

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Lokasi dan Subjek Populasi / Sampel Penelitian

Penelitian ini akan dilaksanakan pada dua sekolah yang berbeda mulai dari ketinggian, suhu wilayah, adat kebiasaan masyarakat sehari-hari, kegiatan ekonomi, Perilaku sosialnya dan keadaan sekolahnya. Dalam menyusun sampai dengan menganalisis data sehingga mendapatkan gambaran sesuai dengan yang diharapkan maka diperlukan sumber data. Pada umumnya sumber data dalam penelitian disebut Populasi dan Sampel penelitian.

1. Lokasi

Tempat yang digunakan peneliti sebagai lokasi penelitian adalah di dua sekolah. Sekolah yang pertama yaitu siswa SMPN 2 Cikajang Garut JL. Ngamplang Kp. Kubang Badak Kec. Cikajang Kab. Garut dan sekolah yang kedua yaitu siswa SMPN 45 Bandung Jl. Yogyakarta No. 01 Antapani Bandung, dipilih karena merupakan salah satu sekolah yang dipastikan mempunyai fasilitas lengkap untuk pembelajaran penjas sehingga dapat mempermudah peneliti untuk melakukan proses penelitian.

2. Populasi

Dalam menyusun sampai dengan menganalisis data sehingga mendapatkan gambaran sesuai dengan yang diharapkan maka diperlukan sumber data. Pada umumnya sumber data dalam penelitian disebut Populasi dan Sampel penelitian.

Berkenaan dengan definisi dari populasi, Sudjana dan Ibrahim (1984:84) menjelaskan tentang populasi, yaitu sebagai berikut: “Populasi maknanya berkaitan dengan elemen, yakni unit tempat diperolehnya informasi. Elemen tersebut dapat berupa Individu, Keluarga, Rumah Tangga, kelompok Sosial, Sekolah, Kelas,

Maulana Yusup, 2013

Perbandingan Profil Tingkat Kebugaran Jasmani dan Perilaku Sosial antara Siswa SMP di Daerah Pedesaan dengan Siswa di Perkotaan

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

organisasi dan lain-lainnya.” dan Sujana (1989:6) sendiri menjelaskan, bahwa “Populasi adalah totalitas semua nilai mungkin, baik hasil menghitung maupun pengukuran kuantitatif atau kualitatif dari pada karakteristik tertentu mengenai sekumpulan objek yang lengkap dan jelas.”

Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas VIII yang berasal dari dua sekolah yang berbeda yaitu SMPN 2 Cikajang Garut dan SMPN 45 Bandung. Yang berjumlah 432 siswa dari SMPN 45 Bandung dan 350 Siswa dari SMPN 2 Cikajang Garut, jadi 782 siswa dari seluruh Sekolah. Dalam pengambilan suatu data dari populasi dapat dilakukan dengan cara mengambil sebagian data dari jumlah populasi yang ada. Sebagian populasi tersebut biasa disebut dengan istilah sampel. Tentang hal ini, Sudjana (1991:71) menjelaskan:

Populasi tidak terbatas luasnya, bahkan ada yang tak dapat dihitung jumlah dan besarnya sehingga tidak mungkin diteliti. Kalaupun akan diteliti, memerlukan biaya, tenaga, waktu yang sangat mahal dan tidak praktis. Oleh karena itu perlu dipilih sebagian saja asal memiliki sifat – sifat yang sama dengan populasinya. Proses menarik sebagian subjek, gejala, atau objek yang ada pada suatu populasi disebut sampel.

Sedangkan Arikunto (2006:58), dalam bukunya *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik* menyebutkan bahwa populasi adalah keseluruhan subjek penelitian.

Berdasarkan pendapat diatas maka populasi merupakan sekumpulan keseluruhan objek penelitian baik berupa manusia maupun benda yang akan diteliti. Dari sekumpulan unsur tersebut diharapkan akan memperoleh informasi yang berguna untuk memecahkan masalah penelitian. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas VIII SMPN 2 Cikajang Garut dan SMPN 45 Bandung dengan rincian sebagai berikut:

Tabel 3.1
Pengambilan Jumlah Populasi

No	Nama Sekolah	Jumlah Populasi
1	SMPN 2 Cikajang Garut	350
2	SMPN 45 Bandung	432
Total		782

3. Sampel

Sampel adalah bagian dari populasi yang dianggap mewakili keseluruhan populasi yang bersangkutan. Mengenai batasan sampel penelitian oleh Arikunto (2006:131) dijelaskan bahwa, “Sampel adalah sebagian atau wakil populasi yang diteliti.”

Mengenai jumlah sampel penelitian, peneliti berpedoman pada Arikunto (2006:134) yang menyatakan bahwa:

Untuk sekedar ancer-ancer maka apabila subjeknya kurang dari 100, lebih baik diambil semua sehingga penelitiannya merupakan penelitian populasi. Selanjutnya, jika jumlah subjeknya besar dapat diambil antara 10%-15% atau 20-25% atau lebih, tergantung setidaknya-tidaknya dari:

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

Adapun pengambilan sampel memakai teknik *Probability sampling*. Hal ini dilakukan supaya semua anggota populasi mempunyai peluang yang sama untuk menjadi anggota sampel. Riduwan (2004:58) mengemukakan bahwa : “*Probability sampling* adalah teknik sampling untuk memberikan peluang yang sama pada setiap anggota populasi untuk dipilih menjadi anggota sampel.” Sedangkan teknik *Probability sampling* yang dipakai adalah *simple random sampling* yaitu cara

Maulana Yusup, 2013

Perbandingan Profil Tingkat Kebugaran Jasmani dan Perilaku Sosial antara Siswa SMP di Daerah Pedesaan dengan Siswa di Perkotaan

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

pengambilan sampel dari anggota populasi dengan menggunakan acak tanpa memperhatikan strata (tingkatan) dalam anggota populasi tersebut, (Riduwan, 2004:58)

Maka penentuan perhitungan sampel pada penelitian ini adalah sebagai berikut:

$$\frac{10}{100} \times 782 = 78,2 \Leftrightarrow 78 \text{ orang}$$

Kemudian dari total sampel 78 orang tersebut dibagi rata kepada dua sekolah, sehingga masing-masing sekolah diambil sampel sebanyak 39 orang. Spesifikasi sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah siswa SMP kelas VIII dari SMPN 2 Cikajang Garut dan SMPN 45 Bandung.

Penulis mengambil sampel sebanyak itu dengan alasan keterbatasan waktu, tenaga dan biaya. Adapun proporsi sampel untuk masing-masing strata atau wilayah yaitu:

Tabel 3.2
Pengambilan Jumlah Sampel

No	Nama Sekolah	Jumlah Populasi	Jumlah Sampel
1	SMPN 2 CIKAJANG	350	39
2	SMPN 45 BANDUNG	432	39
	Total	782	78

B. Desain Penelitian

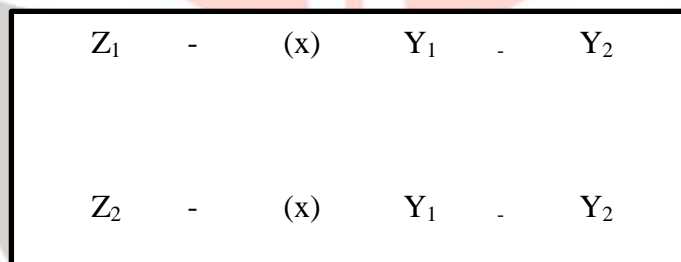
Desain penelitian merupakan rancangan tentang cara menyimpulkan dan menganalisis data agar dapat dilaksanakan secara ekonomis dan sesuai dengan tujuan penelitian. Sudjana (1992:7) menjelaskan sebagai berikut:

Desain penelitian adalah suatu rancangan percobaan (dengan tiap langkah tindakan yang betul-betul teridentifikasi) sedemikian rupa sehingga informasi yang berhubungan atau diperlakukan untuk persoalan yang sedang diselidiki dapat dikumpulkan dengan kata lain desain sebuah eksperimen

merupakan langkah-langkah lengkap yang perlu diambil jauh sebelum eksperimen dilakukan agar supaya data yang semestinya diperlukan dapat diperoleh sehingga akan membawa kepada analisis objektif dan kesimpulan yang akan berlaku untuk kesimpulan yang sedang dibahas.

