

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Metode Penelitian

Penelitian merupakan suatu metode ilmiah yang digunakan dalam menemukan sebuah pengetahuan. Pada dasarnya penelitian deskriptif merupakan penelitian yang berupaya memberikan deskripsi yang tepat mengenai status atau karakteristik sebuah keadaan atau fenomena tertentu (Johnson & Christensen, 2012, hlm. 366). Proses menentukan metode penelitian mempunyai kedudukan yang sangat penting dalam pelaksanaan pengumpulan dan analisis data. Adapun metode menurut Johnson & Cristensen & Johnson (2012, hlm. 90) adalah *“The section in a research report that tells the reader about the research design and the method of data collection”*. Metode merupakan bagian dimana peneliti mengemukakan desain penelitian dan cara yang digunakan dalam pengambilan data dalam sebuah penelitian.

Metode penelitian yang digunakan adalah metode penelitian deskriptif korelasional dengan teknik survei melalui kuesioner. Singarumbun & Effendi (1995, hlm. 3) mengungkapkan bahwa “Metode penelitian survei merupakan penelitian yang mengambil sampel dari suatu populasi dan menggunakan kuesioner sebagai alat pengumpul data yang pokok”. Penelitian survei digambarkan sebagai suatu proses untuk mentransformasikan lima komponen informasi ilmiah dengan menggunakan enam kontrol metodologis. Adapun komponen-komponen dan metodologi dalam metode survei menurut Singarumbun & Effendi (1995, hlm. 3) adalah :

(1) teori, (2) hipotesa, (3) observasi, (4) generalisasi empiris, (5) penerimaan atau penolakan hipotesa. Kontrol metodologisnya adalah (1) deduksi logika, (2) interpretasi, penyusunan instrumen, penyusunan skala dan penentuan sampel, (3) pengukuran penyederhanaan data, dan perkiraan parameter, (4) pengujian hipotesa, inferensi logika, dan (5) formulasi konsep, formulasi proposisi dan penataan proposisi.

Oleh sebab itu, dapat disimpulkan bahwa tujuan utama dari penelitian survei adalah untuk memperoleh penjelasan komprehensif tentang fenomena tertentu, termasuk keterkaitan antar berbagai variabelnya (Ali, 2011, hlm. 180).

B. Populasi dan Sampel Penelitian

1. Populasi

Nazir (2011, hlm. 271) mengungkapkan bahwa “Populasi adalah kumpulan dari individu dengan kualitas serta ciri-ciri yang telah ditetapkan oleh peneliti”. Artinya bahwa populasi mencakup orang beserta karakteristik atau sifat yang dimilikinya. Menurut Nazir (2011, hlm. 271) “Sampel adalah bagian dari populasi”. Adanya sampel bertujuan untuk meringankan peneliti dalam pengambilan data sehingga untuk populasi besar, peneliti tidak perlu mengambil keseluruhan dari populasi yang ada. Namun cukup dengan mengambil beberapa sampel yang memiliki karakteristik yang sama. Untuk itu sampel yang diambil harus mewakili populasi.

Sesuai dengan konsep populasi tersebut, populasi dalam penelitian ini adalah Sekolah Menengah Atas (SMA) kelas XI di Kota Bandung pada masa remaja tengah atau antara usia 15-18 tahun. Pada usia remaja, terjadi berbagai perubahan dan perkembangan baik secara fisik maupun psikis. Perkembangan para remaja meliputi perkembangan fisik, kognitif, emosi, sosial, moral, dan kepribadian (Dahlan, 2007). Banyaknya perubahan yang terjadi mengindikasikan bahwa usia remaja menjadi usia yang sangat penting dalam pembentukan diri secara menyeluruh. Siswa/i SMA kelas XI merupakan usia yang tergolong pada usia remaja tengah yaitu 15 – 18 tahun, pada satuan ini siswa berada pada usia antara 16, 17 dan 18 sehingga dapat mewakili rentang usia pada masa remaja ini.

Sampel dalam penelitian ini adalah siswa/i SMA di kota Bandung sebanyak 241 siswa yang tersebar dari empat sekolah Negeri di Kota Bandung yaitu: SMAN 4, SMAN 6, SMAN 12, dan SMAN 15. Kriteria inklusif untuk subjek dalam penelitian ini adalah 1) terdaftar sebagai siswa/i SMA kelas XI di kota Bandung, 2) berusia 15 – 18 tahun, 3) memiliki kondisi fisik normal, 4) bersedia mengisi form pengisian angket dalam penelitian.

2. Teknik Sampling

Dalam penelitian ini teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah teknik penyampelan acak (*random sampling techniques*) jenis penyampelan acak kluster atau *cluster random sampling*. Menurut Johnson & Cristensen (2012) mengemukakan bahwa

Cluster sampling is a form of sampling in which clusters (a collective type of unit that includes multiple elements, such as schools, churches, classrooms, universities, household, and city blocks) rather than single-unit elements (such as individual students, teachers, counselors, and administrators) are randomly selected (hlm. 228).

Artinya *Cluster sampling* adalah bentuk sampling yang di kluster daripada elemen unit-tunggal yang dipilih secara acak. Karena obyek yang akan diteliti atau sumber data relatif luas (Kota Bandung) dan merupakan tipe unit kolektif yang melibatkan elemen sekolah dan kelas serta elemen unit tunggal siswa (remaja) yang dipilih dan ditentukan secara acak, maka teknik kluster ini dilakukan melalui dua tahapan, yaitu tahap penentuan sekolah (unit kolektif) dan tahap penentuan individu kelas atau unit tunggal atau disebut *two stage cluster sampling*. Menurut Johnson & Cristensen (2012, hlm. 229) “*Two stage cluster sampling is a set of clusters is randomly selected, and then a random sample of elements is drawn from each of the clusters selected in stage one*”.

Penentuan ukuran sampel tidak secara langsung bergantung pada besarnya ukuran populasi (Ali, 2011, hlm. 93). Besarnya ukuran populasi hanya dijadikan dasar dalam membuat perkiraan peluang yang ditoleransi. Penggunaan bilangan besar dianjurkan guna memberikan peluang pada kaidah randomisasi untuk bekerja (Kerlinger, 2002, hlm. 204). Adapun Fraenkel dan Wallen (1993) mengemukakan bahwa tidak ada ukuran yang pasti berapa jumlah sampel yang representatif itu. Direkomendasikan jumlah minimum sampel dalam penelitian yakni, 30 sampai 500 subjek, apabila ada pengkategorian maka minimal 30 subjek setiap kategori, dan jika penelitian ini menggunakan analisis dengan multivariate (korelasi atau regresi berganda) maka jumlah sampel minimal 10 kali dari jumlah variabel yang diteliti yakni 4 (independen + dependen) $\times 10 = 50$ subjek (Roscoe dalam Sugiyono, 2009, hlm. 74). Sesuai dengan pendapat tersebut jumlah sampel dalam penelitian ini diestimasikan sebanyak 241 orang.

