

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Desain Penelitian

Metode penelitian merupakan pendekatan ilmiah yang digunakan untuk memperoleh data dengan tujuan dan manfaat tertentu. Dalam konteks penelitian ilmiah, terdapat empat kata kunci utama yang harus diperhatikan, yaitu pendekatan ilmiah, data, tujuan, dan manfaat. Pendekatan ilmiah berarti bahwa kegiatan penelitian dilakukan berdasarkan prinsip keilmuan yang rasional, empiris, dan sistematis (Sugiyono, 2010). Rasional artinya proses berpikir dalam penelitian didasarkan pada logika yang masuk akal; empiris berarti penelitian dilandasi oleh data nyata yang dapat diamati dan diverifikasi; dan sistematis menunjukkan bahwa kegiatan penelitian dilakukan secara terstruktur sesuai prosedur yang telah ditentukan.

Penelitian ini pada dasarnya adalah penelitian yang menggunakan pendekatan kuantitatif, dengan metode korelasional. Penelitian korelasional merupakan jenis penelitian yang bertujuan untuk mengungkap hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat, yang sering mengungkapkan hubungan antara variabel bebas dan terikat, yang sering kali berkaitan dengan hubungan sebab akibat. Desain cross-sectional dalam penelitian di mana data *screen time* dan kebugaran jasmani dikumpulkan dari semua siswa sampel pada waktu yang sama (satu kali pengukuran), bukan mengikuti mereka selama berbulan-bulan. Berikut desain penelitian pada penelitian ini:



Gambar 3.1 Desain penelitian

X= *Screen Time*

Y= Kebugaran Jasmani

Pada gambar 3.1 desain penelitian, variabel bebas (X) adalah *screen time* dan variabel terikat (Y) adalah kebugaran jasmani.

3.2.1 Populasi

Populasi merupakan area generalisasi yang terdiri dari objek/subjek yang memiliki mutu dan ciri-ciri tertentu yang ditentukan oleh peneliti untuk dianalisis dan kemudian diambil kesimpulannya (Sugiyono, 2010). Dengan jumlah seluruh siswa SD Negeri Pasirhuni kelas V yang berjumlah 74 siswa.

3.2 Populasi dan Sampel

3.2.2 Sampel

Sampel merupakan sebagian dari total serta ciri-ciri yang dimiliki oleh populasi tersebut. Apabila populasi sangat besar, dan peneliti tidak dapat mempelajari semuanya yang ada pada populasi, misalnya karena ada batasan dana, tenaga, dan waktu, maka peneliti dapat memanfaatkan sampel yang diambil dari populasi itu (Sugiyono, 2010).

Penarikan sampel dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan teknik total sampling, dimana seluruh populasi yang menjadi objek penelitian dijadikan sampel dengan jumlah populasi sebanyak 74 siswa.

3.3 Teknik Pengumpulan Data

Dalam mengumpulkan data dan informasi yang bertujuan untuk mendapatkan bahan yang relevan menggunakan teknik pengumpulan data melalui instrumen kusioner model QUEST, Tes Kebugaran Jasmani Siswa Indonesia (Mendikbud) dan Kuisisioner Status Ekonomi Orangtua.

3.3.1 Quisioner QUEST

Pengumpulan data pada penggunaan *screen time* menggunakan *Questionnaire for Screen time of Adolescent* (QUEST) yang digunakan untuk mengukur waktu *screen time* dalam belajar, menonton video, bermain video game, dan menggunakan media sosial/aplikasi *chatting* (Knebel dkk., 2021). Instrumen QUEST ini dikembangkan oleh beberapa ahli di Brazil pada tahun 2019. Hasil yang diperoleh adalah QUEST terbukti cukup baik sehingga sangat baik untuk mengukur berbagai konstruksi waktu aplikasi berlayar atau digital.

Menurut Steinberg (2019) batasan usia *adolescence* digolongkan menjadi tiga tahap yaitu *early adolescence*/remaja awal (usia 10 – 13 tahun), *middle adolescence*/remaja tengah (usia 14 – 17 tahun), dan *late adolescence*/remaja akhir

(usia 18 – 20 tahun). WHO mengungkapkan bahwa usia *adolescent* berada dalam rentang usia 10 – 24 tahun. Dengan demikian kuisisioner ini dapat digunakan pada penelitian ini Karena sampel yang digunakan berapa pada rentang usia 10 – 12 tahun atau berada pada tahap *early adolescence* (masa remaja awal).

