

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

Pada bab ini peneliti menjelaskan terkait dari metode apa yang di gunakan, desain penelitian apa yang di pakai, berapa populasi dan sampel yang digunakan, instrumen, lalu menjelaskan tentang prosedur penelitian dan juga analisis data.

3.1 Jenis Penelitian

Jenis yang digunakan dalam penelitian ini yaitu dengan menggunakan penelitian kuantitatif dengan pendekatan penelitian korelasional yang bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara aktivitas fisik dengan Hasil belajar siswa kelas atas sekolah dasar. Alasan menggunakan pendekatan korelasional karena Aktivitas fisik (X) dianggap sebagai variabel prediktor independen yang berhubungan dengan Hasil belajar (Y), yang merupakan variabel tergantung dependen. Guna menganalisis hubungan antara aktivitas fisik dan Hasil belajar serta menentukan apakah hubungan tersebut signifikan secara statistik dapat dilakukan dengan menggunakan korelasional.

3.2 Populasi

Dalam penelitian ini seluruh sekolah dasar di Kecamatan Paseh ,Kabupaten Bandung dijadikan populasi penelitian. Pemilihan wilayah tersebut didasarkan pada kesesuaian dengan tujuan penelitian, yaitu siswa kelas atas sekolah dasar untuk mengkaji hubungan antara aktivitas fisik dengan hasil belajar siswa kelas atas sekolah dasar, selain itu pemilihan populasi di Kecamatan Paseh dituju karena lokasinya bertempat di dataran tinggi karena notabnya ketika lokasinya di dataran tinggi biasanya kebugaran jasmaninya pada kategori baik, dalam penelitian (Nurkadri & Hayati, 2020) menunjukkan bahwa sampel penelitian di dataran tinggi memiliki tingkat kebugaran fisik yang baik, adapun dalam penelitian (Yuliawan & Herpandika, 2019) yang menunjukkan hasil kondisi fisik pada kategori sedang, tentunya hal ini menjadi salah satu alasan bagi penulis sehingga memilih populasi di kecamatan paseh karena terdorong oleh referensi dari penelitian sebelumnya yang mengemukakan jika sampel di dataran tinggi cenderung memiliki kebugaran fisik yang baik.

3.3 Sampel

Pemilihan sampel dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan teknik *purposive sampling*, yaitu teknik pengambilan sampel berdasarkan pertimbangan atau kriteria tertentu yang telah ditetapkan oleh peneliti. Kriteria pertama adalah siswa yang berasal dari kelas atas, yakni kelas IV, V, dan VI. Pemilihan ini didasarkan pada usia siswa yang berkisar antara 9 hingga 11 tahun, di mana pada rentang usia tersebut anak berada dalam tahap perkembangan penting yang berfungsi sebagai fondasi awal dalam proses pendidikan, baik dari segi kemampuan kognitif, motorik, maupun kebiasaan belajar (Agus Mulyadi & Lestari dkk., 2024). Kriteria kedua adalah sekolah yang dipilih memiliki atau berada dekat dengan fasilitas yang mendukung aktivitas fisik, seperti lapangan terbuka. Fasilitas ini dianggap penting karena anak-anak yang tidak memiliki akses terhadap ruang gerak yang memadai cenderung menghabiskan waktu di dalam rumah dengan aktivitas pasif, seperti bermain game atau menonton film melalui gawai, yang pada akhirnya berdampak pada rendahnya tingkat aktivitas fisik (Indriani dkk., 2020). Kriteria selanjutnya adalah tersedianya data hasil belajar siswa pada semester ganjil. Hal ini dipertimbangkan agar seluruh kelas IV, V, dan VI masih aktif bersekolah, terutama kelas VI yang pada semester genap biasanya sudah menyelesaikan pendidikannya. Dengan demikian, penelitian dapat dilaksanakan dengan lebih efisien dan memungkinkan peneliti untuk segera mengolah data yang diperoleh secara lengkap.

Berdasarkan ketiga kriteria tersebut, dari seluruh Sekolah Dasar yang ada di Kecamatan Paseh, teridentifikasi tiga sekolah yang memenuhi syarat, yaitu dua Sekolah Dasar Negeri dan satu Sekolah Dasar Islam Terpadu (SDIT).

