

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1. Objek Penelitian

Objek dalam penelitian ini bertempat di SMA Negeri 7 Bandung, dengan melibatkan siswa kelas X dengan fenomena yang akan diteliti yaitu kohesif peserta didik berjumlah 70 orang.

3.2. Metode dan Desain Penelitian

3.2.1 Metode Penelitian

Metode penelitian pada hakikatnya adalah cara ilmiah untuk mengumpulkan data dengan tujuan dan manfaat tertentu (Sugiyono, 2013). Penelitian ini menggunakan metode eksperimental yang dipilih karena mampu secara langsung menguji pengaruh suatu variabel. Jika diterapkan dengan tepat, metode ini menjadi cara paling efektif untuk menguji hipotesis dan melihat hubungan sebab-akibat secara jelas (Fraenkel et al., 2022).

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah eksperimen, yang dimana nantinya peneliti akan memberikan program (*treatment*) kepada 2 kelompok berbeda dimana program tersebut berupa diferensiasi *movement task* dan pembelajaran aktivitas ritmik. Yang kemudian nantinya akan dibandingkan antara 2 kelompok tersebut untuk melihat apakah terdapat perbedaan pengaruh dari 2 program tersebut terhadap kohesif peserta didik.

3.2.2 Desain Penelitian

Desain penelitian ini menggunakan desain *Pre-test – Post-test Control Group Design*. Pengukuran pertama bertindak sebagai *pre-test*, sedangkan pengukuran kedua berfungsi sebagai *pos-ttest* (Fraenkel et al., 2022).

Tabel 3. 1 Desain Penelitian

Kelompok	<i>Pre Test</i>	Perlakuan	<i>Post Test</i>
Eksperimen	O1	X	O1
Kontrol	O2	-	O2

Keterangan :

O1 : *Pre-test* yang dilaksanakan pada kelompok eksperimen (pembelajaran aktivitas ritmik berdiferensiasi)

O2 : *Pre-test* yang dilaksanakan pada kelompok kontrol (pembelajaran aktivitas ritmik konvensional)

X : Perlakuan (*treatment*) dalam pembelajaran aktivitas ritmik berdiferensiasi

O1 : *Post-test* yang dilaksanakan pada kelompok eksperimen (pembelajaran aktivitas ritmik berdiferensiasi)

O2 : *Post-test* yang dilaksanakan pada kelompok kontrol (pembelajaran aktivitas ritmik konvensional)

3.3. Populasi dan Sampel

3.3.1. Populasi

Populasi adalah kumpulan objek atau subjek yang memiliki kualitas dan karakteristik tertentu yang ditentukan kriterianya oleh peneliti untuk dipelajari dan diambil kesimpulan (Negara et al., 2019). Populasi yang digunakan adalah siswa kelas 10 di SMA Negeri 7 Bandung yang berjumlah 70 siswa yang terbagi menjadi 2 kelas

3.3.2. Sampel

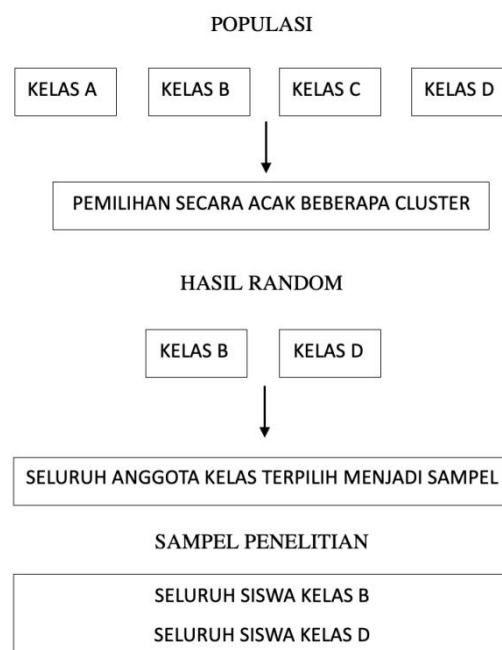
Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi (Negara et al., 2019). Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *cluster random sampling*. *Cluster random sampling* adalah