Tabel 3.1 Penilaian Kuisisioner Screen Time

Sumber: Yulianti dkk., (2022)

Waktu	Kategori
≤ 2 jam perhari	Normal
≥ 2 jam perhari	Tinggi

Berdasarkan tabel 3.1 menurut Yulianti dkk., (2022), terdapat dua kategori pada penilaian *screen time*, yaitu apabila responden menggunakan *screen time* kurang 2 jam dalam satu hari maka masuk pada kategori penggunaan normal. Apabila responden menggunakan *screen time* lebih dari 2 jam perhari maka masuk pada kategori penggunaan tinggi.

3.3.2 Tes Kebugaran Siswa Indonesia (TKSI)

Untuk mengukur variabel Tingkat kebugaran jasmani, peneliti menggunakan Tes Kebugaran Siswa Indonesia. Tes Kebugaran Jasmani Siswa Indonesia (TKSI) merupakan instrumen tes yang dikembangkan oleh Kemendikbudristek. Dalam penelitian ini untuk mengukur variabel Tingkat kebugaran jasmani digunakan Tes Kebugaran Jasmani Indonesia yang dirancang khusus untuk anak usia 10-12 tahun. Peneliti memilih menggunakan tes ini dikarenakan tes ini lebih relevan digunakan dan berlaku untuk seluruh wilayah di Indonesia. Depdiknas (2023), terdapat beberapa item tes dalam rangkaian tes kebugaran siswa Indonesia yaitu:

1. Akurasi ketepatan: *Tok-tok ball*

Tes yang dilakukan dengan cara melempar 10 bola tenis dari bawah menggunakan satu tangan ke keranjang berdiameter 30 cm dari jarak 3 meter.

Tujuan tes ini digunakan untuk mengukur tingkat kemampuan akurasi. Adapun peralatan yang digunakan diantaranya:

1. Bola Tennis 10 buah
2. Lakban/Kapur
3. Keranjang diameter 30 cm dan tinggi 30 cm
4. Peluit

a. Prosedur Pelaksanaan Tes:

1. Siswa berdiri di belakang garis batas lemparan dengan bola tenis di tangan.
2. Siswa melakukan lemparan dari bawah (*under hand pass*) menggunakan satu tangan ke keranjang, saat bunyi peluit.
3. Siswa melakukan 10 kali lemparan.

b. Pencatatan Skor:

Penguji menghitung bola yang masuk ke keranjang atau mendarat di dalam keranjang.

Tabel 3.2 Norma Penilaian Tok-Tok Ball

Putra	Putri	Skor	Kategori
≥ 17	≥ 14	5	Baik Sekali
14 – 16	11 – 13	4	Baik
11 – 13	8 – 10	3	Sedang
8 - 10	5 – 7	2	Kurang
≤ 7	≤ 4	1	Kurang Sekali

Berdasarkan tabel 3.2 tingkat kebugaran jasmani siswa dalam tes Tok-Tok Ball ditentukan berdasarkan skor yang diperoleh selama pelaksanaan tes, dengan standar yang berbeda antara putra dan putri. Hasil tes diklasifikasikan ke dalam lima kategori kemampuan fisik. Siswa putra yang memperoleh skor 17 atau lebih, serta siswa putri dengan skor 14 atau lebih, termasuk kategori Baik Sekali, yang menunjukkan kemampuan koordinasi dan ketepatan gerakan sangat baik. Skor antara 14–16 untuk putra dan 11–13 untuk putri dikategorikan Baik, menandakan kemampuan koordinasi yang baik dan memenuhi standar kebugaran jasmani. Siswa putra dengan skor 11–13 dan putri 8–10 berada pada kategori Sedang, menunjukkan

kemampuan koordinasi rata-rata yang masih dapat ditingkatkan melalui latihan teratur. Skor 8–10 untuk putra dan 5–7 untuk putri dikategorikan Kurang, menunjukkan kemampuan koordinasi di bawah rata-rata yang perlu diperbaiki. Sementara itu, siswa putra yang memperoleh skor 7 atau kurang dan putri 4 atau kurang masuk kategori Kurang Sekali, yang mencerminkan kemampuan koordinasi sangat rendah sehingga memerlukan program latihan khusus untuk meningkatkannya.

