

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Lokasi dan Subjek Populasi Penelitian

1. Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan dengan mengambil lokasi di SMA Negeri 2 Garut. Adapun yang menjadi pilihan lokasi pada penelitian ini didasarkan pada kriteria yang menjadi persyaratan dalam penelitian ini yaitu sekolah yang memiliki persiapan untuk menyambut kurikulum 2013 selain itu SMA Negeri 2 Garut merupakan sekolah yang termasuk salah satu sekolah terbaik di Garut.

2. Populasi dan Sampel Penelitian

a. Populasi Penelitian

Untuk memecahkan suatu masalah penelitian perlu ada data atau informasi dari objek penelitian yang akan diteliti dalam mendukung ketercapainya suatu tujuan penelitian. Peran populasi dalam suatu penelitian sangat diperlukan untuk mendapatkan data dan informasi yang akan diteliti berdasarkan permasalahan dalam penelitian. Arikunto (2006, hlm. 130) menjelaskan bahwa yang dimaksud populasi adalah "Keseluruhan subjek penelitian." Selanjutnya Putraman (1990, hlm. 5) mengemukakan bahwa "Populasi adalah seluruh data yang menjadi perhatian kita dalam suatu ruang lingkup dan waktu yang kita temukan."

Dari uraian sebelumnya dapat disimpulkan bahwa populasi adalah sekumpulan objek yang memiliki karakteristik tertentu, adapun yang dijadikan populasi dalam penelitian ini adalah sekolah SMA Negeri 2 Garut, siswa kelas X (sepuluh) dari 10 kelas adalah 421 orang dengan rata-rata kelas dihuni oleh 42 orang atau 40 orang.

b. Sampel

Sampel adalah sebagian atau wakil dari populasi yang diteliti. Menurut Sugyono (2009, hlm. 91) sampel adalah "Bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut." Sampel yang digunakan adalah siswa kelas X

Asep Ridwan Kurniawan, 2014

Pengaruh Model Pembelajaran Team Games Tournament (Tgt) Dan Direct Teaching Terhadap Self Esteem Dan Gaya Hidup Aktif Siswa Sma Negeri 2 Garut

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

(sepuluh) dengan tehnik penentuan sampel menggunakan tehnik *cluster random sampling*. Ungkapan Arikunto (2000, hlm. 119) menyatakan bahwa, “Dalam membicarakan masalah persekolahan, kita jumpai adanya kelompok sekolah SD, SLTP, SLTA. Kelompok tersebut dapat dipandang sebagai tingkatan atau strata. Demikian juga adanya kelas atau tingkat masing-masing tingkatan sekolah.” Selanjutnya Setiawan (2005, hlm. 4) menyatakan langkah-langkah *cluster sampling* yaitu:

- a. Satuan sampling yang ada dalam tiap kluster harus *relatif heterogen*.
- b. Memilih kluster dengan cara *random sampling*.
- c. Memilih satuan sampling dalam kluster. Jika pemilihan dilakukan lebih dari 2 kali disebut *Multi-stage Cluster Sampling*

Berdasarkan langkah-langkah tersebut, peneliti menentukan kelas sampel pada penelitian dengan cara sebagai berikut, 1) Menentukan kelas sampel dari jumlah kelas yang telah ditentukan pada populasi dengan cara merandom atau diacak. 2) Setelah diperoleh dua kelas sampel untuk penelitian, kemudian peneliti mengacak atau merandom kembali dua kelas sampel tersebut untuk menentukan kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.

B. Desain Penelitian

Desain penelitian yang digunakan adalah *true experimental desain* dengan *Pretest-posttest Control Group*. Desain ini merupakan desain yang paling sederhana dari desain eksperimental sebenarnya (*true experimental design*). Desain ini sudah memenuhi kriteria eksperimen sebenarnya, yaitu dengan adanya manipulasi variabel pemilihan kelompok yang diteliti secara random dan seleksi perlakuan, desainnya seperti pada Tabel 3.1.

Tabel 3.1
Pretest-posttest Control Group Design (Sumber: Lutan, 2001:9.19)

KELOMPOK		PRE-TEST	TREATMENT	POST-TEST
Eksperimen	R ₁	O ₁	X ₁	O ₃
Kontrol	R ₂	O ₂	X ₂	O ₄

Keterangan :

- O₁ = Pretest kelas eksperimen
 O₂ = Pretest kelas kontrol
 O₃ = Posttest kelas eksperimen
 O₄ = Posttest kelas kontrol
 X₁ = Treatment (pembelajaran *Team Games Tournament* (TGT) pada kelompok eksperimen).
 X₂ = Treatment pembelajaran langsung (*Direct Teaching*) pada kelompok kontrol.
 R_{1,2} = Siswa di random menjadi dua kelompok yang terdiri dari kelompok eksperimen (R1) dan kelompok kontrol (R2).

C. Metode Penelitian

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian eksperimen. Metode ini digunakan atas pertimbangan bahwa sifat penelitian eksperimental yaitu mencobakan suatu program latihan untuk mengetahui pengaruh atau akibat dari suatu perlakuan atau *treatment*. Mengenai metode eksperimen ini Sugiyono (2009, hlm. 72) menjelaskan “Metode penelitian eksperimen dapat diartikan sebagai metode penelitian yang digunakan untuk mencari pengaruh perlakuan tertentu terhadap yang lain dalam kondisi yang terkendalikannya.”

D. Definisi Operasional dan Konseptual Variabel

1. Definisi Konseptual Variabel

Definisi konseptual pada penelitian ini yaitu:

- a. *Team games tournament* (TGT). Menurut Suseno (2008, hlm. 63) *Team games tournament* adalah pembelajaran model TGT (Team-Games-Tournament) merupakan suatu pendekatan kerja antar kelompok dengan pengembangan kerjasama antar personal. Dalam pembelajaran ini terdapat penggunaan teknik permainan. Dalam permainan ini mengandung persaingan menurut aturan-aturan

Asep Ridwan Kurniawan, 2014

Pengaruh Model Pembelajaran Team Games Tournament (Tgt) Dan Direct Teaching Terhadap Self Esteem Dan Gaya Hidup Aktif Siswa Sma Negeri 2 Garut

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

yang telah ditentukan. Dalam permainan diharapkan tiap-tiap kelompok dapat menggunakan pengetahuan dan keterampilannya untuk bersaing agar memperoleh suatu kemenangan.

