

### BAB III

## METODE PENELITIAN

#### A. Metode Penelitian dan Desain Penelitian

##### 1. Metode penelitian

Penelitian ini bermaksud untuk mengungkap dan menganalisis masalah berkaitan dengan kebugaran jasmani dan motivasi belajar dimana metode pembelajaran yang diberikan disekolah alam dan sekolah reguler berbeda. Metode yang digunakan adalah metode penelitian kuantitatif. Hal ini dikarenakan dalam penelitian ini menggunakan beberapa alat ukur tes diantaranya survey dengan kuesioner dan akan menghasilkan beberapa perhitungan ststistika.

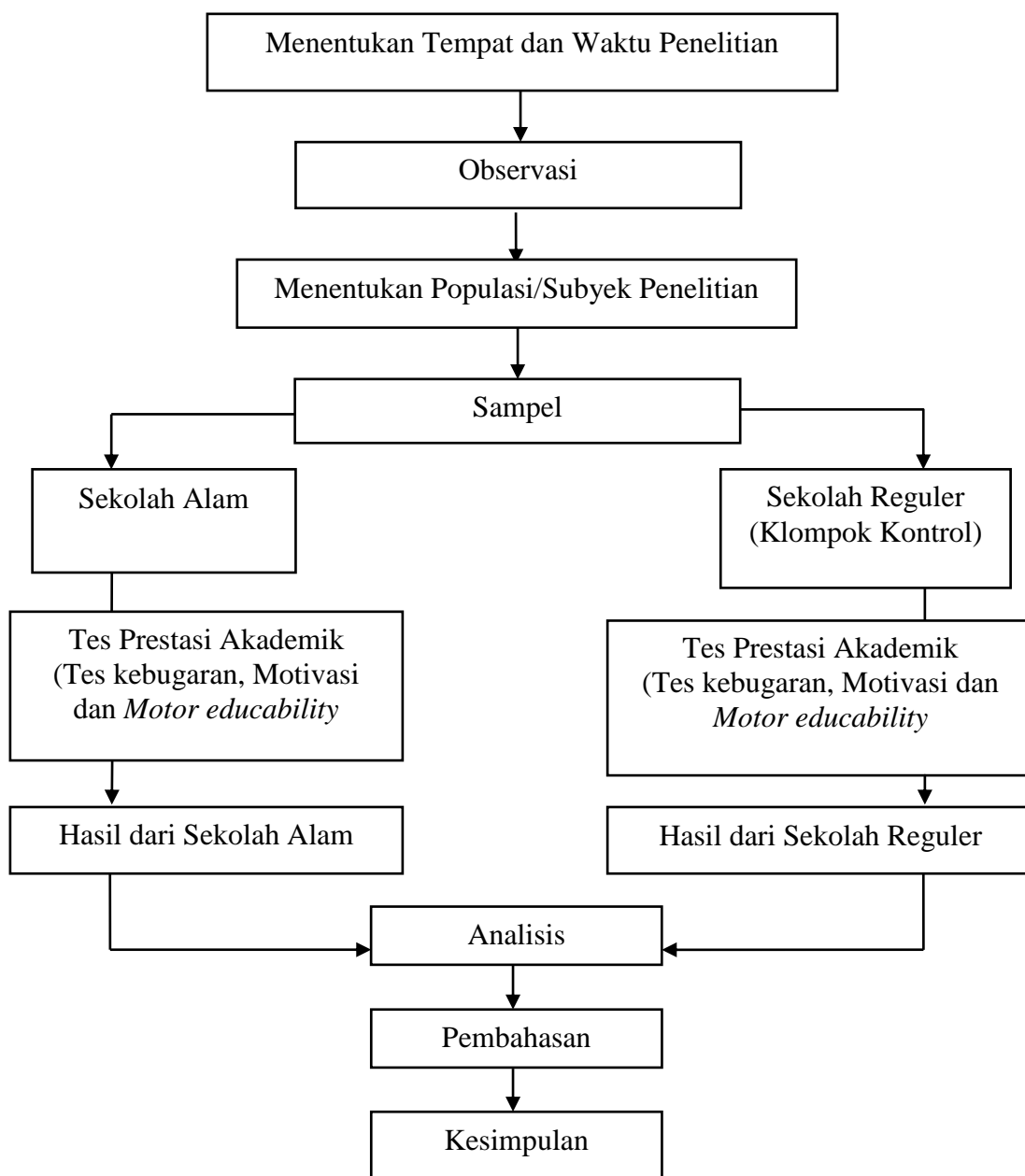
Rangkaian studi penelitian ini tidak terlepas dari metode yag digunakan agar dapat menentukan keberhasilan dalam penelitian, metode merupakan cara yang digunakan untuk memepermudah penelitian dalam menggunakan beberapa cara dan teknik penelitian. Dalam penelitian ini penulis menggunakan penelitian ekspos fakto (*Ex-Post Facto research*) dengan jenis *komparatif* yang dimaksudkan untuk mencari jawaban secara mendasar tentang sebab akibat dengan menganalisa faktor-faktor terjadinya masalah tersebut. Dalam penelitian ini tidak melakukan manipulasi dan perlakuan terhadap variable bebas. Metode ini sesuai dengan penelitian yang akan dilakukan penulis yaitu ingin mengungkap gambaran tentang kebugaran jasmani dan motivasi belajar di kedua sekolah yang sudah berlangsung lama dengan metode dan penerapan pembelajaran yang berbeda.