3.4 Teknik Pengumpulan data

Pada tahap ini, penulis mengumpulkan data yang dibutuhkan dan sesuai dengan penelitian dan ada beberapa tahap dalam melakukan pengumpulan data, seperti, mencari instrument penelitian yang sesuai, menentukan indikator mencari referensi tentang indikator penilaian dalam instrumen, lalu tahap perencanaan dan pelaksanaan.

3.4.1 Instrument Penelitian

Instrumen penelitian merupakan suatu alat untuk mengukur subjek dari suatu variabel yang didalamnya terdapat indikator, cara mengolah guna mendapat hasil dari pengukuran variabel penelitian (Muslih dkk., 2022). Maka dari itu instrumen penelitian ini akan di jelaskan sebagai berikut.

3.4.1.1 PAQ-C (The Physical Activity Quisoinaire For Children)

Data dikumpulkan melalui survei, dengan menggunakan Kuesioner *The physical Activity for Children* (PAQ-C) (Kowalski dkk., 2004). Kuesioner ini untuk anak usia 8- 14 tahun, mengukur intensitas dan frekuensi aktivitas fisik selama seminggu ke belakang, kuesioner ini juga telah diterjemahkan ke dalam bahasa indonesia dalam penelitian (Rusdianti, 2024) dengan Validitas item PAQ-C berada antara 0,140- 0,730. Korelasi inter-item berkisar antara (0,000) – 0,616. sebagai alat ukur. Adapun indikator dalam kesioner ini adalah sebagai berikut. Setiap pertanyaan dinilai dari skala 1 hingga 5, kecuali untuk item 10. Pada item pertama, aktivitas yang tidak pernah dilakukan mendapat 1 poin, sedangkan melakukan tujuh atau lebih aktivitas per minggu mendapatkan 5 poin. Item 2 hingga 8 mencakup berbagai periode waktu (seperti jam belajar, waktu istirahat, makan siang, aktivitas setelah sekolah, malam, akhir pekan) dan bertujuan untuk menggambarkan aktivitas anak. a) Jawaban dimulai dari aktivitas terendah hingga tertinggi. b) Setiap item diberi skor berdasarkan respons yang dipilih (1 untuk aktivitas terendah, 5 untuk aktivitas tertinggi). Item 9 menghitung rata-rata aktivitas sepanjang minggu (1 untuk "tidak ada", 5 untuk "sering sekali") untuk menghasilkan skor gabungan. Item 10 hanya digunakan untuk mengidentifikasi aktivitas tidak biasa di minggu sebelumnya dan tidak digunakan dalam perhitungan skor akhir PAQ-C. Setelah mendapatkan skor dari setiap item maka dilakukan analisis untuk mendapatkan skor secara keseluruhan, dalam penelitian (Ramadhani & Fithroni, 2020) penskoran final pada *The Physical Activity Questionnaire for Children* dengan menggunakan rumus sebagai berikut:

$$Final = \frac{P1 + P2 + P3 + P4 + P5 + P6 + P7 + P8 + P9}{9}$$

Setelah mendapatkan skor final, maka skor dari hasil rumus tersebut yang digunakan untuk mencari kembali rata-rata dan persentase dari jumlah keseluruhan hasil kuesioner. Adapun kisi kisi kuesioner PAQ-C adalah sebagai berikut.

Tabel 3. 1. Indikator Penilaian

no	Soal	Pilihan jawaban	Nilai	Total Soal
1	Soal nomor 1 terdapat 22 Aktivitas/Olahraga	Tidak pernah	1	Total nilai dibagi menjadi 20
		1-2 kali	2	
		3-4 kali	3	
		5-6 kali	4	
		7 atau lebih	5	
2	Soal pilihan ganda nomor 2-8	Jawaban A	1	Jumlah total nilai dari soal 2-8
		Jawaban B	2	
		Jawaban C	3	
		Jawaban D	4	
		Jawaban E	5	
3	Soal nomor 9 berisi tentang aktivitas selama seminggu yang lalu	Tidak pernah	1	Total Nilai dibagi menjadi jumlah 7
		1-2 kali	2	
		3-4 kali	3	
		5-6 kali	4	
		7 atau lebih	5	
4	Soal nomor 10 tidak diberi nilai	Pernah	-	Tidak dihitung
		Tidak		

3.4.1.2 Rata- rata nilai rapor

Rapor merupakan salah satu indikator utama dalam pencapaian pembelajaran di lingkungan pendidikan di Indonesia. Sebagai dokumen resmi, rapor mencerminkan hasil evaluasi terhadap kemampuan akademik siswa selama satu semester, yang mencakup berbagai mata pelajaran yang diajarkan di sekolah.

