

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Lokasi Penelitian

Lokasi penelitian ini dilakukan di SMA Negeri 26 Garut yang beralamat di Jalan Kampung Tegal Panjang RT.01/RW.16, Desa Tegal Panjang Kecamatan Sucinaraja Kabupaten Garut. Peneliti mengambil SMA Negeri 26 Garut sebagai lokasi penelitian karena SMA Negeri 26 Garut salah satu sekolah di Kabupaten Garut yang memiliki banyak kegiatan ekstrakurikuler yang berjalan dengan baik contohnya kegiatan ekstrakurikuler Hoki yang sering mengikuti banyak kejuaraan. Oleh karena itu, penulis memilih SMA Negeri 26 Garut sebagai lokasi penelitian karena dinilai tepat untuk meneliti masalah yang akan diteliti.

B. Desain Penelitian

Desain penelitian sangat dibutuhkan dalam suatu penelitian, hal ini mempunyai tujuan untuk memberikan arah dan jalan terhadap keberhasilan suatu penelitian. Nasution (2004, hlm.40) menyatakan bahwa: “Desain penelitian merupakan dan menganalisis data sesuai dengan tujuan penelitian”. Untuk menentukan suatu desain penelitian biasanya disesuaikan dengan metode yang akan digunakan. Metode yang akan digunakan adalah metode *ex post facto*. Sedangkan desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Infact Group Design*. Adapun bentuk dari desain ini dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Kel. Eksperimen	X	O ₁
Kel. Kontrol		O ₂

Gambar 3.1
Desain Penelitian

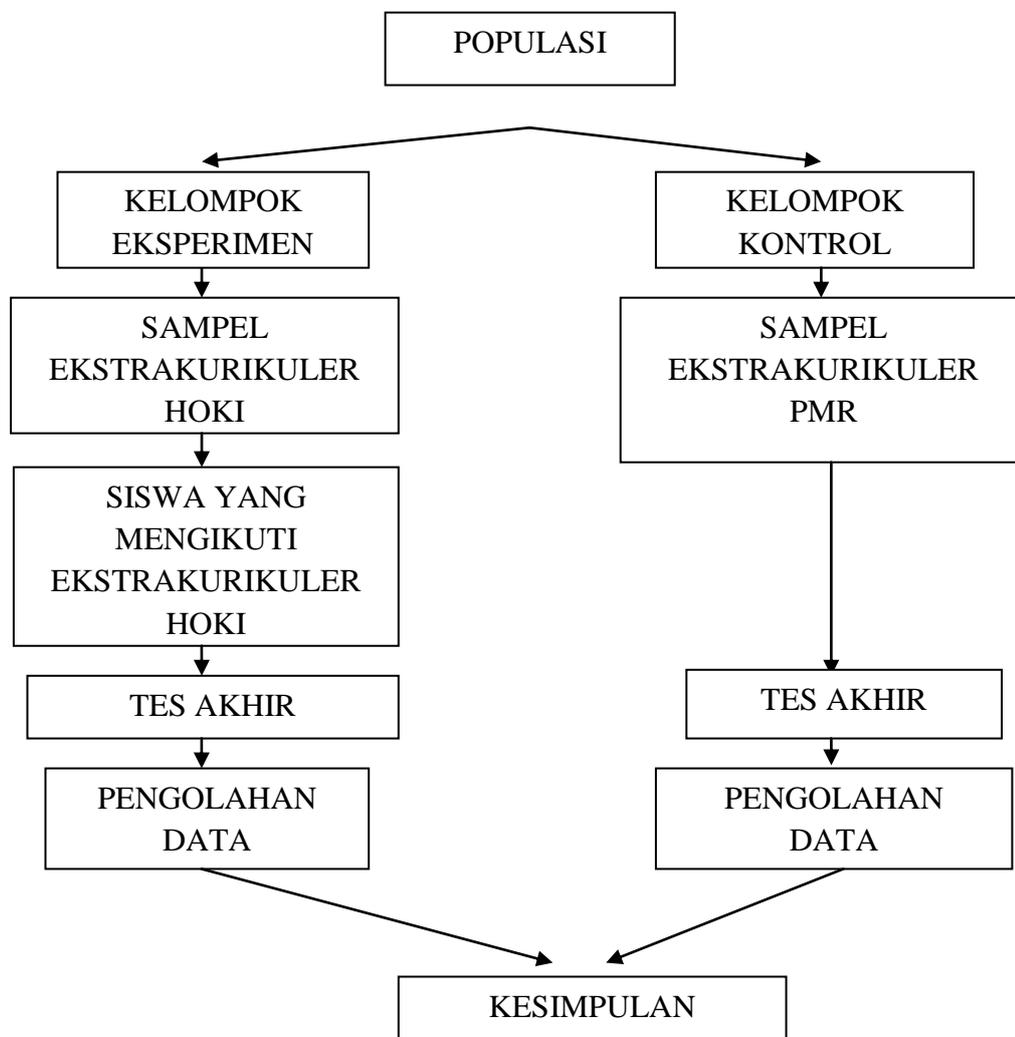
Keterangan:

O₁ : Tes Akhir Kelompok Siswa Ekstrakurikuler Hoki

O₂ : Tes Akhir Kelompok Siswa Ekstrakurikuler PMR

X : Siswa Yang Mengikuti Kegiatan Ekstrakurikuler Hoki

Adapun langkah-langkah proses pengumpulan data pada penelitian yang dilakukan oleh penulis terdapat pada gambar 3.2 dibawah ini



Gambar 3.1

Langkah-langkah Penelitian

C. Populasi dan Sampel

Mengenai populasi, seperti yang ditulis “...Populasi adalah totalitas semua nilai, baik hasil menghitung, maupun pengukuran kuantitatif atau kualitatif data pada karakteristik tertentu mengenai sekumpulan objek yang lengkap dan jelas...” (Sudjana, 2005, hlm. 6).