##### 2. Desain Penelitian

Kelompok	Variabel Independen	Variable Dependen
I	Sekolah Alam	Kebugaran Jasmani & Motivasi Belajar
II	Sekolah Reguler	Kebugaran Jasmani & Motivasi Belajar

Gambar 3.1 Desain Penelitian *Ex-post Facto*

Desain penelitian ini adalah untuk membandingkan kebugaran jasmani dan motivasi belajar siswa sekolah alam dengan siswa sekolah reguler. Untuk kelompok pertama yaitu sekolah alam sebagai variabel independen kemudian item yang diukur adalah kebugaran jasmani dan motivasi belajar. Begitu juga dengan kelompok kedua yaitu sekolah reguler sebagai variabel independen dan item yang diukur adalah kebugaran jasmani dan motivasi belajar.



Gambar 3.2 Prosedur Penelitian

## B. Populasi dan Sampel Penelitian

### 1. Populasi

Populasi dalam penelitian ini siswa Sekolah Alam Bandung dan SDN 9 Sukajadi Bandung, definisi mengenai populasi oleh Sudjana (1989, hlm. 6) sebagai berikut: “Populasi adalah totalitas semua nilai yang mungkin, baik hasil menghitung maupun pengukuran kuantitatif atau kualitatif dari pada karakteristik tertentu mengenai sekumpulan objek yang lengkap dan jelas”.

### 2. Sampel

Sampel dalam penelitian adalah sejumlah siswa kelas VI Sekolah Alam Bandung sebanyak 15 orang. Dan siswa SD kelas VI SD Negeri Sukajadi 9 Bandung sebanyak 15 orang. Pengambilan sampel ini didasarkan pada penjelasan dari Suharsimi Arikunto (1993, hlm. 117) yang mendefinisikan sampel sebagai berikut : “Sampel adalah sebagian atau wakil populasi yang diteliti”. Adapun teknik pengambilan sampel yang dijadikan bahan dalam penelitian ini diambil dengan menggunakan *Purpsosive Sampling*, yang merupakan bagian dari beberapa tehnik dari pengambilan sampel. Sekolah Alam Bandung dan Sekolah Dasar Negeri Sarijadi 9 Bandung yang berjumlah± 300 orang tersebut dipilih dengan menggunakan *purposive sampling*, adapun penggunaan teknik pengambilan sampling ini didasarkan kepada karakteristik anggota populasi yang relatif sama, seperti usia dan kemampuan gerak dasarnya. Jumlah sampel sebanyak 30 orang siswa, yaitu dari kelas VI dari Sekolah Alam Bandung dan Sekolah Dasar Negeri Sukajadi 9 Bandung.

Untuk menentukan jumlah sampel sebagai sumber data, penulis berpedoman kepada Arikunto (2002, hlm. 112) yaitu :

Untuk sekedar ancer-ancer maka apabila subjeknya kurang dari 100, lebih baik diambil semua sehingga penelitiannya merupakan penelitian populasi. Selanjutnya, jika jumlah subjeknya besar dapat diambil antara 10%-15% atau lebih, tergantung sedikit-tidaknya dari:

- a. Kemampuan peneliti dilihat dari waktu, tenaga dan dana
- b. Sempit luasnya wilayah pengamatan dari setiap subjek, karena hal-hal ini menyangkut banyak sedikitnya data
- c. Besar kecilnya resiko yang ditanggung oleh peneliti. Untuk penelitian yang resikonya besar, tentu saja jika sampel besar hasilnya akan lebih baik.

Dicky Oktora Mudzakir, 2014

*Perbandingan Kebugaran Jasmani Dan Motivasi Belajar Siswa Sekolah Alam Dan Siswa Sekolah Reguler*

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

Sedangkan menurut Suherman A (2002, hlm. 18) menyebutkan bahwa “Jumlah sampel untuk penelitian kausal komparatif sama dengan penelitian eksperimen minimal 15 orang”.