- b. *Self esteem*. Menurut Lutan (2003a, hlm. 3) *Self esteem* adalah “Penerimaan diri sendiri, oleh diri sendiri berkaitan bahwa kita pantas, berharga, mampu dan berguna tak peduli dengan apa pun yang sudah, sedang atau bakal terjadi.”
- c. Komponen *self esteem*. Menurut Coopersmith (1967, hlm. 40-41) ada empat komponen yang menjadi sumber dalam pembentukan *self esteem* individu. Ke empat komponen itu adalah keberhasilan (*successes*), Nilai-nilai (*value*), Aspirasi-aspirasi (*aspirations*), dan pendekatan dalam merespon penurunan penilaian terhadap diri (*defences*).
- d. Gaya hidup aktif. Pada Medical Dictionary (2010, hlm. 1) gaya hidup aktif merupakan konstelasi dari kebiasaan aktivitas unik manusia yang memberikan konsistensi terhadap aktivitas, perilaku, etika, motivasi, dan pengelolaan gagasan, aktivitas gaya hidup termasuk diet, level aktivitas fisik, penyalahgunaan zat kimia, interaksi sosial dan personal
- e. Komponen gaya hidup aktif. (Tn. 2007, hlm. 4) komponen gaya hidup aktif adalah fisik, sosial, emosional, intelektual, dan keagamaan.

2. Definisi Operasional Variabel

Definisi operasional merupakan langkah untuk mempermudah penelitian dengan cara merumuskan setiap variabel dengan melahirkan indikator-indikator dari setiap variabel yang diteliti yang kemudian akan dijabarkan dalam instrumen penelitian. Adapun definisi operasional variabel dapat diketahui pada tabel 3.1.

Tabel 3.2
Definisi Operasional Variabel

VARIABEL	DEFINISI	PARAMETER	ALAT UKUR	SKALA	SKOR
Variabel Independent: Model Pembelajaran Team Games Tournament (TGT)	Model pembelajaran coopertatif yang merupakan suatu pendekatan kerja antar kelompok dengan pengembangan kerjasama antar personal. Dalam pembelajaran ini terdapat penggunaan teknik permainan. Dalam permainan ini mengandung persaingan menurut aturan-aturan yang telah ditentukan. Dalam permainan diharapkan tiap-tiap kelompok dapat menggunakan pengetahuan dan keterampilannya untuk bersaing agar memperoleh suatu kemenangan	<ul style="list-style-type: none"> - Sikap - Pengetahuan - Keterampilan 	<ul style="list-style-type: none"> - Sikap - Pengetahuan - Keterampilan 		
Variabel Dependent: <i>Self Esteem</i>	Penerimaan diri sendiri, oleh diri sendiri berkaitan bahwa kita pantas, berharga, mampu dan berguna tak peduli dengan apa pun yang sudah, sedang atau bakal terjadi. Tumbuhnya perasaan aku bisa dan aku berharga merupakan inti	<ul style="list-style-type: none"> - keberhasilan (<i>Successes</i>) - Nilai-nilai (<i>value</i>) - Aspirasi-aspirasi (<i>Aspirations</i>) - Pendekatan dalam merespon penurunan penilaian terhadap diri (<i>Defences</i>) 	- Angket tertutup (SEI Coopersmith)	Ordinal	lie scale: “like me” your responses: 1, 6, 13, 20, 27, 34, 41, 48. Like me: Items 2, 4, 5, 10, 11, 14, 18, 19, 21, 23, 24, 28, 29, 32, 36, 45, 47, 55, 57 Unlike me: Items 3, 7, 8,

	dari pengertian <i>self esteem</i>				9, 12, 15, 16, 17, 22, 25, 26, 30, 31, 33, 35, 37, 38, 39, 40, 42, 43, 44, 46, 49, 50, 51, 52, 53, 54, 56, 58
Gaya hidup aktif	konstelasi dari kebiasaan aktivitas unik manusia yang memberikan konsistensi terhadap aktivitas, perilaku, etika, motivasi, dan pengelolaan gagasan, aktivitas gaya hidup termasuk diet, level aktivitas fisik, penyalahgunaan zat kimia, interaksi sosial dan personal	<ul style="list-style-type: none"> - Fisik - Sosial - Emosional - Intelektual - Keagamaan 	<ul style="list-style-type: none"> - Angket tertutup - Observasi atau kuisisioner gaya hidup aktif 		Penilaian yang digunakan menggunakan rubrik penilaian. 4 option Sangat Aktif = 4 Aktif = 3 Kurang aktif = 2 Tidak aktif = 1 2 option Aktif = 2 Tidak Aktif=1

E. Instrumen Penelitian

Dalam melakukan sebuah penelitian tentunya diperlukan sebuah alat ukur untuk memperoleh data yang diperlukan dalam penelitian. Alat ukur tersebut yang dinamakan dengan instrumen penelitian. Adapun pengertian dari instrumen penelitian menurut Arikunto (2002, hlm. 136) yaitu “Instrumen penelitian adalah alat atau fasilitas yang digunakan oleh peneliti dalam mengumpulkan data agar pekerjaannya lebih mudah dan hasilnya lebih baik, dalam arti lebih cermat, lengkap, dan sistematis sehingga lebih mudah diolah.”

Alat dalam sebuah penelitian dapat dikatakan dengan instrumen penelitian. Mengenai instrumen ini, Arikunto (2002, hlm. 127) menerangkan sebagai berikut:

Berbicara tentang jenis-jenis metode dan instrumen pengumpulan data sebenarnya tidak ubahnya dengan berbicara masalah evaluasi. Mengevaluasi tidak lain adalah memperoleh data tentang status sesuatu dibandingkan dengan standar atau ukuran yang telah ditentukan, karena mengevaluasi juga adalah mengadakan pengukuran.