Melalui rapor, guru dapat menilai sejauh mana siswa mampu memahami, menguasai, dan menerapkan materi pembelajaran yang telah diberikan. Rapor juga memberikan gambaran yang menyeluruh mengenai perkembangan aspek kognitif, afektif, dan psikomotorik siswa. Oleh karena itu, rapor menjadi alat yang penting dalam memantau kemajuan belajar siswa dan mengevaluasi efektivitas proses pembelajaran yang telah dilaksanakan.

Dalam konteks penelitian ini, peneliti menggunakan rata-rata nilai rapor sebagai indikator kuantitatif untuk mengukur hasil belajar siswa sekolah dasar. Penggunaan nilai rapor dianggap relevan seperti dalam penelitian Muhaimin dkk., (2024) menunjukkan hasil bahwa rata-rata nilai rapor dapat mengklasifikasi prestasi belajar siswa. Selain itu rata-rata nilai rapor yang tercantum di dalamnya telah melalui proses penilaian yang sistematis oleh guru berdasarkan standar kurikulum yang berlaku. Dengan demikian, rata-rata nilai rapor dapat digunakan sebagai instrumen penelitian yang valid dan objektif untuk menggambarkan tingkat pencapaian hasil belajar siswa. Hasil analisis dari data rapor ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam memahami faktor-faktor yang memengaruhi keberhasilan belajar, serta menjadi bahan pertimbangan dalam meningkatkan kualitas pendidikan dasar.

3.4.1.3 Wawancara Pendukung

Instrumen ini digunakan untuk memvalidasi pengisian kuesioner aktivitas fisik yang berguna untuk memfilter anak yang mengisi kuesioner secara acak, dan tidak masuk akal. Panduan wawancara ini menggunakan indikator PAQ-C

3.5 Prosedur Penelitian

Pada tahap ini peneliti memaparkan beberapa tahapan dalam prosedur penelitian, seperti tahap perencanaan, tahap pelaksanaan, tahap analisis dan tahap mendeskripsikan. Yaitu sebagai berikut:

Tabel 3. 2. Prosedur Penelitian

Prosedur Penelitian			
Tahap Perencanaan	Tahap Pelaksanaan	Tahap Analisis	Tahap Mendeskripsikan

1. Mencari Instrumen 2. Memilih sampel penelitian sesuai kriteria	1. Memberikan kuesioner PAQ-C kepada sampel penelitian 2. Mengambil data rata rata hasil rapor	1. Menganalisis data kuesioner PAQ-C dan rata rata nilai rapor sampel penelitian	1. Menjelaskan temuan dan memaparkan hasil dari analisis data dengan melalui uji pra syarat dan juga uji hipotesis
--	---	--	--

3.5.1 Tahap Perencanaan

Pada tahap perencanaan, peneliti mencari instrumen yang relevan dengan variabel variabel yang telah ditentukan seperti untuk aktivitas fisik menggunakan *PAQ-C* dan Hasil belajar menggunakan rata-rata nilai rapor siswa. Juga menentukan populasi dan sampel pada penelitian. Setelah itu, memilih sampel sesuai kriteria yang telah ditentukan, lalu meminta izin kepada sekolah penelitian.

3.5.2 Tahap Pelaksanaan

Selanjutnya dalam tahap pelaksanaan, siswa diminta untuk mengisi kuesioner *PAQ-C* di bawah bimbingan peneliti atau guru olahraga, Pengisian dilakukan pada jam sekolah untuk memastikan data yang akurat. Data nilai rapor diperoleh dari pihak sekolah dengan mengikuti prosedur administratif yang berlaku. Nilai yang diambil merupakan rata-rata dari semua mata pelajaran. Jika semua data terkumpul, melakukan tahap analisis data dari yang didapat. Berikut merupakan tahapan dalam pelaksanaan penelitian.