Dalam penelitian ini penulis menggunakan randomized control grup posttest only design. Desain ini merupakan modifikasi dari desain eksperimen, dimana dalam desain ini terdapat variabel bebas yang tidak dimanipulasi dengan tanda (x) berbeda dengan desain eksperimen. Maksud dari tidak di manipulasi yaitu pada penelitian ini variabel bebasnya telah terjadi atau sesuai dengan kenyataan. desain atau rancangan penelitian yang dilakukan oleh penulis seperti yang terlihat dalam skema seperti pada gambar berikut:

Desain penelitian yang dipakai penulis seperti pada gambar berikut :

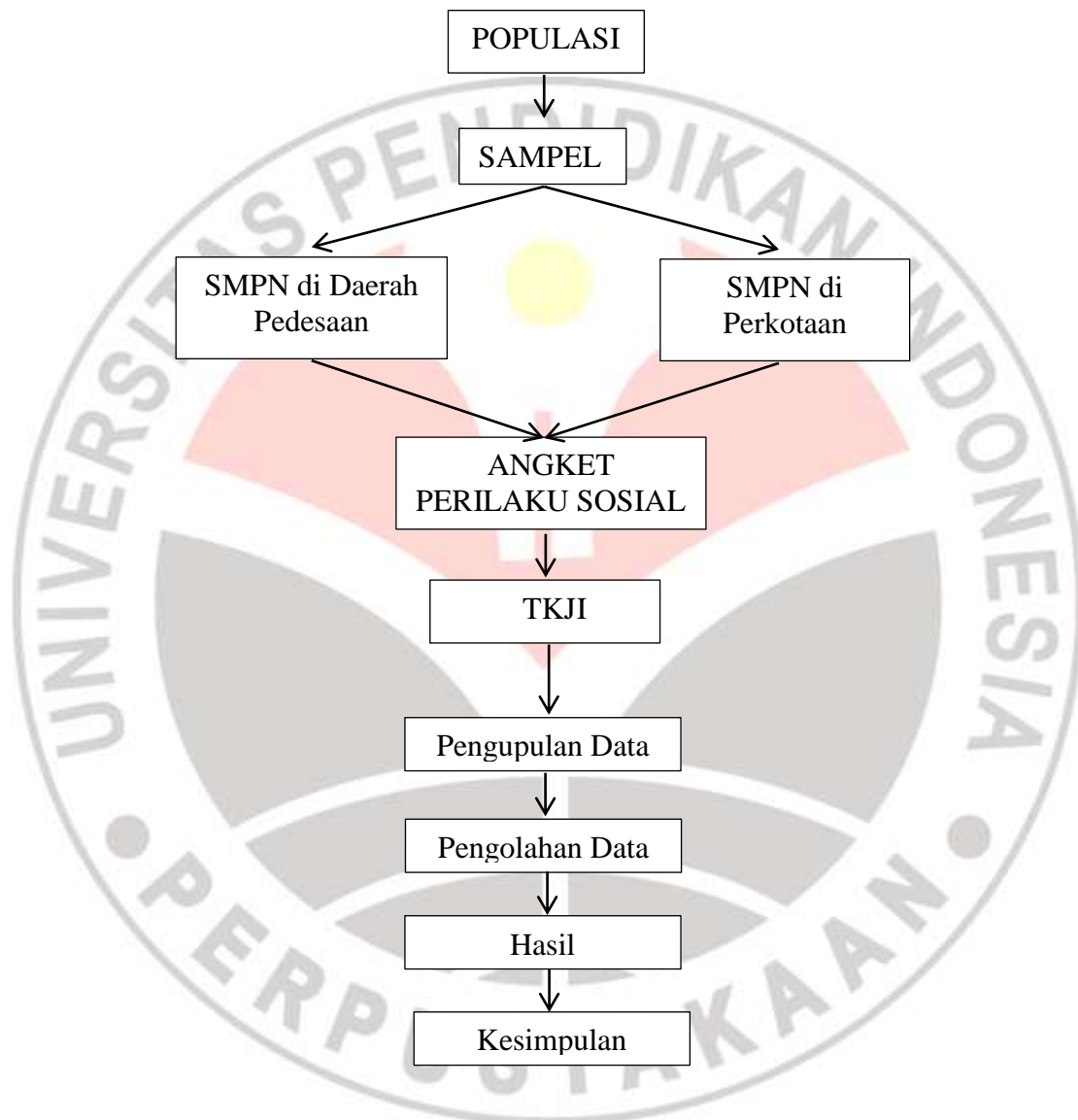


Gambar 3.1
Desain Penelitian Post tes Only

keterangan :

- Z_1 : Siswa di daerah Pedesaan (SMPN 2 Cikajang Garut)
- Z_2 : Siswa di Perkotaan (SMPN 45 Bandung)
- Y_1 : Tes Angket Perilaku Sosial Siswa
- Y_2 : Tes kesegaran jasmani indonesia untuk tingkat menengah pertama
- (X) : Variabel bebas yang tidak dimanipulasi.

Adapun langkah-langkah penelitiannya dideskripsikan dalam bentuk bagan 3.2 dibawah ini :



Gambar 3.2 Langkah-langkah Penelitian

1. Jadwal Penelitian

Sebagai salah satu perencanaan penelitian yang disusun, maka peneliti membuat jadwal penelitian untuk mempermudah pengontrolan waktu yang digunakan dalam penelitian ini, berikut jadwal penelitian yang direncanakan:

Jadwal Penelitian		
No	Waktu	Kegiatan Penelitian
1.	21 Februari 2013	Menentukan masalah penelitian.
2.	26 Maret 2013	Seminar proposal penelitian.
3.	16 Mei 2013	Perumusan penelitian.
4.	16-18 Juli 2013	Pengajuan surat penelitian kepada Pihak Sekolah.
5.	1 Agustus 2013	Penentuan populasi dan sampel penelitian dari setiap Sekolah.
6.	3-5 September 2013	Tes Angket dan Tes kebugaran Jasmani Indonesia siswa SMPN 2 Cikajang Garut dan SMPN 45 Bandung.
7.	10-23 September 2013	Pengolahan dan analisis data.
8.	24 September - 10 Oktober 2013	Penyusunan draf skripsi.

Tabel 3.3 Jadwal Penelitian

Maulana Yusup, 2013

Perbandingan Profil Tingkat Kebugaran Jasmani dan Perilaku Sosial antara Siswa SMP di Daerah Pedesaan dengan Siswa di Perkotaan

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

Jadwal penelitian ini merupakan acuan bagi peneliti untuk melaksanakan penelitiannya, adapun perubahan atau adanya hal-hal yang perlu ditambahkan akan disesuaikan dengan kebutuhan demi kelancaran penelitian tersebut.

C. Metode Penelitian

Pada dasarnya penelitian merupakan suatu aktivitas untuk memecahkan suatu permasalahan dengan cara mengumpulkan data, mengklasifikasikan, menganalisis dan menyimpulkan. Untuk mendapatkan hasil yang diinginkan, akurat, teruji serta objektif maka diperlukan suatu metode penelitian yang sesuai dengan permasalahan yang diteliti. Metode penelitian adalah suatu cara yang dipergunakan untuk mempermudah pemecahan masalah dengan menggunakan teknik dan alat-alat tertentu, sehingga diperoleh hasil yang sesuai dengan penelitian. Menurut Sugiyono (2006:1) metode adalah sebagai berikut :

Metode merupakan cara ilmiah untuk mendapatkan data dengan tujuan dan kegunaan tertentu. Cara ilmiah berarti kegiatan penelitian itu didasarkan pada ciri-ciri keilmuan, yaitu rasional, empiris, dan sistematis. Rasional berarti kegiatan penelitian itu dilakukan dengan cara-cara yang masuk akal. Empiris berarti cara-cara yang dilakukan itu dapat diamati oleh indera manusia, sehingga orang lain dapat mengamati dan mengetahui cara-cara yang digunakan. Sistematis artinya proses yang digunakan dalam penelitian itu menggunakan langkah-langkah tertentu yang bersifat logis.

Dari penjelasan diatas, dapat disimpulkan bahwa metode penelitian berkaitan dengan prosedur, alat serta desain penelitian yang digunakan untuk mendapatkan tujuan yang diinginkan sehingga dihasilkan penelitian yang benar-benar ilmiah atas permasalahan-permasalahan penelitian.

