

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Lokasi dan Subjek Penelitian

1. Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilakukan di kolam renang Tirta Kencana yang berada di kawasan *Sport Centre* Indramayu Kelurahan Karanganyar Kecamatan Indramayu Kabupaten Indramayu. Alasan utama pemilihan lokasi penelitian di kolam renang Tirta Kencana didasarkan atas lokasi kolam yang terdekat dari Sekolah Menengah Pertama Negeri (SMPN) 4 Sindang yang akan dijadikan sebagai subjek penelitian.

2. Subjek Penelitian

a. Populasi

Populasi mempunyai makna jumlah keseluruhan objek yang diteliti, mengenai hal tersebut Sugiyono (2015, hlm. 117) menjelaskan bahwa “Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek/subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh penulis untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya.” Adapun populasi dalam penelitian ini yaitu siswa kelas VII SMP Negeri 4 Sindang tahun ajaran 2016/2017 yang berjumlah 300 siswa.

b. Sampel

Populasi yang ada dalam suatu penelitian tidak semuanya diteliti, namun hanya sebagian kelompok kecil saja yang dianggap dapat mewakili populasi yang secara nyata diteliti dan ditarik kesimpulannya. Sebagian kelompok kecil dari populasi inilah yang dinamakan dengan sampel. Sugiyono (2015, hlm. 118) menjelaskan bahwa “Sampel adalah bagian dari jumlah karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut.” Mengenai teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini, penulis menggunakan teknik *sampling insidental*. Sugiyono (2015, hlm. 124) menjelaskan mengenai *sampling insidental* sebagai berikut: “*Sampling insidental* adalah teknik penentuan sampel berdasarkan kebetulan, yaitu siapa saja yang secara kebetulan/insidental bertemu dengan peneliti dapat digunakan sebagai sampel, bila dipandang orang yang kebetulan ditemui itu cocok sebagai sumber data”.

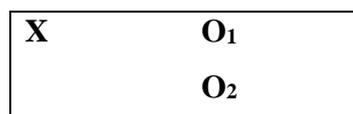
Selanjutnya mengenai penentuan jumlah sampel yang akan penulis gunakan di dalam penelitian ini, berpedoman pada penjelasan yang dikemukakan oleh Arikunto (2006, hlm. 134) bahwa:

Untuk sekedar ancer-ancer, maka apabila subjeknya kurang dari 100, lebih baik diambil semua sehingga penelitiannya merupakan penelitian populasi. Tetapi, jika jumlah subjeknya besar, dapat diambil antara 10-15% atau 20-25% atau lebih, tergantung setidaknya dari kemampuan penulis dilihat dari waktu, tenaga dan dana.

Berdasarkan penjelasan di atas, maka sampel dalam penelitian ini ditetapkan oleh penulis sebanyak 10% dari populasi yang berjumlah 280 siswa menjadi sampel sebanyak 28 siswa kelas VII SMP Negeri 4 Sindang.

B. Desain dan Langkah-langkah Penelitian

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan bentuk *Pre-Eksperimental Designs (nondesigns)* dengan tipe *Intact-Group Comparison*. Sugiyono (2015, hlm. 111) menjelaskan pada desain ini, terdapat satu kelompok yang digunakan untuk penelitian, tetapi dibagi dua, yaitu setengah kelompok untuk eksperimen (yang diberi perlakuan) dan setengah untuk kelompok kontrol (yang tidak diberi perlakuan). Paradigma penelitiannya dapat digambarkan sebagai berikut:



Gambar 3.1
Desain Penelitian

O_1 = hasil pengukuran kelompok yang diberi perlakuan

O_2 = hasil pengukuran kelompok yang tidak diberi perlakuan

Pengaruh perlakuan = $O_1 - O_2$

Adapun langkah-langkah penelitiannya, penulis deskripsikan dalam bentuk gambar di bawah ini :

Populasi => Sampel => Pengumpulan data kuesioner (Pre Treatment) => Treatment => Pengumpulan data kuesioner (Post Treatment) => Analisis dan Pengelolaan Data => Kesimpulan

C. Metode Penelitian

Metode penelitian sangat dibutuhkan dalam sebuah penelitian karena akan memberi petunjuk bagaimana penelitian harus dilaksanakan. Arikunto (2010, hlm. 203) mengatakan bahwa “Metode penelitian adalah cara yang digunakan oleh penulis dalam mengumpulkan data penelitiannya.” Di dalam metode penelitian akan ditemukan cara-cara bagaimana objek penelitian yang dituju bisa diketahui dan diamati sehingga menghasilkan data-data yang tepat sesuai dengan tujuan penelitian. Dengan demikian penggunaan metode penelitian bergantung kepada permasalahan dan pertanyaan penelitian yang muncul.