Diky Hadyansah, 2017

KONTRIBUSI DUKUNGAN SOSIAL, PROGRAM PENDIDIKAN JASMANI, DAN EFIKASI DIRI TERHADAP AKTIVITAS JASMANI REMAJA

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

C. Instrumen Penelitian

Setiap penelitian tentu menggunakan instrumen yang berfungsi untuk mengumpulkan data atau sering disebut dengan alat pengumpul data. Dalam penelitian deskriptif ada beberapa macam instrument yang sering digunakan untuk mengumpulkan data seperti angket, observasi, test, dan wawancara. Dalam penelitian ini penulis menggunakan angket (kuesioner) sebagai instrument pengumpulan data.

Instrumen penelitian ini digunakan untuk mengukur nilai variabel yang diteliti. Instrument yang digunakan dalam penelitian ini terdiri empat instrument yaitu: pengukuran dukungan sosial, program pendidikan jasmani, efikasi diri, dan aktivitas jasmani.

1. Instrumen Dukungan Sosial

Untuk memperoleh data tentang dukungan sosial digunakan kuesioner berupa skala berstruktur. Jenis kuesioner yang dipakai adalah kuesioner dengan pertanyaan berstruktur atau pertanyaan tertutup. Nazir (2011, hlm. 207) mengemukakan bahwa “Pertanyaan berstruktur adalah pertanyaan yang dibuat sedemikian rupa, sehingga responden dibatasi dalam memberi jawaban kepada beberapa alternative saja ataupun kepada satu jawaban saja”. Skala ini disusun untuk mengukur tingkat dukungan yang diberikan orang tua, teman dan guru/pelatih terhadap perilaku aktivitas jasmani remaja. Instrumen dukungan sosial yang digunakan dalam penelitian ini memodifikasi dari instrumen yang telah dikembangkan oleh Cohen, Mermelstein, Kamarck, & Hoberman (1985) dengan terbagi kedalam empat dimensi utama yaitu (1) *appraisal support*, (2) *belonging*, (3) *tangible*, dan (4) *self-esteem*. Keempat dimensi tersebut selanjutnya dirumuskan kedalam indikator yang dirumuskan oleh peneliti sesuai dengan kepentingan variabel yang diteliti, hal ini merujuk pada pendapat yang dikemukakan oleh Azwar (2012) bahwa :

Perumusan indikator keprilakuan banyak tergantung kepada kreativitas dan intuisi perancang skala. Selama rumusan indikator keprilakuan dinilai relevan dan logis untuk menggambarkan secara kongkret aspek keprilakuannya, maka indikator tersebut dapat diterima (hlm. 29).

Diky Hadyansah, 2017

KONTRIBUSI DUKUNGAN SOSIAL, PROGRAM PENDIDIKAN JASMANI, DAN EFIKASI DIRI TERHADAP AKTIVITAS JASMANI REMAJA

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

a) Definisi Konseptual

Dukungan sosial merupakan bantuan secara *instrumental* dan *expressive* yang diberikan oleh sebuah komunitas, jaringan sosial, dan mitra kepercayaan (Lin, Dean, & Ensel, 1986, hlm.18). Dukungan sosial adalah dukungan yang diberikan orang tua, teman, dan guru/pelatih olahraga dalam melakukan aktivitas jasmani berupa dukungan *instrumental* dan dukungan *expressive*, diukur berdasarkan item-item dari dimensi dukungan dalam bentuk *appraisal support*, *belonging support*, *tangible support*, dan *self-esteem support*. Menurut Sarason & Sarason (1985) definisi keempat dimensi tersebut adalah :

The tangible subscale is intended to measure perceived availability of material aid; The appraisal subscale, the perceived availability of someone to talk to about one's problems; the self-esteem subscale, the perceived availability of a positive comparison when comparing one's self with others; and the belonging subscale, the perceived availability of people one can do things with (hlm. 76).

Definisi di atas mengandung arti bahwa *tangible support* dimaksudkan untuk mengukur ketersediaan bantuan materi yang dirasakan. *Appraisal Support* dimaksudkan ketersediaan seseorang untuk diajak bicara tentang suatu masalah. *Self Esteem support* dimaksudkan ketersediaan perbandingan positif ketika membandingkan diri sendiri dengan orang lain. *Belonging support* dimaksudkan ketersediaan seseorang yang bisa diajak melakukan sesuatu bersama. Selbihnya dijelaskan lebih lanjut bahwa *Tangible Support* adalah dukungan yang dirasakan remaja berupa pemberian perlengkapan olahraga dan fasilitas transportasi. *Appraisal support* adalah dukungan yang dirasakan remaja berupa saran mengenai cara berolahraga dan diskusi terkait kegiatan olahraga yang diikuti; *Self-esteem support* atau dukungan harga diri adalah dukungan yang dirasakan remaja berupa perbandingan diri dengan orang lain dan penghargaan terhadap hasil yang dicapai. *Belonging support* adalah dukungan yang dirasakan remaja berupa melakukan olahraga bersama dan mengatasi masalah bersama.

b) Definisi Operasional

Berdasarkan penjelasan definisi konseptual diatas, secara operasional dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial merupakan dukungan atau bantuan secara *instrumental* dan *expressive* yang diberikan oleh sebuah komunitas, jaringan sosial, dan mitra kepercayaan seperti orang tua, teman, dan guru/pelatih olahraga khususnya dalam melakukan aktivitas jasmani yang diukur dengan menggunakan skala dukungan sosial berdasarkan empat dimensi utama yaitu dukungan *appraisal support*, *belonging support*, *tangible support*, dan *self-esteem support*. Semakin tinggi skor yang diperoleh dalam pengukuran dukungan sosial maka semakin tinggi pula peranan dukungan sosial yang diterima dalam melakukan aktivitas jasmani.

c) Kisi-kisi instrumen

Setelah tersusunya definisi konseptual dan operasional, langkah selanjutnya pada penyusunan instrumen dukungan sosial adalah mengembangkan kisi-kisi instrumen, seperti telah dijelaskan pada pembahasan sebelumnya Cohen, dkk (1985) membagi dimensi dukungan sosial menjadi empat dimensi, kemudian dituangkan dalam indikator-indikator untuk memudahkan dalam pembuatan butir-butir soal untuk mengukur tingkat dukungan sosial yang diterima dalam melakukan aktivitas jasmani seperti terlihat dalam Tabel 3.1.