Dalam suatu penelitian, populasi bisa merupakan kumpulan individu atau objek dengan sifat-sifat umumnya. Sebagian yang diambil dari populasi tersebut sampel penelitian “...Jika kita hanya akan meneliti sebagian dari populasi maka penelitian tersebut penelitian sampel...” (Arikunto, 2002, hlm. 131).

Berdasarkan pendapat para ahli diatas dapat disimpulkan bahwa yang dimaksud populasi adalah keseluruhan subjek dan sumber data yang sudah ditetapkan untuk dipelajari sifat-sifatnya. Adapun populasi dalam penelitian ini adalah siswa SMA Negeri 26 Garut yang mengikuti ekstrakurikuler hoki dan siswa yang mengikuti ekstrakurikuler PMR. Ekstrakurikuler hoki ini sudah berdiri sejak tahun 2009 (6 tahun),

Setelah mengetahui populasi yang akan diteliti, langkah selanjutnya adalah menentukan sampel dari populasi tersebut. Sugiyono (2014, hlm.118) mengatakan bahwa “sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Bila populasi besar, dan penelitian tidak mungkin mempelajari semua yang ada pada populasi.” Dalam proses penelitian ini, penulis mengambil sebagian dari populasi untuk dijadikan sampel. Tentang jumlah sampel penelitian penulis berpedoman kepada pendapat Arikunto (2010, hlm. 159) sebagai berikut

Untuk sekedar ancer-ancer maka apabila subjek kurang dari 100, lebih baik diambil semua sehingga penelitian merupakan penelitian populasi. Selanjutnya jika jumlah subjek besar dapat diambil antara 10-15% atau 20-25% atau lebih. (hlm. 134).

Sejalan dengan pendapat tersebut, maka penarikan sampel yang digunakan adalah *non probability sampling* dengan teknik *sampling purposive* “...non probability sampling adalah teknik tidak memberi peluang atau kesempatan sama bagi setiap unsur atau anggota populasi untuk dipilih menjadi sampel...” (Sugiyono, 2012, hlm. 120). Sedangkan *sampling purposive* adalah “...teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu...” (Sugiyono, 2014, hlm. 120). Sampel yang diteliti adalah seluruh siswa yang mengikuti ekstrakurikuler hoki di SMA Negeri 26 Garut.

Di dalam penelitian ini penulis memilih SMA Negeri 26 Garut sebagai subjek penelitian. Kemudian untuk mengetahui pengaruh pembelajaran permainan hoki terhadap kebugaran jasmani dan kepercayaan diri siswa SMA Negeri 26 Garut, maka sampel akan mengisi angket serta diberikan tes TKJI.

Dengan penjelesan tersebut penulis menetapkan sampel sebanyak 22 (11 orang laki-laki dan 11 orang perempuan) siswa yang mengikuti ekstrakurikuler hoki di SMA Negeri 26 Garut yang telah mengikuti olahraga hoki selama minimal 6 bulan, sedangkan untuk kelompok kontrol berjumlah 22 orang (11 orang laki-laki dan 11 orang perempuan) diambil dari siswa yang mengikuti ekstrakurikuler PMR. Sebagai sampel penelitian adalah siswa putra maupun putri yang mengikuti hoki di SMA 26 Garut.

D. Metode Penelitian

Metode merupakan suatu cara yang digunakan untuk mencapai suatu tujuan, contohnya untuk menguji serangkaian hipotesis dengan menggunakan teknik dan alat-alat tertentu. Metode yang digunakan harus sesuai dengan hal apa yang akan diteliti dari masalah yang ingin dipecahkan atau dicapai dari penelitian tersebut. Seperti diungkapkan Arikunto (2010, hlm.136) bahwa, “Metode penelitian adalah cara yang digunakan oleh peneliti untuk mengumpulkan data penelitiannya”. Jadi dapat dijelaskan bahwa metode sangat diperlukan untuk pengumpulan data penelitian agar tercapai suatu hal yang diinginkan dalam penelitian tersebut. Terdapat beberapa metode yang dapat digunakan untuk memecahkan suatu permasalahan. Dalam penelitian ini penulis menggunakan metode penelitian *ex post facto*. Penelitian metode *ex post facto* ini memiliki tujuan menemukan penyebab yang memungkinkan terjadinya perubahan perilaku, gejala atau fenomena yang disebabkan oleh suatu peristiwa, perilaku atau hal-hal yang menyebabkan perubahan pada variabel bebas yang secara keseluruhan sudah terjadi. Sugiyono (2014, hlm. 7) mengemukakan bahwa penelitian *Ex Post Facto* adalah suatu penelitian yang dilakukan untuk meneliti peristiwa yang telah terjadi dan kemudian melihat kebelakang untuk mengetahui faktor-faktor yang dapat menimbulkan kejadian tersebut.

Selain itu dalam Andriani (Sukardi, 2003, hlm. 174) menjelaskan bahwa, “Penelitian Ex Post Facto merupakan penelitian dimana rangkaian variabel-variabel bebas telah terjadi, ketika peneliti mulai melakukan pengamatan terhadap variabel terikat”.

Selain itu menjelaskan Arikunto (2010, hlm. 161) “Variabel adalah objek penelitian atau apa yang menjadi titik perhatian suatu penelitian”. Sedangkan Arikunto (2010, hlm. 161) menjelaskan bahwa “Variabel penelitian adalah suatu hal yang berbentuk apa saja yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi tentang hal tersebut, kemudian ditarik kesimpulan”.