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode eksperimen. Seperti yang dijelaskan oleh Sugiyono (2015, hlm. 107) bahwa “metode penelitian eksperimen adalah metode penelitian yang digunakan untuk mencari pengaruh perlakuan tertentu terhadap yang lain dalam kondisi yang terkendalikan.”

Dari penjelasan di atas dapat digambarkan bahwa penggunaan metode eksperimen merupakan rangkaian kegiatan percobaan untuk menyelidiki sesuatu hal atau masalah sehingga diperoleh hasil. Secara khusus penelitian eksperimen dalam penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbandingan model pembelajaran *problem based learning* dan *direct instruction* terhadap peningkatan kepercayaan diri siswa melalui aktivitas pembelajaran aquatik.

D. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional

1. Variabel Penelitian

a. Variabel Bebas (*Independent Variabel*)

Menurut Sugiyono (2015, hlm. 61) mengemukakan bahwa variabel bebas merupakan variabel yang mempengaruhi atau menjadi sebab perubahan atau timbulnya variabel terikat. Dalam penelitian ini sebagai variabel bebasnya adalah model pembelajaran *problem based learning* dan *direct instruction* dalam pembelajaran aquatik (X).

b. Variabel Terikat (*Dependent Variabel*)

Menurut Sugiyono (2015, hlm. 61) menerangkan bahwa variabel terikat merupakan variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat karena adanya

variabel bebas. Dalam penelitian ini sebagai variabel terikatnya adalah kepercayaan diri siswa (O).

2. Definisi Konseptual dan Operasional

Sebagaimana di jelaskan di bab sebelumnya, yang menjadi variabel terikat dalam penelitian ini adalah peningkatan kepercayaan diri siswa.

Untuk memudahkan analisis dan pengukuran terhadap variabel terikat tersebut di bawah ini dijelaskan definisi konseptual dan definisi oprasional.

1). Definisi Konseptual Percaya Diri

Definisi tentang percaya diri, sebagaimana telah diungkap dalam bab 2, menurut Ubaydillah dalam Thursan (2002, hlm. 1) mengungkapkan bahwa Percaya diri adalah keyakinan seseorang akan kemampuan yang dimiliki untuk menampilkan perilaku tertentu atau untuk mencapai target tertentu.

2). Definisi Operasional Percaya Diri

Dapat memahami akan kelebihan dan kekurangan dirinya sehingga dapat menjalani kehidupannya dengan kondisi mental yang terkendali dengan baik.

E. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian merupakan alat yang digunakan untuk mengukur nilai variabel yang diteliti dengan tujuan menghasilkan data kuantitatif yang akurat. Instrumen penelitian menurut Arikunto (2006, hlm. 216) adalah “Alat bantu yang digunakan dalam mengumpulkan data.”

Dari pernyataan tersebut dapat digambarkan bahwa instrumen penelitian adalah alat-alat yang digunakan dalam penelitian terutama yang berkaitan dengan pengumpulan data. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner mengenai perbandingan model pembelajaran *problem based learning* dan *direct instruction* terhadap peningkatan kepercayaan diri siswa melalui aktivitas pembelajaran aquatik.

Variabel yang di ukur dalam penelitian ini adalah kepercayaan diri siswa dalam aktivitas pembelajaran aquatik, maka dalam penelitian ini instrumen yang digunakan berupa lembar kuesioner (angket) dan dokumentasi.

Lembar kuesioner dikembangkan oleh peneliti sendiri, dengan menggunakan kuesioner skala Likert. Pengertian Skala Likert adalah skala yang digunakan untuk mengukur persepsi, sikap atau pendapat seseorang atau kelompok mengenai sebuah

Nanang Sabilar Rosyad, 2017

PERBANDINGAN MODEL PEMBELAJARAN PROBLEM BASED LEARNING DENGAN DIRECT INSTRUCTION TERHADAP PENINGKATAN KEPERCAYAAN DIRI SISWA MELALUI AKTIVITAS PEMBELAJARAN AQUATIK

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

peristiwa atau fenomena sosial, berdasarkan definisi operasional yang telah ditetapkan oleh peneliti.