Untuk menguji kebenaran suatu hipotesis diperlukan suatu metode penelitian. Metode yang digunakan tersebut harus sesuai dengan masalah penelitian dan tujuan yang ingin dicapai dari penelitian tersebut. Dalam Bab I penulis telah mengemukakan bahwa yang menjadi permasalahan dalam penelitian ini adalah tingkat kebugaran

jasmani dan Perilaku afektif yang dimiliki oleh siswa SMP yang di daerah pedesaan dan di perkotaan.

Berdasarkan masalah tersebut penelitian ini penulis menggunakan metode penelitian *ex post facto*. Metode yang digunakan ini lebih menitik beratkan pada penelitian komparatif. Mengenai hal ini, M. Nasir (1999:68) menyatakan “Penelitian komparatif adalah sejenis penelitian *deskriptif* yang ingin mencari jawaban secara mendasar tentang sebab akibat, dengan menganalisa faktor-faktor penyebab terjadinya atau pun munculnya suatu fenomena tertentu”. Tujuan penelitian *ex post facto* adalah melihat akibat dari suatu fenomena dan menguji hubungan dan sebab akibat dari data-data setelah semua kejadian yang dikumpulkan telah selesai berlangsung. Adapun Sukardi (2003:174) menjelaskan bahwa “penelitian *ex-postfacto* merupakan penelitian, dimana rangkaian variabel-variabel bebas telah terjadi, ketika peneliti mulai melakukan pengamatan terhadap variabel terikat”. Ciri utama dalam penelitian *ex post facto* dapat dijelaskan oleh Nasir (1999:73) sebagai berikut “Sifat *penelitian ex post facto*, yaitu tidak ada kontrol terhadap variabel. Variabel dilihat sebagaimana adanya”. Hal ini lebih lanjut diterangkan pula oleh Arikunto (2002:237) yaitu, “Pada penelitian ini, peneliti tidak memulai prosesnya dari awal, tetapi langsung mengambil hasil”. Sukardi (2003:165) mengemukakan hal yang sama bahwa “.....karena sesuai dengan arti *ex-postfacto*, yaitu ‘dari apa dikerjakan setelah kenyataan’, maka penelitian ini disebut sebagai penelitian sesudah kejadian”. Dalam menjabarkan metode tersebut maka peneliti membuat langkah penelitian sebagai berikut :

1. Mengumpulkan data yang diperoleh dari tes Perilaku Sosial melalui angket yang disebar.
2. Mengumpulkan data yang diperoleh dari tes kebugaran melalui Tes Kesegaran Jasmani Indonesia untuk SMP.
3. Menyusun dan mengolah data.
4. Menganalisis data.

D. Definisi Operasional

Variabel penelitian adalah konsep yang memiliki aturan. Peraturan variabel penelitian bersumber pada kerangka teori yang dijadikan dasar penyusunan konsep berpikir. Variabel dalam penelitian ini adalah:

Variabel penelitian, perbandingan Perilaku sosial siswa, sekor yang diperoleh merupakan ruang lingkup dari: Rule dispositions (kecenderungan Perilaku peran), Sociometric dispositions (kecenderungan Perilaku dalam hubungan sosial), Expressive dispositions (kecenderungan Perilaku ekspresif). Perilaku Sosial yang diharapkan dalam penelitian ini yaitu perilaku sosial siswa yang menghasilkan dari kegiatan proses pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah.

Dengan demikian untuk memperoleh data mengenai proses Perilaku sosial, maka peneliti menggunakan alat ukur berupa angket yang terdiri dari pertanyaan-pertanyaan baik yang positif maupun negatif.

Sedangkan skor yang di peroleh untuk mengetahui kebugaran jasmani siswa yaitu dengan Tes Kesegaran Jasmani Indonesia untuk tingkat Menengah Pertama. Tujuan Untuk mengukur kemampuan fisik siswa dan menentukan tingkat kesegaran jasmani siswa sekolah menengah pertama putra dan putri, serta remaja yang seusia. Butir-butir tesnya, terdiri dari: Tes Lari Cepat 50 meter, Tes Angkat Tubuh (30 detik untuk putri; 60 detik untuk putra), Tes Baring Duduk 60 detik, Tes Loncat Tegak, tes Lari Jauh (800 meter untuk putri; 1000 meter untuk putra)

E. Instrumen Penelitian

Dalam melakukan sebuah penelitian tentunya diperlukan sebuah alat untuk memperoleh data yang diperlukan dalam penelitian. Untuk mengumpulkan data yang diperoleh dalam penelitian ini menggunakan alat ukur seperti yang dikemukakan oleh Nurhasan (2000:2) sebagai berikut: “Dalam proses pengukuran membutuhkan alat ukur, dengan alat ukur ini kita mendapat data yang merupakan hasil pengukuran”. Adapun alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan angket untuk

mengukur Perilaku Sosial dan Tes Kesegaran Jasmani Indonesia untuk mengukur Tingkat Kebugaran Jasmani siswa SMP di Daerah Pedesaan dan di Perkotaan.

1. Instrumen untuk Mengukur Perilaku Sosial Siswa

Alat untuk mengukur Perilaku sosial di setiap SMP yang di teliti adalah dengan menggunakan tes angket atau kuesioner. Untuk memperoleh data yang akurat dalam sebuah penelitian tentunya diperlukan sebuah alat yang disebut instrument. Mengenai instrumen ini, Arikunto (1997:138) menerangkan sebagai berikut:

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

Oleh karena itu alat atau instrumen dalam sebuah penelitian mutlak harus ada sebagai bahan untuk pemecahan masalah penelitian yang hendak diteliti. Secara garis besar mengenai alat evaluasi ini Arikunto (1997:138) menggolongkannya atas dua macam yaitu tes dan non tes. Tes adalah serentetan pertanyaan atau latihan atau alat lain yang digunakan untuk mengukur keterampilan, pengetahuan, inteligensi, kemampuan atau bakat yang dimiliki oleh individu atau kelompok. Non tes adalah dengan mengamati sampel yang diteliti sesuai dengan kebutuhan penelitian sehingga diperoleh data yang diinginkan.

Dalam penelitian ini penulis menggunakan angket atau kuesioner sebagai alat pengumpul data. Mengenai pengertian angket atau kuesioner ini Arikunto (1997:128) menjelaskan sebagai berikut: “kuesioner adalah sejumlah pertanyaan tertulis yang digunakan untuk memperoleh informasi dari responden dalam arti laporan tentang pribadinya, atau hal-hal yang ia ketahui”.

Berdasarkan uraian tersebut di atas maka penulis simpulkan bahwa angket adalah seperangkat pernyataan yang harus dijawab oleh responden secara langsung

untuk diungkapkan pengalaman yang telah dimilikinya. Adapun angket yang penulis gunakan adalah angket tertutup, maksudnya adalah angket yang disusun dalam bentuk pernyataan terbatas, tegas, lengkap dan kongkret sehingga responden hanya diminta untuk mengisi jawaban pada halaman yang telah disediakan. Dengan demikian yang diperoleh dari responden tidak berupa uraian yang lebih rinci.

Data terkumpul dari angket berupa angka-angka yang dapat menunjukkan tentang Perilaku sosial yang hendak diteliti. Skala yang penulis gunakan adalah dengan Skala Likert. Mengenai skala Likert, Sukardi (2003:146) menjelaskan sebagai berikut:

“Skala ini telah banyak digunakan oleh para peneliti guna mengukur persepsi atau sikap seseorang. Skala ini menilai sikap atau tingkah laku yang diinginkan oleh para peneliti dengan cara mengajukan beberapa pertanyaan kepada responden. Kemudian responden diminta memberikan pilihan jawaban atau respons dalam skala ukur yang telah disediakan, misalnya sangat setuju, setuju, tidak setuju, dan sangat tidak setuju”.

Dengan pernyataan di atas, maka kuesioner dan skala Likert yang penulis pilih ini dirasa sesuai dengan permasalahan yang hendak penulis teliti, yaitu tentang apakah terdapat perbedaan Perilaku sosial siswa yang signifikan anatar siswa di daerah pegunungan dengan di perkotaan. Dalam pelaksanaannya populasi yang telah terlibat dalam kegiatan pembelajaran pendidikan jasmani diberikan tes angket Perilaku sosial. Tes yang sama juga diberikan kepada kelompok kontrol dengan jumlah yang sama yaitu 39 orang. Setelah itu dievaluasi dan dibandingkan Perilaku sosial yang dimiliki sampel yang telah terlibat kegiatan pembelajaran penjas, mana yang memiliki Perilaku sosial yang baik. Dari situ penulis berharap dapat menarik kesimpulan dan memperoleh jawaban dari masalah penelitian yang penulis teliti.

