*
4. *Empirical validity* (Hadi,2004b:122)

Dalam penelitian ini yang digunakan adalah validitas logik (*Logical validity*). Konsep validity bertitik tolak dari kontruksi teoritik tentang aspek-aspek yang hendak diukur oleh satu alat pengukur (Hadi,2004b:122). Untuk mengetahui validitas logik maka alat ukur yang dipergunakan dalam penelitian ini yaitu berupa angket tentang kesehatan mental. Untuk memperoleh instrumen yang valid Peneliti mengikuti langkah-langkah penyusunan instrumen yaitu menentukan variabel/ sub variabel dan

indikatornyayang dijabarkan dalam kisi-kisi seperti pada tabel diatas.Hasil tes angket diuji dengan teknik korelasi point biserial yang kemudian hasilnya dikorelasikan dengan R_{tabel} Product Momen.

b. Reabilitas Tes

Suatu tes adalah reliabel apabila tes itu memiliki ketetapan hasil atau konsistensi.artinya dapat dipercaya, jadi dapat diandalkan (Arikunto,2002: 170).

Jadi alat ukur dikatakan reliabel jika alat ukur itu dapat dipercaya dan mantap, dalam pengertian alat ukur itu stabil, dapat diandalkan dan diramalkan walau alat ukur itu diberikan kepada subjek berkali-kali dalam waktu yang berlainan, namun hasilnya akan tetap sama atau relatif sama.

Cara yang dipergunakan untuk menetapkan reabilitas alat ukur dalam penelitian ini adalah dengan teknik belah dua ganjil, dengan langkah sebagai berikut :

1. Alat ukur yang berupa angket diberikan kepada subjek
2. Setelah data diambil, diadakan pengelompokan item-item pertanyaan yang ganjil dan genap. Kemudian hasilnya dikorelasikan dengan R_{tabel} *productmoment*. Untuk mendapatkan koefisien korelasi penuh dipergunakan rumus K-R 21(Kuder dan Richatdson), yaitu :

$$r_{11} = \left[\frac{k}{k-1} \right] \left[\frac{M k M}{kVt} \right]$$

Keterangan :

r_{11} : Reabilitas Instrumen (Kuder dan Richardson)

k : Banyaknya butir soal

M : Rata-rata skor total

Vt : Varians total (Suharsimi, 2002: 164)

3. Dokumentasi

Metode dokumentasi yaitu cara mencari data melalui catatan, transkrip, buku, surat kabar, majalah, prasasti, notulen rapat, legger, agenda, dan sebagainya (Suharsimi, 2002: 206). Dalam hal ini pengambilan data mengenai nilai prestasi belajar penjas diambil dari rata-rata nilai kelas V semester satu dan dua.

I. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Penelitian

Keberhasilan suatu penelitian dipengaruhi oleh beberapa hal, oleh karena itu untuk menghindari terjadinya kemungkinan-kemungkinan kesalahan, hambatan dan hal lain sebagainya. Peneliti harus bisa mengantisipasi supaya hasil penelitiannya dapat dipertanggung jawabkan. Pada penelitian ini ada beberapa faktor yang mempengaruhi hasil penelitian, yaitu :

1. Faktor Kesungguhan Hati

Faktor kesungguhan hati menyangkut semua yang terlibat pada penelitian yaitu peneliti, pengetes, dan testee. Jika semua yang terlibat dalam penelitian memiliki motivasi yang tinggi untuk bekerja atau beraktivitas dengan sungguh maka hasilnya akan baik, untuk itu sebelum melakukan tes terlebih dahulu testee diberi pengarahan oleh peneliti dan guru penjas SD supaya bersungguh-sungguh dalam mengikuti tes.

2. Faktor Alat

Peralatan yang digunakan pada penelitian harus benar-benar valid dan dapat dipertanggungjawabkan, alat yang digunakan sebelum tes dilaksanakan hendaknya di uji validitasnya dan sesuai dengan testee, sehingga pada saat tes dan setelah data diperoleh tidak terjadi masalah.

3. Faktor Cuaca

Daya tahan seseorang terhadap cuaca berbeda-beda, dan dampak terhadap fisiologis tubuh masing-masing orang juga berbeda. Tes Kebugaran Jasmani pada penelitian ini berada dilapangan yang tempatnya tidak jauh dari sekolah

yang meliputi 5 jenis tes yaitu lari 50 meter, Loncat tegak (*Vertical Jump*), Bergantung Siku Tekuk (*Flexed Arm Hang*) selama 60 detik, Baring Duduk (*Sit Up*) selama 30 detik, Lari Sedang 600 meter. Karena jumlah sampel yang cukup banyak sehingga waktu yang dibutuhkan untuk melaksanakan tiap-tiap item tes cukup lama dan diperlukan stamina yang baik.