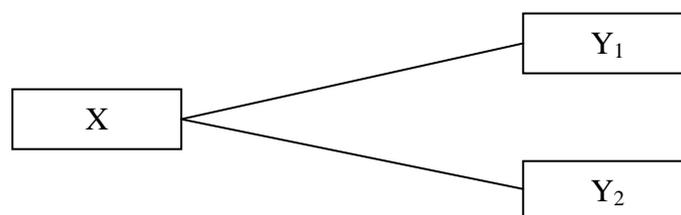
Berdasarkan perumusan masalah dalam penelitian, terdapat variabel-variabel didalamnya yaitu:

1. Variabel bebas (*Independent*)

Menurut Sugiyono (2014, hlm. 61) “Variabel bebas sering disebut sebagai variabel *stimulus*, *prediktor*, *antecedent* merupakan variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variabel terikat (dependen)”. Dalam penelitian ini yang menjadi variabel bebas adalah aktivitas permainan hoki (X)

2. Variabel terikat (*Dependen*)

Menurut Sugiyono (2014, hlm. 61) “Variabel terikat sering disebut sebagai variabel output, kriteria, konsekuen merupakan variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat, karena adanya variabel bebas”. Dalam penelitian ini yang menjadi variabel terikat adalah kebugaran jasmani (Y_1) dan kepercayaan diri (Y_2)



Gambar 3.2

Paradigma Ganda Dengan Dua Variabel Dependen

Sumber: Sugiyono (2014, hlm. 70)

Keterangan:

X : Pembelajaran Permainan Hoki

Y₁ : Kebugaran Jasmani

Y₂ : Kepercayaan Diri

E. Instrumen Penelitian

Penelitian pada prinsipnya adalah melakukan pengukuran terhadap fenomena sosial maupun alam. Dalam pengambilan data variabel penelitian maka diperlukan sebuah instrumen penelitian. Instrumen penelitian merupakan suatu alat yang dinilai akurat untuk mengumpulkan data dan memperoleh data variabel penelitian dan sejumlah populasi dan sampel penelitian yang telah ditentukan. “...instrumen penelitian adalah suatu alat yang digunakan untuk mengukur fenomena alam maupun sosial yang diamati...” (Sugiyono, 2014, hlm. 46). Untuk memperoleh data secara objektif, diperlukan instrumen yang tepat sehingga masalah yang diteliti akan terefleksi dengan baik. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini yaitu menggunakan instrumen kuesioner atau angket dengan menggunakan Skala Likert dan Tes Kebugaran Jasmani.

1. Instrumen untuk Mengukur Kebugaran Jasmani Sisiwa

Pengumpulan data dalam pelaksanaan penelitian ini adalah menggunakan prosedur pelaksanaan tes yang sudah baku yaitu Tes Kebugaran Jasmani Indonesia untuk tingkat SMA atau sederajat usia 16-19 tahun, instrumen ini terdiri dari tes lima item, menurut Nurhasan dan Cholil (2008, hlm. 119) sebagai berikut: a) lari 60 meter, b) baring duduk 60 detik, c) loncat tegak, e) lari 1000 dan 1200 meter. Tes tersebut harus dilaksanakan dalam satu satuan waktu. Tujuan untuk mengukur kemampuan fisik siswa dan menentukan tingkat kesegaran jasmani siswa sekolah menengah atas pertama putra dan putri, serta remaja yang seusia. Tata cara tes pelaksanaan Tes Kebugaran Jasmani Indonesia (TKJI).

a. Rangkaian Tes

- 1) Tes lari cepat 60 meter
- 2) Tes angkat tubuh 60 detik
- 3) Tes baring duduk 60 detik
- 4) Tes loncat tegak (*vertical jump*)
- 5) Tes lari jauh (1000 meter untuk putri; 1200 meter untuk putra)

b. Kegunaan/Fungsi Tes

- 1) Mengukur kemampuan fisik siswa
- 2) Menentukan status kondisi fisik siswa
- 3) Menilai kemampuan fisik siswa, sebagai salah satu tujuan pengajaran penjaskes
- 4) Mengetahui perkembangan kemampuan fisik siswa
- 5) Sebagai bahan untuk memberikan bimbingan dalam meningkatkan kebugaran jasmaninya.

c. Alat dan Fasilitas

- 1) Lintasan lari atau lapangan yang datar tidak licin
- 2) Stop watch
- 3) Palang tunggal
- 4) Papan berskala dengan ukuran 30 x 150 cm dan berwarna gelap
- 5) Serbuk kapur
- 6) Penghapus
- 7) Formulir pencatatan hasil tes dan alat tulis

d. Ketentuan Tes

TKJI merupakan satu rangkaian tes, oleh karena itu semua butir tes harus dilaksanakan secara berurutan, terus menerus dan tidak terputus dengan memperhatikan kecepatan perpindahan butir tes ke butir tes berikutnya dalam tiga menit. Perlu dipahami bahwa butir tes dalam TKJI bersifat baku dan tidak boleh dibolak-balik, dengan urutan pelaksanaan tes sebagai berikut:

- 1) Pertama: lari cepat 60 meter
- 2) Kedua: angkat tubuh (pull up), 60 detik untuk putri, 60 detik untuk putra
- 3) Ketiga: baring duduk (sit up) 60 detik
- 4) Keempat: loncat tegak (vertical jump)
- 5) Kelima: lari jauh 1000 meter untuk putri; 1000 meter untuk putra

e. Tabel Nilai

Hasil setiap butir tes yang telah dicapai oleh siswa-siswa dapat disebut sebagai hasil kasar. Hal ini disebabkan satuan ukuran yang digunakan untuk masing-masing butir tes berbeda, yang meliputi satuan waktu, ulangan gerak, dan ukuran tinggi.

Untuk mendapatkan hasil akhir, maka perlu diganti dalam satuan yang sama yaitu NILAI. Setelah hasil kasar setiap tes diubah menjadi satuan nilai, maka dilanjutkan dengan menjumlahkan nilai-nilai dari kelima butir TKJI. Hasil penjumlahan tersebut digunakan untuk dasar penentuan klasifikasi kesegaran jasmani.