Penulis berkonsultasi dengan ahli psikologis untuk angket Perilaku sosial ini, untuk membahas apakah materi atau angket yang dibuat ini sudah mencakup tentang isi keseluruhan komponen Perilaku sosial, serta apakah kata-kata yang dibuat berupa pertanyaan angket ini mudah dipahami oleh responden. Setelah berkonsultasi

akhirnya angket ini sudah dipahami oleh responden. Setelah berkonsultasi akhirnya angket Perilaku sosial ini sudah disetujui oleh ahli psikologi.

Dalam penyusunan angket ini, penulis melakukan penilaian terhadap butiran pertanyaan dengan menggunakan skala Likert dikembangkan pada tahun 1932 dan mengalami perbaikan yang dilakukan oleh Requist dan Sletto pada tahun 1936. Skala Sikap Likert ini terdiri dari satu set pertanyaan, individu yang diukur sikapnya diharapkan memberi suatu respon terhadap setiap pertanyaan dengan menjawab salah satu dari alternatif jawaban. Sebagian dari pernyataan itu ada yang menyenangkan (positif) responden tidak menyenangkan (negatif). Kemungkinan jawaban berupa sangat setuju (SS), Setuju (S), Ragu-ragu (R), Tidak Setuju (TS), dan Sangat Tidak Setuju (STS). Setiap jawaban mungkin nilai yang berbeda sesuai dengan arah pertanyaan, lengkap setiap kemungkinan jawaban ini dapat dilihat pada table 3.4

Tabel 3.4
Ketentuan Pemberian Skor pada Angket Perilaku Sosial
Siswa Melalui Model Skala Sikap Likert

Alternatif jawaban	Skor Alternatif Jawaban	
	Positif	Negatif
Sangat Setuju	5	1
Setuju	4	2
Ragu-ragu	3	3
Tidak Detuju	2	4
Sangat Tidak Setuju	1	5

Pada tabel 3.4 tentang ketentuan pemberian skor pada angket Perilaku sosial melalui model skala sikap Likert, yaitu skor dalam setiap pertanyaan atau pertanyaan, skor bergerak dari nilai tertinggi lima dan terendah satu. Sekor tersebut tidak disajikan dalam pernyataan untuk responden hanya milik peneliti.

Penulis menyusun pernyataan-pernyataan agar responden dapat menjawab salah satu alternatif jawaban tersebut dengan berpedoman pada penjelasan Surakhmad (1990:184) sebagai berikut :

1. Rumuskan setiap pernyataan se jelas-jelasnya dan seringkas-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 penulis simulkan bahwa pernyataan yang disusun dalam angket ini harus bersifat jelas, ringkas, dan tegas. Selanjutnya penulis melakukan langkah-langkah penyusunan angket yaitu dengan melakukan spesifikasi data. Maksudnya untuk menjabarkan ruang lingkup masalah yang akan diukur. Untuk lebih jelas dan memudahkan penyusunan spesifikasi data tersebut, maka penulis tuangkan dalam bentuk kisi-kisi yang tampa dalam Tabel. 3.5.

Tabel 3.5
Kisi-kisi Instrumen Perilaku Sosial

No	Komponen	Sub. Komponen	Indikator
1.	Perilaku Sosial (Krech, Crutchfield, Ballachey, 1982)	1.Perilkau Peran 2.Perilaku dalam hubungan Sosial	a. Pemberani b. berkuasa c. inisiatif d. Mandiri atau tergantung a. Sikap diterima atau tidak diterima b. sikap bisa ergaul atau tidak bisa bergaul

			<p>c. Sikap ramah atau tidak ramah</p> <p>d. Sikap simpati atau tidak simpati</p>
		3.Perilaku Ekspresif	<p>a.Kooperasi atau tidak kerjasama</p> <p>b. Agresivitas atau tidak agresiv</p> <p>c. Sifat kalem atau tidak kalem</p> <p>d. Sikap pamer atau tidak pamer.</p>

Tabel 3.6
Pernyataan Berdasarkan Indikator Pembelajaran Penjas

Sub komponen	Indikator	Pernyataan	No Soal	
			+	-
1. Perilaku Peran	Pemberani	a. Mempertahankan haknya		1
		b. Tidak menghiraukan masalah mencolok mata		52
		c. Tidak malu melakukan suatu perbuatan	3	
		d. Percaya diri mengedepankan kepentingan sendiri		54

	Berkuasa	a. Sikap tegas		6
		b. Percaya diri	57	7
		c. Berorientasi pada kekuatan sendiri		58
		d. Berkemauan keras	8	
		e. Memimpin langsung		9
	Inisiatif	a. Senang mengorganisasi kelompok		10
		b. Tidak mempersoalkan latar belakang	59	
		c. Suka memberi saran dalam pertemuan	11	61
		d. mengambil alih kepemimpinan	62	12
	Mandiri atau tergantung	a. Membuat rencana sendiri	13	
		b. Tidak perlu bantuan orang lain	16	
		c. Emosional cukup stabil		15
2. Perilaku dalam hubungan sosial	Sikap diterima atau tidak diterima	a. Tidak berprasangka buruk	67	17
		b. Memiliki sikap loyal	69	
		c. Dapat dipercaya		18
		d. Menerima kesalahan orang lain	20	

		e. menghargai kelebihan orang lain	21	19
	Sikap bisa bergaul atau tidak bisa bergaul	a. Terlibat dalam kegiatan sosial	22	71
		b. senang bersama orang lain		72
		c. senang berpergian	73	23
		d. Sikap periang		74
	Sikap ramah atau tidak ramah	a. Penampilan hangat	24	75
		b. Sikap terbuka		76
		c. Mudah didekati orang	25	
	Sikap simpatik atau tidak simpatik	a. Sangat peduli pada orang lain	26	78
		b. murah hati	28	80
		c. suka membela	30	
3. Perilaku ekspresif	Kooperasi atau tidak kerjasama	a. Hubungan sosial sebagai perlombaan	81	
		b. Sifat persaingan	32	31
		c. Memperkaya diri sendiri	35	82
		d. Tidak kooperatif	86	36
	Agresivitas atau tidak agresif	a. Menyerang orang lain		88
		b. Sifat pendendam		92

		c. Tidak patuh	87	43
		d. Sering menyangkal	38	
	Sifat kalem atau tidak kalem	a. Sifat pemalu	90	94
		b. Perasaan gugup		45
		c. Merasa ragu-ragu	91	
		d. Terganggu dilihat orang lain	44	
	Sikap pamer dan tidak pamer	a. Perilaku berlebihan	96	46
		b. Mencari pengakuan		47
		c. Beerperilaku aneh	99	49

Sumber: Ujang Sudrajat,2010; dari tesis Ibu Oom Rohmah,2010

Dari komponen-komponen tersebut, selanjutnya dijadikan bahan penusunan butir-butir pernyataan atau soal dalam angket. Butir-butir pernyataan atau soal tersebut dibuat dalam bentuk pernyataan-pernyataan dengan kemungkinan jawaban yang tersedia.

Dalam perumusan pernyataan ditulis senantiasa berpedoman kepada sifat pernyataan yang sederhana yaitu penyusunan dalam perumusan suatu pernyataan makin jelas dan tegas sifatnya. oleh karena itu hendaknya diusahakan agar pernyataan tidak berbelit-belit. Mengenai pembuatan pernyataan angket Surakhmad(1990:185) menjelaskan sebagai berikut:

- a. Rumusan setiap pernyataan sejelas-jelasnya dan seringkas-ringkasnya.
- b. Mengajukan pertanyaan-pertanyaan yang memang dapat dijawab oleh responden, pertanyaan mnsa yang tidak menimbulkan agresif.
- c. Sifat pertanyaan hams netral dan objektif.
- d. Mengajukan pertanyaan yang jawabannya tidak diperoleh dari sumber lain.
- e. Keseluruhan pertanyaan dalam angket harus sanggup menyimpulkan kebulatan untuk masalah yang dihadapi.

Dari pendapat tersebut dapat diambil kesimpulan bahwa pembuatan pernyataan angket harus jelas dan mudah dibaca sehingga tidak menimbulkan kebingungan bagi pembaca, serta keseluruhan pernyataan dapat mencakup permasalahan yang sedang diteliti.

2. Instrumen untuk Mengukur Tingkat Kebugaran Jasmani Siswa SMP

Pengumpulan data dalam pelaksanaan penelitian ini adalah menggunakan beberapa tes yang disesuaikan dengan komponen kebugaran jasmani Indonesia tingkat menengah pertama.