Oleh karena itu alat atau instrumen dalam sebuah penelitian mutlak harus ada sebagai bahan untuk pemecahan masalah penelitian yang hendak diteliti. Secara garis besar mengenai alat evaluasi ini Arikunto (2002, hlm. 127) menyatakan bahwa:

Menggolongkan evaluasi atas dua macam yaitu tes dan non tes. Adapun pengertian tes adalah serentetan pertanyaan atau latihan atau alat lain yang digunakan untuk mengukur keterampilan, pengetahuan, inteligensi, kemampuan atau bakat yang dimiliki oleh individu atau kelompok. Non tes adalah dengan mengamati sampel yang diteliti sesuai dengan kebutuhan penelitian sehingga diperoleh data yang diinginkan.

Selanjutnya setelah mengetahui tes yang digunakan dalam penelitian, maka untuk mengetahui instrumen atau alat pengumpul data yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan angket atau kuesioner. Mengenai angket atau kuesioner ini Arikunto (2002, hlm. 128) menjelaskan bahwa, "Kuesioner adalah sejumlah pertanyaan tertulis yang digunakan untuk memperoleh informasi dari responden dalam arti laporan tentang pribadinya, atau hal-hal yang ia ketahui." Kuesioner dapat dibedakan atas beberapa jenis, tergantung pada sudut pandang dari cara menjawab. Pembagian dari sudut pandang tersebut dibagi menjadi dua macam yaitu kuesioner terbuka dan tertutup. Pengertian dari ke dua tersebut menurut Arikunto (2002, hlm. 128-129) adalah "Kuesioner terbuka, yang memberi kesempatan kepada responden untuk menjawab dengan kalimat tersendiri dan kuesioner tertutup, yang sudah disediakan jawabannya sehingga responden tinggal memilih."

Sesuai dengan pengertian di atas maka penulis mengambil kuesioner untuk penelitian adalah kuesioner tertutup dengan maksud mempermudah pengisian bagi responden yang dijadikan subjek untuk penelitian. Kesimpulan yang dapat diambil

berdasarkan uraian di atas maka penulis menentukan bahwa angket adalah seperangkat pernyataan yang harus dijawab oleh responden secara langsung untuk diungkapkan pengalaman yang telah dimilikinya. Adapun angket yang penulis gunakan adalah angket tertutup, maksudnya adalah angket yang disusun dalam bentuk pernyataan terbatas, tegas, lengkap, dan kongkret sehingga responden hanya diminta untuk mengisi jawaban pada halaman yang telah disediakan. Dengan demikian yang diperoleh dari responden tidak berupa uraian yang lebih rinci tetapi hanya membubuhkan jawaban yang sudah disediakan.

1. Validitas Internal dan Validitas Eksternal

Untuk mendapatkan keyakinan bahwa skor model pembelajaran *Teams Games Tournaments* (TGT) merupakan hasil perlakuan yang dapat digeneralisasikan kepopulasi yang ada, maka dilakukan pengontrolan terhadap berbagai kemungkinan yang dapat mempengaruhi hasil penelitian yaitu dengan validitas internal dan validitas eksternal penelitian. Adapun validitas internal dan validitas eksternal adalah sebagai berikut:

a. Validitas Internal

Pengontrolan validitas internal adalah pengendalian terhadap variabel-variabel luar yang dapat menimbulkan interpretasi lain. Variabel yang dikontrol meliputi:

- 1) Karakteristik Subjek. Karakteristik subjek yang menjadi penelitian ini adalah:
 - a) Treatment yang diberikan kepada sampel peneliti harus memiliki karakter yang sama. Adapun treatment yang diberikan yaitu melalui model pembelajaran *Team Games Tournament* (TGT) dan model pembelajaran *Direct Teaching*.
 - b) Sampel yang dijadikan sumber informasi harus mewakili dari populasi yang menjadi subjek penelitian. Sampel pada penelitian ini adalah siswa SMA Negeri 2 Garut.

- c) Sumber dari bentuk permainan yang diterapkan harus sama antara sampel peneliti dan sampel kontrol. Adapun permainan yang diberikan kepada sampel yaitu bentuk permainan bola besar.
- 2) Kehilangan Subjek Penelitian (*Lost of Subjek*). Untuk menghindari kehilangan subjek pada penelitian ini adalah:
- a) Selalu mengabsensi kehadiran sampel baik sebelum pembelajaran dimulai dan pembelajaran berakhir
 - b) Selalu memberikan penghargaan kepada sampel
- 3) Mortalitas (*Mortality*). Pada proses dilakukan eksperimen, atau pada waktu antara pretes dan postes sering terjadi subjek yang "dropout" baik karena pindah, sakit ataupun meninggal dunia. Hal ini juga akan berpengaruh terhadap hasil eksperimen. Tindakan yang dilakukan peneliti yaitu setiap pertemuan atau sebelum sampel diberikan treatment, peneliti menanyakan kondisi dari setiap sampel dengan cara mengabsensi kehadiran siswa satu persatu.
- 4) Lokasi Penelitian. Lokasi yang dijadikan penelitian harus sesuai dengan kebutuhan untuk penelitian dan menjadi lokasi penelitian harus memiliki sarana dan prasarana olahraga yang mendukung untuk penerapan model pembelajaran yang diberikan kepada sampel.
- 5) Instrumen. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini, harus tetap, tidak ada perubahan sedikit pun di dalam pelaksanaannya, artinya setiap tester mendapat hak yang sama dalam setiap tes yang berikan. Adapun untuk instrumen yang digunakan pada penelitian ini adalah angket *self esteem* menggunakan Inventori Harga Diri (*self esteem*) berdasarkan teori Coopersmith (1967) dan untuk variabel gaya hidup aktif peneliti menggunakan angket gaya hidup aktif.
- 6) Kerusakan Instrumen (*Instrumen Decay*). Untuk menghindari kerusakan instrumen, peneliti menentukan instrumen yang sering digunakan oleh peneliti lain dan telah disahkan oleh para ahli dalam bidangnya.