Tabel 3.1
Tabel Nilai TKJI
(Untuk putra usia 16-19 tahun)

Nilai	Lari 60 meter	Gantung angkat tubuh	Baring Duduk	Loncat tegak	Lari 1000 meter	Nilai
5	s.d-7,2"	19-keatas	41-keatas	73- keatas	s.d-3'14"	5
4	7,3"-8,3"	14-18	30-40	60-72	3'15-4'25"	4
3	8,4"-9,6"	9-13	21-29	50-59	4'26"-5'12"	3
2	9,7"-11,0"	5-8	10-20	39-49	5'13"-6'33"	2
1	11,1"-dst	0-4	0-9	38-dst	6'34"-dst	1

Tabel 3.2
Tabel Nilai TKJI
(Untuk putri usia 16-19 tahun)

Nilai	Lari 60 meter	Gantung angkat tubuh	Baring Duduk	Loncat tegak	Lari 1000 meter	Nilai
5	s.d-8,4"	41"-keatas	28-keatas	50- keatas	s.d-3'52"	5
4	8,5"-9,8"	22"-40"	20-28	39-49	3'53-4'56"	4
3	9,9"-11,4"	10"-21"	10-19	31-38	4'57"-5'58"	3
2	11,5"-13,4"	3"-9"	3-9	23-30	5'59"-7'23"	2
1	13,5"-dst	0"-2"	0-2	22-dst	7'24"-dst	1

Tabel 3.3
Norma Tes Kesegaran Jasmani Indonesia

No	Jumlah Nilai	Klasifikasi kesegaran jasmani
1	22 – 25	Baik Sekali (BS)
2	18 – 21	Baik (B)
3	14 – 17	Sedang (S)
4	10 - 13	Kurang (K)
5	5 – 9	Kurang Sekali (KS)

Untuk menentukan tingkat kebugaran jasmani, ikuti langkah-langkah sebagai berikut:

- 1) Jumlahkan nilai kelima butir tes
- 2) Cocokkan hasil penjumlahan nilai tersebut dengan norma tes kebugaran jasmani diatas.

2. Instrumen untuk Mengukur Kepercayaan Diri Siswa

Variabel kepercayaan diri diukur melalui angket atau kuesioner. Kuesioner menurut Sugiyono (2014, hlm. 199) adalah “teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pertanyaan tertulis kepada responden untuk dijawabnya”. Penggunaan angket dalam penelitian ini berdasarkan pertimbangan bahwa dengan menggunakan angket, maka dapat diberikan secara serempak pada seluruh responden, yang tentu akan mempercepat waktu penelitian.

Berdasarkan penjelasan diatas maka dapat disimpulkan bahwa soal atau kuesioner adalah daftar pertanyaan yang sudah disediakan peneliti untuk diisi oleh responden. Responden dalam penelitian ini adalah siswa SMA Negeri 26 Garut. Dalam penyusunan butir-butir pertanyaan kuesioner penulis berpedoman pada penjelasan Sugiyono (2014, hlm. 200):

1. Isi dan tujuan pertanyaan harus disusun dalam skala pengukuran dan jumlah itemnya mencukupi untuk mengukur variabel yang diteliti

2. Bahasa yang digunakan harus disesuaikan dengan kemampuan berbahasa responden
3. Tipe dan bentuk pertanyaan dapat terbuka atau tertutup
4. Pertanyaan tidak mendua sehingga menyulitkan responden untuk memberikan jawaban
5. Tidak menanyakan yang sudah lupa
6. Pertanyaan tidak menggiring ke jawaban yang baik dan jelek saja
7. Panjang pertanyaan
8. Urutan pertanyaan dimulai dari hal yang umum hingga spesifik
9. Prinsip pengukuran, untuk mendapatkan data yang valid dan reliabel
10. Penampilan fisik angket

a) Angket Kepercayaan Diri

Untuk memperoleh data tentang kepercayaan diri siswa untuk maka butir-butir pertanyaan harus dibuat secara ringkas, jelas dan tegas. Untuk itu penulis terlebih dahulu membuat kisi-kisi angket penelitian pada tabel 3.4 sebagai berikut.

Tabel 3.4
Kisi-Kisi Instrumen Kepercayaan Diri Siswa
Di SMA Negeri 26 Garut Kab. Garut

Definisi Konsep	Sub Komponen	Indikator	Nomor Butir Pernyataan	
			No. Butir +	No. Butir -
	1. Keyakinan kemampuan diri	a. Mempunyai tujuan dan kemauan	1, 22, 44	2, 23, 45
		b. Menghargai diri sendiri	24, 45	46, 3, 25
		c. Bersosialisasi	4, 26, 47	48, 5, 27
	2. Optimis	a. Berpikir positif	6, 28	8, 50, 32
		b. Berusaha keras	31, 51	52, 8, 31
	Objektif	a. Mengambil keputusan	11, 32	53, 9, 32
		b. Memberi dan menerima pendapat	10, 33	53, 35
	Bertanggungjawab	a. Mempunyai keberanian	12, 35, 54	55, 13, 36
		b. Mentaati	14, 37, 56	57, 15, 38

Mira Sandrawaty , 2016

PENGARUH PEMBELAJARAN PERMAINAN HOKI TERHADAP KEBUGARAN JASMANI DAN KEPERCAYAAN DIRI SISWA DI SMA NEGERI 26 GARUT

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

		aturan		
		c. Konsekuen terhadap tugas	16, 39	59, 17, 40

Definisi Konsep	Sub Komponen	Indikator	Nomor Butir Pernyataan	
			No. Butir +	No. Butir -
	Rasional dan realistis	a. Mengendalikan diri	18, 59	19, 60, 41
		b. Menganalisis menggunakan akal sehat	20, 61	21, 43, 62

Dari tabel diatas, kisi-kisi mengenai instrumen kontribusi olahraga hoki terhadap kepercayaan diri siswa di SMA Negeri 26 Garut tampak komponen, sub komponen, dan indikator untuk membuat butir pernyataan. Setiap butir pernyataan telah memiliki alternatif jawaban yang diberikan bobot skor dengan menggunakan skala Likert. Skala Likert menurut Sugiyono (2014, hlm. 134):

Skala Likert digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial. Dalam penelitian, fenomena sosial ini telah ditetapkan secara spesifik oleh peneliti, yang selanjutnya disebut sebagai variabel penelitian. Dengan skala Likert, maka variabel yang akan diukur dijabarkan menjadi indikator variabel. Kemudian indikator tersebut dijadikan sebagai sebagai titik tolak untuk menyusun item-item instrumen yang dapat berupa pernyataan atau pertanyaan.