Peneliti memulai kegiatan penelitian pada pukul 07.30 WIB pagi dengan pertimbangan cuaca pada pagi hari tidak terlalu panas dan tes bisa selesai sebelum waktu siang yang biasanya suhu udara meningkat.

4. Faktor Kemampuan Sampel

Tiap sampel memiliki kemampuan dasar yang berbeda-beda, terutama dalam menyerap penjelasan dan peragaan yang diberikan oleh peneliti, oleh karena itu untuk mengurangi kemungkinan terjadi kesalahan dalam tes peneliti selalu melakukan koreksi secara dini dan terus-menerus selama dilakukan pengambilan data.

5. Faktor Tenaga Penilai

Karena penilaian pada tes ini membutuhkan kecermatan dan ketelitian yang tinggi, maka faktor tenaga penilai sangat penting untuk diperhatikan. Dalam penelitian ini tenaga pembantu dalam proses pelaksanaan tes kebugaran jasmani sebelumnya telah diberi pengarahan mengenai teknis pelaksanaan tes, sehingga diharapkan tidak terjadi kesalahan pada saat pengambilan data.

J. Teknik Analisis Data

Bagian ini menyebutkan dan menjelaskan teknik analisis yang digunakan untuk mengolah data yang telah dikumpulkan menjadi informasi yang bermakna. Metode analisis statistik yang digunakan dalam penelitian ini adalah multi korelasi dengan menggunakan tes analisis regresi, karena untuk menganalisa hubungan lebih dari 2 variabel tes. (Pratiknyo DW dan Suharini, 2003:39). Penganalisisannya dengan menggunakan korelasi yaitu dengan istilah statistik yang menyatakan derajat hubungan garis *linier* antara variabel dari penelitian

yang terdiri lebih dari dua variabel yaitu dua variabel bebas dan satu variabel terikat, maka penganalisisan data menggunakan *Analisis Regresi Ganda*.

1. Langkah-Langkah Analisis Data

- a. Analisis tes kebugaran jasmani, dengan melakukan kriteria dari hasil kumulatif nilai setiap item tes.
- b. Analisis tes kesehatan mental, dengan menstabilisasi jawaban yang benar dan salah, menentukan rata-rata nilai yang sehat mental dan yang tidak sehat mental
- c. Analisis nilai prestasi, dengan mengambil rata-rata nilai semester I dan semester II, menstabilisasi yang sehat mental dan yang tidak sehat mental dengan hasil prestasi belajar penjas.
- d. Analisis korelasi dengan rumus multi korelasi yaitu dengan analisis regresi sebagai berikut :
 - 1). Membuat tabel persiapan analisis regresi dua preditor
 - 2). Hasil perhitungan diubah dalam skor deviasi
 - 3). Menentukan koefisien regresi (a_0 , a_1 dan a_2)
 - 4). Menentukan garis regresi dalam skor deviasi
 - 5). Persamaan garis dua prediktor adalah $Y = a_1X_1$ dan $a_2X_2 + K$
 - 6). Menguji keberartian persamaan regresi

$$R_{y(1,2)} = \sqrt{\frac{a_1 \sum x_1 y + a_2 \sum x_2 y}{\sum y^2}}$$

$R_{y(1,2)}$ = koefisien korelasi antara Y dengan X_1 dan X_2

a_1 = koefisien prediktor X_1

a_2 = koefisien prediktor X_2

$\sum x_1 y$ = jumlah produk antara X_1 dengan Y

$\sum x_2 y$ = jumlah produk antara X_2 dengan Y

$\sum y^2$ = jumlah kuadrat kriterium Y

(Sutrisno Hadi, 2004c: 28)

7). Menentukan Korelasi Multiple

8). Menentukan korelasi sederhana

$$F_{reg} = \frac{JK \text{ reg}}{JK \text{ res}} \cdot \frac{1}{n-k-1}$$

(Sudjana, 1996 : 355)

2. Langkah-Langkah Korelasi Berganda

Mencari Koefisien Korelasi Berganda

$$R_{y(1,2)} = \frac{a_1 \sum x_1 y + a_2 \sum x_2 y}{\sum y^2}$$

Dimana :

$R_{y(1,2)}$ = Koefisien korelasi ganda antara variabel x_1 dan secara bersama-sama dengan variabel y = Jumlah produk antara x_1 dan y

$\sum x_2 y$ = Jumlah produk antara x_2 dan y

$\sum y^2$ = Jumlah kuadrat kriterium y

a_1 = Koefisien prediktor x_1

a_2 = Koefisien prediktor x_2

(Sudjana, 1996 : 383)

Menguji Keberartian Persamaan Regresi Berganda

$$F_{reg} = \frac{JK \text{ reg}}{JK \text{ res}} \cdot \frac{1}{n-k-1}$$

(Sudjana, 1996 : 355)