

## BAB III METODE PENELITIAN

### 3.1 Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif, di mana kuantitatif yaitu data yang berbentuk skor (Fraenkel, Wallen, & Hyun, 2012). Desain penelitian ini menggunakan desain korelasi, yaitu jenis penelitian yang menentukan hubungan antara dua atau lebih variable (Fraenkel et al., 2012).

Desain korelasi dipilih karena penelitian bermaksud mengetahui hubungan tingkat aktivitas fisik dan persepsi manfaat berolahraga mahasiswa universitas Pendidikan Indonesia pada era pandemi corona virus di Indonesia.



*Gambar 3. 1* Desain Korelasi

Sumber : (Fraenkel et al., 2012)

### 3.2 Partisipan

Partisipan yang terlibat dalam penelitian ini adalah mahasiswa di Universitas Pendidikan Indonesia yang masih aktif, berjenis kelamin laki-laki maupun perempuan yang berasal dari kampus UPI bumi siliwangi berjumlah 389 responden, dan juga berasal dari 8 fakultas dan bisa di wakikan setiap fakultas yaitu FPOK sebanyak (111) orang, FPMIPA sebanyak (49) orang, FPSD sebanyak (32) orang, FPIPS sebanyak (47) orang, FPBS sebanyak (31) orang, FPEB sebanyak (31) orang, FIP sebanyak (49) orang, FPTK sebanyak (39) orang. Selain itu terdapat tim peneliti yang berjumlah 6 orang.

### 3.3 Populasi dan Sampel

Populasi dan sampel pada penelitian ini adalah sebagai berikut:

#### 3.3.1 Populasi

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek/subjek yang memiliki kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk di pelajari dan kemudia ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2007). Populasi dalam

penelitian ini adalah mahasiswa universitas Pendidikan Indonesia yang terdiri dari 8 fakultas. Populasi yang terlibat dalam penelitian ini adalah mahasiswa UPI yang masih aktif yang berjumlah 34.612 orang, berjenis kelamin laki-laki maupun perempuan yang berasal dari kampus UPI bumi siliwangi dan bisa diwakilkan setiap fakultas yaitu: FIP, FPSD, FPBS, FPEB, FPOK, FPIPS, FPMIPA, FPTK, FPBS.

### 3.3.2 Sampel

Adapun teknik sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Cluster Random Sampling*. Kerena peneliti terlebih dahulu menentukan kluster-kluster atau (kelompok-kelompok atau organisasi-organisasi) lalu mengidentifikasi nama-nama individu dalam dalam setiap kluster (Fraenkel et al., 2012) dengan kriteria mahasiswa universitas pendidikan Indonesia. Berdasarkan tabel Issac dan Michael jumlah sampel adalah 344 orang, karena jumlah N di antara 30.000 sampai 100.000 orang namun peneliti mengambil sampel sebanyak 389 orang.

N	s			N	s			N	s		
	1%	5%	10%		1%	5%	10%		1%	5%	10%
10	10	10	10	280	197	155	138	2800	537	310	247
15	15	14	14	290	202	158	140	3000	543	312	248
20	19	19	19	300	207	161	143	3500	558	317	251
25	24	23	23	320	216	167	147	4000	569	320	254
30	29	28	27	340	225	172	151	4500	578	323	255
35	33	32	31	360	234	177	155	5000	586	326	257
40	38	36	35	380	242	182	158	6000	598	329	259
45	42	40	39	400	250	186	162	7000	606	332	261
50	47	44	42	420	257	191	165	8000	613	334	263
55	51	48	46	440	265	195	168	9000	618	335	263
60	55	51	49	460	272	198	171	10000	622	336	263
65	59	55	53	480	279	202	173	15000	635	340	266
70	63	58	56	500	285	205	176	20000	642	342	267
75	67	62	59	550	301	213	182	30000	649	344	268
80	71	65	62	600	315	221	187	40000	653	345	269
85	75	68	65	650	329	227	191	50000	655	346	269
90	79	72	68	700	341	233	195	75000	658	346	270
95	83	75	71	750	352	238	199	100000	659	347	270
100	87	78	73	800	363	243	202	150000	661	347	270
110	94	84	78	850	373	247	205	200000	661	347	270
120	102	89	83	900	382	251	208	250000	662	348	270
130	109	95	88	950	391	255	211	300000	662	348	270
140	116	100	92	1000	399	258	213	350000	662	348	270
150	122	105	97	1100	414	265	217	400000	662	348	270
160	129	110	101	1200	427	270	221	450000	663	348	270
170	135	114	105	1300	440	275	224	500000	663	348	270
180	142	119	108	1400	450	279	227	550000	663	348	270
190	148	123	112	1500	460	283	229	600000	663	348	270
200	154	127	115	1600	469	286	232	650000	663	348	270
210	160	131	118	1700	477	289	234	700000	663	348	270
N	s			N	s			N	s		
	1%	5%	10%		1%	5%	10%		1%	5%	10%
220	165	135	122	1800	485	292	235	750000	663	348	270
230	171	139	125	1900	492	294	237	800000	663	348	271
240	176	142	127	2000	498	297	238	850000	663	348	271
250	182	146	130	2200	510	301	241	900000	663	348	271
260	187	149	133	2400	520	304	243	950000	663	348	271
270	192	152	135	2600	529	307	245	1000000	663	348	271
								∞	664	349	272