Berdasarkan uraian tentang alternatif jawaban dalam angket, penulis menetapkan kategori pemberian skor sebagai berikut: Kategori untuk setiap butir pertanyaan positif yaitu, Sangat Setuju = 5, Setuju = 4, Ragu-ragu = 3, Tidak Setuju = 2, Sangat Tidak Setuju =1. Kategori untuk pertanyaan negatif yaitu, Sangat Setuju = 1, Setuju = 2, Ragu-ragu = 3, Tidak Setuju =4, Sangat Tidak Setuju = 5. Kategori tersebut ada dalam tabel berikut.

Tabel 3.5
Kriteria Pemberian Skor

No	Alternatif Jawaban	Skor Alternatif Jawaban	
		Positif	Negatif
1	Sangat Setuju (SS)	5	1
2	Setuju (S)	4	2
3	Ragu-ragu (R)	3	3
4	Tidak Setuju (TS)	2	4
5	Sangat Tidak Setuju (STS)	1	5

Perlu penulis jelaskan bahwa dalam menyusun pernyataan-pernyataan agar responden dapat menjawab salah satu alternatif jawaban tersebut, maka pernyataan-pernyataan itu disusun dengan berpedoman pada penjelasan Surakhmad (dalam Andriani, 2013, hlm. 36) sebagai berikut:

1. Rumuskan setiap pernyataan se jelas-jelasnya dan ringkas-ringkasnya
2. Mengajukan pernyataan-pernyataan yang memang dapat dijawab oleh responden, pernyataan mana yang tidak menimbulkan kesan negatif
3. Sifat pernyataan harus netral dan obyektif
4. Mengajukan hanya pernyataan yang jawabannya tidak dapat diperoleh dari sumber lain
5. Keseluruhan pernyataan dalam angket harus sanggup mengumpulkan kebulatan jawaban untuk masalah yang kita hadapi

Dari uraian tersebut, maka dalam menyusun pernyataan dalam angket ini harus bersifat jelas, ringkas dan tegas. Pernyataan-pernyataan angket penelitian ini dapat dilihat pada lampiran.

A. Uji Coba Angket

Angket yang telah disusun harus diuji cobakan untuk mengukur tingkat validitas dan reliabilitas dari setiap butir pertanyaan-pernyataan. Dari uji coba angket akan diperoleh sebuah angket yang memenuhi syarat dan dapat digunakan sebagai pengumpul data dalam penelitian ini.

Uji coba angket ini dilaksanakan terhadap siswa SMA Negeri 11 Garut yang mengikuti ekstrakurikuler hoki dan siswa yang tidak mengikuti ekstrakurikuler olahraga pada tanggal 8 November 2015. Angket tersebut diberikan kepada para

sampel penelitian sebanyak 30 orang. Sebelum para sampel mengisi angket tersebut, penulis memberikan penjelasan mengenai cara-cara pengisiannya.

Adapun Langkah-langkah pelaksanaan uji coba angket ini adalah sebagai berikut:

1. Pembuatan kisi-kisi angket.
2. Penyusunan butir-butir soal angket.
3. Pengurusan perizinan untuk penelitian.
4. Penyebaran angket.
5. Pengumpulan angket.
6. Penskoran untuk uji validitas dan reliabilitas angket.

Langkah-langkah dalam mengolah data untuk menentukan validitas instrumen tersebut adalah:

1. Mengumpulkan data tentang kerjasama melalui angket kepada sampel.
2. Menghitung skor dari setiap jawaban dan butir-butir soal dengan menggunakan program statistik.
3. Menganalisis seberapa besar presentase tingkat kerjasama.

Setelah semua data terkumpul, langkah selanjutnya adalah menganalisis data-data tersebut agar dapat ditarik kesimpulan. Analisis ini dilakukan dengan menggunakan uji *Bivariate Pearson* (Korelasi Produk Momen Pearson) dengan cara mengkorelasikan masing-masing variabel dengan skor total variabel. Skor total variabel dalam penjumlahan dari keseluruhan variabel. Variabel-variabel yang berkorelasi signifikan dengan skor total variabel menunjukkan variabel tersebut mampu memberikan dukungan dalam mengungkapkan yang ingin diungkapkan.

Pengujian menggunakan taraf signifikansi 0,05. Kriteria pengujian adalah sebagai berikut: jika $r_{hitung} \geq r_{tabel}$, maka instrumen atau variabel pertanyaan berkorelasi signifikan terhadap skor total variabel (dinyatakan valid). Jika $r_{hitung} < r_{tabel}$, maka instrumen atau variabel pertanyaan berkorelasi signifikan terhadap skor total variabel (dinyatakan tidak valid).

Uji instrumen awal dari indikator kepercayaan diri yang dilakukan pada 30 responden yaitu siswa SMA Negeri 11 Garut yang mengikuti ekstrakurikuler hoki dan yang tidak mengikuti ekstrakurikuler hoki. Dipilih SMA Negeri 11 Garut

karena dianggap memiliki karakteristik yang sama dengan sampel yang akan digunakan dalam penelitian.