- 7) *Testing*. Pengalaman pada pretes dapat mempengaruhi hasil postes, karena kemungkinan para subjek penelitian dapat mengingat kembali jawaban-jawaban yang salah pada waktu pretes, dan kemudian pada waktu postes subjek tersebut dapat memperbaiki jawabannya. Oleh sebab itu, perubahan variabel terikat tersebut bukan karena hasil eksperimen saja, tetapi juga karena pengaruh dari pretes. Peneliti melakukan testing kepada sampel dengan ketentuan adalah:
- a) Tes awal dilakukan sebelum pertemuan pertama dan tes akhir dilakukan apabila keseluruhan pertemuan telah dilakukan oleh sampel.
 - b) Tes yang diberikan peneliti bersifat baku, dan jawaban yang diberikan oleh sampel bersifat mengikat dan objektif.
 - c) Untuk menghindari kualitas dari instrument penelitian, peneliti membedakan urutan atau susunan soal angket antara angket tes awal dan angket tes akhir.
- 8) *Sejarah (History)*. Peristiwa yang terjadi pada waktu yang lalu yang kadang-kadang dapat berpengaruh terhadap variabel terikat. Oleh karena itu terjadinya perubahan variabel terikat, kemungkinan bukan sepenuhnya disebabkan karena perlakuan atau eksperimen, tetapi juga dipengaruhi oleh faktor sejarah atau pengalaman subjek penelitian terhadap masalah yang dicobakan, atau masalah-masalah lain yang berhubungan dengan eksperimen tersebut. Untuk menghindari kekeliruan pada penelitian ini berhubungan dengan sejarah subjek penelitian, peneliti senantiasa selalu berkomunikasi secara aktif kepada setiap sampel penelitian.
- 9) *Kematangan (Maturation)*. Manusia, binatang, atau benda-benda lainnya sebagai subjek penelitian selalu mengalami perubahan. Pada manusia perubahan berkaitan dengan proses kematangan atau maturitas, baik secara biologis maupun psikologis. Dengan bertambahnya kematangan pada subjek ini akan berpengaruh terhadap variabel terikat. Dengan demikian, maka perubahan yang terjadi pada variabel terikat bukan saja karena adanya

eksperimen, tetapi juga disebabkan karena proses kematangan pada subjek yang mendapatkan perlakuan atau eksperimen. Adapun tindakan yang dilakukan peneliti berhubungan dengan kematangan yaitu peneliti menentukan batasan usia bagi sampel penelitian.

- 10) Regresi ke Arah Nilai Rata-rata (*Regressien Toward The Mean*). Ancaman ini terjadi karena adanya nilai-nilai ekstrem tinggi maupun ekstrem rendah dari hasil pretes (pengukuran pertama), cenderung untuk tidak ekstrem lagi pada pengukuran kedua (*postest*), namun biasanya melewati nilai rata-rata. Perubahan yang terjadi pada variabel terikat tersebut adalah bukan perubahan yang sebenarnya, tetapi merupakan perubahan semu. Oleh sebab itu, regresi ke arah nilai rata-rata ini juga disebut regresi semu (*regression artifact*). Adapun tindakan yang dilakukan peneliti yaitu peneliti membedakan atau member tanda kepada sampel yang memiliki nilai rata-rata yang kurang stabil pada hasil tes awal dan memantau kembali sampel tersebut pada tes akhir.

b. Validitas Eksternal

Pengontrolan validitas eksternal adalah pengendalian terhadap beberapa faktor agar hasil penelitian dapat digeneralisasikan. Pengontrolan tersebut meliputi:

- 1) Validitas populasi. Bertujuan agar karakteristik sampel dapat mewakili populasi. Adapun untuk populasi peneliti menggunakan SMA Negeri 2 Garut karena SMA Negeri 2 Garut telah mewakili persyaratan untuk dijadikan sumber atau lokasi penelitian, persyaratan yang dimaksud diantaranya terdapat kegiatan ekstrakurikuler olahraga dan telah memiliki berbagai prestasi dalam setiap bidangnya.
- 2) Validitas sampel. Pandangan peneliti untuk menentukan sampel yaitu dengan cara merandom kelas berapa yang bias dijadikan sampel, tetapi penentuan sampel disesuaikan juga dengan izin dari sekolah karena untuk kelas tiga tidak bias dijadikan sampel dengan alasan kelas tiga harus siap-siap menghadapi ujian nasional.

- 3) Validitas ekologi. Dikontrol dengan:
 - a) Seluruh program belajar disusun dan dijadwalkan dengan jelas, misalnya tidak mengubah jadwal yang telah ditetapkan
 - b) Digunakan satu buah lapangan olahraga yang cukup memadai
 - c) Tidak memberitahukan kepada siswa bahwa mereka sedang dijadikan subyek penelitian untuk menghindari pengaruh reaktif akibat proses penelitian tersebut.
- 4) Interaksi Testing. Efek-efek tiruan yang dibuat dengan menguji responden akan mengurangi generalisasi pada situasi dimana tidak ada pengujian pada responden.
- 5) Interaksi Seleksi. Efek dimana tipe-tipe responden yang mempengaruhi hasil-hasil studi dapat membatasi generalitasnya.
- 6) Interaksi Setting. Efek tiruan yang dibuat dengan menggunakan latar tertentu dalam penelitian tidak dapat direplikasi dalam situasi-situasi lainnya.

2. Instrumen *Self Esteem*

a. Kisi-Kisi Instrumen *Self Esteem*

Dalam pengumpulan data penulis memakai Inventori Harga Diri (*self esteem*) berdasarkan teori Coopersmith (1967) dalam bahasa Inggris yang kemudian diterjemahkan dalam Bahasa Indonesia. *Self Esteem Inventory* (SEI) disusun terdiri 58 soal yang tersusun dari 5 aspek diantaranya:

1) Penyesuaian diri

Aspek pertama terdiri dari 24 indikator dengan pernyataan sebagai berikut:

- a) Positif atau *favorable* (item yang mendukung/positif) 8 soal diantaranya no soal 2,4,10,14,21,23,29,57
- b) Pernyataan negatif atau *unfavorable* (item yang tidak mendukung/negatif) 16 soal diantaranya no soal 3,7,8,9,16,17,22,30,31,38,43,44,50,51,56,58.