2. Kekuatan Otot: *Move The Ball*

Tes yang dilakukan dengan cara memindahkan bola yang diletakan atau dikumpulkan diantara dua kaki selama 30 detik. Tujuan tes ini digunakan untuk mengukur kekuatan otot perut. Adapun peralatan yang digunakan diantaranya:

1. Matras/lantai yang datar
2. 20 bola plastik warna warni
3. Keranjang atau tempat menyimpan bola.
4. *Stopwatch*

a. Prosedur Pelaksanaan Tes :

1. Siswa terlentang di matras dengan kedua lutut ditekuk dan bola disimpan dibawah diantara dua lutut kaki.
2. Siswa mengangkat tubuh saat penguji memberi aba-aba “Ya”, dan mengambil 1 bola menggunakan kedua tangan.
3. Siswa bergerak terlentang, meletakan bola menggunakan kedua tangan melewati muka sampai kedua tangan menyentuh matras.
4. Siswa melakukan gerakan berulang-ulang tanpa istirahat dalam 30 detik.

b. Pencatatan Skor:

Penguji mencatat jumlah bola yang berhasil dipindahkan siswa selama 30 detik.

Tabel 3.3 Norma Penilaian *Move the ball*

Putra	Putri	Skor	Kategori
≥ 17	≥ 16	5	Baik Sekali
14 – 16	13 – 15	4	Baik
12 – 13	10 – 12	3	Sedang

10 - 11	8 – 9	2	Kurang
≤ 9	≤ 4	1	Kurang Sekali

Berdasarkan tabel 3.3 tingkat kebugaran jasmani siswa dalam tes Move the Ball ditentukan berdasarkan skor yang diperoleh selama melakukan tes, dengan standar yang berbeda antara putra dan putri. Hasil tes kemudian diklasifikasikan ke dalam lima kategori kemampuan fisik. Siswa putra yang memperoleh skor 17 atau lebih, serta siswa putri dengan skor 16 atau lebih, termasuk kategori Baik Sekali, yang menunjukkan kemampuan koordinasi dan kelincahan sangat baik. Skor antara 14–16 untuk putra dan 13–15 untuk putri dikategorikan Baik, menandakan kemampuan koordinasi dan kelincahan yang baik dan memenuhi standar kebugaran jasmani. Siswa putra dengan skor 12–13 dan putri 10–12 berada pada kategori Sedang, menunjukkan kemampuan koordinasi rata-rata yang masih dapat ditingkatkan melalui latihan teratur. Skor 10–11 untuk putra dan 8–9 untuk putri dikategorikan Kurang, menunjukkan kemampuan koordinasi di bawah rata-rata yang perlu diperbaiki. Sementara itu, siswa putra yang memperoleh skor 9 atau kurang dan putri 4 atau kurang masuk kategori Kurang Sekali, yang mencerminkan kemampuan koordinasi dan kelincahan sangat rendah sehingga memerlukan program latihan khusus untuk meningkatkannya.

3. Kelincahan: *Shuttle Run* 8 X 10m

Tes lari bolak balik dengan menempuh jarak 8 x 10 meter antara dua garis paralel sambil memindahkan 4 bola, dilakukan dengan secepat-cepatnya. Tujuan tes ini digunakan untuk mengukur kelincahan. Adapun peralatan yang digunakan diantaranya:

1. Lintasan rata dan tidak licin
2. 4 bola tenis/palstik/balok
3. Penanda (lakban/kapur)
4. 2 wadah/box
5. Meteran
6. *Stopwatch*, peluit

a. Prosedur Pelaksanaan Tes:

1. Persiapan: Siswa berdiri dibelakang garis *start/finish*. Sediakan dua garis paralel dengan jarak tertentu (misalnya 10 meter) dan beberapa bola/balok disalah satu garis.
2. Memulai: Penguji meniup peluit atau memberi aba-aba untuk memulai, sambil menghidupkan *stopwatch*.
3. Lari dan Memindahkan: Siswa berlari ke garis batas, mengambil satu bola/balok, dan membawanya kembali ke garis *start/finish*.
4. Pengulangan: Proses ini diulang sampai semua bola/balok selesai dipindahkan ke garis awal.

b. Pencatatan Skor: Penguji menghentikan *stopwatch* dan mencatat waktu saat bola/balok terakhir berhasil diletakkan di garis *start/finish*.