Nayla Khairunissya, 2025

**PENGARUH DIFERENSIASI MOVEMENT TASK PADA PEMBELAJARAN AKTIVITAS RITMIK
TERHADAP KOHESIF PESERTA DIDIK DI SMA NEGERI 7 BANDUNG**

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

metode di mana kelompok-kelompok, bukan individu, yang dipilih secara acak sebagai unit *sampling* (Fraenkel et al., 2022). Ini mirip dengan *simple random sampling*, tetapi fokusnya adalah pada pemilihan kelompok. Dalam konteks ini, peneliti memilih kelompok yang sudah ada, seperti kelas-kelas yang sudah ada, untuk dijadikan sampel (Fraenkel et al., 2022).



Gambar 3. 1 *Cluster Random Sampling*

Dalam penelitian ini, jumlah kelas yang diambil sebagai sampel adalah 2 kelas, yaitu 1 kelompok eksperimen dan 1 kelompok kontrol. Sampel merupakan siswa sekolah dan bukan merupakan atlet senam.

3.4. Instrumen Penelitian

3.4.1. *The Group Environment Questionnaire (GEQ)*

Instrumen angket *The Group Environment Questionnaire (GEQ)* mengadaptasi dari (Raihani, 2023). *The Group Environment Questionnaire (GEQ)*

Nayla Khairunissya, 2025

**PENGARUH DIFERENSIASI MOVEMENT TASK PADA PEMBELAJARAN AKTIVITAS RITMIK
TERHADAP KOHESIF PESERTA DIDIK DI SMA NEGERI 7 BANDUNG**

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

terdiri dari 16 item kuesioner yang terdiri dari empat konstruksi: tugas integrasi kelompok (GI-T), integrasi kelompok-sosial (GI-S), daya tarik individu untuk tugas kelompok (ATG-T), dan ketertarikan individu pada kelompok-sosial (ATG-S). Keempat aspek ini mewakili dua dimensi, yakni integrasi dan keterlibatan dalam kohesi tugas serta kohesi sosial. Setiap item dijawab menggunakan skala Likert sembilan poin, mulai dari 1 (sangat tidak setuju) hingga 9 (sangat setuju) (Raihani, 2023).

a. Kisi-Kisi Instrumen

Kisi-kisi dari instrumen *The Group Environment Questionnaire* (GEQ) dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel 3. 2 Kisi-Kisi Instrumen

Dimensi	No Item		Jumlah
	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
ATG-S (ketertarikan individu pada kelompok-sosial)	8	1, 3, 6	4
ATG-T (daya tarik individu untuk tugas kelompok)	-	2, 4, 5, 7	4
GI-S (integrasi kelompok-sosial)	14	10, 12, 16	4
GI-T (tugas integrasi kelompok)	9, 11, 15	13, 17	5
Total			17

b. Penyebaran

Penelitian ini menggunakan skala Likert sebagai alat ukur. Setiap responden diminta memilih jawaban yang paling menggambarkan tingkat persetujuan atau ketidaksetujuan mereka terhadap setiap pernyataan, dengan rentang nilai dari 1 (sangat tidak setuju) hingga 9 (sangat setuju). Skor dari setiap item dalam *The Group Environment Questionnaire* (GEQ) dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel 3. 3 Penyebaran GEQ

Item	Skor Pernyataan								
<i>Favorable</i>	1	2	3	4	5	6	7	8	9
<i>Unfavorable</i>	9	8	7	6	5	4	3	2	1

c. Kategori Skor

Pengelompokan skor dilakukan untuk memetakan skor masing-masing individu ke dalam beberapa tingkatan, sesuai dengan atribut yang diukur secara berjenjang (Khalilullah et al., 2015). Berikut adalah kategorisasi skor *The Group Environment Questionnaire (GEQ)* (Raihani, 2023):

Tabel 3. 4 Kategori Skor GEQ

Kategori	Rumus	Skor
Rendah	$M < X$	$X < 50$
Tinggi	$M > X$	$X > 50$

3.4.2. Uji Validitas

Uji validitas merupakan proses penting dalam penelitian yang bertujuan untuk memastikan bahwa instrumen yang digunakan benar-benar mengukur apa yang dimaksudkan untuk diukur, sehingga data yang diperoleh dapat diandalkan dan relevan untuk tujuan penelitian (Amalia et al., 2022; Harahap et al., 2023). Instrumen dikatakan valid jika memiliki tingkat validitas yang tinggi, sebaliknya jika validitasnya rendah maka instrumen tersebut dianggap kurang valid (Sugiyono, 2013).