2) Penerimaan Sosial

Aspek pertama terdiri dari 12 indikator dengan pernyataan adalah

- a) Positif atau *favorable* (item yang mendukung/positif) 4 soal diantaranya no soal 5,19,24,47
- b) pernyataan negatif atau *unfavorable* (item yang tidak mendukung/negatif) 8 soal diantaranya no soal 12,26,33,37,39,40,42,54.

3) Interaksi Sosial

Aspek pertama terdiri dari 8 indikator dengan pernyataan adalah

- a) Positif atau *favorable* (item yang mendukung/positif) 3 soal diantaranya no soal 11,45,55.
- b) Pernyataan negatif 5 soal diantaranya no soal 15,25,35,49,52.

4) Penghargaan

Aspek pertama terdiri dari 6 indikator dengan pernyataan adalah

- a) Positif atau *favorable* (item yang mendukung/positif) 4 soal diantaranya no soal 18,28,32,36
- b) Pernyataan negatif 2 soal diantaranya no soal 46,53.

5) Kebohongan

Aspek pertama terdiri dari 8 indikator dengan pernyataan adalah

- a) positif atau *favorable* (item yang mendukung/positif) 8 soal diantaranya no soal 1,6,13,20,27,34,41,48

Setelah mengetahui aspek-aspek yang terkandung dalam variabel *self esteem* selanjutnya adalah penyusunan soal angket berdasarkan sumber atau angket yang dikembangkan oleh Coopersmith, 1967:265 “*Self Esteem Inventory*” (SEI). Adapun kisi-kisi angket *self esteem* seperti terlampir pada lampiran I.

b. Penilaian Instrumen *Self Esteem*

Pemberian skor harga diri yang bermuatan *favorable* (item yang mendukung/positif) diberi skor sebagai berikut jawaban Ya diberi skor 2 dan jawaban Tidak diberi skor 1. Sedangkan untuk soal yang termasuk item *unfavorable* (item

Asep Ridwan Kurniawan, 2014

Pengaruh Model Pembelajaran Team Games Tournament (Tgt) Dan Direct Teaching Terhadap Self Esteem Dan Gaya Hidup Aktif Siswa Sma Negeri 2 Garut

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

yang tidak mendukung/negatif) penskoran jawaban sebagai berikut jawaban Ya diberi skor 1 dan jawaban Tidak diberi skor 2.

3. Instrumen Gaya Hidup Aktif

a. Kisi – Kisi Gaya Hidup Aktif

Instrumen penelitian gaya hidup aktif menggunakan angket gaya hidup aktif yang dikembangkan oleh sebuah situs kesehatan, <http://www.youblisher.com>. Instrumen gaya hidup aktif terdiri atas 10 item pertanyaan yang mengungkap mengenai aktivitas kesehatan dan aktivitas fisik keseharian sampel. Adapun kisi-kisi instrumen untuk gaya hidup aktif seperti terlampir pada lanjutan lampiran I.

b. Rubrik Penilaian Angket Gaya Hidup Aktif

Penggunaan rubrik penilaian pada angket ini adalah untuk mempermudah peneliti menilai angket yang disebarkan kepada responden. Adapun rubrik penilaian pada angket gaya hidup aktif seperti terlampir pada lanjutan lampiran I.

Adapun dalam aplikasi menilai Proyek, semua rubrik memiliki 4 tingkat kualitas atau kompetensi yang diatur dari tingkat tertinggi ke tingkat terendah. Rubrik *Menilai Proyek* diartikan secara umum atau spesifik karakter. Rubrik umum memberikan gambaran besar dari tujuan dan tidak dijelaskan dengan karakteristik spesifik. Kolaborasi Rubrik ini adalah contoh spesifik karakter. Adapun penerapan dalam soal angket gaya hidup aktif seperti terlampir pada lanjutan lampiran I.

F. Uji Coba Angket

Uji coba angket perlu dilakukan sebelum diberikan kepada responden untuk mengetahui kadar validitas dan reliabilitasnya. Dalam hal ini Arikunto (2000;105) menjelaskan sebagai berikut : “Alat-alat pengukur pada umumnya harus memenuhi dua syarat utama. Alat itu harus valid (sahih) dan harus reliabel (dipercaya).” Adapun

karakteristik sampel untuk uji coba harus sama dengan karakteristik sampel sebenarnya yang diajukan peneliti adalah sebagai berikut:

1. Sekolah yang ditunjuk untuk uji coba adalah sekolah negeri dengan tingkat yang sederajat dan akreditasi sama dengan sekolah untuk penelitian. Sekolah untuk uji coba angket adalah sekolah SMA Negeri 1 Garut.
2. Lokasi sekolah yang ditunjuk untuk uji coba adalah sekolah yang sama kabupatennya. Adapun sekolah yang ditunjuk berlokasi di Kabupaten Garut.
3. Rata-rata jumlah siswa perkelas untuk uji coba angket harus sama dengan rata-rata jumlah siswa untuk penelitian sebenarnya.
4. Kelas yang ditunjuk untuk uji coba harus sama dengan kelas yang menjadi kelas untuk penelitian sebenarnya.
5. Mata pelajaran yang dilaksanakan di sekolah yang ditunjuk untuk dijadikan tempat uji coba telah menerima mata pembelajaran yang sama dengan sekolah yang dijadikan penelitian.

G. Validitas dan Reliabilitas Penelitian

Apabila kita telah mengetahui hasil dari uji coba angket dan telah melakukan pengujian mengenai angket sementara, maka langkah selanjutnya yaitu pengadaan mengenai uji coba pengolahan data. Adapun sebelum melakukan uji coba pengolahan data yang harus diperhatikan adalah metode mengenai pengadaan instrumen. Menurut Arikunto (2002, hlm. 142-143) mengenai metode pengadaan instrumen yaitu sebagai berikut.