Tabel 3.4 Norma Penilaian *Shuttle Run*

Putra	Putri	Skor	Kategori
≤ 23.18	≤ 24.58	5	Baik Sekali
23.19-27.19	24.59-28.29	4	Baik
27.20-30.18	28.30-31.02	3	Sedang
30.19-34.20	31.03-35.75	2	Kurang
≥ 34.21	≥ 35.76	1	Kurang Sekali

Berdasarkan tabel 3.4 tingkat kebugaran jasmani siswa dalam tes Shuttle Run ditentukan berdasarkan waktu yang dicatat saat melakukan tes, dengan standar yang berbeda antara putra dan putri. Hasil tes kemudian diklasifikasikan ke dalam lima kategori kemampuan fisik. Siswa putra yang mencatat waktu 23,18 detik atau kurang, serta siswa putri dengan waktu 24,58 detik atau kurang, termasuk kategori Baik Sekali, yang menunjukkan kemampuan fisik sangat baik. Waktu antara 23,19 hingga 27,19 detik untuk putra dan 24,59 hingga 28,29 detik untuk putri dikategorikan Baik, menunjukkan kebugaran jasmani yang memenuhi standar nasional. Siswa putra dengan waktu 27,20 hingga 30,18 detik dan putri dengan waktu 28,30 hingga 31,02 detik berada pada kategori Sedang, menandakan kemampuan fisik rata-rata yang masih dapat ditingkatkan melalui latihan teratur.

Waktu 30,19 hingga 34,20 detik untuk putra dan 31,03 hingga 35,75 detik untuk putri dikategorikan Kurang, menunjukkan kemampuan fisik di bawah rata-rata yang perlu diperbaiki. Sementara itu, siswa putra yang mencatat waktu 34,21 detik atau lebih dan putri 35,76 detik atau lebih masuk kategori Kurang Sekali, yang mencerminkan kemampuan fisik sangat rendah sehingga memerlukan program latihan khusus untuk meningkatkannya.

4. Koordinasi: *Child Ball*

Tes yang dilakukan dengan cara memindahkan bola yang diletakan atau dikumpulkan diantara dua kaki selama 30 detik. Tujuan tes ini digunakan untuk mengukur kekuatan otot perut. Adapun peralatan yang digunakan diantaranya:

1. Matras/lantai yang datar
2. 20 bola plastik warna warni
3. Keranjang atau tempat menyimpan bola
4. *Stopwatch*

a. Prosedur Pelaksanaan Tes:

1. Siswa terlentang di matras dengan kedua lutut ditekuk dan bola disimpan dibawah diantara dua lutut kaki.
2. Siswa mengangkat tubuh saat penguji memberi aba-aba “Ya”, dan mengambil 1 bola menggunakan kedua tangan.
3. Siswa bergerak terlentang, meletakan bola menggunakan kedua tangan melewati muka sampai kedua tangan menyentuh matras.
4. Siswa melakukan gerakan berulang-ulang tanpa istirahat dalam 30 detik.

b. Pencatatan Skor

Penguji mencatat jumlah bola yang berhasil dipindahkan siswa selama 30 detik.

Tabel 3.5 Norma Penilaian *Child Ball*

Putra	Putri	Skor	Kategori
≥ 17	≥ 14	5	Baik Sekali
14 – 16	11 – 13	4	Baik
11 – 13	8 – 10	3	Sedang
8 - 10	5 – 7	2	Kurang
≤ 7	≤ 4	1	Kurang Sekali