Tabel 3.6
Hasil Uji Validitas Kepercayaan Diri

Indikator	Korelasi Pearson Product (r_{hitung})	Angka Kritis (r_{tabel})	Keterangan
P1	0,558	0,374	Valid
P2	0,688	0,374	Valid
P3	0,05	0,374	Tidak Valid
P4	0,747	0,374	Valid
P5	0,746	0,374	Valid
P6	0,588	0,374	Valid
P7	0,472	0,374	Valid
P8	0,699	0,374	Valid
P9	0,362	0,374	Tidak Valid
P10	0,655	0,374	Valid
P11	0,143	0,374	Tidak Valid
P12	0,746	0,374	Valid
P13	0,633	0,374	Valid
P14	0,692	0,374	Valid
P15	0,664	0,374	Valid
P16	0,667	0,374	Valid
P17	0,508	0,374	Valid
P18	0,641	0,374	Valid
P19	0,613	0,374	Valid
P20	0,665	0,374	Valid
P21	0,515	0,374	Valid
P22	0,575	0,374	Valid
P23	0,423	0,374	Valid
P24	0,592	0,374	Valid
P25	0,438	0,374	Valid
P26	0,657	0,374	Valid
P27	0,617	0,374	Valid
P28	0,534	0,374	Valid
P29	0,732	0,374	Valid
P30	0,491	0,374	Valid
P31	0,745	0,374	Valid
P32	0,635	0,374	Valid
P33	0,619	0,374	Valid
P34	0,85	0,374	Valid
P35	0,31	0,374	Tidak Valid
P36	0,688	0,374	Valid
P37	0,644	0,374	Valid
P38	0,411	0,374	Valid

P39	0,600	0,374	Valid
P40	0,798	0,374	Valid
P41	0,765	0,374	Valid
P42	0,734	0,374	Valid
P43	0,502	0,374	Valid
P44	0,465	0,374	Valid
P45	0,059	0,374	Tidak Valid
P46	0,043	0,374	Tidak Valid
P47	0,735	0,374	Valid
P48	0,478	0,374	Valid
P49	0,484	0,374	Valid
P50	0,797	0,374	Valid
P51	0,457	0,374	Valid
P52	0,697	0,374	Valid
P53	0,555	0,374	Valid
P54	0,674	0,374	Valid
P55	0,175	0,374	Tidak Valid
P56	0,765	0,374	Valid
P57	0,64	0,374	Valid
P58	0,424	0,374	Valid
P59	0,372	0,374	Tidak Valid
P60	0,653	0,374	Valid
P61	0,259	0,374	Tidak Valid
P62	0,514	0,374	Valid
P63	0,516	0,374	Valid
P64	0,664	0,374	Valid
P65	0,428	0,374	Valid
P66	0,76	0,374	Valid
P67	0,325	0,374	Tidak Valid
P68	0,464	0,374	Valid
P69	0,466	0,374	Valid
P70	0,759	0,374	Valid
P71	0,558	0,374	Valid
P72	0,62	0,374	Valid

Tabel 3.7
Hasil Uji Reliabilitas Angket Kepercayaan Diri

NO. SAMPEL	SKOR GANJIL (X)	SKOR GENAP (Y)	X ²	Y ²	X.Y
1	180	146	32400	21316	26280
2	139	109	19321	11881	15151
3	130	108	16900	11664	14040
4	132	90	17424	8100	11880

Mira Sandrawaty , 2016

PENGARUH PEMBELAJARAN PERMAINAN HOKI TERHADAP KEBUGARAN JASMANI DAN KEPERCAYAAN DIRI SISWA DI SMA NEGERI 26 GARUT

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

5	137	132	18769	17424	18084
6	141	129	19881	16641	18189
7	107	95	11449	9025	10165
8	120	95	14400	9025	11400
9	172	138	29584	19044	23736
10	152	147	23104	21609	22344
11	159	138	25281	19044	21942
12	153	135	23409	18225	20655
13	127	102	16129	10404	12954
14	141	138	19881	19044	19458
15	141	108	19881	11664	15228
16	144	129	20736	16641	18576
17	148	144	21904	20736	21312
18	152	145	23104	21025	22040
19	154	150	23716	22500	23100
20	162	153	26244	23409	24786
21	154	147	23716	21609	22638
22	151	149	22801	22201	22499
23	152	148	23104	21904	22496
24	154	154	23716	23716	23716
25	147	142	21609	20164	20874
26	148	148	21904	21904	21904
27	147	147	21609	21609	21609
28	148	146	21904	21316	21608
29	144	150	20736	22500	21600
30	150	152	22500	23104	22800
JUMLAH	4368	4014	647116	548448	593064

Pengolahan data yang dilakukan adalah sebagai berikut:

$$r_{xy} = \frac{n(\sum XY) - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{\{n\sum X^2 - (\sum X)^2\}\{n\sum Y^2 - (\sum Y)^2\}}}$$

Mira Sandrawaty , 2016

PENGARUH PEMBELAJARAN PERMAINAN HOKI TERHADAP KEBUGARAN JASMANI DAN KEPERCAYAAN DIRI SISWA DI SMA NEGERI 26 GARUT

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

$$= \frac{30(593064) - (4368)(4014)}{\sqrt{\{30(647116) - (4368)^2\} \{30(548448) - (4014)^2\}}}$$

$$= 0,768$$

Mencari reliabilitas koefisien seluruh perangkat item tes dengan menggunakan rumus *Spearman Brown*.

$$r_{ii} = \frac{2(r_{xy})}{1 + r_{xy}}$$

Keterangan:

r_{ii} : Reliabilitas instrumen

r_{xy} : Koefisien korelasi

$$r_{ii} = \frac{2(r_{xy})}{1 + r_{xy}}$$

$$= \frac{2(0,768)}{1 + 0,768}$$

$$= 0,868$$

Dari hasil penghitungan diperoleh $r_{hitung} = 0,868$ sedangkan r_{tabel} dengan $n = 30$ adalah $0,374$. Ternyata nilai $t_{hitung} (0,868) \geq t_{tabel} (0,374)$. Dengan demikian instrumen penelitian memiliki tingkat reliabilitas yang signifikan.

Jadi berdasarkan tabel-tabel di atas tersebut menunjukkan bahwa butir angket yang berjumlah 72 soal ternyata terdapat 10 butir soal yang tidak valid sehingga tidak digunakan. Selebihnya yaitu 62 butir soal dijadikan sebagai alat pengumpulan data.

F. Teknik Pengumpulan Data

Langkah-langkah dalam pengolahan dan analisis data adalah sebagai berikut:

- a. Menyeleksi data. Setelah angket terkumpul dari para sampel sebagai sumber data, maka harus diseleksi untuk memeriksa keabsahan pengisian angket. Mungkin saja terdapat sebagian butir pernyataan dalam angket yang tidak diisi oleh responden.