Tabel 3.1  
Populasi dan Sampel Siswa Sekolah Alam dan Sekolah Reguler

Kelompok	Populasi	Sampel
Sekolah alam	25	15
Sekolah reguler	29	15

### 3. Karakteristik Sampel

#### a. Karakteristik sekolah alam

Bangunan sekolah alam terbuat dari rumah-rumahan pohon dan bertempat di alam terbuka dengan area yang cukup luas, dalam pembelajarannya sekolah alam menggunakan metode pembelajaran secara aktif learning seperti mempraktekan materi secara langsung dilapangan, contohnya tidak hanya dalam pembelajaran jasmani saja namun juga dalampelajaran lainnya seperti dalam IPA, Agama, Seni dan budaya dan sebagainya. kemudian sarana yang dimiliki oleh sekolah alam yang menunjang untuk pembelajaran yaitu mempunyai arena *out bond*, lapangan rumput yang cukup luas, kebun botani, kolam ikan, dan wahana bermain anak.

#### b. Karakteristik Sekolah Reguler

Bangunan Sekolah Dasar di sekolah reguler terbuat dari dinding dan beton dengan area sekolah yang minim, dalam proses pembelajarannya menerapkan pembelajaran bertaraf kurikulum disetiap tahunnya, sekolah reguler mempunyai banyak materi namun sangat minim dalam penerapannya/ praktik dilapangan, kebanyakan praktik dilapangan hanya sebatas pada mata pelajaran olahraga, kemudian sarana yang dimiliki oleh sekolah regular yang menunjang untuk pembelajaran yaitu mempunyai lapangan olahraga.

### C. Definisi Operasional

#### 1. Perbandingan

Perbandingan menurut Kamus Bahasa Indonesia (2008, hlm.129) adalah pertimbangan,perbedaan (selisih) kesamaan. Sedangkan dalam penelitian ini yang dimaksud dengan perbandingan adalah perbedaan tingkat prestasi akademik pada siswa sekolah alam dan siswa sekolah reguler.

#### 2. Kebugaran Jasmani

Kebugaran jasmani menurut Santoso Giriwijoyo (2010, hlm. 23) adalah keadaan kemampuan jasmani yang dapat menyesuaikan fungsi alat-alat tubuhnya terhadap tugas jasmani tertentu atau terhadap keadaan lingkungan yang harus diatasi dengan cara yang efisien, tanpa kelelahan yang berlebihan dan telah pulih sempurna sebelum datang tugas yang sama pada esok harinya. Dalam penelitian ini kebugaran jasmani adalah suatu kondisi tubuh yang dapat melaksanakan tugas jasmani yang harus dikerjakan dan tidak mengalami kelelahan-kelehan yang berarti dan dapat mengulanginya kembali pada tugas berikutnya atau yang akan datang.

#### 3. Motivasi Belajar

Adapun motivasi menurut Hidayat (2009, hlm. 52) menjelaskan bahwa :  
“Motivasi adalah proses aktualisasi dari sumber penggerak atau pendorong tersebut. Motivasi sebagai proses psikologis adalah refleksi kekuatan interaksi antara kognisi, pengalaman dan kebutuhan.

#### 4. Sekolah Alam

Sekolah Alam menurut Maryati (2007, hlm. 186) menjelaskan bahwa: Sekolah Alam (SA) adalah sekolah dengan konsep pendidikan berbasis alam semesta. Lingkungan SA sungguh terasa natural dengan bangunan sekolah yang hanya berupa rumah panggung yang biasa disebut sebagai saung yang dikelilingi oleh berbagai kebun buah, sayur, bunga bahkan areal peternakan. Bukan suasana gedung bertingkat dan megah sebagai ruang kelas yang bisa membatasi mereka beraktifitas dan mendapatkan refreshing bagi perkembangannya.

## D. Instrumen Penelitian

Untuk pengumpulan data dari sampel penelitian diperlukan alat pengumpulan data yang disebut instrument pengumpulan data. Dalam hal ini peneliti menggunakan teknik observasi survey, sedangkan cara pengumpulan datanya adalah pengetesan dan pengukuran. Alat ukur yang penulis gunakan dalam penelitian ini adalah :

### 1. Instrumen Tes Kebugaran Jasmani

Tes segaran jasmani Indonesia untuk Sekolah Dasar.