Untuk memperoleh data dalam penelitian ini, digunakan prosedur pelaksanaan tes yang sudah baku yaitu Tes Kebugaran Jasmani Indonesia untuk tingkat SMP atau sederajat usia 13-15 tahun, instrumen ini terdiri dari tes 5 (lima) item, menurut Nurhasan dan Cholil (2007 : 119) sebagai berikut: a) lari 50 meter, b) baring duduk 50 detik, c) angkat tubuh 50 detik, d) loncat tegak, dan e) lari 800 dan 1.000 meter. Tes tersebut harus dilaksanakan dalam satu satuan waktu.

Tujuan Untuk mengukur kemampuan fisik siswa dan menentukan tingkat kesegaran jasmani siswa sekolah menengah pertama putra dan putri, serta remaja yang seusia. Tata cara tes pelaksanaan tes kebugaran jasmani Indonesia (TKJI)

a. Rangkaian Tes

- 1) Tes Lari Cepat 50 meter
- 2) Tes Angkat Tubuh (30 detik untuk putri; 60 detik untuk putra)
- 3) Tes Baring Duduk 60 detik
- 4) Tes Loncat Tegak
- 5) tes Lari Jauh (800 meter untuk putri; 1000 meter untuk putra)

b. Kegunaan/Fungsi Tes

- 1) Mengukur kemampuan fisik siswa

Maulana Yusup, 2013

Perbandingan Profil Tingkat Kebugaran Jasmani dan Perilaku Sosial antara Siswa SMP di Daerah Pedesaan dengan Siswa di Perkotaan

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

- 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
- 6) Sebagai salah satu bahan masukan dalam memberikan nilai pelajaran penjaskes.

c. Alat dan Fasilitas

- 1) Lintasan lari atau lapangan yang datar tidak licin
- 2) Stop watch
- 3) Bendera start dan tiang pancing
- 4) Nomor dada
- 5) Palang tunggal
- 6) Papan bersekala dengan ukuran 30 x 150 cm dan berwarna gelap
- 7) Serbuk kapur
- 8) Penghapus
- 9) 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 3 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 50 meter
- 2) Kedua : Angkat tubuh (*pull up*), 30 detik untuk putri; 60 detik untuk putra.

Maulana Yusup, 2013

Perbandingan Profil Tingkat Kebugaran Jasmani dan Perilaku Sosial antara Siswa SMP di Daerah Pedesaan dengan Siswa di Perkotaan

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

- 3) Ketiga : Baring duduk (*sit up*), 60 detik.
- 4) Keempat : Loncat tegak (*vertical jump*)
- 5) Kelima : Lari jauh 800 meter untuk putri; 1000 meter untuk putra

e. Petunjuk Umum

1) Siswa-siswi SMPN 2 Cikajang Garut dan SMPN 45 Bandung

- a) Dalam kondisi sehat dan siap untuk melaksanakan tes
- b) Diharapkan sudah makan maksimal 2 jam sebelum tes
- c) Memakai sepatu dan pakaian olahraga
- d) Melakukan pemanasan (*warming up*)
- e) Memahami tata cara pelaksanaan tes
- f) Jika tidak dapat melaksanakan salah satu atau lebih dari tes maka tidak mendapatkan nilai atau gagal.

2) Peneliti

- a) Mengarahkan para siswa-siswi untuk melakukan pemanasan (*warming up*)
- b) Memberikan nomor dada yang jelas dan mudah dilihat peneliti
- c) Memberikan pengarahan kepada siswa-siswi SMP tentang petunjuk pelaksanaan tes dan mengizinkan mereka untuk mencoba gerakan-gerakan tersebut.
- d) Memperhatikan kecepatan perpindahan pelaksanaan butir tes ke butir tes berikutnya dengan tempo sesingkat mungkin dan tidak menunda waktu.
- e) Tidak memberikan nilai pada siswa-siswi yang tidak dapat melakukan satu butir tes atau lebih
- f) Mencatat hasil tes dapat menggunakan formulir tes perorangan atau per butir tes.

f. Petunjuk Pelaksanaan Tes

1) Tes Lari 50 Meter

- a) Tujuan

Maulana Yusup, 2013

Perbandingan Profil Tingkat Kebugaran Jasmani dan Perilaku Sosial antara Siswa SMP di Daerah Pedesaan dengan Siswa di Perkotaan

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

Tes ini bertujuan untuk mengukur kecepatan

b) Alat dan Fasilitas

- (1) Lintasan lurus, rata, tidak licin, mempunyai lintasan lanjutan, berjarak 60 meter
- (2) Bendera start
- (3) Peluit
- (4) Tiang pancang
- (5) Stop watch
- (6) Serbuk kapur
- (7) Formulir TKJI
- (8) Alat tulis

c) Peneliti

Pengukur waktu merangkap pencatat hasil tes

d) Pelaksanaan

(1) Sikap permulaan

Siswa-siswi SMP berdiri dibelakang garis start

(2) Gerakan

(a) pada aba-aba “SIAP” Siswa-siswi SMP mengambil sikap start berdiri, siap untuk lari

(b) pada aba- aba “YA” Siswa-siswi SMP lari secepat mungkin menuju garis finish

(3) Lari masih bisa diulang apabila Siswa-siswi SMP

(a) Pelari mencuri start

(b) Pelari tidak melewati garis finish

(c) Pelari terganggu oleh pelari lainnya

(d) jatuh atau terpeleset

(4) Pengukuran waktu

Pengukuran waktu dilakukan dari saat bendera start diangkat sampai pelari melintasi garis finish.

(5) Pencatat hasil

- (a) hasil yang dicatat adalah waktu yang dicapai oleh pelari untuk menempuh jarak 50 meter dalam satuan detik
- (b) waktu dicatat satu angka dibelakang koma.

2) Tes Gantung Angkat Tubuh (*Pull Up*), 30 detik untuk putri; 60 detik untuk putra

a) Tujuan

Tes ini bertujuan untuk mengukur kekuatan dan ketahanan otot lengan dan bahu

b) Alat dan fasilitas

- (1) Lantai yang rata dan bersih
- (2) Palang tunggal yang dapat diatur ketinggiannya yang disesuaikan dengan ketinggian Siswa-siswi SMP, palang pegangan terbuat dari besi.
- (3) Stopwatch
- (4) serbuk kapur atau magnesium karbonat
- (5) alat tulis

c) Peneliti

- (1) pengamat waktu
- (2) penghitung gerakan merangkap pencatat hasil

d) Pelaksanaan

(1) Sikap permulaan

Siswa-siswi SMP berdiri di bawah palang tunggal. Kedua tangan berpegangan pada palang tunggal selebar bahu. Pegangan telapak tangan menghadap ke arah letak kepala.

(2) Gerakan

- (a) Mengangkat tubuh dengan membengkokkan kedua lengan, sehingga dagu menyentuh atau berada di atas palang tunggal.

kemudian kembali ke sikap permulaan. Gerakan ini dihitung satu kali.

- (b) Selama melakukan gerakan, mulai dan kepala sampai ujung kaki tetap merupakan satu garis lurus.
- (c) Gerakan ini dilakukan berulang-ulang, tanpa istirahat sebanyak mungkin selama 30 detik;60 detik.
- (d) Angkatan dianggap gagal dan tidak dihitung apabila:
 - pada waktu mengangkat badan, Siswa-siswi SMP melakukan gerakan mengayun
 - pada waktu mengangkat badan, dagu tidak menyentuh palang tunggal
 - pada waktu kembali ke sikap permulaan kedua lengan tidak lurus

(3) Pencatatan Hasil

- (a) Gerakan yang dihitung adalah angkatan yang dilakukan dengan sempurna.
- (b) Gerakan yang dicatat adalah jumlah (frekuensi) angkatan yang dapat dilakukan dengan sikap sempurna tanpa istirahat selama 30 detik;60 detik.
- (c) Siswa-siswi SMP yang tidak mampu melakukan Tes angkatan tubuh ini, walaupun telah berusaha, diberi nilai nol (0).