Gambar 3. 2 Tabel Issac dan Michael

Sampel pada penelitian berjumlah 389 orang responden, yang diwakili setiap fakultas berjumlah FPOK sebanyak (111) orang, FPMIPA sebanyak (49)

Asep Hadi Saputra, 2020

HUBUNGAN TINGKAT AKTIVITAS FISIK DAN PERSEPSI MANFAAT BEROLAHRAGA (*PERCEIVED EXERCISE BENEFIT*) MAHASISWA UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA PADA ERA PANDEMI CORONA VIRUS DI INDONESIA

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

orang, FPSD sebanyak (32) orang, FPIPS sebanyak (47) orang, FPBS sebanyak (31) orang, FPEB sebanyak (31) orang, FIP sebanyak (49) orang, FPTK sebanyak (39) orang.

### 3.4 Instrumen Penelitian

Dalam penelitian ini, instrument yang digunakan adalah sebagai berikut:

1) Kueisoner GPAQ (*Global physical activity questionnaire*)

Kueisner GPAQ di dikembangkan oleh WHO dan terdiri dari 16 pertanyaan yang bertujuan untuk mengetahui tingkat aktivitas fisik seseorang (WHO, 2012), dengan hasil uji reliabilitas reliabilitas tinggi sebesar *Cronbach's Alpha*  $\alpha = 0,67- 0,73$  dan validitas sedang  $r = 0,48$ , Alasan untuk menggunakan instrument GPAQ karena sudah diuji validitas dan reliabilitasnya secara global di 9 negara di dunia (Bull, Maslin, & Armstrong, 2009).

Kuesioner dalam penelitian ini terdiri dari variabel dan pertanyaan. Kuesioner yang digunakan adalah GPAQ (*Global Physical Activity Questionnaire*) yang berstruktur dengan pertanyaan yang bersifat tertutup. Maksud angket berstruktur ini adalah angket yang disusun dengan sejumlah jawaban yang telah disediakan sebagai pilihan responden, untuk dipilih sesuai pendiriannya masing – masing. Adapun untuk jumlah pertanyaan pada kuesioner ini ialah sejumlah 16 butir pertanyaan. Yang mana dalam menjawab pertanyaannya apakah aktivitas sehari-hari anda termasuk aktivitas berat seperti *jogging*, senam aerobik dan lainnya? iya atau tidak, berapa hari melakukan aktivitas fisik berat? Dan berapa lama (berapa menit atau berapa jam) melakukan aktivitas berat.

Pengukuran tingkat aktivitas fisik didasarkan pada besar MET (*Metabolic Equivalent*) yang merupakan nilai yang digunakan untuk menentukan tingkat aktivitas fisik berdasarkan *Global Physical Activity Questionnaire* (GPAQ). Adapun kategori tingkat aktivitas fisik sebagai berikut:

Tabel 3. 1

*Kategori Tingkat Aktivitas Fisik*

<b>MET</b>	<b>Kategori</b>
$\geq 3000$	Berat
600 - 3000	Sedang
$600 <$	Rendah

1) Kuesioner EBBS (*Exsercise Benefit Barriers Scale*)

Exercise Benefits Barriers Scale dikembangkan oleh Karen R. Sechrist, Susan Noble Walker, dan Nola J. Pender untuk menanggapi kebutuhan akan suatu instrument untuk menentukan persepsi individu tentang manfaat dan hambatan untuk berpartisipasi dalam olahraga. Dimana semua item dari sub-skala manfaat diberi skor pada format respons 4 poin Likert di mana 1 = sangat tidak setuju; 2 = tidak setuju; 3 = setuju; dan 4 = sangat setuju Item untuk skala diperoleh secara induktif dari wawancara dan dari literature. Instrument yang dihasilkan telah diuji untuk internal konsistensi, validitas konstruknya, dan reliabilitas uji ulang. Perhitungan *alpha cronbach* untuk intrument 43 item menghasilkan alpha standar 0,954. Skala manfaat 29 item memiliki alpha standar 0,954 dan skala hambatan 14 item memiliki alpha standar 0,866. Analisis factor menghasilkan solusi Sembilan factor pada awalnya yang merupakan menjelaskan perbedaan 65,2%. Analisis factor urutan kedua menghasilkan solusi dua factor, satu factor manfaat dan factor hambatan. Reliabilitas pengujian tes ditemukan 0,89 pada total instrument, 0,89 pada skala manfaat dan 0,77 pada skala hambatan. Koefisien validitas ditemukan 0,87 (uji ulang=0,85) untuk seluruh skala 0,95 (uji ulang=0,94) (K. R. Sechrist, Walker, & Pender, 1987). Alasan untuk menggunakan instrument Exercise Benefit Barriers Scale (EBBS) karena telah di uji dan diterjemahkan (diadaptasi) di beberapa Negara seperti Iran, Turki, dan Brazil serta beberapa penelitian yang terbukti valid dan reliable (Janaina Fonseca Victor, Ximenes, & De Almeida, 2008) (Janaína Fonseca Victor, Ximenes, & Almeida, 2012) (Military & Academy, 2010) (Malone, Barfield, & Brasher, 2012) (Akbari Kamrani, Zamani Sani, Fathire-Zaie, Bashiri, & Ahmadi, 2014).