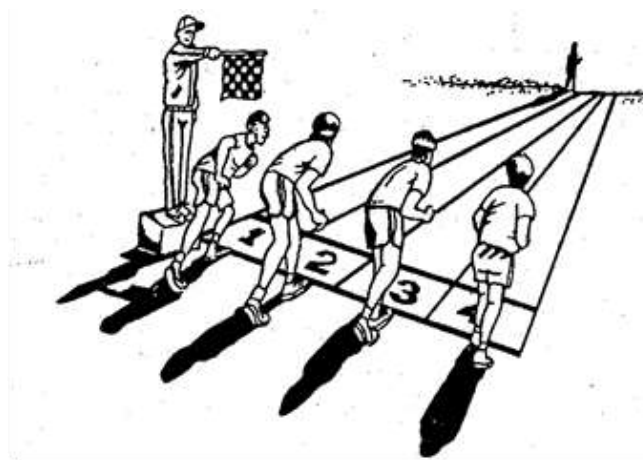
Untuk sekolah dasar kelas 3,4 dan 6

Butir-butir tesnya yaitu :

- 1) Lari cepat 40 meter
- 2) Angkat tubuh 30 detik
- 3) Baring duduk 30 detik
- 4) Loncat tegak
- 5) Lari 600 meter (lari jarak sedang)

Petunjuk pelaksanaan dari setiap butir tes kebugaran jasmani adalah sebagai berikut :

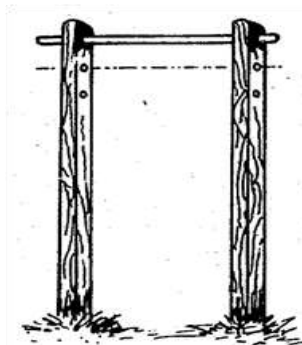
- 1) Tes lari cepat 40 meter
  - Tujuan : Untuk mengukur kecepatan lari seseorang
  - Alat/fasilitas : Lintasan lurus, rata, tidak licin ada garis start dan finish, Peluit, Stop watch, Bendera start dan tiang pancang
  - Pelaksanaan : Subyek berdiri dibelakang garis start dengan sikap berdiri, aba-aba “ya” dan subyek lari secepat mungkin menempuh jarak 30 meter.
  - Diulang apabila : Pelari mencuri start, pelari terganggu, oleh pelari lainnya
  - skor : Skor hasil test yaitu waktu yang dicapai pelari dalam jarak 30 meter. Waktu dicatat dalam waktu sepersepuluh detik.



Gambar 3.3 Lari 30 meter

2) Tes angkat tubuh 30 detik

- Tujuan : Mengukur kekuatan dan daya tahan otot lengan dan bahu.
- Alat/fasilitas : Lantai yang rata dan bersih, palang tunggal yang tinggi rendahnya dapat di atur sehingga subyek dapat di atur, stop watch, formulir pencatat hasil, alat tulis.
- Pelaksanaan : subyek bergantung pada palang tunggal, sehingga kepala, badan dan tungkai lurus, kedua tangan dibuka selebar bahu dan keduanya lurus. Kemudian subyek mengangkat tubuhnya, dengan membengkokkan kedua lengan sehingga dagu melewati atau melewati palang tunggal. Kemudian kembali ke sikap semula. Lakukan gerakan tersebut secara berulang-ulang, tanpa istirahat selama 60 detik.



Gambar 3.4 Pull Up

3) Tes baring duduk 30 detik

- Tujuan : Mengukur kekuatan dan daya tahan otot perut
- Alat/fasilitas : Lantai, lapangan rumput yang bersih, stop watch, formulir pencatat hasil, alat tulis.
- Pelaksanaan : Subyek berbaring diatas lantai/rumput kedua lutut ditekuk  $\pm 90^\circ$ . Kedua tangan dilipat dan diletakan dibelakang kepala dengan jari tangan saling berkaitan dan kedua lengan menyentuh lantai. Salah seorang teman subyek membantu memegang dan menekan kedua pergelangan kaki agar kaki subyek tidak terangkat. Pada aba-aba “ya” kedua sikunya menyentuh paha kemudian kembali kesikap semula. Lakukan gerakan itu berulang-ulang cepat tanpa istirahat dalam waktu 30 detik.
- Diulangi jika : Kedua lengan lepas, sehingga kedua jari-jarinya tidak terjalin, kedua lutut ditekuk lebih dari  $90^\circ$ , dan kedua siku tidak menyentuh paha.



Gambar 3.4 Baring Duduk (Sit Up)

4) Tes loncat tegak

- Tujuan : Mengukur daya ledak tenaga eksplosif otot tungkai
- Alat/fasilitas : dinding yang rata dan lantai yang rata serta cukup luas, papan berwarna gelap berukuran 30 x 150 cm, bersekal



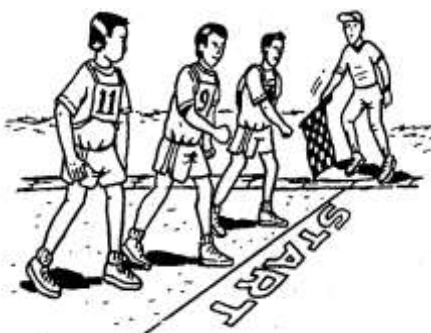
satuan sentimeter yang digantung pada dinding dengan ketinggian jarak antara lantai dengan angka 0(nol) pada papan sekala ukuran 150 cm, serbuk kapur dan alat penghapus, formulir pencatat hasil