Tabel 3.1
Indikator percaya diri

Definisi konsep	Indikator
Menurut Wiranegara (2010, hlm. 3) adalah kepercayaan diri sebenarnya adalah karakter seseorang dengan kepercayaan positif terhadap dirinya sehingga ia bisa mengontrol hidup dan rencana-rencananya. Orang yang percaya diri adalah seseorang yang tahu kemampuan dirinya dan menggunakan kemampuannya untuk berbuat sesuatu.	1. Bersikap optimistik
	2. Memahami kelebihan akan diri sendiri
	3. Memahami kekurangan akan diri sendiri
	4. Menangani segala sesuatu dengan tenang
	5. Faktor keluarga
	6. Faktor lingkungan

Tabel 3.2
Tabel bobot Nilai

JAWABAN	SKOR	
	(+)	(-)
SS	5	1
S	4	2
KS	3	3
TS	2	4

STS	1	5
-----	---	---

Tabel 3.3
Tabel Presentasi Nilai

JAWABAN	KETERANGAN
0% - 19,99%	Sangat (Tidak Setuju, Buruk atau Kurang Sekali)
20% - 39,99%	Tidak Setuju atau Kurang Baik
40% - 59,99%	Cukup atau Netral
60% - 79,99%	Setuju, Baik atau Suka
80% - 100%	Sangat (Setuju, Baik, Suka)

Tabel 3.4
Tabel Pertanyaan Kuesioner

Bersikap optimistik

No.	Pertanyaan	SS	S	KS	TS	STS
1.	Saya merasa berani ketika diberi instruksi oleh guru untuk melompat ke arah kolam renang.					
2.	Saya merasa ragu ketika diberi instruksi oleh guru untuk melompat ke arah kolam renang.					
3.	Saya berani berenang di kolam yang dalam.					
4.	Saya tidak berani berenang di kolam yang dalam.					
5.	Saya selalu merasa mampu berenang gaya bebas sejauh 10m.					

6.	Saya tidak akan mampu berenang gaya bebas sejauh 10m.					
7.	Saya selalu merasa mampu mengapung didalam air.					
8.	Saya takut tenggelam di dalam air.					
9.	Saya berani melompat di kolam yang dalam.					
10.	Saya takut melompat di kolam yang dalam.					

Memahami kelebihan akan diri sendiri

No.	Pertanyaan	SS	S	KS	TS	STS
1.	Dengan kemampuan yang saya miliki saya tidak pernah merasa akan tenggelam ketika berada di dalam air.					
2.	Saya tidak yakin dengan kemampuan yang saya miliki ini membuat saya takut tenggelam ketika berada di dalam air.					
3.	Saya bisa mengatur nafas dengan baik sehingga saya bisa mencapai target yang ditentukan oleh guru.					
4.	Saya tidak bisa mengatur nafas ketika berenang ini membuat saya takut tenggelam.					
5.	Saya lebih nyaman ketika berenang tidak menggunakan alat bantu lainnya.					
6.	Walaupun saya sudah bisa berenang tetapi saya lebih nyaman menggunakan pelampung ketika berenang.					
7.	Dengan kemampuan yang saya miliki saya merasa mampu melakukan gerakan gaya bebas sejauh 10m tanpa menggunakan alat bantu.					

8.	Saya akan melakukan gerakan gaya bebas sejauh 10m tetapi dengan menggunakan alat bantu.					
----	---	--	--	--	--	--

Memahami kekurangan akan diri sendiri

No.	Pertanyaan	SS	S	KS	TS	STS
1.	Saya tetap mengikuti pembelajaran aquatik walaupun saya sadar kondisi badan kurang sehat.					
2.	Saya malas mengikuti pembelajaran aquatik saat kondisi badan kurang sehat.					
3.	Gerakan tangan saya tidak terlalu baik tetapi tetap melakukan tugas gerak yang diberikan oleh guru khususnya dalam gerakan gaya bebas.					
4.	Saya tidak mau melakukan gerakan gaya bebas karena gerakan tangan saya tidak terlalu baik.					
5.	Saya tidak bisa melakukan gerakan gaya bebas dengan baik ketika tangan saya mengalami cedera.					
6.	Dengan cedera tangan yang saya alami saya meminta izin kepada guru untuk tidak mengikuti aktivitas di dalam air.					

7.	Walaupun saya tidak bisa melakukan gerakan kaki untuk mengapung dengan baik tetapi saya berani ke kolam yang dalam.					
8.	Saya tidak bisa melakukan gerakan kaki untuk mengapung sehingga saya tidak ke kolam yang dalam.					