3) Tes Baring Duduk (*Sit Up*) Selama 60 detik

- a) Tujuan
 - Mengukur kekuatan dan ketahanan otot perut.
- b) Alat dan fasilitas
 - (1) lantai atau lapangan yang rata dan bersih
 - (2) stopwatch

- (3) alat tulis
- (4) alas atau tikar atau matras dan lain-lain
- c) Peneliti
 - (1) pengamat waktu
 - (2) penghitung gerakan merangkap pencatat hasil
- d) Pelaksanaan
 - (1) sikap permulaan
 - (a) berbaring telentang di lantai, kedua lutut ditekuk dengan sudut 90° dengan kedua jari-jarinya diletakkan di belakang kepala.
 - (b) Siswa-siswi SMP lain menekan atau memegang kedua pergelangan kaki agar kaki tidak terangkat.
 - (2) Gerakan
 - (a) Gerakan aba-aba “YA” Siswa-siswi SMP bergerak mengambil sikap duduk sampai kedua sikunya menyentuh paha, kemudian kembali ke sikap awal.
 - (b) Lakukan gerakan ini berulang-ulang tanpa henti selama 60 detik
- e) Pencatatan Hasil
 - (1) Gerakan tes tidak dihitung apabila:
 - (a) pegangan tangan terlepas sehingga kedua tangan tidak terjalin lagi
 - (b) kedua siku tidak sampai menyentuh paha
 - (c) menggunakan sikunya untuk membantu menolak tubuh
 - (2) Hasil yang dihitung dan dicatat adalah gerakan tes yang dapat dilakukan dengan sempurna selama 60 detik
 - (3) Siswa-siswi SMP yang tidak mampu melakukan tes ini diberi nilai nol

4) Tes Loncat Tegak (*Vertical Jump*)

- a) Tujuan

Tes ini bertujuan untuk mengukur daya ledak otot atau tenaga eksplosif
- b) Alat dan Fasilitas

Maulana Yusup, 2013

Perbandingan Profil Tingkat Kebugaran Jasmani dan Perilaku Sosial antara Siswa SMP di Daerah Pedesaan dengan Siswa di Perkotaan

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

- (1) Papan berskala centimeter, warna gelap, ukuran 30 x 150 cm, dipasang pada dinding yang rata atau tiang. Jarak antara lantai dengan angka nol (0) pada papan tes adalah 150 cm
 - (2) Serbuk kapur
 - (3) Alat penghapus papan tulis
 - (4) Alat tulis
- c) Peneliti
Pengamat dan pencatat hasil
- d) Pelaksanaan
- (1) Sikap permulaan
 - (a) Terlebih dulu ujung jari Siswa-siswi SMP diolesi dengan serbuk kapur atau magnesium karbonat
 - (b) Siswa-siswi SMP berdiri tegak dekat dinding, kaki rapat, papan skala berada pada sisi kanan / kiri badan Siswa-siswi SMP. Angkat tangan yang dekat dinding lurus ke atas, telapak tangan ditempelkan pada papan skala hingga meninggalkan bekas jari.
 - (2) Gerakan
 - (a) Siswa-siswi SMP mengambil awalan dengan sikap menekukkan lutut dan kedua lengan diayun ke belakang. Kemudian Siswa-siswi SMP meloncat setinggi mungkin sambil menepuk papan dengan tangan yang terdekat sehingga menimbulkan bekas.
 - (b) Lakukan tes ini sebanyak 3 kali tanpa istirahat atau boleh diselingi Siswa-siswi lain
- e) Pencatatan Hasil
- (1) Selisih raihan loncatan dikurangi raihan tegak
 - (2) Ketiga selisih hasil tes dicatat
 - (3) Masukkan hasil selisih yang paling besar

5) **Tes Lari jauh 800m untuk putri;1000m untuk putra**

a) Tujuan

Tes ini bertujuan untuk mengukur daya tahan jantung paru, peredaran darah dan pernafasan

b) Alat dan Fasilitas

- (1) Lintasan lari
- (2) Stopwatch
- (3) Bendera start
- (4) Peluit
- (5) Tiang pancang
- (6) Alat tulis

c) Peneliti

- (1) Petugas pemberangkatan
- (2) Pengukur waktu
- (3) Pencatat hasil
- (4) Pengawas dan pembantu umum

d) Pelaksanaan

- (1) Sikap permulaan

Siswa-siswi SMP berdiri di belakang garis start

- (2) Gerakan

- (a) Pada aba-aba “SIAP” Siswa-siswi SMP mengambil sikap berdiri, siap untuk lari
- (b) Pada aba-aba “YA” Siswa-siswi SMP lari semaksimal mungkin menuju garis finish

e) Pencatatan Hasil

- (1) Pengambilan waktu dilakukan mulai saat bendera start diangkat sampai Siswa-siswi SMP tepat melintasi garis finish.
- (2) Hasil dicatat adalah waktu yang dicapai oleh pelari untuk menempuh jarak 800-1000 meter, dalam satuan menit dan detik.

(a) Contoh : 3 menit 12 detik maka ditulis 3' 12"

Adapun kriteria penilaian tiap butir tes adalah sebagai berikut.

1. Tabel Nilai

Hasil setiap butir tes yang telah dicapai oleh Siswa-siswi SMP 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 kebugaran jasmani remaja.

Tabel 3.7

Tabel Nilai Tes Kebugaran Jasmani Indonesia Lari 50 meter.

No.	12-15 Tahun		Nilai
	Putera	Puteri	
1	Sd - 6.7"	Sd - 7.7"	5
2	6.8" - 7.6"	7.8" - 8.7"	4
3	7.7" - 8.7"	8.8" - 9.9"	3
4	8.8" - 10.3"	10.0" - 11.9"	2
5	10.4" - dst	12.0" - dst	1

Tabel 3.8

Tabel Nilai Tes Kebugaran Jasmani Indonesia angkat tubuh 60;30 detik

No.	12-15 Tahun		Nilai
	Putera	Puteri	
1	16 ke atas	41 keatas	5
2	11 - 15	22 - 40	4
3	6 - 10	10 - 21	3

Maulana Yusup, 2013

Perbandingan Profil Tingkat Kebugaran Jasmani dan Perilaku Sosial antara Siswa SMP di Daerah Pedesaan dengan Siswa di Perkotaan

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

4	2 - 5	3 - 9	2
5	0 - 1	0 - 2	1

Tabel 3.9
Tabel Nilai Tes Kebugaran Jasmani Indonesia baring duduk 60 detik

No.	12-15 Tahun		Nilai
	Putera	Puteri	
1	38 ke atas	28 keatas	5
2	28 - 37	19 - 27	4
3	19 - 27	9 - 18	3
4	8 - 18	3 - 8	2
5	0 - 7	0 - 2	1

Tabel 3.10
Tabel Nilai Tes Kebugaran Jasmani Indonesia loncat tegak

No.	12-15 Tahun		Nilai
	Putera	Puteri	
1	66 ke atas	50 keatas	5
2	53 - 65	39 - 49	4
3	42 - 52	30 - 38	3
4	31 - 41	21 - 29	2
5	0 - 30	0 - 20	1

Tabel 3.11
Tabel Nilai Tes Kebugaran Jasmani Indonesia lari jauh 1000;800 meter

No.	12-15 Tahun		Nilai
	Putera	Puteri	
1	Sd - 3'.04"	Sd - 3'.06"	5
2	3'.05" - 3'.53"	3'.07" - 3'.55"	4
3	3'.54" - 4'.46"	3'.56" - 4'.58"	3

Maulana Yusup, 2013

Perbandingan Profil Tingkat Kebugaran Jasmani dan Perilaku Sosial antara Siswa SMP di Daerah Pedesaan dengan Siswa di Perkotaan

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

4	4'.47'' - 6'.04''	4'.59'' - 6'.40''	2
5	6'.05'' - dst	6'.41'' - dst	1

2. Tabel Norma

Tabel 3.12
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, dan
- (2) Cocokkan hasil penjumlahan nilai tersebut dengan normal tes kebugaran jasmani di atas

3. Uji Coba Angket

Untuk mengetahui apakah butir-butir pertanyaan yang telah dibuat dari kisi-kisi angket telah memadai atau tidak terhadap aspek-aspek yang akan diteliti, terlebih dahulu penulis melakukan uji coba instrumen tersebut. Untuk hal tersebut Surakhmad (1990:181), menyatakan bahwa :

Setelah angket selesai disusun kini kita mengadakan percobaan (*try out*). Dalam fase ini kita dapat meminta pertimbangan para ahli, atau menyampaikan bentuk yang selesai pada beberapa orang yang dapat

digolongkan dalam kategori responden, untuk diisi dan segera diperbincangkan dengan mereka mengenai kelemahan-kelemahan pertanyaan, misalnya mengenai kemungkinan adanya yang mengandung lebih dari atau pengertian, perumusan yang kurang jelas, petunjuk yang membingungkan, pertanyaan yang kurang disenangi, yang dijawab sepintas, serta penerimaan umum dan pihak responden.