Tabel 3.1.
Kisi-kisi Instrumen Dukungan Sosial

Variabel	Dimensi	Indikator	No Butir		Jumlah	
			+	-		
Dukungan Sosial	<i>Appraisal Support</i>	1. Mendapat saran	10	7,12	3	
		2. Melakukan diskusi	21,18	19	3	
	<i>Belonging Support</i>	1. Melakukan olahraga bersama	25,33,29	-	3	
		2. Mengatasi masalah bersama	37,41	40	3	
	<i>Tangible Support</i>	1. Perlengkapan olahraga	50,54,57	-	3	
		2. Fasilitas transportasi	62,	63,71	3	
	<i>Self-esteem</i>	1. Perbandingan dengan orang lain	-	79,75,84	3	
		2. Penghargaan diri	86,89	87	3	
	Total			13	11	24

Diky Hadyansah, 2017

KONTRIBUSI DUKUNGAN SOSIAL, PROGRAM PENDIDIKAN JASMANI, DAN EFIKASI DIRI TERHADAP AKTIVITAS JASMANI REMAJA

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

d) Kriteria pemberian skor pertanyaan atau pernyataan

Alternatif jawaban yang digunakan dan skala penilaiannya adalah Sangat tidak sesuai, Tidak sesuai, Ragu-ragu, Sesuai, dan Sangat sesuai. Kategori untuk setiap butir pernyataan positif, yaitu Sangat tidak sesuai = 1 Tidak sesuai = 2, Ragu-ragu = 3. Sesuai = 4, dan Sangat sesuai = 5. Sedangkan untuk setiap butir negatif adalah Sangat tidak sesuai = 5 Tidak sesuai = 4, Ragu-ragu = 3. Sesuai = 2, dan Sangat sesuai = 1 seperti terlihat dalam tabel 3.2.

Tabel. 3.2.
Skala Alternatif Jawaban

Alternatif Jawaban	Skor Pernyataan	
	Positif	Negatif
Sangat tidak sesuai (STS)	1	5
Tidak sesuai (TS)	2	4
Ragu-ragu (E)	3	3
Sesuai (S)	4	2
Sangat sesuai (SS)	5	1

2. Instrumen Program Pendidikan Jasmani

Untuk memperoleh data tentang keberhasilan program pendidikan jasmani disekolah digunakan kuesioner berupa skala dengan pertanyaan berstruktur. Skala ini disusun untuk mengukur tingkat ketercapaian program pendidikan jasmani disekolah. Sama halnya dengan penyusunan instrumen dukungan sosial, pada instrumen yang digunakan untuk mengukur program pendidikan jasmani merupakan hasil modifikasi dari instrumen yang telah dikembangkan oleh *Council on Physical Education for Children (COPEC, 1992)*, terdiri atas sub komponen yang tertuang dalam *DAPE Rating Scale (Developmentally Appropriate Physical Education Practice dor Children)* yaitu dimensi materi, tujuan, proses, sarana dan prasarana; dan evaluasi.

a) Definisi Konseptual

Program pendidikan jasmani adalah salah satu bentuk program struktural untuk mempromosikan aktivitas jasmani dan kesehatan melalui kegiatan intrakurikuler atau ekstrakurikuler oleh guru pendidikan jasmani yang diukur melalui dimensi materi, tujuan, proses, sarana dan prasarana; dan evaluasi.

Diky Hadyansah, 2017

KONTRIBUSI DUKUNGAN SOSIAL, PROGRAM PENDIDIKAN JASMANI, DAN EFIKASI DIRI TERHADAP AKTIVITAS JASMANI REMAJA

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

b) Definisi Operasional

Dimensi materi berkenaan dengan keterampilan yang akan diajarkan kepada siswa yang disesuaikan dengan tingkat perkembangan dan karakteristik. Dimensi tujuan berkenaan dengan hasil yang ingin dicapai dari proses pembelajaran pendidikan jasmani yaitu adanya perkembangan kognitif, afektif, dan psikomotor. Dimensi proses berkenaan dengan keterlibatan siswa dan variasi jenis latihan yang diberikan selama proses pembelajaran berlangsung. Dimensi sarana dan prasarana berkenaan dengan kelengkapan, kebaruan, dan modifikasi peralatan. Dimensi evaluasi adalah suatu proses menentukan hasil yang telah dicapai oleh siswa dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani, memiliki dua penekanan yaitu penilaian berdasarkan proses belajar dan hasil belajar.

c) Kisi-kisi instrumen

Skala Program Pendidikan Jasmani yang dikembangkan oleh *Council on Physical Education for Children* (COPEC, 1992), terdiri atas sub komponen yang tertuang dalam *DAPE Rating Scale (Developmentally Appropriate Physical Education Practice for Children)* yaitu dimensi materi, tujuan, proses, sarana dan prasarana; dan evaluasi. Berikut tabel kisi-kisi instrumen program pendidikan jasmani seperti terlihat dalam Tabel 3.3.

Tabel 3.3.
Kisi-kisi Instrumen Program Pendidikan Jasmani

Variabel	Dimensi	Indikator	No Butir		Jumlah
			+	-	
Program Pendidikan Jasmani	Materi	1. Relevansi dengan karakteristik siswa	1,25	13	3
		2. Relevansi dengan kemampuan siswa	2,26	38	3
	Tujuan	1. Mengembangkan kemampuan kognitif	3,27	39	3
		2. Mengembangkan kemampuan afektif	4,28	40	3
		3. Mengembangkan kebugaran jasmani	5,29	41	3
	Proses	1. Melibatkan seluruh siswa	6,30	42	3
		2. Menggunakan latihan	31	19,43	3

Diky Hadyansah, 2017

KONTRIBUSI DUKUNGAN SOSIAL, PROGRAM PENDIDIKAN JASMANI, DAN EFIKASI DIRI TERHADAP AKTIVITAS JASMANI REMAJA

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

Variabel	Dimensi	Indikator yang bervariasi	No Butir		Jumlah
			+	-	
	Sarana & prasarana	1. Kelengkapan	32	20,44	3
		2. Kebaruan	9	21,45	3
		3. Modifikasi	10	22,46	3
	Evaluasi	1. Menilai proses belajar	35	23,47	3
		2. Menilai hasil belajar	12,3	48	3
Total			19	17	36

d) Kriteria pemberian skor pertanyaan atau pernyataan

Adapun alternatif jawaban yang digunakan dan skala penilaiannya adalah Sangat tidak sesuai, Tidak sesuai, Ragu-ragu, Sesuai, dan Sangat sesuai. Kategori untuk setiap butir pernyataan positif, yaitu Sangat tidak sesuai = 1 Tidak sesuai = 2, Ragu-ragu = 3. Sesuai = 4, dan Sangat sesuai = 5. Sedangkan untuk setiap butir negatif adalah Sangat tidak sesuai = 5 Tidak sesuai = 4, Ragu-ragu = 3. Sesuai = 2, dan Sangat sesuai = 1.