Menangani segala sesuatu dengan tenang

No.	Pertanyaan	SS	S	KS	TS	STS
1.	Saya tidak terpengaruh dengan cemoohan teman-teman saya ketika saya ditunjuk oleh guru untuk melakukan contoh suatu gerakan renang gaya bebas.					
2.	Saya minder ketika teman-teman saya mencemooh karena kemampuan renang saya kurang.					
3.	Saya tetap tenang dalam mengikuti pembelajaran aquatik walaupun saya tidak bisa berenang.					
4.	Saya merasa gelisah ketika mengikuti pembelajaran aquatik karena saya tidak bisa berenang.					
5.	Saya suka ketika melakukan gerakan melayang di air.					
6.	Saya merasa cemas ketika melakukan gerakan melayang di air.					

7.	Hati saya selalu mengatakan akan baik-baik saja ketika berada di dalam air.					
8.	Saya khawatir akan tenggelam di dalam air.					

Faktor keluarga

No.	Pertanyaan	SS	S	KS	TS	STS
1.	walaupun pekerjaan orang tua serabutan, semangat saat mengikuti pembelajaran aquatik tetap terjaga..					
2.	Saya merasa malu saat mengikuti pembelajaran aquatik karena pekerjaan orang tua saya serabutan.					
3.	Saya tetap semangat berangkat ke kolam renang walaupun dengan menggunakan sepeda.					
4.	Saya merasa malu berangkat ke kolam renang dengan menggunakan sepeda karena melihat teman-teman lain menggunakan sepeda motor.					
5.	Saya tetap semangat mengikuti pembelajaran aquatik walaupun saya tidak memiliki pakaian renang.					
6.	Saya tidak mau mengikuti pembelajaran aquatik karena tidak memiliki pakaian renang.					
7.	Saya bangga dengan orang tua saya yang mengantarkan saya ke kolam renang.					
8.	Saya merasa asing jika ke kolam renang diantar oleh orang tua karena teman-teman yang lain melihat ke arah saya.					

9.	Saya bangga terhadap orang tua saya yang selalu membawakan bekal pada saat ke kolam renang.					
10.	Saya tidak mau memakan bekal bawaan orang tua didepan teman-teman.					

Faktor Lingkungan

No.	Pertanyaan	SS	S	KS	TS	STS
1.	Saya merasa tidak terbebani walaupun ada teman yang kemampuan renangya melebihi kemampuan yang saya miliki.					
2.	Saya merasa minder ketika ada teman yang kemampuan renangya melebihi kemampuan yang saya miliki.					
3.	Saya terbiasa membantu teman saya yang kemampuan renangya kurang dari saya tanpa pamrih.					
4.	Saya merasa sombong ketika kemampuan renang saya melebihi kemampuan teman saya.					
5.	Saya tetap mengikuti pembelajaran aquatik walaupun cuaca gerimis membuat saya dingin.					

6.	Cuaca yang gerimis membuat saya malas untuk mengikuti pembelajaran aquatik karena dingin.					
7.	Kondisi air kolam yang keruh tidak mengganggu saya mengikuti pembelajaran aquatik.					
8.	Saya merasa jijik ketika pada saat pembelajaran aquatik air kolamnya keruh.					

F. Pengujian Validitas dan Reliabilitas Instrumen

1. Validitas dan Reliabilitas Tes

Setelah dilakukan penelitian yang dilakukan di SMP Negeri 4 Sindang dapat digambarkan mengenai hasil observasi kerjasama dan sikap kreatif pada pembelajaran senam lantai yang telah dilakukan terhadap sampel yaitu siswa kelas VII di SMP Negeri 4 Sindang, maka data-data tersebut diolah dan dianalisis sehingga diperoleh hasil mengenai diterima atau ditolak hipotesis sesuai dengan taraf kesalahan yang diajukan sebesar $\alpha : 0,05$. Berdasarkan variabel yang diteliti, sesuai dengan rumusan masalah penelitian, maka deskripsi data dalam penelitian ini tentang percaya diri. Untuk tes mengenai percaya diri, dilakukan dengan menggunakan instrument kuesioner dengan 26 butir pertanyaan yang terdiri dari 13 pertanyaan positif dan 13 pertanyaan negatif yang dilakukan terhadap 40 siswa. Penilaian kuesioner dilihat melalui skala likert, dengan kriteria skor 5 (sangat setuju), 4 (setuju), 3 (kurang setuju), 2 (tidak setuju), 1 (sangat tidak setuju) jika pertanyaan positif. Skor akan berlaku sebaliknya jika pertanyaan negatif.