Berdasarkan uraian tersebut diatas angket yang telah disusun dikonsultasikan atau dikonstruksi dengan ahli yang sesuai bidangnya. angket ini membahas mengenai perilaku sosial siswa sehingga penulis mengkonsultasikan dengan ahli psikologi, untuk mengetahui apakah angket tersebut sudah sesuai dengan isi mengenai komponen perilaku sosial. Setelah angket tersebut dikonsultasikan, selanjutnya penulis memberikan angket tersebut kepada kepada orang untuk mengetahui apakah pernyataan yang tertera dalam angket ini sulit atau mudah dipahami. Selanjutnya penulis melakukan konsultasi dengan ahli mengenai hasil beberapa orang tadi.

Adapun menurut sebelum melakukan uji coba pengolahan data yang harus diperhatikan adalah metode mengenai pengadaan instrumen. Menurut Arikunto (2002:142-143) mengenai metode pengadaan instrumen adalah sebagai berikut.

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

Sesuai dengan pernyataan di atas, maka angket yang telah disusun kemudian diuji cobakan kepada responden untuk mengukur tingkat validitas dan reliabilitas dari setiap butir pertanyaan. Dari uji coba angket akan diperoleh sebuah angket yang memenuhi syarat dan dapat digunakan sebagai pengumpul data dalam penelitian ini.

Maulana Yusup, 2013

Perbandingan Profil Tingkat Kebugaran Jasmani dan Perilaku Sosial antara Siswa SMP di Daerah Pedesaan dengan Siswa di Perkotaan

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

Karena apabila kita melakukan sebuah penelitian dan menggunakan alat ukur atau instrumen yang tidak relevan, maka hasil dari penelitian yang dilakukan juga tidak relevan. Oleh karena itu instrumen dalam sebuah penelitian harus relevan untuk mencapai penelitian yang baik.

Pernyataan di atas sesuai dengan pendapat Sugiyono (2008:173) bahwa,

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

Selanjutnya Penulis menguji cobakan angket tentang perilaku sosial siswa SMP di Daerah Pedesaan dengan di Perkotaan tetapi bukan kepada sampel yang sebenarnya yang penulis hendak teliti. Jumlah responden dalam uji coba ini penulis mengambil sebanyak 20 orang. Pelaksanaan Uji coba angket penulis laksanakan pada tanggal bulan Agustus 2013 setelah disetujui oleh dosen pembimbing. Sebelum para sampel mengisi angket tersebut, penulis memberikan penjelasan mengenai cara-cara pengisiannya.

F. Proses Pengembangan Instrumen

Untuk mengetahui kesahihan dan kelayakan dari tiap butir soal, uji validitas instrumen yang di gunakan adalah uji validitas internal butir dengan mengkorelasikan antara skor butir soal dengan skor total responden, sedangkan untuk uji reliabilitas instrumen penulis menggunakan rumus korelasi *product moment*.

1. Uji Validitas Instrumen Penelitian

Untuk menguji validitas keonstruk dapat dipergunakan pendapat para ahli (*judgement expert*) seperti di ungkapkan Masrun (1979) dalam Sugiyono (2012:188) bahwa : ”Teknik korelasi untuk menentukan validitas item ini sampai sekarang merupakan teknik yang paling banyak digunakan”. Selanjutnya dalam memberikan

Maulana Yusup, 2013

Perbandingan Profil Tingkat Kebugaran Jasmani dan Perilaku Sosial antara Siswa SMP di Daerah Pedesaan dengan Siswa di Perkotaan

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

interpretasi terhadap koefisien korelasi, Masrun menyatakan “Item yang mempunyai korelasi positif dengan kriterium (Skor Total) serta korelasi yang tinggi, menunjukkan bahwa item tersebut mempunyai validitas yang tinggi pula. Biasanya syarat minimum untuk dianggap memenuhi syarat adalah kalau $r = 0,3$. Jadi kalau korelasi diatas 0,3 maka item pernyataan dinyatakan valid, bila korelasinya dibawah 0,3 maka item tersebut dinyatakan tidak valid. Item pernyataan yang tidak valid dibuang.

Langkah-langkah dalam mengolah data untuk menentukan validitas instrumen adalah mengkorelasikan skor jawaban per-item dengan skor total dengan rumus:

$$r_{x,y} = \frac{N \sum A, B - (\sum A)(\sum B)}{\sqrt{\{N \sum A^2 - (\sum A)^2\} \{N \sum B^2 - (\sum B)^2\}}}$$

Keterangan :

r	= Korelasi Product Moment
$\sum X_i$	= Jumlah Skor Suatu Item
$\sum X_{1tot}$	= Jumlah Total Skor Jawaban
$\sum X_i^2$	= Jumlah Kuadrat Skor Jawaban Suatu Item Jawaban
$\sum X_{1tot}^2$	= Jumlah Kuadrat Total Skor Jawaban

Ketentuan yang berlaku adalah apabila kedua kelompok tersebut diatas 0,30 maka dianggap instrumen memiliki validitas konstruksi yang baik.

Dari hasil Uji coba angket yang dilaksanakan di sekolah yang berbeda dengan sampel 30 orang siswa dan soal angket 100, setelah di Uji Validitasnya ternyata ada 62 soal yang dinyatakan Valid yaitu : soal no 3, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 28, 30, 31, 32, 35, 36, 38, 43, 44, 45, 46, 47, 49, 52, 54, 57, 58, 59, 61, 62, 67, 69, 71, 72, 73, 74, 75, 76, 78, 80, 81, 82, 86, 87, 88, 90, 91, 92,

94, 96, 99. Sedangkan untuk yang Tidak Valid terdapat 38 soal yaitu : 1, 2, 4, 5, 14, 27, 29, 33, 34, 37, 39, 40, 41, 42, 48, 50, 51, 53, 55, 56, 60, 63, 64, 65, 66, 68, 70, 77, 79, 83, 84, 85, 89, 93, 95, 97, 98, 100.

2. Uji Reliabilitas Instrumen Penelitian

Dalam buku Sugiyono (2012:190) Pengujian reliabilitas pada penelitian ini dilakukan secara internal consistency dengan reliabilitas instrumen dapat di uji dengan menganalisa konsistensi butir-butir yang ada pada instrumen dengan teknik belah dua dari *Spearman Brown* (split half) (Sugiyono,2010 :185).

$$r_1 = \frac{2r_b}{1 + r_b}$$

Keterangan :

- r_1 = reliabilitas Internal seluruh instrumen
- r_b = korelasi product moment antara belahan pertama dengan belahan kedua

Setelah korelasi ganjil dan genap dipisahkan lalu dihitung korelasi keduanya yaitu dengan skor 0,896388, maka untuk dijujukan koefisien reliabilitasnya.

Menurut Kaplan dan Saccuzo (1993:1-24) “ koefisien reliabilitas yang paling baik untuk digunakan dikisaran 0,7”. Nilai reliabilitas instrument yang digunakan dalam penelitian ini adalah 0,9. Oleh karena itu dapat disimpulkan bahwa instrumen yang digunakan dalam penelitian ini memiliki reliabilitas yang tinggi.

G. Teknik Pengumpulan Data dan Alasan Rasionalnya.

Alat untuk mengukur Perilaku sosial di setiap SMP yang di teliti adalah dengan menggunakan tes angket atau kuesioner. Untuk memperoleh data yang akurat dalam sebuah penelitian tentunya diperlukan sebuah alat yang disebut instrument. setelah angket tersebut di uji untuk validitas dan reliabilitanya.

Sedangkan pengumpulan data dalam pelaksanaan penelitian ini untuk mengetahui kebugaran jasmani siswa adalah menggunakan beberapa tes yang disesuaikan dengan komponen kebugaran jasmani Indonesia tingkat menengah pertama. Untuk memperoleh data dalam penelitian ini, digunakan prosedur pelaksanaan tes yang sudah baku yaitu Tes Kebugaran Jasmani Indonesia untuk tingkat SMP atau sederajat usia 13-15 tahun, instrumen ini terdiri dari tes 5 (lima) item, menurut Nurhasan dan Cholil (2007 : 119) sebagai berikut: a) lari 50 meter, b) baring duduk 50 detik, c) angkat tubuh 50 detik, d) loncat tegak, dan e) lari 800 dan 1.000 meter. Tes tersebut harus dilaksanakan dalam satu satuan waktu.