3. Instrumen Efikasi Diri

Untuk memperoleh data tentang efikasi diri digunakan kuesioner berupa skala dengan pertanyaan berstruktur. Skala ini disusun untuk mengukur tingkat efikasi diri atau keyakinan diri mengenai suatu kemampuan yang dimilikinya dalam menghadapi situasi yang beragam atau keadaan yang sulit diramalkan dan penuh dengan tekanan. Penyusunan skala ini memodifikasi pada skala efikasi diri latihan (*self efficacy for exercise scale*) yang dikembangkan oleh Roger, Wilson, Hall, Fraser, & Murray (2008), terdiri atas dimensi *task efficacy*, *coping efficacy*, dan *scheduling efficacy*.

a) Definisi Konseptual

Efikasi diri merupakan kemampuan seseorang dalam merasakan, memikirkan, memotivasi, dan berperilaku. Menurut Bandura (1997, hlm. 3) bahwa “*Perceived self-efficacy refers to beliefs in one’s capabilities to organize and execute the courses of action required to produce given attainments*”. Efikasi diri mengacu pada persepsi tentang keyakinan kemampuan individu untuk

mengorganisasi dan mengimplementasi tindakan untuk menampilkan kecakapan tertentu diukur berdasarkan item-item dari dimensi *task efficacy*, *coping efficacy*, dan *scheduling efficacy*. Menurut Roger, Wilson, Hall, Fraser, & Murray (hlm. 3, 2008) definisi ketiga dimensi tersebut adalah :

The three types of SE examined were: (a) task—an individual’s confidence in performing elemental aspects of exercise; (b) coping—confidence in exercising under challenging circumstances; and (c) scheduling—confidence in exercising regularly in spite of other time demands.

Definisi di atas mengandung arti bahwa *task efficacy* adalah keyakinan individu dalam melakukan aspek dasar latihan; *coping efficacy* adalah keyakinan berolahraga dalam keadaan yang menantang; dan *scheduling efficacy* adalah keyakinan berolahraga secara teratur meskipun ada tuntutan waktu lainnya. Selanjutnya dijelaskan lebih lanjut bahwa *task efficacy* adalah keyakinan individu dalam menahan resistance training atau ketahanan dalam menguasai teknik olahraga dan ketahanan dalam menyelesaikan instruksi latihan; *coping efficacy* adalah keyakinan untuk menanggulangi hambatan cuaca, jarak, perlengkapan latihan, transportasi dan menanggulangi hambatan perasaan malas dan sakit; dan *scheduling efficacy* adalah keyakinan untuk berolahraga secara teratur dan kepemilikan jadwal olahraga.

b) Definisi Operasional

Berdasarkan penjelasan definisi diatas, secara operasional dapat disimpulkan bahwa efikasi diri adalah keyakinan seseorang terhadap kemampuan yang dimiliki dalam menghadapi situasi sulit dan penuh tekanan yang diukur menggunakan skala efikasi diri berdasarkan ketiga dimensi utama yaitu *task efficacy*, *coping efficacy*, dan *scheduling efficacy*. Semakin tinggi skor yang diperoleh dalam pengukuran efikasi diri maka semakin tinggi pula peranan efikasi diri yang dimiliki dalam melakukan aktivitas jasmani.

c) Kisi-kisi instrumen

Skala efikasi diri latihan (*self efficacy for exercise scale*) yang dikembangkan oleh Rodgers, Wilson, Hall, Fraser, & Murray (2008) terdiri atas

dimensi *task efficacy*, *coping efficacy*, dan *scheduling efficacy* seperti terlihat dalam Tabel 3.4.

Tabel 3.4.
Kisi-kisi Instrumen Efikasi Diri

Var	Dimensi	Indikator	No Butir		Jumlah
			+	-	
Efikasi Diri	<i>Task efficacy</i>	1. Ketahanan dalam menguasai teknik olahraga	1,7,13,19	25,31	6
		2. Ketahanan dalam menyelesaikan instruksi latihan	2,8,14	26,32,44	6
	<i>Coping efficacy</i>	1. Mengatasi hambatan rasa sakit dan malas	3,9,15	27,33,45	6
		2. Mengatasi hambatan cuaca, jarak, perlengkapan dan fasilitas transportasi	4,10,16	28,34,46	6
	<i>Scheduling efficacy</i>	1. Keyakinan berolahraga teratur	5,11,17	29,35,47	6
		2. Kepemilikan jadwal olahraga	6,12,18	30,36,48	6
Total			19	17	36

c) Kriteria pemberian skor pertanyaan atau pernyataan

Adapun alternatif jawaban yang digunakan dan skala penilaiannya adalah Sangat tidak sesuai, Tidak sesuai, Ragu-ragu, Sesuai, dan Sangat sesuai. Kategori untuk setiap butir pernyataan positif, yaitu Sangat tidak sesuai = 1 Tidak sesuai = 2, Ragu-ragu = 3. Sesuai = 4, dan Sangat sesuai = 5. Sedangkan untuk setiap butir negatif adalah Sangat tidak sesuai = 5 Tidak sesuai = 4, Ragu-ragu = 3. Sesuai = 2, dan Sangat sesuai = 1

4. Instrumen Aktivitas Jasmani

Untuk memperoleh data tentang aktivitas jasmani digunakan kuesioner berupa angket dengan pertanyaan berstruktur. Angket ini disusun untuk mengukur tingkat aktivitas jasmani yang dilakukan remaja setiap hari. Instrumen yang

Diky Hadyansah, 2017

KONTRIBUSI DUKUNGAN SOSIAL, PROGRAM PENDIDIKAN JASMANI, DAN EFIKASI DIRI TERHADAP AKTIVITAS JASMANI REMAJA

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

digunakan dalam pengukuran aktivitas jasmani merujuk dan mengadaptasi pada instrumen *Physical Activity Questionnaire for Adolescents* (PAQA) yang dikembangkan oleh Kowalski, Crocker, & Donen (1997), dengan definisi konseptual dan operasionalnya sebagai berikut :

a) Definisi Konseptual

Aktivitas jasmani didefinisikan “*as any bodily movement produced by skeletal muscles that results in energy expenditure*”. Aktivitas jasmani merupakan setiap pergerakan tubuh yang dihasilkan oleh aktivitas otot rangka yang mengakibatkan pengeluaran sejumlah energi.

b) Definisi Operasional

Aktivitas jasmani adalah aktivitas yang melibatkan gerakan tubuh baik yang dilakukan dalam waktu luang, kegiatan proses pembelajaran pendidikan jasmani, makan siang, kegiatan setelah pulang sekolah, sore hari, dan akhir pekan. Semakin tinggi skor yang diperoleh dalam pengukuran aktivitas jasmani maka semakin tinggi pula tingkat aktivitas jasmani yang dimiliki.

c) Kisi-kisi instrumen

Skala aktivitas jasmani merujuk pada instrumen *Physical Activity Questionnaire for Adolescents* (PAQA) seperti terlihat dalam Tabel 3.5.

Tabel 3.5.
Kisi-kisi Instrumen Aktivitas Jasmani

No	Jenis Kegiatan	No. Item
1	<i>Spare time activity</i>	1
2	<i>Physical Education</i>	2
3	<i>Lunch</i>	3
4	<i>Right after school</i>	4
5	<i>Evening</i>	5
6	<i>Weekend</i>	6
7	<i>Describes you best</i>	7 & 8
TOTAL		8

d) Kriteria pemberian skor pertanyaan atau pernyataan

Setiap skor pertanyaan angket ini tersusun dari 1 sampai 5. Adapun rinciannya sebagai berikut.