- a. Perencanaan meliputi perumusan tujuan, menentukan variabel, kategorisasi variabel.
- b. Penulisan butir soal atau item kuesioner, penyusunan skala.
- c. Penyutingan yaitu melengkapi instrumen dengan pedoman mengerjakan, surat pengantar, kunci jawaban, dan lain-lain yang diperlukan.
- d. Uji coba angket.
- e. Penganalisaan hasil, analisis item, melihat pola jawaban peninjauan saran-saran.
- f. Mengadakan revisi terhadap item-item yang dirasa kurang baik, dengan mendasarkan diri pada yang diperoleh.

Asep Ridwan Kurniawan, 2014

Pengaruh Model Pembelajaran Team Games Tournament (Tgt) Dan Direct Teaching Terhadap Self Esteem Dan Gaya Hidup Aktif Siswa Sma Negeri 2 Garut

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

Sesuai dengan pernyataan di atas maka angket yang telah disusun kemudian diuji cobakan kepada responden untuk mengukur tingkat validitas dan reliabilitas dari setiap butir pertanyaan. Dari uji coba angket akan diperoleh sebuah angket yang memenuhi syarat dan dapat digunakan sebagai pengumpul data dalam penelitian ini. Karena apabila kita melakukan sebuah penelitian dan menggunakan alat ukur atau instrumen yang tidak relevan, maka hasil dari penelitian yang dilakukan juga tidak relevan. Oleh karena itu instrumen dalam sebuah penelitian harus relevan untuk mencapai penelitian yang baik. Pernyataan di atas sesuai dengan pendapat Sugiyono (2008, hlm. 173) bahwa:

Dengan menggunakan instrumen yang valid dan reliabel dalam pengumpulan data, maka diharapkan hasil penelitian akan menjadi valid dan reliabel. Jadi instrumen yang valid dan reliabel merupakan syarat mutlak untuk mendapatkan hasil penelitian yang valid dan reliabel.

Selanjutnya penulis menguji cobakan angket tes *self esteem* dan gaya hidup aktif siswa pada siswa yang bukan dijadikan sampel sebenarnya. Jumlah responden dalam uji coba ini penulis mengambil sebanyak 20 orang. Pelaksanaan uji coba angket penulis laksanakan setelah disetujui oleh dosen pembimbing. Setelah pelaksanaan uji coba angket, selanjutnya penulis menentukan tingkat validitas dan reliabilitas terhadap setiap butir pernyataan dari responden. Mengenai validitas ini Arikunto (2002, hlm. 145) mengemukakan bahwa:

Sebuah instrumen dikatakan valid apabila mampu mengukur apa yang diinginkan. Sebuah instrumen dikatakan valid apabila dapat mengungkap data dari variabel yang diteliti secara tepat. Tinggi rendahnya validitas instrumen menunjukkan sejauh mana data yang terkumpul tidak menyimpang dari gambaran tentang validitas yang dimaksud.

Untuk pencarian uji validitas dan reliabilitas data angket, penulis menentukan dua cara yaitu:

1. Cara Pengujian Validitas dan Reliabilitas Pada Angket *Self Esteem*

Pengujian validitas dan reliabilitas pada angket *self esteem* penulis menggunakan uji t antar butir soal dan untuk uji reliabilitasnya menggunakan uji korelasi *product moment*. Pemilihan pengujian ini didasarkan karena jumlah soal angket *self esteem* lebih dari 30 soal atau dalam kategori jumlah soal angket yang besar maka untuk pengujian validitas dan reliabilitas menggunakan uji t dan korelasi *product moment*.

Adapun untuk langkah-langkah uji validitas pada angket *self esteem* adalah sebagai berikut:

- 1) Memberikan skor pada masing-masing pernyataan.
- 2) Menjumlahkan skor pada seluruh jumlah butir pernyataan.
- 3) Merangking skor responden dari skor yang tertinggi sampai yang terendah.
- 4) Menetapkan 50% responden kelompok atas (kelompok yang memperoleh skor tinggi).
- 5) Menetapkan 50% responden kelompok bawah (kelompok yang memperoleh skor rendah).
- 6) Mencari skor rata-rata dari setiap butir pernyataan, baik untuk kelompok atas maupun kelompok bawah.
- 7) Mencari simpangan baku dari setiap butir pernyataan baik untuk kelompok atas maupun untuk kelompok bawah
- 8) Mencari simpangan baku gabungan untuk setiap butir pernyataan antara kelompok atas dan kelompok bawah
- 9) Mencari nilai t-hitung untuk tiap butir pernyataan
- 10) Penentuan nilai t tabel dalam taraf signifikansi α 0,05 atau tingkat kepercayaan 95% dengan derajat kesahihan $= n_1+n_2-2$
- 11) Menentukan kriteria yaitu t hitung lebih besar dari pada t tabel maka valid.

Selanjutnya untuk langkah-langkah uji reliabilitas pada angket *self esteem* adalah sebagai berikut:

- 1) Membagi soal yang valid menjadi dua bagian yaitu soal yang bernomor ganjil dan soal yang bernomor genap.
- 2) Skor dari butir-butir soal yang bernomor ganjil dikelompokkan menjadi variabel X dan skor dari butir-butir soal genap dijadikan variabel Y.
- 3) Mengkorelasikan antara skor butir-butir soal yang bernomor ganjil dengan butir-butir soal yang bernomor genap, dengan menggunakan rumus teknik korelasi *Pearson Product Moment*.
- 4) Mencari reliabilitas koefisien seluruh perangkat item tes dengan menggunakan rumus Spearman Brown.
- 5) Menentukan r-tabel dengan pendekatan Product Moment sehingga diketahui kriteria penentuan kesimpulan r-hitung lebih besar dari r-tabel, hal ini menunjukkan instrumen penelitian ini dapat dipercaya atau reliabel.