H. Analisis Data

Untuk menjadikan data yang diperoleh mengandung arti dan dapat menjawab permasalahan yang diteliti, maka salah satu usahanya adalah mengelola dan menganalisis data tersebut. Setelah data tes kebugaran jasmani dan data tes angket perilaku sosial siswa SMP di daerah pedesaan dengan di perkotaan, maka ditentukan rancangan analisis berdasarkan data-data yang diperoleh dari skor sampel. Adapun langkah-langkahnya sebagai berikut:

1. Seleksi data, yaitu memilih dan memisahkan data yang telah terkumpul sesuai dengan hasil tes.
2. Menghitung rata-rata tiap butir tes pada kelompok sampel dengan rumus:

$$\bar{\chi} = \frac{\sum X}{n}$$

Keterangan:

$\bar{\chi}$ = Nilai rata-rata yang dicari

$\sum X$ = Jumlah skor

N = Jumlah sampel

3. Menentukan konversi nilai tes dari setiap kategori tes.

Tabel 3.13
Konversi Nilai

Kategori	Konversi Nilai
Sempurna	10
Baiksekali	8
Baik	6
Cukup	4
Kurang	2

Sumber: Nurhasan (2008:46)

4. Pengkategorian nilai kemampuan tes keseluruhan tiap tiap kelompok populasi berdasarkan konversi nilai, dengan kategori kemampuan sebagai berikut:

Tabel 3.14
Kategori Kemampuan

Rentang Skor	Kategori Kemampuan
9,6 – 10	Sempurna
8,0 - 9,5	Baik sekali
6,0 - 7,9	Baik
4,0 - 5,9	Cukup
2,0 - 3,9	Kurang

Sumber: Nurhasan (2008:47)

5. Uji Normalitas Distribusi (Nurhasan, 2005:105) dengan menggunakan pendekatan Uji Liliefors, maka langkah-langkah pengujiannya adalah sebagai berikut:
- Menyusun data hasil pengamatan, yang dimulai dari nilai pengamatan yang paling kecil sampai nilai pengamatan yang paling besar.
 - Hitung nilai rata-rata (\bar{X}) dengan rumus adalah sebagai berikut:

$$\bar{X} = \frac{X_1 + X_2 + \dots + X_n}{n} \text{ atau}$$

$$\bar{X} = \frac{\Sigma X}{n}$$

- c. Hitung simpangan baku (S) dari variabel tersebut dengan rumus adalah sebagai berikut:

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

- d. Hitung nilai Z masing-masing data dengan pendekatan Z skor adalah sebagai berikut:

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

- e. hitung peluang masing-masing nilai F (Zi) dengan bantuan tabel distribusi normal baku (tabel distribusi Z). Selain itu juga yang harus diperhatikan yaitu bila nilai Z negatif, maka dalam menentukan Fzi-nya adalah 0,5 – luas daerah distribusi Z pada tabel. Kemudian bila nilai Z positif, maka dalam menentukan Fzi-nya adalah 0,5 + luas daerah distribusi Z pada tabel.
- f. Menentukan proporsi masing-masing nilai S (Zi) dengan cara melihat kedudukan nilai Z pada nomor urut sampel yang kemudian dibagi dengan banyaknya sampel.
- g. Hitung selisih antara F(Zi)-S(Zi) dan tentukan harga mutlak nya.
- h. Ambil harga mutlak yang paling besar diantara harga mutlak dari seluruh sampel yang ada kemudian berilah simbol Lo.
- i. Dengan bantuan tabel Nilai Kritis L untuk uji Liliefors, maka tentukanlah nilai La.
- j. Bandingkanlah nilai La tersebut dengan nilai Lo untuk mengetahui diterima atau ditolak hipotesisnya, dengan kriteria:

Terima Ho jika $Lo < La = \text{Normal}$

Tolak H_0 jika $L_0 > L_\alpha =$ Tidak Normal

6. Uji Homogenitas variansi yang digunakan pada penelitian ini adalah uji kesamaan dua variansi (Nurhasan, 2005:110) adalah sebagai berikut:

a. Sebelum menentukan nilai pendekatan statistik untuk uji homogenitas, maka penulis menentukan pasangan hipotesis yang akan diuji dengan ketentuan sebagai berikut:

$$H_0 = \sigma_1^2 = \sigma_2^2$$

$$H_1 = \sigma_1^2 \neq \sigma_2^2$$

b. Menentukan pendekatan statistik dengan rumus sebagai berikut:

$$F = \frac{\text{Variansi terbesar}}{\text{Variansi terkecil}}$$

c. Menentukan kriteria penerimaan dan penolakan hipotesis adalah sebagai berikut:

Tolak hipotesis (H_0) jika $F > F_\alpha$

Terima hipotesis (H_0) jika $F < F_\alpha$

d. Menentukan batas kritis penolakan dan penerimaan hipotesis dengan menentukan dk pembilang dan dk penyebut dengan masing-masing dk dikurangi 1 dan ketentuan $\alpha = 0,05$.

e. Menarik kesimpulan berdasarkan hasil dari penghitungan uji homogenitas.

7. Uji Hipotesis dengan Metode Korelasi Tunggal

Uji korelasi yang digunakan pada penelitian ini yaitu menggunakan uji korelasi dengan pendekatan statistik dari Person (Nurhasan 2005:51) adalah sebagai berikut.

$$r_{xy} = \frac{\sum X_1 Y_1}{\sqrt{(\sum X_1)^2 (\sum Y_1)^2}}$$

Keterangan :

r_{xy} = Korelasi antara variabel X dan variabel Y

X_1 = Perbedaan antara tiap skor dengan nilai rata-rata dari variabel X

Y_1 = Perbedaan antara tiap skor dengan nilai rata-rata dari variabel Y

Adapun langkah-langkah penentuan korelasi tersebut diantaranya adalah sebagai berikut:

- a. Mencari/menghitung nilai rata-rata dari variabel (x) dan variabel (y).
- b. Menghitung nilai X_1 , dengan cara skor dari setiap siswa dikurangi dengan nilai rata-rata dari variabel (x).
- c. Menghitung nilai Y_1 , dengan cara skor dari setiap siswa dikurangi dengan nilai rata-rata dari variabel (y).
- d. Mencari nilai X_1^2 , dengan cara mengkuadratkan nilai yang terdapat pada kolom X_1 dari setiap individu.
- e. Mencari nilai Y_1^2 , dengan cara mengkuadratkan nilai yang terdapat pada kolom Y_1 dari setiap individu.
- f. Mencari nilai X_1Y_1 , dengan cara mengkalikan angka-angka yang terdapat pada kolom X_1 dengan angka-angka yang terdapat pada kolom Y_1 .
- g. Menjumlahkan nilai-nilai X_1 , Y_1 dan X_1Y_1 .
- h. Mensubstitusikan nilai-nilai yang telah ditentukan pada langkah sebelumnya kedalam rumus koefisien korelasi berpasangan.

Setelah teknik koefisien korelasi dilakukan selanjutnya peneliti melakukan uji kebermaknaan (signifikansi) koefisien korelasi tunggal. Adapun langkah-langkah untuk melakukan uji signifikansi dari koefisien korelasi tunggal Nurhasan (2002:163) adalah sebagai berikut:

Maulana Yusup, 2013

Perbandingan Profil Tingkat Kebugaran Jasmani dan Perilaku Sosial antara Siswa SMP di Daerah Pedesaan dengan Siswa di Perkotaan
Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

- 1) Tulis H_0 dan H_1 dalam bentuk kalimat.

H_0 : Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara variabel X dan Y

H_1 : Terdapat hubungan yang signifikan antara variabel X dan Y

- 2) Tulis H_0 dan H_1 dalam bentuk statistik.

H_0 : $r = 0$

H_1 : $r \neq 0$

- 3) Cari t_{hitung} dengan rumus

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

- 4) Menetapkan taraf signifikansi, yaitu $\alpha = 0,05$.

- 5) Tentukan kriteria pengujian signifikansi korelasi, yaitu:

Jika $-t_{tabel} \leq t_{hitung} \leq t_{tabel}$, maka H_0 diterima atau korelasinya tidak signifikan.

- 6) Tentukan derajat kebebasan (dk) dengan rumus $dk = n-2$.

- 7) Bandingkan t_{hitung} dengan t_{tabel} .

- 8) Buat kesimpulan.