G. Pelaksanaan Pembelajaran

Pelaksanaan pembelajaran yang dilakukan terdiri dari tiga bagian yaitu pendahuluan, inti, penutup. Adapun uraian pembelajarannya sebagai berikut :

1. Pendahuluan

Sebelum melakukan kegiatan inti, siswa diintruksikan untuk bergabung dengan kelompok yang telah ditentukan sebelumnya, setelah itu siswa diberi tahu tujuan pembelajaran lalu setelah siswa paham dengan pembelajaran yang akan

dilaksanakan kemudian di intruksikan untuk melakukan pemanasan pada tiap-tiap kelompoknya kurang lebih 10 menit.

2. Inti

Setelah melakukan pemanasan, siswa melakukan pembelajaran inti yaitu melakukan aktivitas pembelajaran aquatik yang lamanya kurang lebih 60 menit pembelajaran dilakukan dengan format pembelajaran *problem based learning*.

3. Penutup

Setelah melakukan pembelajaran inti, dilakukan evaluasi pembelajaran. Siswa diberikan kesempatan untuk berdiskusi mengungkapkan kesulitan atau kendala yang terjadi dalam pembelajaran dan memecahkannya secara bersama-sama, setelah itu guru menyampaikan pembelajaran untuk pembelajaran selanjutnya.

H. Prosedur Pengelolaan Data

Dalam penelitian ini peneliti melakukan pengolahan data dan penghitungan data menggunakan penghitungan statistik dengan aplikasi *Microsoft Office Excel 2016*, adapun langkah dalam pengolahan data serta penghitungan data tersebut yaitu sebagai berikut :

1. Mencari Rata-rata Skor

Menghitung skor rata-rata tes awal dan tes akhir masing-masing kelompok menurut Sugiyono (2013, hlm. 54) dengan rumus sebagai berikut:

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

Keterangan :

\bar{x} = skor rata-rata

$fixi$ = skor mentah

Σ = jumlah

n = banyaknya sampel

2. Simpangan Baku

Menghitung simpangan baku menurut Sugiyono (2013, hlm. 58) dengan rumus sebagai berikut :

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

Keterangan :

S = simpangan baku yang dicari

n = jumlah sampel

$\sum fi(xi-\bar{x})^2$ = jumlah kuadrat nilai data dikurangi rata-rata

3. Uji Normalitas

1. Menguji normalitas data menggunakan chi kuadrat. Prosedur yang digunakan menurut Sugiyono (2013, hlm. 80) sebagai berikut :

a. Menentukan jumlah kelas interval. Untuk pengujian normalitas dengan Chi Kuadrat ini, jumlah kelas interval ditetapkan = 5. Hal ini sesuai dengan 5 bidang yang ada pada Kurve Normal Baku.

b. Menentukan panjang kelas interval dengan rumus :

$$p = \frac{r}{k}$$

$$r = 139 - 111$$

$$r = 28$$

$$p = \frac{28}{5}$$

$$P = 5,6 \text{ dibulatkan menjadi } 6$$

c. Menyusun ke dalam tabel distribusi frekuensi, sekaligus tabel penolong untuk menghitung harga Chi Kuadrat Hitung.

d. Dalam perhitungan ditemukan Chi Kuadrat hitung. Selanjutnya harga ini dibandingkan dengan harga Chi Kuadrat tabel dengan dk (derajat kebebasan) $6-1 = 5$. Berdasarkan tabel Chi Kuadrat dapat diketahui bahwa bila $dk = 5$ dan kesalahan yang ditetapkan 5 %, maka harga Chi Kuadrat tabel = 11,070. Jika hasil chi kuadrat hitung lebih kecil daripada chi kuadrat tabel maka data dinyatakan normal.

4. Uji Signifikan

Pengujian signifikansi peningkatan hasil latihan, menggunakan uji t menurut Abduljabar (2013, hlm.166) menggunakan teknik analisis sebagai berikut :

H_0 : model pembelajaran *problem based learning* lebih efektif dalam meningkatkan kepercayaan diri melalui aktivitas pembelajaran aquatik.

H_1 : model pembelajaran *direct instruction* lebih efektif dalam meningkatkan kepercayaan diri melalui aktivitas pembelajaran aquatik.

Hipotesis statistik

$H_0 : \mu_1 = \mu_2$

$H_1 : \mu_1 \neq \mu_2$