- Pelaksanaan : subyek berdiri tegak dekat dinding, kedua kaki papan dinding berada disamping tangan kiri atau kanannya. Kemudian tangan yang berada dekat dengan dinding diangkat lurus ke atas telapak tangan ditempelkan pada papan bersekala, sehingga meninggalkan bekas raihan jari. Kedua tangan lurus berada disamping badan kemudian subyek mengambil sikap awalan dengan membengkokkan kedua lutut dan kedua tangan diayun kebelakang, kemudian subyek meloncat stinggi mungkin sambil menepuk papan bersekala dengan tangan terdekat dengan dinding. Sehingga meninggalkan bekas raihan pada papan bersekala. Tanda ini menampilkan tinggi raihan loncatan subyek tersebut, subyek diberi kesempatan melakukannya tiga kali loncatan.
- Skor : Ambil raihan tertinggi dari ketiga loncatan tersebut sebagai hasil tes loncat tegak. Hasil loncat tegak diperoleh dengan cara hasil raihan tertinggi dari salah satu loncatan tersebut dikurangi tinggi raihan tanpa loncatan.



Gambar 3.6 *Vertical Jump*

- 5) Tes lari 600 meter (lari jarak sedang)
- Tujuan : Mengukur daya tahan (cardio respiratoty endurance)
  - Alat/fasilitas : Lintasan lurus, rata, tidak licin ada garis start dan finish, peluit, Stop watch, Bendera start dan tiang pancang
  - Pelaksanaan : Subyek berdiri dibelakang garis start dengan sikap berdiri, aba-aba “ya” dan subyek lari menuju garis finish dengan menempuh jarak 600 meter.
  - Diulang jika : Pelari mencuri start, pelari terganggu oleh pelari lainnya
  - Skor : Skor hasil test yaitu waktu yang dicapai pelari dalam jarak 600 meter. Waktu dicatat dalam waktu sepersepuluh detik.



Gambar 3.7 Lari 600 meter (Lari jarak Sedang)

## 2. Instrumen Angket Motivasi

### a. Penyusunan Variabel Motivasi

Dalam tes motivasi ini penulis mengambil model dari ARCS Keller (2008, 175–185) *First principles of motivation to learn and e3-learning*. Ada empat kategori/ aspek yang mewakili yaitu Perhatian, relevansi, percaya diri, dan kepuasan. Kemudian mengambil satu aspek dari Maslow (1943;1970) *who described the following basic human needs (self-actualization)* dan satu aspek

dari Weinberg (1995) *Three theories have envolved over the years to explain what motivates people to act (Need Achievement).*

b. Sub Indikator Instrument Motivasi

Dari ke tiga teori yang menjadi variable instrument motivasi tersebut diatas, maka penulis menjadikan sub indikator, menjadi enam sub indikator, diantaranya:

- 1) Perhatian,
- 2) Relevansi,
- 3) Percaya diri,
- 4) Kepuasan,
- 5) Aktulisasi diri,
- 6) Kebutuhan berprestasi,

b. Penyusunan Sub Indikator Menjadia Aspek motivasi

Dalam penyusunan aspek motivasi peneliti mengambil ke enam sub indikator tersebut dan membuat pernyataan yang sesuai dengan pernyataan dari sub indikator tersebut, kemudian dari setiap sub indikator peneliti membuat dua aspek pernyataan motivasi yang sesuai dengan pernyataan dari sub indikator tersebut.

Sub indikator perhatian telah dibuat dua pernyataan aspek motivasi yaitu perhatian dalam mengikuti pelajaran, dan semangat dalam mengikuti PBM (Proses Belajar Mengajar). Sub indikator relevansi menjadi dua pernyataan yaitu belajar sesuai keinginan, dan mendapatkan manfaat yang diinginkan. Sub indikator percaya diri menjadi dua pernyataan yaitu sikap terhadap kesulitan, dan usaha mengatasi kesulitan. Sub indikator kepuasan menjadi dua pernyataan yaitu mendapat kesenangan dalam pembelajaran, dan mendapat kepuasan setelah belajar. Sub indikator aktualisasi diri menjadi dua pernyataan yaitu ketekunan berlatih, dan menggunakan kesempatan diluar jam pembelajaran. Sub indikator kebutuhan berprestasi menjadi dua pernyataan yaitu keinginan untuk berprestasi dan, keyakinan untuk berprestasi. Dari sub indikator tersebut peneliti membuat pertanyaan yang bersifat pertanyaan positif dan pertanyaan negative.