Berdasarkan tabel 3.5 tingkat kebugaran jasmani siswa dalam tes Child Ball ditentukan berdasarkan skor yang diperoleh selama melakukan tes, dengan standar yang berbeda antara putra dan putri. Hasil tes kemudian diklasifikasikan ke dalam lima kategori kemampuan fisik. Siswa putra yang memperoleh skor 17 atau lebih, serta siswa putri dengan skor 14 atau lebih, termasuk kategori Baik Sekali, yang menunjukkan kemampuan koordinasi tangan-mata sangat baik. Skor antara 14–16 untuk putra dan 11–13 untuk putri dikategorikan Baik, menunjukkan kemampuan koordinasi yang baik dan memenuhi standar kebugaran jasmani. Siswa putra dengan skor 11–13 dan putri dengan skor 8–10 berada pada kategori Sedang, menandakan kemampuan koordinasi rata-rata yang masih dapat ditingkatkan melalui latihan. Skor 8–10 untuk putra dan 5–7 untuk putri dikategorikan Kurang, menunjukkan kemampuan koordinasi di bawah rata-rata yang perlu diperbaiki. Sementara itu, siswa putra yang memperoleh skor 7 atau kurang dan putri 4 atau kurang masuk kategori Kurang Sekali, yang mencerminkan kemampuan koordinasi sangat rendah sehingga memerlukan latihan tambahan untuk meningkatkannya.

5. Daya Tahan Kardiovaskular: Lari 600 M

Merupakan tes yang dilakukan dengan cara berlari menempuh jarak 600 m. Tujuan tes ini digunakan untuk mengukur kekuatan otot perut. Adapun peralatan yang digunakan antara lain:

1. lintasan lari yang rata dan tidak licin.
2. Peluit
3. Bendera start
4. *Stopwatch*
5. formulir tes.
6. Alat tulis.

a. Prosedur Pelaksanaan Tes

1. Menyiapkan lintasan tes sejauh 600 m.
2. Siswa berdiri dibelakang garis start.
3. Siswa berlari saat penguji memberi meniup peluit.
4. Siswa lari menuju garis finish, menempuh jarak 600 meter.

b. Pencatatan Skor:

Penguji mencatat waktu tempuh siswa setelah melakukan tes lari 600 meter dalam menit:detik.

Tabel 3.6 Norma Penilaian lari 600 m

Putra	Putri	Skor	Kategori
≤ 02.52	≤ 03.54	5	Baik Sekali
02.53-04.57	03.55-04.79	4	Baik
04.58-05.27	04.80-06.04	3	Sedang
05.28-06.63	06.05-07.30	2	Kurang
≥ 06.64	≥ 07.31	1	Kurang Sekali

Berdasarkan tabel 3.6 tingkat kebugaran jasmani siswa dalam tes Lari 600 meter ditentukan berdasarkan waktu tempuh yang dicatat saat menyelesaikan jarak, dengan standar yang berbeda antara putra dan putri. Hasil tes kemudian diklasifikasikan ke dalam lima kategori kemampuan fisik. Siswa putra yang mencatat waktu 2 menit 52 detik atau kurang, serta siswa putri dengan waktu 3 menit 54 detik atau kurang, termasuk kategori Baik Sekali, yang menunjukkan daya tahan dan kecepatan sangat baik. Waktu antara 2 menit 53 detik hingga 4 menit 57 detik untuk putra dan 3 menit 55 detik hingga 4 menit 79 detik untuk putri dikategorikan Baik, menandakan daya tahan fisik yang baik dan sesuai standar kebugaran jasmani. Siswa putra dengan waktu 4 menit 58 detik hingga 5 menit 27 detik dan putri dengan waktu 4 menit 80 detik hingga 6 menit 04 detik berada pada kategori Sedang, menunjukkan daya tahan rata-rata yang masih dapat ditingkatkan melalui latihan teratur. Waktu 5 menit 28 detik hingga 6 menit 63 detik untuk putra dan 6 menit 05 detik hingga 7 menit 30 detik untuk putri dikategorikan Kurang, menandakan daya tahan fisik di bawah rata-rata yang perlu diperbaiki. Sementara itu, siswa putra yang mencatat waktu 6 menit 64 detik atau lebih dan putri 7 menit 31 detik atau lebih masuk kategori Kurang Sekali, yang mencerminkan daya tahan fisik sangat rendah sehingga memerlukan program latihan khusus untuk meningkatkannya.