Tabel 3. 3. Tahap Pelaksanaan

Sekolah	Deskripsi Kegiatan	Tempat pelaksanaan	Durasi
Sekolah satu	1. Datang ke sekolah penelitian 2. Memberikan surat izin penelitian 3. Masuk ke kelas penelitian, yang terdiri dari kelas 4, 5 dan 6 4. Menjelaskan isi dari kuisoner penelitian 5. Siswa melakukan pengisian kuisoner	1. Salah satu kelas di sekolah penelitian	1. Satu jam (60 Menit)

Akmal Muhamad , 2025

	<p>penelitian (dalam pengawasan peneliti maupun guru)</p> <p>6. Meminta nilai sampel yang telah di teliti kepada guru yang bersangkutan</p>		
Sekolah dua	<p>1. Datang ke sekolah penelitian</p> <p>2. Memberikan surat izin penelitian</p> <p>3. Masuk ke kelas penelitian, yang terdiri dari kelas 4, 5 dan 6</p> <p>4. Menjelaskan isi dari kuisioner penelitian</p> <p>5. Siswa melakukan pengisian kuisioner penelitian (dalam pengawasan peneliti maupun guru)</p> <p>6. Meminta nilai sampel yang telah di teliti kepada guru yang bersangkutan</p>	1. Salah satu kelas di sekolah penelitian	1. Satu jam (60 Menit)
Sekolah tiga	<p>1. Datang ke sekolah penelitian</p> <p>2. Memberikan surat izin penelitian</p> <p>3. Masuk ke kelas penelitian, yang terdiri dari kelas 4, 5 dan 6</p> <p>4. Menjelaskan isi dari kuisioner penelitian</p> <p>5. Siswa melakukan pengisian kuisioner penelitian (dalam pengawasan peneliti maupun guru)</p> <p>6. Meminta nilai sampel yang telah di teliti kepada guru yang bersangkutan</p>	1. Salah satu kelas di sekolah penelitian	1. Satu jam (60 Menit)

3.5.3 Tahap Analisis

Pada tahap analisis data, penulis menggunakan analisis data dengan menggunakan korelasional melalui tahapan uji pra-syarat dengan menggunakan

Akmal Muhamad , 2025

uji normalitas, uji linieritas,. Setelah melakukan uji pra-syarat peneliti melakukan uji korelasi dengan menggunakan memakai software *SPSS version.26 for window*.

3.6 Prosedur Analisis Data

Sebelum melakukan uji hipotesis korelasi, diperlukan tahapan uji prasyarat untuk memastikan bahwa data memenuhi asumsi dasar yang dibutuhkan dalam analisis korelasional. Tahapan uji prasyarat ini meliputi uji normalitas untuk mengetahui apakah data berdistribusi normal, uji linieritas untuk melihat apakah hubungan antara variabel bersifat linier.. Uji normalitas menggunakan metode Kolmogorov-Smirnov karena sampel lebih dari 30, sedangkan uji linieritas dapat diuji melalui uji ANOVA linieritas. Hasil dari uji prasyarat ini menjadi dasar untuk menentukan apakah teknik korelasional parametrik seperti korelasi Pearson dapat digunakan, atau perlu beralih ke teknik non-parametrik seperti korelasi Spearman apabila data tidak memenuhi asumsi-asumsi yang dipersyaratkan. Dengan demikian, tahapan uji prasyarat ini sangat penting untuk menjamin keakuratan dan validitas hasil analisis korelasi yang dilakukan.

3.6.1 Uji Normalitas

Uji normalitas dalam penelitian ini dilakukan untuk mengetahui apakah data pada variabel aktivitas fisik dan hasil belajar siswa kelas atas sekolah dasar berdistribusi normal, sebagai syarat untuk menentukan jenis uji korelasi yang tepat. Pengujian dilakukan dengan menggunakan uji Shapiro-Wilk atau Kolmogorov-Smirnov yang menghasilkan nilai signifikansi (*p-value*). Jika nilai $p > 0,05$, maka data dianggap berdistribusi normal dan dapat dianalisis menggunakan uji korelasi parametrik seperti Pearson. Namun, jika nilai $p < 0,05$, maka data tidak berdistribusi normal dan perlu dianalisis menggunakan uji korelasi non-parametrik seperti Spearman. Oleh karena itu, uji normalitas menjadi langkah awal yang penting dalam menjamin keakuratan dan kesesuaian teknik analisis hubungan antara aktivitas fisik dengan hasil belajar.