Tabel 3.2.  
Kisi-kisi angket motivasi belajar

No	SUB	ASPEK	Nomor Pertanyaan		Jumlah
			Positif	Negatif	
1	1. <i>Atensi</i> (Perhatian)	Perhatian dalam mengikuti pelajaran	40,12,	6,3,	4
		Semangat dalam mengikuti PBM	23,10	19,29	4
2	2. <i>Relevansi</i> (Kesesuaian)	Belajar sesuai keinginan	41,21,	2,38	4
		Mendapatkan manfaat yang diinginkan	30,1	17,20	4
3	3. <i>Confidence</i> (kepercayaan diri)	Sikap terhadap kesulitan	47, 8, 34	39,33,4	6
		Usaha mengatasi kesulitan	13,24	45,28,	4
4	4. <i>Satisfaction</i> (kepuasan)	Mendapat kesenangan dalam pembelajaran	36,18	7,11	4
		Mendapat kepuasan setelah belajar	26,16	15,5	4
5	5. <i>Self-actualization</i> (Aktualisasi diri)	Ketekunan Berlatih	32,46	22,44	4
		Menggunakan kesempatan diluar jam pelajaran	43,9	35,27	4
6	6. <i>Need-achievement</i> (kebutuhan berprestasi)	Keinginan untuk berprestasi	14,31	48,25	4
		Keyakinan untuk berprestasi	49,50	42,37	4
Jumlah					50

### c. Menyusun Butiran Pertanyaan

Aspek motivasi yang sudah dibagi menjadi dua pernyataan tersebut dibagi menjadi beberapa pertanyaan positif, yakni dua bermakna (+) dan dua lainnya pertanyaan bermakna negatif (-), dengan mengacu kepada aspek motivasi agar pertanyaan sesuai dengan aspek yang dibuat. Sehingga terdapat kurang lebih 50 butir pertanyaan dalam bentuk angket yang akan diuji validitas dan reabilitasnya. Kemudian untuk penempatan urutan nomor butiran pertanyaan pada angket,

penulis menggunakan system acak agar tidak mudah terbaca oleh sampel, dan diharapkan mendapatkan hasil yang baik. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada lampiran hal.115.

d. Uji Coba angket

1) Sampel Uji Coba Instrumen Penelitian

Sampel yang digunakan dalam uji coba instrumen penelitian ini adalah siswa SD kelas VI SD Negeri Padasuka 5 Bandung yang tidak dijadikan sampel penelitian

2) Waktu dan Tempat Uji Coba Instrumen Penelitian

Pelaksanaan uji coba instrumen penelitian ini dilaksanakan:

Hari dan Tgl/ waktu : Rabu, 25 februari 2014 pukul 08.00 WIB – selesai.

Tempat : SD Negeri Sukajadi 5 Bandung.

Butiran pertanyaan angket motivasi yang telah disusun di uji cobakan kepada anak sekolah dasar dengan kelas yang sama namun berbeda sekolah tapi dengan daerah yang sama, yaitu di SD sukajadi 7 Bandung. Setelah pengisian angket untuk uji coba selsai, maka angket tersebut akan dihitung uji validitasnya dan reliabilitasnya.

3) Uji Validitas

Agar memudahkan dalam proses perhitungan statistik peneliti menggunakan perhitungan menggunakan SPSS versi 20 dan untuk melihat hasilnya dapat dilihat dilampiran. Untuk menentukan instrumen itu valid atau tidak dengan melihat tabel nilai-nilai  $r$  yang dapat dilihat dilampiran. Untuk mengetahui tiap item tes tersebut valid atau tidak valid dengan membandingkan hasil perhitungan corrected item-total correlation ( $r_{hitung}$ ) dengan  $r_{tabel}$ . Dengan signifikansi untuk  $\alpha = 0,05$  dengan nilai  $r = 0,284$ . Berikut kaidah keputusannya jika  $r_{hitung} >$  dari nilai  $r_{tabel}$  berarti valid dan jika  $r_{hitung} <$  dari  $r_{tabel}$  berarti tidak valid. Berikut kaidah keputusannya jika  $r_{hitung} >$  dari nilai  $r_{tabel}$  berarti valid dan jika  $r_{hitung} <$  dari  $r_{tabel}$  berarti tidak valid.

Berikut tabel hasil dari uji validitas instrumen yang telah dilakukan :