2. Cara Pengujian Validitas dan Reliabilitas Pada Angket Gaya Hidup Aktif

Pengujian validitas dan reliabilitas pada angket gaya hidup aktif penulis menggunakan program SPSS dimana program tersebut mempermudah peneliti untuk melakukan pengolahan. Adapun untuk pengujian validitas penulis menggunakan program *Corrected Item-Total Correlation* dan untuk pengujian reliabilitas penulis menggunakan metode alpha (Cronbach's). Hal tersebut dipilih karena jumlah soal pada angket gaya hidup aktif termasuk pada skala rendah yaitu kurang dari 30 soal angket.

Adapun langkah-langkah yang ditempuh penulis dalam mencari validitas angket gaya hidup aktif adalah sebagai berikut:

- 1) Masuk program SPSS
- 2) Klik variable view pada SPSS data editor
- 3) Pada kolom Name ketik item soal
- 4) Pada kolom Decimals angka ganti menjadi 0 untuk seluruh item

- 5) Untuk kolom-kolom lainnya boleh dihiraukan (isian default)
- 6) Buka data view pada SPSS data editor
- 7) Ketikkan data sesuai dengan variabelnya,
- 8) Klik Analyze - Scale – Reliability Analysis
- 9) Klik semua variabel dan masukkan ke kotak items
- 10) Klik Statistics, pada Descriptives for klik scale if item deleted
- 11) Klik continue, kemudian klik OK, hasil output yang didapat
- 12) Dari output data yang diperoleh bisa dilihat pada Corrected Item, nilai tersebut kemudian kita bandingkan dengan nilai r tabel, r tabel dicari pada signifikansi 0,05 dengan uji 2 sisi dan jumlah data (n)
- 13) Penentuan item soal tersebut valid atau tidak.

Selanjutnya langkah-langkah yang ditempuh penulis dalam mencari reliabilitas angket gaya hidup aktif adalah sebagai berikut:

- 1) Seleksi data yang valid dan tidak valid, buang data yang tidak valid
- 2) Masuk program SPSS
- 3) Klik variable view pada SPSS data editor
- 4) Pada kolom Name ketik item no soal
- 5) Pada kolom Decimals angka ganti menjadi 0 untuk seluruh item
- 6) Untuk kolom-kolom lainnya boleh dihiraukan (isian default)
- 7) Buka data view pada SPSS data editor
- 8) Ketikkan data sesuai dengan variabelnya,
- 9) Klik Analyze - Scale – Reliability Analysis
- 10) Klik semua variabel dan masukkan ke kotak items
- 11) Klik Statistics, pada Descriptives for klik scale if item deleted
- 12) Klik continue, kemudian klik OK, hasil output yang didapat
- 13) Berdasarkan data yang diperoleh kita tinggal melihat hasil alpha (Cronbach's). kemudian kita bandingkan dengan nilai r tabel, r tabel dicari pada signifikansi 0,05 dengan uji 2 sisi dan jumlah data (n).
- 14) Penentuan item soal tersebut secara keseluruhan reliabel atau tidak.

3. Hasil Uji Validitas Angket *Self Esteem*

Jumlah butir tes yang penulis siapkan dalam uji coba ini adalah sebanyak 58 pernyataan dengan 8 pernyataan sebagai pengecoh dan 50 pernyataan sebenarnya. Berdasarkan hasil penghitungan, maka diperoleh butir tes yang valid. Adapun hasil uji validitas angket *self esteem* seperti terlampir pada lampiran IV.

Berdasarkan pengolahan uji validitas analisis faktor diketahui bahwa korelasi antara faktor-faktor pada *self esteem* dengan jumlah total diketahui yaitu sebagai berikut:

Faktor 1 (Penyesuaian Diri) dengan korelasi (r) adalah 0.999

Faktor 1 (Penerimaan Sosial) dengan korelasi (r) adalah 0.999

Faktor 1 (Interaksi Sosial) dengan korelasi (r) adalah 0.999

Faktor 1 (Penghargaan) dengan korelasi (r) adalah 0.993

Berdasarkan nilai tabel *r product moment* dengan jumlah sampel 20 diperoleh skor 0,444 maka semua faktor – faktor *self esteem* dinyatakan valid dengan kategori validitas sangat tinggi. Kemudian untuk analisis butir soal diperoleh hasil bahwa dari 58 soal angket dengan 8 soal sebagai pengecoh diperoleh soal yang valid sebanyak 49 soal dan 11 soal yang tidak valid.

4. Hasil Uji Validitas Angket Gaya Hidup Aktif

Berdasarkan hasil penghitungan, maka diperoleh butir tes yang valid pada instrumen gaya hidup aktif seperti terlampir pada lampiran IV.

5. Hasil Uji Reliabilitas Angket *Self Esteem*

Hasil uji reliabilitas pada angket *self esteem* yaitu dari hasil penghitungan diperoleh r -hitung = 0,993 sedangkan r - tabel dengan $n= 20$ adalah 0,444. Ternyata nilai r -hitung (0,993) \geq r - tabel (0,444). Dengan demikian instrumen penelitian memiliki tingkat reliabilitas yang signifikan. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada lampiran IV.

6. Hasil Uji Reliabilitas Angket Gaya Hidup Aktif

Hasil uji reliabilitas angket gaya hidup aktif adalah dari hasil analisis pengolahan hasil uji reliabilitas angket gaya hidup aktif didapat nilai alpha sebesar 0,659 dan batas nilai r kritis menggunakan uji dua sisi pada signifikansi α 0,05 dengan jumlah sampel 20 orang didapat nilai r tabel sebesar 0,444. Karena nilai alpha 0,659 > dari r tabel 0,444 maka dapat disimpulkan bahwa butir-butir soal gaya hidup aktif reliabel. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada lampiran IV.

H. Tehnik Pengumpulan Data

Tehnik pengumpulan data dalam suatu penelitian dimaksudkan untuk mengetahui makna dari data yang diperoleh dalam rangka memecahkan masalah penelitian. Adapun langkah-langkah dalam tehnik pengumpulan data adalah sebagai berikut:

1. Menyeleksi angket yang terkumpul. Proses ini dilakukan untuk melihat apabila ada sebagian butir pernyataan dalam angket yang tidak diisi oleh responden.
2. Memberikan skor pada tiap-tiap butir pernyataan (penskoran) dalam angket sesuai dengan Kriteria penilaian yang telah ditentukan.
3. Memasukkan atau melakukan input data dari skor tersebut pada program komputer *SPSS*.