- 1) Butir 1 (*Spare time activity*). Penilaian diberikan terhadap tiga jenis kegiatan olahraga berdasarkan intensitas yang dilakukan selama satu minggu terakhir dengan skor 1 – 5.
- 2) Butir 2 – 7 (*PE, Lunch, Rigrht after school, Evening, Weekend, Describes you best*). Jawaban disusun dari kegiatan yang berintensitas rendah sampai dengan aktivitas berintensitas tinggi dengan skor 1 – 5.
- 3) Butir 8. Pemberian nilai pada setiap hari selama seminggu dilihat dari intensitas kegiatan fisik yang dilakukan dengan skor 1 – 5.

5. Uji Coba dan Revisi Instrumen

Uji coba instrumen ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui apakah instrumen itu dapat dipahami atau tidak oleh responden serta untuk mengetahui validitas dan reliabilitas instrumen. Dalam uji coba angket ini, peneliti menggunakan siswa/i SMAN 8 sebanyak 100 orang. Kemudian dilakukan revisi serta pengambilan data penelitian kembali pada sekolah berbeda.

D. Validitas dan Reliabilitas Instrumen

Untuk memperoleh keshshihan dan keterandalan dari setiap butir soal harus diadakan uji validitas dan uji reliabilitas instrumen. Menurut Azwar (2012, hlm. 45) menyatakan bahwa “tipe validitas pada umumnya digolongkan dalam tiga kategori, yaitu *content validity*, (validitas isi), *construct validity* (validitas konstruk), dan *criterion-related validity* (validitas berdasarkan kriteria)”. Dalam penelitian ini, validasi isi yang dipakai adalah *expert judgment* dengan koefisien validitas isi Aiken’s V; validitas konstruk dengan uji *Exploratory factor analysis* (EFA). Setelah kedua validitas dilakukan, langkah berikutnya adalah menguji reliabilitas menggunakan metode *Cronbach Alpha* yaitu model *internal consistency score* berdasarkan korelasi purata antara butir-butir (*items*) yang ekuivalen (Uyanto, 2009, hlm. 273).

1. Validitas dan Reliabilitas Instrumen Dukungan Sosial

Uji validitas yang digunakan peneliti adalah analisis faktor. “Analisis faktor merupakan sebuah prosedur yang dipergunakan untuk mereduksi data atau

Diky Hadyansah, 2017

KONTRIBUSI DUKUNGAN SOSIAL, PROGRAM PENDIDIKAN JASMANI, DAN EFIKASI DIRI TERHADAP AKTIVITAS JASMANI REMAJA

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

meringkas, dari variabel yang banyak menjadi sedikit variabel” (Supranto, 2004, hlm. 114). Salah satu tujuan dari analisis faktor adalah mereduksi banyak variabel dengan cara pengelompokan variabel. Di dalam analisis faktor, variabel-variabel dikelompokkan berdasarkan korelasinya. Variabel yang berkorelasi tinggi akan berada dalam kelompok tertentu membentuk suatu faktor. Analisis faktor dikerjakan untuk memperoleh sejumlah kecil faktor yang mempunyai sifat mampu menerangkan keragaman, terdapatnya kebebasan faktor, dan tiap faktor dapat dijelaskan dengan jelas. Teknik analisis yang dipakai adalah *Exploratory factor analysis* (EFA) adalah suatu teknik analisis faktor yang secara apriori telah diketahui atau ditentukan terlebih dahulu variabel-variabel mana saja yang berhubungan dengan faktor-faktor mana saja. Tujuan utama analisis ini adalah mengidentifikasi faktor yang mendasari suatu konstruk atau untuk mengkonfirmasi secara statistik model yang telah dibangun peneliti.

Langkah awal dalam analisis faktor adalah pengujian validitas menggunakan hasil perhitungan *Keiser-Meyer Olkin (KMO) Measure of Sampling Adequacy* atau analisis mengukur kecukupan sampling dan *the Bartlett's test of sphericity* bertujuan untuk menguji apakah variabel-variabel yang dilibatkan sudah berkorelasi atau belum. Selanjutnya adalah menghitung *anti-image matrices*. Angka-angka pada matrik ini menyatakan korelasi parsial antar variabel, yaitu korelasi yang tidak dipengaruhi oleh variabel lain terlihat pada *common variance*. Nilai *anti-image* yang rendah merupakan pertimbangan untuk membuang variabel tersebut pada tahap analisis selanjutnya. Nilai *anti-image* berkisar antara 0 sampai dengan 1. Kemudian langkah berikutnya adalah penentuan banyaknya faktor menggunakan penentuan apriori atau peneliti sudah menentukan banyaknya faktor dan hasil *eigenvalue* atau kemampuan setiap faktor untuk mewakili variabel-variabel yang dianalisis. Langkah terakhir adalah dengan melihat *factor loading* atau nilai korelasi antara setiap faktor dan variabel-variabel analisis pada *rotated component matrix*. Berikut data hasil perhitungan KMO dan Bartlett's Test dukungan sosial pada Tabel 3.6.

Table 3.6.
Data hasil Perhitungan KMO dan Bartlett's Test Angket Dukungan Sosial

KMO and Bartlett's Test

Diky Hadyansah, 2017

KONTRIBUSI DUKUNGAN SOSIAL, PROGRAM PENDIDIKAN JASMANI, DAN EFIKASI DIRI TERHADAP AKTIVITAS JASMANI REMAJA

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

Kaiser-Meyer-Olkin Measure of Sampling Adequacy.		.513
Approx. Chi-Square		5635.562
Bartlett's Test of Sphericity	Df	3081
	Sig.	.000

Berdasarkan hasil perhitungan Uji validitas menggunakan perhitungan *Keiser-Meyer Olkin (KMO)* sebagaimana Tabel 3.6. di atas, menunjukkan bahwa nilai *KMO* $0.513 > 0,05$ pada nilai signifikansi 5%. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa sampel dalam uji coba ini sudah memadai untuk dilakukan analisis lebih lanjut atau 51,3% variansi dapat dijelaskan oleh faktor tersebut.

Adapun untuk hasil *anti-image* dan *eigenvalue* untuk variabel dukungan sosial di atas 0,05 untuk *anti-image* dan di atas 1 untuk nilai *eigenvalue*. Adapun ringkasan nilai *factor loading* berdasarkan indikator setiap dimensi adalah seperti terlihat dalam Tabel 3.7.

Table 3.7.