Tabel 3.3.  
Hasil Uji Validitas Instrumen

Nomor	r hitung	r table	Keterangan
1	0.387	0,284	VALID
2	0.483	0,284	VALID
3	0.325	0,284	VALID
4	0.16	0,284	TIDAK VALID
5	0.225	0,284	TIDAK VALID
6	0.354	0,284	VALID
7	0.368	0,284	VALID
8	-0.091	0,284	TIDAK VALID
9	0.359	0,284	VALID
10	-0.072	0,284	TIDAK VALID
11	0.478	0,284	VALID
12	0.569	0,284	VALID
13	0.4	0,284	VALID
14	0.203	0,284	TIDAK VALID
15	0.296	0,284	VALID
16	0.272	0,284	TIDAK VALID
17	0.413	0,284	VALID
18	0.322	0,284	VALID
19	0.474	0,284	VALID
20	0.4	0,284	VALID
21	0.304	0,284	VALID
22	0.293	0,284	VALID
23	-0.111	0,284	TIDAK VALID
24	0.319	0,284	VALID
25	0.219	0,284	TIDAK VALID
26	0.27	0,284	TIDAK VALID
27	-0.051	0,284	TIDAK VALID
28	0.513	0,284	VALID
29	0.118	0,284	TIDAK VALID
30	-0.262	0,284	TIDAK VALID
31	0.291	0,284	VALID
32	0.458	0,284	VALID
33	0.471	0,284	VALID
34	0.558	0,284	VALID
35	0.418	0,284	VALID
36	0.041	0,284	TIDAK VALID
37	0.127	0,284	TIDAK VALID
38	0.621	0,284	VALID
39	0.509	0,284	VALID

Dicky Oktora Mudzakir, 2014

*Perbandingan Kebugaran Jasmani Dan Motivasi Belajar Siswa Sekolah Alam Dan Siswa Sekolah Reguler*

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

Nomor	r hitung	r table	Keterangan
40	-0.149	0,284	TIDAK VALID
41	0.24	0,284	TIDAK VALID
42	0.371	0,284	VALID
43	0.327	0,284	VALID
44	0.191	0,284	TIDAK VALID
45	0.598	0,284	VALID
46	0.211	0,284	TIDAK VALID
47	0.268	0,284	TIDAK VALID
48	0.168	0,284	TIDAK VALID
49	0.641	0,284	VALID
50	0.402	0,284	VALID

Berdasarkan hasil perhitung diatas sebanyak 30 item butir tes dinyatakan valid, maka item tes tersebut digunakan sebagai instrumen penelitian.

#### 4) Hasil Uji Reliabilitas

Agar memudahkan dalam proses perhitungan statistik peneliti menggunakan perhitungan menggunakan SPSS versi 20, prosedur dalam penghitung dengan SPSS yaitu pertama memasukan data tiap butir item yang sudah valid sebanyak 30 item butir tes kedalam menu data view, kemudian klik analysis-scale-reliability analysis dan untuk melihat hasilnya dapat dilihat dilampiran halaman 120. Berikut tabel hasil dari uji validitas instrumen yang telah dilakukan:

Tabel 3.4.  
Uji Reliabilitas Instrumen

Cronbach's Alpha	N of Items
,865	50

Berdasarkan hasil tabel 3.3 tersebut terlihat nilai Cronbac's Alpha 0.865 atau 86.5% atau lebih dari 0.60 atau 60% artinya instrumentini reliabel.

## E. Prosedur Penelitian

### 1. Pelaksanaan Penelitian Instrumen Penelitian

Sampel dalam penelitian ini adalah siswa SD kelas V SD Negeri 9 Sukajadi Bandung sebanyak 15 orang dan siswa SD kelas V Sekolah Alam Bandung sebanyak 15 orang.

Dicky Oktora Mudzakir, 2014

*Perbandingan Kebugaran Jasmani Dan Motivasi Belajar Siswa Sekolah Alam Dan Siswa Sekolah Reguler*

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

## 2. Tes Instrumen Penelitian

Alat ukur instrument penelitian meliputi empat alat ukur yaitu Tes Kebugaran Jasmani dan Angket Motivasi Belajar.

## 3. Waktu dan Tempat Tes Penelitian

Pelaksanaan tes instrumen penelitian ini dilaksanakan:

- SD Negeri 9 Sukajadi Bandung
  - Hari dan Tgl/ waktu : Selasa, 25 februari 2014 pukul 08.00 WIB  
s/d Rabu, 26 Februari WIB.
  - Tempat : SD Negeri Sukajadi 9 Bandung.
- Sekolah Alam Bandung (SAB)
  - Hari dan Tgl/ waktu : Senin, 3 Maret 2014 pukul 08.00 WIB  
Selasa, 4 Maret WIB.
  - Tempat : SD Negeri Sukajadi 9 Bandung.

## F. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang diperlukan disini adalah teknik pengumpulan data yang paling tepat, sehingga benar-benar di dapat data valid dan relevan. Teknik yang diterapkan dakam mengumpulkan data dalam penelitian ini dengan cara-cara sebagai berikut:

### a. Pembuatan rancangan penelitian.

Langkah- langkah dalam tahap ini yaitu memilih masalah, pendahuluan, perumusan masalah, perumusan anggapan dasar, pemilihan metode pendekatan, dan menentukan variabel dan sumber data.

### b. Pelaksanaan penelitian

Dalam tahap ini yaitu menentukan dan menyusun instrumen, melakukan tes pengumpulan data, analisis data dan menarik kesimpulan

### c. Pembuatan laporan penelitian

Pada tahap ini peneliti menulis laporan sesuai dengan data yang telah didapatkan selama proses penelitian.