Tabel 3.7 Norma TKSI Laki-Laki

<i>Child Ball</i>	<i>Tok-Tok Ball</i>	<i>Move the Ball</i>	<i>Shuttle Run</i> 8x10m	<i>600 m Run</i>	Nilai	Kategori
-------------------	---------------------	----------------------	-----------------------------	------------------	-------	----------

≥ 17	≥ 8	≥ 17	≤ 23.18	≤ 02.52	5	Baik Sekali
14-16	6-7	14-16	23.19-27.19	02.53-04.57	4	Baik
11-13	3-5	12-13	27.20-30.18	04.58-05.27	3	Sedang
8-10	1-2	10-11	30.19-34.20	05.28-06.63	2	Kurang
≤ 7	0	≤ 9	≥ 34.21	≥ 06.64	1	Kurang Sekali

Penentuan tingkat kebugaran jasmani siswa laki-laki berdasarkan pada pedoman penilaian yang tercantum dalam Tabel 3.7. Klasifikasi hasil tes dikelompokkan ke dalam lima kategori, yaitu sangat baik, baik, cukup, kurang, dan sangat kurang, yang merepresentasikan tingkat kemampuan fisik siswa berdasarkan standar nasional.

Tabel 3.8 Norma TKSI Perempuan

<i>Child Ball</i>	<i>Tok-Tok Ball</i>	<i>Move the Ball</i>	<i>Shuttle Run</i> 8x10m	600 m Run	Nilai	Kategori
≥ 14	≥ 7	≥ 16	≤ 24.58	≤ 03.54	5	Baik Sekali
11-13	5-6	13-15	24.59-28.29	03.55-04.79	4	Baik
8-10	3-4	10-12	28.30-31.02	04.80-06.04	3	Sedang
5-7	1-2	8-9	31.03-35.75	06.05-07.30	2	Kurang
≤ 4	0	≤ 7	≥ 35.76	≥ 07.31	1	Kurang Sekali

Penentuan tingkat kebugaran jasmani siswa perempuan berdasarkan pada pedoman penilaian yang tercantum dalam Tabel 3.8. Klasifikasi hasil tes dikelompokkan ke dalam lima kategori, yaitu sangat baik, baik, cukup, kurang, dan sangat kurang, yang merepresentasikan tingkat kemampuan fisik siswa berdasarkan standar nasional.

3.3.3 Angket Status Ekonomi Orangtua

Untuk mengukur variabel status ekonomi orangtua yaitu menggunakan angket status ekonomi orangtua berdasarkan penelitian Ismail dkk. (2017), yang

menunjukkan hasil bahwa angket status ekonomi memiliki tingkat validitas yang tinggi. Realibilitas instrumen angket status ekonomi orangtua 0,902 dengan kategori realibilitas tinggi. Maka dari itu penelitian ini menggunakan instrumen status ekonomi orangtua dikarenakan validitas dan realibilitasnya tinggi.

Tabel 3.9 Distribusi Nilai Status Ekonomi

NO	Interval Skor	Kriteria
1.	11 – 19	Sangat Rendah
2.	20 – 28	Rendah
3.	29 – 37	Sedang
4.	38 – 46	Tinggi
5.	47 – 55	Sangat Tinggi

Berdasarkan tabel 3.9, distribusi nilai status ekonomi terdapat 5 kriteria yaitu sangat rendah dengan skor 11-19, rendah dengan skor 20-28, sedang dengan skor 29-37, tinggi dengan skor 38-46, sangat tinggi dengan skor 47-55.

3.4 Analisis Data

Dalam penelitian kuantitatif, teknik analisis data yang digunakan sudah jelas, yaitu diarahkan untuk menjawab rumusan masalah atau menguji hipotesis yang telah dirumuskan dalam proposal (Sugiyono, 2010).

3.4.1 Analisis Data Deskriptif

Analisis deskriptif bertujuan untuk memberikan gambaran umum tentang data yang dikumpulkan. Berikut adalah langkah-langkah yang dapat dilakukan:

1. Durasi *Screen time* : Waktu yang dihabiskan siswa untuk menggunakan perangkat elektronik (misalnya, smartphone, tablet, komputer) dalam satu hari.
2. Indeks Kebugaran Jasmani : Hasil dari beberapa tes kebugaran seperti *tok-tok ball*, *child ball*, *shuttel run*, *move ball*, lari 600m.
3. Status Ekonomi Orangtua : Untuk menggambarkan distribusi status ekonomi orangtua siswa, seperti pendapatan bulanan, pekerjaan, dan tingkat pendidikan.