Ringkasan Hasil Rotasi matrik Angket Dukungan Sosial

Variabel	Dimensi	Indikator	No Item	Komponen	Factor Loading	Aitem jadi	No. Soal
Dukungan Sosial	<i>Appraisal Support</i>	Mendapat saran	1	1	0.596		
			2	1	0.630		
			7	1	0.672	7	1
			8	4	0.17		
			9	2	0.482		
			10	2	0.5	10	9
			3	1	0.448		
			4	1	0.281		
			5	2	0.48		
			6	2	0.349		
			11	2	0.286		
			12	4	0.508	12	17
		Melakukan diskusi	13	1	0.585		
			14	1	0.675		
			19	1	0.684	19	2
20	1		0.634				
21	2		0.594	21	10		
22	4	0.213					
15	2	0.422					

Diky Hadyansah, 2017

KONTRIBUSI DUKUNGAN SOSIAL, PROGRAM PENDIDIKAN JASMANI, DAN EFIKASI DIRI TERHADAP AKTIVITAS JASMANI REMAJA

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

Variabel	Dimensi	Indikator	No Item	Komponen	Factor Loading	Aitem jadi	No. Soal
Dukungan Sosial			16	2	0.469		
			17	2	0.41		
			18	2	0.646	18	18
			23	4	385		
			24				
	<i>Belonging Support</i>	Melakukan olahraga bersama	25	1	0.663	25	3
			26	1	0.611		
			31	1	0.541		
			32				
			33	2	0.706	33	11
			34	2	0.692		
			27	2	0.651		
			28	2	0.651		
			29	2	0.445	29	19
			30				
		35	2	0.327			
		36	4	0.427			
		Mengatasi masalah bersama	37	1	0.601	37	4
			38	1	0.533		
			43	1	0.502		
44	1		0.518				
45	2		0.485				
46	2		0.415				
39	2		0.587				
40	2		0.59	40	12		
41	2	0.427	41	20			
42							
47	2	0.417					
48	2	0.314					
Dukungan Sosial	<i>Tangible Support</i>	Perlengkapan olahraga	49	1	0.515		
			50	1	0.595	50	5
			55				
			56	3	0.53		
			57	3	0.593	57	13
			58	3	0.474		
			51	3	0.449		
			52				
			53	3	0.596		
			54	3	0.628	54	21
			59	3	0.475		

Diky Hadyansah, 2017

KONTRIBUSI DUKUNGAN SOSIAL, PROGRAM PENDIDIKAN JASMANI, DAN EFIKASI DIRI TERHADAP AKTIVITAS JASMANI REMAJA

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

Variabel	Dimensi	Indikator	No Item	Komponen	Factor Loading	Aitem jadi	No. Soal
		Fasilitas transportasi	60				
			61	1	0.294		
			62	3	0.373	62	6
			67				
			68	4	0.127		
			69				
			70				
			63	3	0.315	63	14
			64				
			65				
			66				
			71	4	0.486	71	22
	72	4	0.452				
	73						
	74	1	0.426				
	79	4	0.495	79	7		
	80	4	0.45				
	81	3	0.261				
	82	3	0.366				
	75	3	0.598	75	15		
	76	3	0.594				
	77	2	0.357				
	78	3	0.351				
	83	3	0.355				
84	3	0.447	84	23			
Self-esteem Support	Perbandingan dengan orang lain	Penghargaan diri	85	1	0.302		
			86	4	0.561	86	8
			91				
			92				
			93				
			94				
			87	3	0.601	87	16
			88				
			89	2	0.426	89	24
			90	4	0.347		
			95				
			96				

Berdasarkan hasil output pada Tabel 3,7., peneliti mengambil beberapa item dukungan sosial untuk dijadikan item penelitian berdasarkan nilai factor loading yang diperoleh setiap item. Kriteria pengambilan item berdasarkan nilai

Diky Hadyansah, 2017

KONTRIBUSI DUKUNGAN SOSIAL, PROGRAM PENDIDIKAN JASMANI, DAN EFIKASI DIRI TERHADAP AKTIVITAS JASMANI REMAJA

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

factor loading tertinggi disetiap indikator atau bernilai di atas 0,5. Meskipun demikian, beberapa item berada dibawah 0.5 dan tetap diambil untuk analisis berikutnya. Hal itu demi adanya keterwakilan disetiap indikatornya atau disebut *surrogate variables*. Berikut Tabel 3.8. mengenai hasil uji reliabilitas dukungan sosial.

Tabel 3.8.
Hasil Uji Reliabilitas angket Dukungan Sosial

Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
0.926	0.927	96

Hasil uji reliabilitas pada Tabel 3.8. menunjukkan nilai Cronbach's Alpha sebesar 0.926. Karena nilai di atas 0,6, maka dapat disimpulkan bahwa alat ukur dalam penelitian ini reliabel.

2. Validitas dan Reliabilitas Instrumen Efikasi Diri

Langkah awal dalam analisis faktor adalah pengujian validitas menggunakan hasil perhitungan *Keiser-Meyer Olkin (KMO) Measure of Sampling Adequacy* dan *the Bartlett's test of sphericity*. Selanjutnya adalah menghitung *anti-image matrices*. Kemudian langkah berikutnya adalah penentuan banyaknya faktor menggunakan penentuan apriori atau peneliti sudah menentukan banyaknya faktor dan hasil *eigenvalue*. Langkah terakhir adalah dengan melihat *factor loading*. Berikut data hasil perhitungan KMO dan Bartlett,s Test efikasi diri pada Tabel 3.9.

Table 3.9.
Data hasil Perhitungan KMO dan Bartlett's Test Angket Efikasi Diri

KMO and Bartlett's Test		
Kaiser-Meyer-Olkin Measure of Sampling Adequacy.		.853
Approx. Chi-Square		3108.577
Bartlett's Test of Sphericity	Df	1128
	Sig.	.000

Berdasarkan hasil perhitungan Uji validitas menggunakan perhitungan *Keiser-Meyer Olkin (KMO)* sebagaimana Tabel 3.9., menunjukkan bahwa nilai *KMO* $0.853 > 0,05$ pada nilai signifikansi 5%. Oleh karena itu, dapat disimpulkan

Diky Hadyansah, 2017

KONTRIBUSI DUKUNGAN SOSIAL, PROGRAM PENDIDIKAN JASMANI, DAN EFIKASI DIRI TERHADAP AKTIVITAS JASMANI REMAJA

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

bahwa sampel dalam uji coba ini sudah memadai untuk dilakukan analisis lebih lanjut atau 85,3% variansi dapat dijelaskan oleh faktor tersebut. Adapun untuk hasil *anti-image* dan *eigenvalue* untuk variabel efikasi diri di atas 0,05 untuk *anti-image* dan di atas 1 untuk nilai *eigenvalue*. Adapun ringkasan nilai *factor loading* berdasarkan indikator setiap dimensi adalah seperti terlihat dalam Tabel 3.10.