- b. Memberikan nilai pada tiap-tiap butir pernyataan dalam angket dengan ketentuan sebagai berikut:
 - a. Untuk pernyataan positif: SS = 5, S = 4, R = 3, TS = 2 dan STS = 1
 - b. Untuk pernyataan negatif: SS = 1, S = 2, R = 3, TS = 4 dan STS = 5
 - c. Mengelompokkan setiap butir pernyataan.
 - d. Menjumlahkan nilai seluruh pernyataan untuk tiap butir pernyataan.
 - e. Menganalisis data, yaitu untuk memperoleh kesimpulan yang dapat dipercaya.
- c. Uji Validitas dan Reliabilitas Angket

Dalam memperoleh kesahihan dan keterandalan dari suatu soal, maka penulis terlebih dahulu melakukan uji validitas dan reliabilitas sebuah instrumen, uji validitas instrumen yang digunakan adalah uji internal butir soal instrumen dengan mengkorelasikan antara skor tiap butir soal yang didapat dengan skor responden. Sedangkan dalam menguji reliabilitas angket penulis menggunakan teknik belah dua dengan rumus *product moment* dan *spearman brown*.

1) Uji Validitas Instrumen

Ketepatan alat ukur dalam mengukur suatu konsep yang diukur ini merupakan faktor yang sangat penting maka dengan ini uji instrumen sangat diperlukan. Berknaan dengan validitas instrumen “...validitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat-tingkat kevalidan atau kesahihan suatu instrumen...” (Arikunto, 2010, hlm. 211). Kemudian dalam menentukan validitas angket penulis berpedoman pada Sugiono (2003, hlm. 97) sebagai berikut:

- 1) Mengumpulkan data dan memberikan skor pada tiap butir pernyataan sesuai dengan jawaban responden, 2) menghitung skor total masing-masing item. Kemudian mencari mean, 3) mencari simpangan baku (s) setiap butir pernyataan, 4) mencari variansi (S²) untuk tiap butir pernyataan, 5) mencari nilai r untuk tiap butir pernyataan, 6) membandingkan nilai r hitung yang telah dicari dengan r tabel dalam taraf N=24

Untuk menentukan valid atau tidaknya butir angket, maka penulis membandingkan nilai hasil korelasi t-hitung dengan t-tabel, jika t-hitung lebih besar dari t-tabel maka pernyataan tersebut dinyatakan valid dan dapat digunakan sebagai alat pengumpul data. Dan jika t-hitung lebih kecil dari t-tabel maka angket tersebut tidak valid dan tidak dapat digunakan untuk mengumpulkan data. Uji validitas dilakukan bertujuan untuk mengetahui apakah instrumen tersebut sudah dapat mengukur aspek yang diukur, dan butir-butir pernyataan yang disusun sudah mewakili aspek-aspek yang akan diukur atau belum. Adapun langkah-langkah yang dilakukan untuk mengetahui validitas instrumen adalah sebagai berikut:

- a) Data yang diperoleh dari hasil uji coba dikumpulkan, dipisahkan antara skor tertinggi dan terendah.
- b) Menentukan 50% responden yang memperoleh skor tinggi dan 50% yang memperoleh skor rendah.
- c) Kelompok yang terdiri dari responden yang memperoleh skor tinggi disebut kelompok atas. Sedangkan kelompok yang terdiri dari responden yang memperoleh skor rendah disebut kelompok bawah.
- d) Mencari nilai rata-rata (\bar{x}) setiap butir pernyataan kelompok atas dan nilai rata-rata (\bar{x}) setiap butir kelompok bawah dengan rumus:

$$\bar{x} = \frac{\sum X_i}{n}$$

Keterangan:

\bar{x} : Nilai rata-rata yang dicari

X_i : Jumlah skor

n : Jumlah responden

- e) Mencari simpangan baku (S) setiap butir pernyataan kelompok atas dan kelompok bawah dengan rumus sebagai berikut:

$$S = \sqrt{\frac{\sum (X - X_1)^2}{n-1}}$$

Keterangan:

S : Simpangan baku yang dicari

$\sum (X - X_1)^2$: Jumlah hasil penguadratan nilai skor dikurangi rata-rata

$n - 1$: Jumlah sampel dikurangi 1

- f) Mencari variasi gabungan (S^2) untuk setiap butir pernyataan kelompok atas dan kelompok bawah dengan rumus sebagai berikut:

$$S^{gab} = \frac{(n_1-1)S_1^2 + (n_2-1)S_2^2}{n_1+n_2-2}$$

Keterangan

S^{gab} : Variansi gabungan

S_1 : Simpangan baku kelompok satu

S_2 : Simpangan baku kelompok dua

n : Jumlah sampel

- g) Mencari t-hitung untuk setiap butir pernyataan dengan rumus sebagai berikut:

$$t = \frac{\bar{x}_1 - \bar{x}_2}{s^{gab} \sqrt{\frac{1}{n_1} + \frac{1}{n_2}}}$$

Keterangan:

t : Nilai t yang dicari

\bar{x} : Rata-rata suatu kelompok

S^{gab} : Simpangan baku gabungan

n : Jumlah sampel

- h) Selanjutnya membandingkan t-hitung dengan t-tabel dalam taraf nyata 0,05 atau dengan tingkat kepercayaan 95%. Nilai t-tabel menunjukkan harga 0,70.

2) Uji Reliabilitas Instrumen

Untuk mengetahui tingkat reliabilitas instrumen penulis melakukan tahapan sebagai berikut:

- a) Membagi butir pernyataan menjadi dua bagian yaitu pernyataan yang bernomor genap dan bernomor ganjil.