Pada awalnya, data dari setiap bagian tes dikumpulkan dan kemudian diubah menjadi nilai dengan menggunakan tabel penilaian Tes Kebugaran Siswa Indonesia (TKSI), yang dibuat oleh Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan pada tahun 2023 untuk anak usia 10-12 tahun. Selain itu, data dari kuesioner QUEST yang mengumpulkan informasi tentang aktivitas *screen time* juga digunakan. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menilai tingkat kebugaran jasmani siswa kelas v di SD Negeri Pasirhuni, Kabupaten Sumedang, pada tahun akademik 2024/2025.

3.4.2 Uji Prasyarat

3.4.2.1 Uji Normalitas

Uji normalitas merupakan salah satu uji prasyarat untuk memenuhi asumsi kenormalan dalam analisis data statistik data parametrik. Uji normalitas ini menggunakan uji Kolmogorov Smirnov pada program IBM SPSS versi 26.

H_0 : Sampel berasal dari distribusi normal

H_1 : Sampel berasal dari distribusi tidak normal

Adapun kriteria pengujiannya yaitu sebagai berikut :

Jika signifikansi < 0.05 maka data tidak berdistribusi normal

Jika signifikansi > 0.05 maka data berdistribusi normal

Jika data berdistribusi normal maka dilanjutkan dengan uji linearitas

3.4.2.3 Uji Hipotesis

Uji hipotesis dilakukan untuk menguji dugaan sementara mengenai adanya hubungan antara variabel *screen time* dan kebugaran siswa. Pengujian ini dilakukan dengan menggunakan program IBM SPSS versi 26, melalui analisis korelasi Pearson pada taraf signifikansi 0,05. Selain itu, analisis korelasi juga dilakukan secara terpisah berdasarkan kelompok status ekonomi orangtua (rendah, sedang, tinggi) sebagai bentuk peninjauan terhadap pola hubungan antar variabel pada masing-masing kelompok.

3.4.2.3.1 Uji Korelasi Spearman

Uji Korelasi Spearman adalah salah satu uji statistik non-parametrik yang digunakan untuk menguji hubungan antara dua variabel yang berskala ordinal atau interval/rasio yang tidak terdistribusi normal. Uji ini bertujuan untuk mengetahui

apakah terdapat hubungan yang signifikan antara kedua variabel tersebut, serta arah dan kekuatan hubungan yang terjadi.

Analisis dilakukan menggunakan bantuan program IBM SPSS versi 26, dengan taraf signifikansi (α) sebesar 0,05. Apabila nilai signifikansi (sig.) $< 0,05$ maka hubungan antar variabel dianggap signifikan.

Tabel 3.10 Kriteria Koefisien Korelasi

No	Nilai Koefisien Korelasi	Kriteria
1	0,00-0,25	Sangat Lemah
2	0,26-0,50	Cukup
3	0,51-0,75	Kuat
4	0,76-0,99	Sangat Kuat
5	1,00	Sempurna

Berdasarkan tabel 3.10 kriteria koefisien korelasi terdapat 5 kriteria yaitu sangat lemah dengan rentang nilai r koefisien 0,00-0,25, kriteria cukup dengan rentang 0.26-0.50, kriteria kuat 0.51-0.75, kriteria sangat kuat dengan rentang nilai 0.76-0.99, dan dengan kriteria sempurna dengan rentang nilai 1.00.

3.4.2.3.2 Uji Korelasi Per Kelompok

Selain melakukan uji korelasi secara keseluruhan, penelitian ini juga melakukan analisis korelasi secara terpisah berdasarkan kelompok status ekonomi orang tua siswa. Tujuan dari analisis ini adalah untuk meninjau pola hubungan antara *screen time* dan kebugaran jasmani dalam konteks sosial ekonomi yang berbeda, tanpa menguji status ekonomi sebagai variabel yang berpengaruh langsung.

Hasil korelasi dari masing-masing kelompok dibandingkan untuk mengetahui apakah terdapat perbedaan pola hubungan antara *screen time* dan kebugaran fisik lebih kuat pada kelompok ekonomi rendah dibandingkan kelompok ekonomi tinggi, atau lain