Dalam penelitian ini, uji normalitas dilakukan menggunakan program SPSS versi 26. Langkah pertama yang dilakukan adalah membuka program SPSS dan memastikan bahwa data yang akan diuji, yaitu variabel Aktivitas Fisik dan

Hasil Belajar, telah dimasukkan dengan benar ke dalam lembar kerja. Selanjutnya, peneliti memilih menu Analyze pada bagian atas jendela, kemudian memilih submenu Descriptive Statistics, dan klik pada opsi Explore. Setelah jendela Explore terbuka, variabel yang akan diuji normalitasnya dipindahkan ke kotak Dependent List. Langkah berikutnya adalah mengklik tombol Plots, lalu mencentang opsi Normality plots with tests untuk menampilkan pengujian normalitas menggunakan uji Kolmogorov-Smirnov dan Shapiro-Wilk. Setelah itu, peneliti mengklik Continue untuk kembali ke jendela sebelumnya, dan kemudian memilih OK untuk menjalankan analisis. Hasil uji normalitas akan muncul dalam output SPSS, yang menampilkan nilai signifikansi dari masing-masing uji. Apabila nilai signifikansi lebih besar dari 0,05, maka data dianggap berdistribusi normal. Namun, jika nilai signifikansi kurang dari 0,05, maka data tidak berdistribusi normal.

3.6.2 Uji Linieritas

Uji linearitas dalam penelitian ini bertujuan untuk memastikan bahwa hubungan antara variabel aktivitas fisik dan hasil belajar bersifat linier, sehingga memenuhi salah satu syarat dalam penggunaan uji korelasi sederhana. Hubungan yang linier berarti bahwa perubahan pada variabel aktivitas fisik akan diikuti oleh perubahan yang sebanding pada variabel hasil belajar, dalam pola garis lurus. Uji ini biasanya dilakukan dengan menggunakan bantuan program statistik melalui analisis ANOVA linieritas atau dengan melihat pola sebar pada grafik scatterplot. Kriteria pengambilan keputusannya adalah sebagai berikut: apabila nilai signifikansi (Sig) lebih besar dari 0,05 ($p < 0,05$), maka hubungan antara kedua variabel dianggap linier. Sebaliknya, jika nilai signifikansi lebih kecil dari 0,05 ($p > 0,05$), maka hubungan antara variabel dinyatakan tidak linier. Adapun pada pengambilan keputusan di tabel *Deviation from linierity* yang berguna untuk melihat penyimpangan ialah, jika ($p > 0,05$) maka tidak ada penyimpangan pada semua variabel, lalu jika nilai ($p < 0,05$) maka ada penyimpangan diantar variabel penelitian. Dengan demikian, uji linearitas menjadi langkah penting untuk memastikan bahwa metode analisis korelasional yang digunakan sesuai dan

menghasilkan interpretasi hubungan yang akurat antara aktivitas fisik dengan hasil belajar siswa

Uji linearitas dilakukan menggunakan SPSS versi 26. Langkah pertama adalah membuka program SPSS dan memastikan data variabel Aktivitas Fisik (sebagai variabel X) dan Hasil Belajar (sebagai variabel Y) telah dimasukkan dengan benar. Selanjutnya, klik menu Analyze, kemudian pilih submenu Compare Means, dan klik pada opsi Means. Setelah jendela Means terbuka, variabel Aktivitas Fisik dimasukkan ke dalam kolom Independent List, sedangkan variabel Hasil Belajar dimasukkan ke dalam kolom Dependent List. Kemudian, klik tombol Options, dan beri centang pada pilihan Test for Linearity untuk mengaktifkan analisis linearitas. Setelah selesai, klik Continue lalu tekan OK untuk menjalankan proses analisis.

3.6.3 Uji Hipotesis (Korelasi)

Tujuan dilakukannya uji korelasi dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara aktivitas fisik dan hasil belajar siswa sekolah dasar kelas atas. Melalui uji korelasi, peneliti ingin melihat sejauh mana perubahan pada variabel aktivitas fisik berkaitan dengan perubahan pada variabel hasil belajar. Dengan kata lain, uji ini digunakan untuk mengidentifikasi ada tidaknya pola hubungan yang signifikan antara kedua variabel tersebut, baik itu hubungan positif maupun negatif. Oleh karena itu, peneliti menggunakan teknik analisis korelasi sebagai metode yang tepat untuk menguji dan menganalisis hubungan tersebut secara statistik.