I. Analisis Data

Langkah selanjutnya dianalisis dengan pengolahan statistik yang dalam hal ini menggunakan analisis uji t dan uji z. Pengolahan dan analisis data dilakukan dengan menggunakan program *Statistical Product and Service Solution (SPSS)* Serie 17.

Asumsi hasil penelitian terdiri atas beberapa hal sebagai berikut:

1. Deskripsi Data

Deskripsi data dalam hal ini mengungkap mengenai gambaran data hasil penelitian. Pengolahan dilakukan dengan menggunakan menu *analyze description*

Asep Ridwan Kurniawan, 2014

Pengaruh Model Pembelajaran Team Games Tournament (Tgt) Dan Direct Teaching Terhadap Self Esteem Dan Gaya Hidup Aktif Siswa Sma Negeri 2 Garut

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

explore data pada program SPSS. Data yang dihasilkan adalah rata-rata, median, standar deviasi, varians, skor terendah, skor tertinggi dan sebagainya. Dalam penyajian deskripsi data, penulis hanya menyampaikan lima item saja, yaitu rata-rata, standar deviasi, varians, skor terendah, dan skor tertinggi. Tetapi untuk mempermudah si pembaca mengetahui hasil penelitian yang penulis lakukan, maka peneliti wajib menyusun hasil data secara keseluruhan secara jelas dan mampu dipahami oleh pembaca. Adapun data yang harus ditampilkan secara ringkasnya yaitu rata-rata antar variabel, simpangan baku, dan varians.

2. Uji Normalitas Data

Uji normalitas data dilakukan dengan tujuan menguji tingkat distribusi kenormalan data. Uji normalitas data dilakukan untuk menentukan langkah pengolahan selanjutnya, yaitu analisis statistic apa yang harus digunakan, apakah statistik parametrik atau non-parametrik. Pengolahan dilakukan dengan menggunakan menu *analyze* deskripsi *explore data* dan *normality plots with test* pada menu SPSS Serie. 17.

Uji normalitas, mengacu pada analisis *Shapiro-Wilk*. Asumsi menggunakan analisis *Shapiro-Wilk* bahwa, untuk sampel di atas 30 orang atau termasuk pada kategori kelompok sampel besar, maka pengujian dengan Shapiro-Wilk memiliki tingkat relevansi lebih baik dibandingkan dengan yang lainnya. Penulis dalam hal ini tidak melakukan uji homogenitas data, dengan asumsi bahwa sampel hanya satu kelompok saja. Apabila berdasarkan hasil uji normalitas data berada pada taraf distribusi normal, maka data tersebut juga dinyatakan homogen karena hanya terdiri atas satu kelompok.

3. Uji Homogenitas

Pada uji homogenitas peneliti menggunakan uji homogenitas antar varians (*Test of Homogeneity variance*) dengan batasan yang digunakan uji statistik levene dan uji signifikansi antar variabel. Pada pengujian homogenitas biasanya sebagai

Asep Ridwan Kurniawan, 2014

Pengaruh Model Pembelajaran Team Games Tournament (Tgt) Dan Direct Teaching Terhadap Self Esteem Dan Gaya Hidup Aktif Siswa Sma Negeri 2 Garut

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

acuan untuk menentukan data tersebut homogen atau tidak peneliti cukup melihat hasil dari nilai probabilitas rata-rata dan median data. Setelah itu bandingkan dengan nilai signifikansi yang telah ditentukan oleh peneliti.

4. Uji Hipotesis

Uji hipotesis data dilakukan guna mendapatkan kesimpulan dari penelitian yang dilakukan. Jenis analisis statistik yang digunakan untuk melakukan uji hipotesis dalam rangka mencari kesimpulan ditentukan oleh hasil uji normalitas dan homogenitas data. Dalam uji hipotesis ini penulis melakukan pengolahan dengan uji eksperimen secara sederhana dan ganda. Berdasarkan rumusan masalah yang telah ditentukan oleh peneliti, maka pengujian hipotesis untuk mengetahui perbedaan satu variabel terikat dan dua variabel bebas menggunakan uji analisis uji independent sampel t test dan untuk mengetahui perbedaan antar dua variabel terikat dan dua variabel bebas menggunakan uji MANOVA (*Multivariate Analysis Of Variance*). Adapun syarat dari uji MANOVA menurut Sarwono (2014, hlm. 10) adalah,

- a. Variabel terikat harus dua atau lebih dengan skala interval.
- b. Variabel bebas satu dengan menggunakan skala nominal.
- c. Untuk semua variabel tergantung, data diambil dengan cara random sampel dari vektor-vektor populasi normal multivariate dalam suatu populasi, dan untuk matrik-matrik variance-covariance untuk semua sel sama.
- d. Untuk menggunakan prosedur GLM gunakan prosedur *Explore* untuk memeriksa data sebelum melakukan analisis variance. Untuk satu variabel tergantung gunakanlah, prosedur GLM Univariate. Jika kita mengukur beberapa variabel tergantung yang sama pada beberapa kesempatan untuk masing-masing subyek, maka gunakanlah GLM Repeated Measures.

5. Analisis dan Deskripsi Data

Dalam kegiatan analisis dan deskripsi data yang dilakukan adalah menganalisis serta mendeskripsikan angka-angka yang ada, hasil dari penghitungan

statistik. Angka atau nilai yang dihasilkan bias dibandingkan dengan angka table atau dideskripsikan secara langsung dengan berbagai pertimbangan dan ketentuan statistik. Analisis didasarkan pada hipotesis yang dibuat untuk dapat memaknai nilai dan angka yang dihasilkan dari penghitungan. Selain itu juga dibahas berbagai temuan selama pelaksanaan penelitian di lapangan, serta dianalisis berdasarkan teori-teori dan hasil penelitian yang ada yang telah dilaksanakan penelilitainnya.