## G. Teknik Analisis Data

Data yang sudah dikumpulkan kemudian dianalisis secara kuantitatif melalui perhitungan statistik. Namun untuk menambah pemahaman maka penelitian ini dilengkapi dengan paparan data secara kualitatif, yaitu data bentuk pemaparan atau uraian deskriptif analisis.

### 1) Pengolahan Data Hasil Penelitian

Untuk menganalisa data yang sudah diperoleh penulis menggunakan *software SPSS Version.20*. rumus sebagai berikut:

- a. Data Kebugaran Jasmani dan Motivasi belajar, yang telah terkumpul diolah dan dianalisis dengan statistik, antara lain dilakukan penghitungan nilai rata-rata, standar deviasi dan pengujian persyaratan normalitas dan homogenitas.

Adapun langkah-langkah penghitungannya normalitas adalah sebagai berikut :

- 1) Masukkan data dalam bentuk tabel ke SPSS dengan susunan vertikal ke bawah didata view. Pada data pengisian *sheet tab Variable View*
  - Pada *cell name* diisi sesuai kasus Pada penelitian ini diisi dengan item tes kebugaran jasmani untuk sekolah alam dan reguler, untuk kolom *measure* pilih *Scale*. kolom yang lainnya dibiarkan saja.
- 2) Pengolahan data dengan SPSS
  - Setelah pengisian *sheet tab* selesai maka pada data view akan tampil kolom dengan item tes yang diisikan sebelumnya. Selanjutnya;
  - Dari menu utama SPSS, pilih menu *Analyze* → *Descriptive statistics* → *explore*
  - Untuk pengisian *Dependent list* yang akan di uji masukan variabel **item tes kebugaran jasmani sekolah alam**, *factor list* masukan item tes kebugaran jasmani sekolah reguler.
  - Untuk pilihan *statistics* tidak perlu diubah, untuk pilihan *Plots* pilih *none* pada *Boxplots. Checklist* pada *Normality Plots With Tests*. Pilih dan klik *power estimation* pada *Spread Vs Level with levene tests*. Lalu tekan *continue*.
- 3) Untuk kolom *Display* pilih dan klik *Both* Kemudian tekan **OK**.

- b. Setelah data normal baru dilanjutkan dengan pengujian homogenitas setelah itu ada inferensi uji parametrik dan untuk membandingkan dua sampel yang berbeda maka Melakukan pengujian hipotesis dengan menggunakan teknik analisis Uji beda (independen simpel t-tes), pada taraf signifikansi  $\alpha = 0,05$  dan jika terdapat interaksi maka dilanjutkan dengan *Kolmogorov-smirnov test*.

Adapun langkah-langkah perhitungannya sebagai berikut:

- 1) Masukan data dalam bentuk tabel ke SPSS dengan susunan vertikal kebawah di data view. Pada data pengisian *sheet tab Variable View*
  - Pada *cell name* diisi sesuai kasus (contoh: motivasi). Pada penelitian ini diisi dengan nama pada *row 1*) motivasi, *row 2*) keterangan dengan 1 untuk sekolah alam dan 2 untuk sekolah reguler. *Value label* diisikan sekolah alam dan sekolah reguler.
- 2) Pengolahan data dengan SPSS
  - Dari menu utama SPSS, pilih menu *Analyze* → *Compare Means* → *Independent Sample T- test*
  - Untuk pengisian *test variable (s)* yang akan di uji masukan variabel **motivasi**, dan pada kolom *Grouping Variable* isikan **Keterangan** dengan *Define Groups* 1 untuk line 1 dan dua untuk line 2. Abaikan kolom lain.
- 3) Kemudian tekan **OK**

c. Analisis dan Deskripsi Data

Dalam analisis dan deskripsi data yang dilakukan adalah menganalisa serta mendeskripsikan angka-angka yang ada dari hasil penghitungan statistik. Untuk penelitian ini peneliti menggunakan uji independen sampelt-tes untuk membandingkan kedua kelompok sekolah tersebut. Selain itu, analisis didasarkan pada hipotesis yang dibuat untuk dapat memaknai nilai dan angka yang dihasilkan dari penghitungan statistik.

Ket:

- A1B1 = Hasil kebugaran jasmani dari siswa sekolah alam
- A2B1 = Hasil kebugaran jasmani dari siswa sekoloah alam
- A1B2 = Hasil motivasi belajar dari siswa sekolah reguler
- A2B2 = Hasil motivasi belajar dari siswa sekolah reguler

Dicky Oktora Mudzakir, 2014

***Perbandingan Kebugaran Jasmani Dan Motivasi Belajar Siswa Sekolah Alam Dan Siswa Sekolah Reguler***

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