Pengujian validitas pada instrumen *The Group Environment Questionnaire (GEQ)* ini terdiri dari 17 butir pernyataan dan yang tidak valid ada 1 butir pernyataan. Sehingga butir pertanyaan yang digunakan terdiri dari 16 butir pertanyaan.

3.4.3. Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas adalah proses yang digunakan untuk menilai sejauh mana instrumen pengukuran dapat memberikan hasil yang konsisten dan dapat diandalkan dalam mengukur variabel yang sama di berbagai waktu atau oleh berbagai pengamat (Amanda et al., 2019; Harahap et al., 2023).

Tabel 3. 5 Uji Reliabilitas

Kriteria Pengujian		
Nilai Acuan	Nilai Cronbach's Alpha	Kesimpulan
0,70	0,775	Reliabel

Pengambilan keputusan dilakukan berdasarkan perhitungan nilai cronbach's alpha bila nilainya diatas 0,70 maka dinyatakan reliabel (Tavakol & Dennick, 2011). Dengan demikian dapat diambil kesimpulan bahwa pada tabel di atas telah memenuhi standar reliabilitas, karena memiliki nilai cronbach's alpha = 0,775 > dari 0,70.

3.4.4. Program Perlakuan

Tahapan dalam program perlakuan mengacu pada tahap-tahap dalam *Teaching Dance for understanding (TDfU)* (Levenberg et al., 2020). Model ini dirancang untuk membangun pemahaman yang lebih mendalam terhadap tari melalui proses pembelajaran yang menyenangkan, reflektif, dan bertahap. Tahap pertama adalah Menari Sebagai Permainan Pengalaman, yang mengajak siswa untuk masuk ke dalam pengalaman menari melalui pendekatan bermain, sehingga mereka dapat bereksplorasi tanpa tekanan terhadap bentuk atau teknik gerak tertentu. Tahap kedua yaitu Apresiasi Tari, mengarahkan siswa untuk mengamati dan memahami berbagai bentuk tarian serta nilai-nilai yang terkandung di dalamnya. Selanjutnya, pada tahap Mengembangkan Koneksi, siswa diajak untuk mengaitkan pengalaman menari dengan kehidupan pribadi maupun konteks sosial-

Nayla Khairunissya, 2025

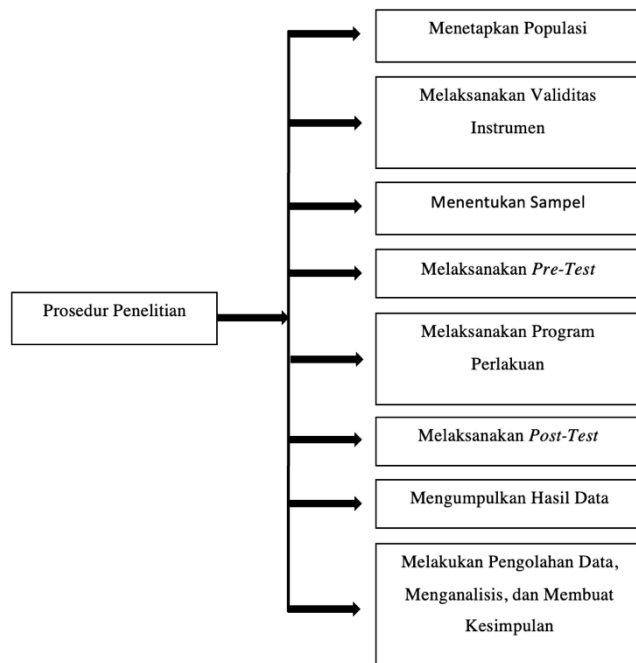
**PENGARUH DIFERENSIASI MOVEMENT TASK PADA PEMBELAJARAN AKTIVITAS RITMIK
TERHADAP KOHESIF PESERTA DIDIK DI SMA NEGERI 7 BANDUNG**