- b) Skor dari butir pernyataan yang bernomor genap dikelompokkan menjadi variabel X dan skor dari butir-butir pernyataan yang bernomor ganjil dijadikan variabel Y.
- c) Mengkorelasikan antara skor butir-butir pernyataan yang bernomor genap dengan butir-butir pernyataan yang bernomor ganjil dengan menggunakan rumus korelasi *person product moment* sebagai berikut:

$$r_{xy} = \frac{n \sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{(n(\sum X^2) - (\sum x)^2)(n(\sum y^2) - (\sum Y)^2)}}$$

Keterangan:

- r_{xy} : Koefisien korelasi yang dicari
 $\sum XY$: Jumlah perkalian skor x dan skor y
 $\sum x$: Jumlah skor x
 $\sum y$: Jumlah skor y
 n : Jumlah sampel

- d) Mencari reliabilitas seluruh perangkat butir dengan menggunakan rumus Spearman Brown dengan rumus sebagai berikut:

$$r_{ii} = \frac{2 \cdot r_{xy}}{1 + r_{xy}}$$

Keterangan:

- r_{ii} : Koefisien yang dicari
 $2 \cdot r$: Dua kali koefisien korelasi
 $1 + r$: Satu tambah koefisien korelasi

- e) Menguji signifikansi korelasi, yaitu dengan rumus yang dikembangkan oleh Sudjana (2001) sebagai berikut:

$$t = \frac{r\sqrt{n-2}}{\sqrt{1-r^2}}$$

Keterangan:

- t : Nilai t-hitung yang dicari
 r : Koefisien seluruh tes
 n-2 : Jumlah soal atau pernyataan dikurangi dua

Selanjutnya, hasil penghitungan teknik korelasi person *product moment* dimasukkan ke dalam rumus *Spearman Brown*, kemudian untuk menentukan nilai t_{hitung} , nilai r seluruh item tes yang dihasilkan dimasukkan ke dalam rumus yang dikembangkan oleh Sudjana.

G. Analisis Data

Menurut Sugiyono (2014, hlm. 147) “Analisis data merupakan kegiatan setelah data dari seluruh responden atau sumber data lain terkumpul”. Adapun kegiatan dalam analisis data adalah: mengelompokkan data berdasarkan variabel dari seluruh responden, menyajikan data dari tiap variabel yang diteliti, melakukan perhitungan untuk menjawab rumusan masalah, dan melakukan perhitungan untuk menguji hipotesis yang telah diajukan.

Berdasarkan pada penjelasan di atas maka pengolahan dan analisis data yang digunakan yaitu sebagai berikut:

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji kesamaan rata-rata dengan uji t . Langkah-langkah pengolahan data tersebut adalah sebagai berikut:

1. Mencari nilai rata-rata (\bar{x}) dari setiap kelompok

$$\bar{x} = \frac{\sum x_i}{n}$$

Keterangan:

\bar{x} : rata-rata suatu kelompok

n : jumlah sampel

x_i : nilai data

$\sum x_i$: jumlah sampel suatu kelompok

2. Mencari Simpangan Baku

Standard deviation (simpangan baku) adalah suatu nilai yang menunjukkan tingkat (derajat) variasi kelompok atau ukuran standar penyimpangan reratanya.

$$S = \frac{\sqrt{\sum (x - \bar{x})^2}}{\sqrt{n-1}}$$

Keterangan:

- S : simpangan baku yang dicari
 n : jumlah sampel
 $\sum(x_i - \bar{x})^2$: jumlah kuadrat nilai data dikurangi rata-rata

3. Uji Normalitas

Uji normalitas ini bertujuan mengetahui apakah data dari hasil pengukuran normal atau tidak. Uji normalitas yang digunakan penulis dalam penelitian ini adalah uji normalitas Liliefors, Nurhasan (2002, hlm. 105) caranya sebagai berikut:

- a. Pengamatan $X_1, X_2, X_3, \dots, X_n$ jika dijadikan angka baku $Z_1, Z_2, Z_3, \dots, Z_n$ dengan menggunakan rumus:

$$Z = \frac{X - \bar{X}}{S}$$

- b. Untuk tiap angka baku digunakan daftar distribusi normal baku, kemudian dihitung peluang.
 c. Untuk bilangan baku digunakan daftar distribusi normal baku, kemudian dihitung $F(Z) = P(Z \leq Z_1)$
 d. Selanjutnya dihitung proporsi Z_1, Z_2, \dots, Z_n yang lebih kecil atau sama dengan Z_1 . Jika proporsi dinyatakan oleh $S(Z_1)$, maka:

$$S(Z_i) = \frac{\text{banyaknya } Z_1, Z_2, \dots, Z_n \text{ yang } \leq Z_i}{N}$$

 e. Menghitung selisih $F(Z_1) - S(Z_1)$ kemudian tentukan harga mutlak nya
 f. Ambil harga yang paling besar diantara harga-harga mutlak selisih tersebut (L_0)
 g. Untuk menolak atau menerima hipotesis nol, maka kita bandingkan L_0 ini dengan kritis L yang diambil dari nilai kritis L untuk uji Liliefors, dengan taraf nyata 0.05

4. Menguji Homogenitas

Menghitung prosentase gambaran alternatif jawaban dengan menggunakan rumus:

$$F = \frac{S_1^2}{S_2^2}$$

Keterangan:

S_1^2 = Varians dari kelompok lebih besar

S_2^2 = Varians dari kelompok kecil

Kriteria pengujian homogenitas adalah terima hipotesis jika F_{hitung} lebih kecil dari F_{tabel} distribusi dengan derajat kebebasan = $(V_1.V_2)$ dengan $\alpha = 0,05$

5. Pengujian Signifikan

Uji signifikan pada hipotesis ini menggunakan uji kesamaan rata-rata dengan dua pihak atau uji t dua arah dengan dengan rumus:

$$t = \frac{x_1 - x_2}{S \sqrt{\frac{1}{x_1} + \frac{1}{x_2}}}$$

Melihat perolehan hasil dari t_{hitung} , dengan menggunakan derajat kebebasan $(dk) = n-2$; dan taraf signifikansi $(\alpha) = 0,05$. Apabila $t_{hitung} > t_{tabel}$ maka H_0 ditolak, dan begitu pula sebaliknya.