Table 3.10.
Ringkasan Hasil Rotasi matrik Angket Efikasi Diri

Variabel	Dimensi	Indikator	No Item	Komponen	Factor Loading	Aitem jadi	No.
<i>Self Efficacy</i>	<i>Task Efficacy</i>	1	1	1	.689	1	1
			7	1	.730	7	7
			13	1	.692	13	13
			19	1	.627	19	19
			25	2	.634	25	25
			31	2	.490	31	31
			37	2	.166		
		43	2	.181			
		2	1	.592	2	2	
		8	1	.720	8	8	
		14	1	.606	14	14	
		20	1	.440			
		26	2	.716	26	20	
		32	2	.605	32	26	
	38	2	.477				
	44	2	.484	44	32		
	3	1	.490	3	3		
	9	1	.729	9	9		
	15	1	.594	15	15		
	21	3	.371				
	27	2	.632	27	21		
	33	2	.562	33	27		
	39	2	.554				
	45	2	.644	45	33		
	4	1	.722	4	4		
	10	1	.660	10	10		
	16	1	.571	16	16		
	22	1	.551				
28	2	.556	28	22			
34	2	.589	34	28			
40	2	.530					

Diky Hadyansah, 2017

KONTRIBUSI DUKUNGAN SOSIAL, PROGRAM PENDIDIKAN JASMANI, DAN EFIKASI DIRI TERHADAP AKTIVITAS JASMANI REMAJA

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

Variabel	Dimensi	Indikator	No Item	Komponen	Factor Loading	Aitem jadi	No.
	Schedule Efficacy	1	46	2	.599	46	34
			5	1	.720	5	5
			11	1	.710	11	11
			17	1	.602	17	17
			23	1	.556		
			29	2	.573	29	23
			35	2	.655	35	29
			41	2	.522		
		47	2	.567	47	35	
		2	6	1	.705	6	6
			12	1	.674	12	12
			18	1	.785	18	18
			24	1	.601		
			30	1	.504	30	24
			36	3	.547	36	30
			42	1	.378		
			48	2	.600	48	36

Berdasarkan hasil output pada Tabel 3,10., peneliti mengambil beberapa item efikasi diri untuk dijadikan item penelitian berdasarkan nilai factor loading yang diperoleh setiap item. Kriteria pengambilan item berdasarkan nilai factor loading tertinggi disetiap indikator atau bernilai di atas 0,5. Meskipun demikian, beberapa item berada dibawah 0.5 dan tetap diambil untuk analisis berikutnya. Hal itu demi adanya keterwakilan disetiap indikatornya atau disebut *surrogate variables*.

Metode uji reliabilitas yang digunakan adalah metode Cronbach's Alpha. Menurut Sekaran (dalam Priyatno, 2010) mengatakan "Reliabilitas kurang dari 0,6 adalah kurang baik, sedangkan 0,7 dapat diterima dan di atas 0,8 adalah baik". Semua data yang terkumpul dianalisis menggunakan bantuan SPSS versi 20. Berikut tabel output uji reliabilitas efikasi diri dibawah ini. Berikut Tabel 3.8. mengenai hasil uji reliabilitas efikasi diri.

Tabel 3.11.
Hasil Uji Reliabilitas angket Efikasi Diri

Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
------------------	--	------------

Diky Hadyansah, 2017

KONTRIBUSI DUKUNGAN SOSIAL, PROGRAM PENDIDIKAN JASMANI, DAN EFIKASI DIRI TERHADAP AKTIVITAS JASMANI REMAJA

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

0.957	0.957	48
-------	-------	----

Berdasarkan hasil uji reliabilitas dalam Tabel 3.11. menunjukkan nilai Cronbach's Alpha sebesar 0.957. Karena nilai di atas 0,6, maka dapat disimpulkan bahwa alat ukur dalam penelitian ini reliabel.

3. Validitas dan Reliabilitas Instrumen Program Pendidikan Jasmani

Langkah awal dalam analisis faktor adalah pengujian validitas menggunakan hasil perhitungan *Keiser-Meyer Olkin (KMO) Measure of Sampling Adequacy* dan *the Bartlett's test of sphericity*. Selanjutnya adalah menghitung *anti-image matrices*. Kemudian langkah berikutnya adalah penentuan banyaknya faktor menggunakan penentuan apriori atau peneliti sudah menentukan banyaknya faktor dan hasil *eigenvalue*. Langkah terakhir adalah dengan melihat *factor loading*. Berikut data hasil perhitungan KMO dan Bartlett,s Test program pendidikan jasmani pada Tabel 3.12.

Table 3.12.
Data hasil Perhitungan KMO dan Bartlett's Test Angket Program Pendidikan Jasmani

KMO and Bartlett's Test		
Kaiser-Meyer-Olkin Measure of Sampling Adequacy.		0.642
	Approx. Chi-Square	2901.201
Bartlett's Test of Sphericity	Df	1128
	Sig.	0.000

Berdasarkan hasil perhitungan Uji validitas hasil menggunakan perhitungan *Keiser-Meyer Olkin (KMO)* sebagaimana Tabel 3.12, menunjukkan bahwa nilai *KMO* $0.642 > 0,05$ pada nilai signifikansi 5%. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa sampel dalam uji coba ini sudah memadai untuk dilakukan analisis lebih lanjut atau 64,2% variansi dapat dijelaskan oleh faktor tersebut. Adapun untuk hasil *anti-image* dan *eigenvalue* untuk variabel program pendidikan jasmani di atas 0,05 untuk *anti-image* dan di atas 1 untuk nilai *eigenvalue*. Adapun ringkasan nilai *factor loading* berdasarkan indikator setiap dimensi adalah seperti terlihat pada Tabel 3.13.

Table 3.13.
Ringkasan Hasil Rotasi matrik Angket Program Pendidikan Jasmani

Variabel	Dimensi	Indikator	No Item	Komponen	Factor Loading	Aitem jadi	No
Program Pendidikan Jasmani	Materi	Relevansi dengan karakteristik siswa	1	1	0.754	1	1
			13	1	0.494	13	13
			25	2	0.691	25	25
			37	4	0.485		
		Relevansi dengan kemampuan siswa	2	1	0.675	2	2
			14	1	0.548		
			26	2	0.661	26	14
			38	3	0.623	38	26
	Tujuan	Mengembangkan kemampuan kognitif	3	1	0.733	3	3
			15	3	0.506		
			27	2	0.678	27	15
			39	3	0.726	39	27
		Mengembangkan kemampuan afektif	4	1	0.710	4	4
			16	1	0.511		
			28	2	0.766	28	16
			40	3	0.755	40	28
		Mengembangkan kebugaran jasmani	5	1	0.697	5	5
			17	1	0.289		
			29	2	0.675	29	17
			41	3	0.483	41	29
	Proses	Melibatkan seluruh siswa	6	1	0.666	6	6
			18	1	0.581		
			30	2	0.604	30	18
			42	3	0.674	42	30
		Menggunakan latihan yang bervariasi	7	1	0.441		
			19	1	0.513	19	7
			31	2	0.766	31	19
			43	3	0.631	43	31
	Sarana dan prasarana	Kelengkapan	8	2	0.440		
			20	1	0.514	20	8
			32	2	0.672	32	20
			44	4	0.513	44	32
		Kebaruan	9	5	0.640	9	9
			21	3	0.449	21	21
			33	4	-0.339		
			45	3	0.631	45	33
		Modifikasi	10	5	0.554	10	10
			22	4	0.439	22	22