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

budaya. Setelah itu, dalam tahap Eksplorasi Kreatif, siswa diberi kebebasan untuk menciptakan gerakan atau rangkaian tarian berdasarkan imajinasi dan ekspresi diri. Tahap kelima yaitu Penyempurnaan Keterampilan, menekankan pada peningkatan kualitas teknik dan kontrol gerakan siswa secara lebih terarah. Terakhir, tahap Pertunjukan Tari menjadi momen di mana siswa menampilkan hasil proses belajar mereka, sekaligus memperkuat rasa percaya diri dan kebersamaan dalam kelompok. Keseluruhan tahapan ini sangat relevan untuk diterapkan dalam pembelajaran aktivitas ritmik di tingkat SMA karena tidak hanya mengembangkan keterampilan motorik dan artistik siswa, tetapi juga membangun kerja sama, ekspresi diri, dan kohesif kelompok.

Dalam penelitian eksperimen di bidang pendidikan jasmani, penting untuk melakukan percobaan secara berulang. Hal ini bertujuan untuk memastikan bahwa hasil yang diperoleh valid dan dapat diandalkan, karena hasil dari satu percobaan saja mungkin tidak mencerminkan kondisi yang stabil atau dapat diulang. Pendekatan ini sejalan dengan prinsip dasar penelitian eksperimen yang menekankan pentingnya replikasi untuk mengonfirmasi temuan serta mengurangi kemungkinan adanya bias atau variabilitas yang tidak terkontrol dalam data (Rizal et al., 2022). Penelitian ini dilaksanakan dalam delapan pertemuan, masing-masing diadakan satu kali seminggu dan berlangsung selama 45 menit dengan total dua jam pelajaran (2 JP) per pertemuan. Selama berlangsungnya delapan pertemuan tersebut, setiap sesi memberikan kesempatan bagi siswa untuk terlibat dalam aktivitas yang mendukung pengembangan keterampilan motorik dan nilai-nilai sosial aspek yang sangat penting dalam pendidikan jasmani (Subekti et al., 2024).

3.5. Prosedur Penelitian



Gambar 3. 2 Prosedur Penelitian

Adapun prosedur penelitian dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Menetapkan populasi.
2. Melaksanakan validitas instrumen.
3. Menentukan sampel.
4. Melaksanakan *pre-test*.
5. Melaksanakan program perlakuan.
6. Melaksanakan *post-test*.
7. Mengumpulkan hasil data.
8. Melakukan pengolahan data, menganalisis, dan membuat kesimpulan.

3.6. Rancangan Analisis Data dan Uji Hipotesis

3.6.1. Analisis Data

Untuk menguji pengaruh antara variabel bebas dan terikat dalam penelitian ini digunakan teknik analisis statistik dan uji hipotesis dengan pengolahan data menggunakan program *statistical product for social science (SPSS)*.

3.6.2. Uji Normalitas

Uji Normalitas dilakukan dengan menggunakan *Kolmogorov-Smirnov / Shapiro Wilk* dengan kriteria apabila nilai $\text{sig} > 0,05$ maka data berdistribusi normal dan apabila nilai $\text{sig} < 0,05$ maka data berdistribusi tidak normal (Negara et al., 2019).

3.6.3. Uji Homogenitas

Uji Homogenitas menggunakan *levane static* dengan kriteria apabila nilai $\text{sig} > 0,05$ maka data homogen dan apabila nilai $\text{sig} < 0,05$ maka data tidak homogen (Negara et al., 2019).

3.6.4. Uji Hipotesis

Apabila data berdistribusi normal, uji hipotesis akan dilakukan dengan menggunakan Uji t dan apabila data berdistribusi tidak normal maka uji hipotesis menggunakan Uji *Mann-Whitney Test* (Negara et al., 2019).