Diky Hadyansah, 2017

KONTRIBUSI DUKUNGAN SOSIAL, PROGRAM PENDIDIKAN JASMANI, DAN EFIKASI DIRI TERHADAP AKTIVITAS JASMANI REMAJA

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

Variabel	Dimensi	Indikator	No Item	Komponen	Factor Loading	Aitem jadi	No
			34	5	0.422		
			46	4	0.527	46	34
	Evaluasi	Menilai proses belajar	11	1	0.316		
			23	5	0.435	23	11
			35	2	0.484	35	23
			47	4	0.444	47	35
		Menilai hasil belajar	12	5	0.495	12	12
			24	3	0.262		
			36	2	0.543	36	24
			48	4	0.397	48	36

Berdasarkan hasil output pada Tabel 3.13., peneliti mengambil beberapa item program pendidikan jasmani untuk dijadikan item penelitian berdasarkan nilai factor loading yang diperoleh setiap item. Kriteria pengambilan item berdasarkan nilai factor loading tertinggi disetiap indikator atau bernilai di atas 0,5. Meskipun demikian, beberapa item berada dibawah 0,5 dan tetap diambil untuk analisis berikutnya. Hal itu demi adanya keterwakilan disetiap indikatornya atau disebut *surrogate variables*. Metode uji reliabilitas yang digunakan adalah metode Cronbach's Alpha. Menurut Sekaran (dalam Priyatno, 2010) mengatakan "Reliabilitas kurang dari 0,6 adalah kurang baik, sedangkan 0,7 dapat diterima dan di atas 0,8 adalah baik". Semua data yang terkumpul dianalisis menggunakan bantuan SPSS versi 20. Berikut Tabel 3.14. mengenai hasil uji reliabilitas program pendidikan jasmani.

Tabel 3.14.
Hasil Uji Reliabilitas angket Program Pendidikan Jasmani

Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
0.906	0.908	48

Berdasarkan hasil uji reliabilitas pada Tabel 3.14, menunjukkan nilai Cronbach's Alpha sebesar 0.906. Karena nilai di atas 0,6, maka dapat disimpulkan bahwa alat ukur dalam penelitian ini reliabel.

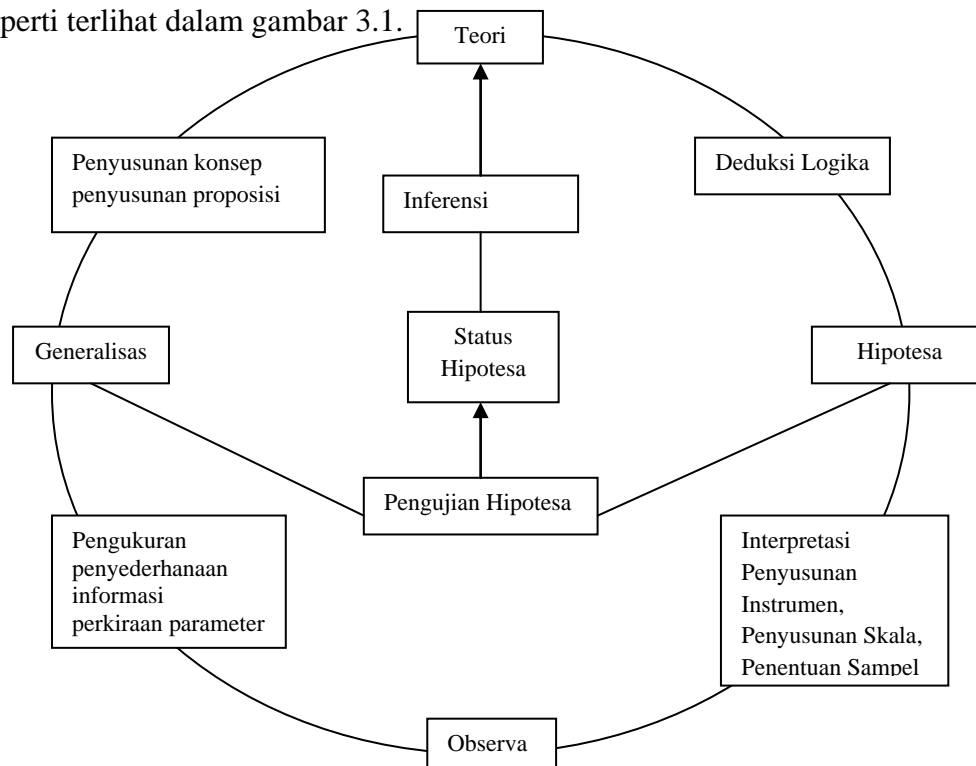
E. Prosedur Penelitian

Diky Hadyansah, 2017

KONTRIBUSI DUKUNGAN SOSIAL, PROGRAM PENDIDIKAN JASMANI, DAN EFIKASI DIRI TERHADAP AKTIVITAS JASMANI REMAJA

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

Prosedur dapat diartikan sebagai tahapan atau langkah-langkah penelitian yang akan dilakukan, dan sesuai dengan metode penelitian yang digunakan yaitu metode survey. Penelitian survey digambarkan sebagai suatu proses untuk mentransformasikan lima komponen informasi ilmiah dengan menggunakan enam kontrol metodologis (Singarimbun, 1995, hlm. 3). Seperti yang ditunjukkan pada diagram 3.1, adapun komponen-komponen itu adalah (1) teori, (2) hipotesa, (3) observasi, (4) generalisasi empiris, (5) penerimaan atau penolakan hipotesa. Kontrol metodologisnya adalah (1) deduksi logika, (2) interpretasi, penyusunan instrumen, penyusunan skala dan penentuan sampel, (3) pengukuran penyederhanaan data, dan perkiraan parameter, (4) pengujian hipotesa, inferensi logika, dan (5) formulasi konsep, formulasi proposisi dan penataan proposisi seperti terlihat dalam gambar 3.1.



Gambar. 3.1. Prosedur Penelitian Survey. Sumber Wallace, W., *The Logic of Science in Sociology*.

F. Teknik Analisis Data

Semua data yang terkumpul akan dianalisis dengan menggunakan analisis regresi berganda dibantu dengan program statistik SPSS versi 20. Analisis regresi digunakan untuk memprediksikan sejauhmana perubahan variabel dependen, bila

Diky Hadyansah, 2017

KONTRIBUSI DUKUNGAN SOSIAL, PROGRAM PENDIDIKAN JASMANI, DAN EFIKASI DIRI TERHADAP AKTIVITAS JASMANI REMAJA

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

nilai variabel independen dimanipulasikan atau dinaik-turunkan (Sugiyono, 2009). Kuatnya hubungan antar variabel dilihat dari besar kecilnya koefisien korelasi yang mendekati minus 1 atau plus 1, berarti hubungan antar variabel sempurna negatif atau sempurna positif. Manfaat dari analisis regresi ini adalah untuk memutuskan apakah naik-turunnya variabel dependen dapat dilakukan melalui peningkatan variabel independen atau tidak. Secara lebih rinci langkah-langkah yang ditempuh dalam analisis data adalah sebagai berikut:

- 1) Menghitung statistik deskriptif (Rerata, dan Simpangan Baku)
- 2) Melakukan uji asumsi klasik (uji normalitas, linearitas, multikorelasional, dan heterokedastisitas).
- 3) Melakukan analisis regresi linier sederhana dan berganda.