### 1.5 Uji Coba Instrumen

Sebuah angket yang telah tersusun dari indikator menjadi butir pernyataan kemudian diuji cobakan untuk mengukur kadar validitas dan reliabilitas dari setiap butir pernyataan tersebut. Dari uji coba angket tersebut dapat diperoleh sebuah angket yang memenuhi syarat penelitian untuk digunakan sebagai alat pengumpul data dalam penelitian. Uji coba angket ini dilakukan kepada mahasiswa institute teknologi bandung yang terdiri dari 36 orang sampel.

### 1.6 Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen

Uji validitas dan reliabilitas dilakukan dengan sampel sebanyak 36 sampel dari institute teknologi bandung yang terdiri dari 29 item pernyataan . Data dianalisis menggunakan teknik statistik perangkat lunak *statistical product and service solution (spss) for windows versi 25*.

#### 1. Uji Validitas Instrumen

Uji validitas yaitu digunakan untuk menyatakan bahwa butir pernyataan valid atau tidak maka digunakan patokan 0.2 untuk dibandingkan pada angka yang terdapat dalam kolom corrected item-total correlation, bila angka yang terdapat pada kolom corrected item-total correlation berada dibawah 0.2 atau bertanda negatif (-), maka dinyatakan tidak valid (gugur) sebaliknya bila angka dalam kolom diatas 0.2 maka dinyatakan valid (Suherman & Rahayu, 2011).

Tabel 3. 2

*Hasil Uji Validitas Instrumen Persepsi Manfaat Berolahraga*

Item-Total Statistics		
Butir intrumen	Corrected item-total correlation	keterangan
1	0.296	Valid
2	0.371	Valid
3	0.257	Valid
4	0.372	Valid
5	0.503	Valid

Asep Hadi Saputra, 2020

HUBUNGAN TINGKAT AKTIVITAS FISIK DAN PERSEPSI MANFAAT BEROLAHRAGA (*PERCEIVED EXERCISE BENEFIT*) MAHASISWA UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA PADA ERA PANDEMI CORONA VIRUS DI INDONESIA

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

6	0.739	Valid
7	0.643	Valid
8	0.409	Valid
9	0.475	Valid
10	0.517	Valid
11	0.258	Valid
12	0.404	Valid
13	0.454	Valid
14	0.539	Valid
15	0.645	Valid
16	0.669	Valid
17	0.633	Valid
18	0.672	Valid
19	0.566	Valid
20	0.355	Valid
21	0.570	Valid
22	0.675	Valid
23	0.627	Valid
24	0.545	Valid
25	0.620	Valid
26	0.572	Valid
27	0.331	Valid
28	0.473	Valid
29	0.239	Valid

Semua butir pernyataan yang terdapat pada tabel 3.3 diatas berjumlah 29 butir pernyataan setelah di olah maka terdapat semua butir pernyataan, dengan demikian butir pernyataan yang valid tersebut, itulah yang akan digunakan dalam penelitian yang akan disusun sebagai angket asli sebagai pengumpul data.

## 2. Uji Reliabilitas Instrumen

Pengujian reliabilitas bermaksud untuk mengetahui instrumen angket memberikan ukuran yang konstan atau tidak. Pengujian reliabilitas ini untuk mempermudah penghitungan uji reliabilitas menggunakan alat bantu perangkat lunak *statistical product and service solution (spss) for windows versi 25*. reliabilitas angket persepsi manfaat berolahraga dapat dilihat pada tabel dibawah, sebagai berikut

Tabel 3. 3

*Hasil Uji Reliabilitas Intrumen Persepsi manfaat Berolahraga*

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.911	29

Hasil uji

reliabilitas (koefesien

reliabilitias) sebesar 0.911. Dalam (Pallant 2005) bahwa “bila nilai diatas 0.700 maka dinyatakan reliabel”. Dengan demikian pengambilan keputusan berdasarkan penghitungan nilai *Cronbach's Alpha*  $0.911 > 0.700$  maka dapat disimpulkan bahwa istrumen yang digunakan dalam penelitian ini reliabilitas.

### 1.7 Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini yaitu secara online dengan menggunakan google form. Akses internet yang meningkat di seluruh dunia telah menghasilkan peningkatan penggunaan survey online (Regmi, Waithaka, Paudyal, Simkhada, & Van Teijlingen, 2017). Pengumpulan data melalui survey online tampaknya berpotensi mengumpulkan data dalam jumlah besar secara efisien, ekonomis, dan dalam relative waktu yang singkat (Regmi et al., 2017). Pendekatan survey online juga sangat bermanfaat saat mengumpulkan data dan populasi yang sulit dijangkau.

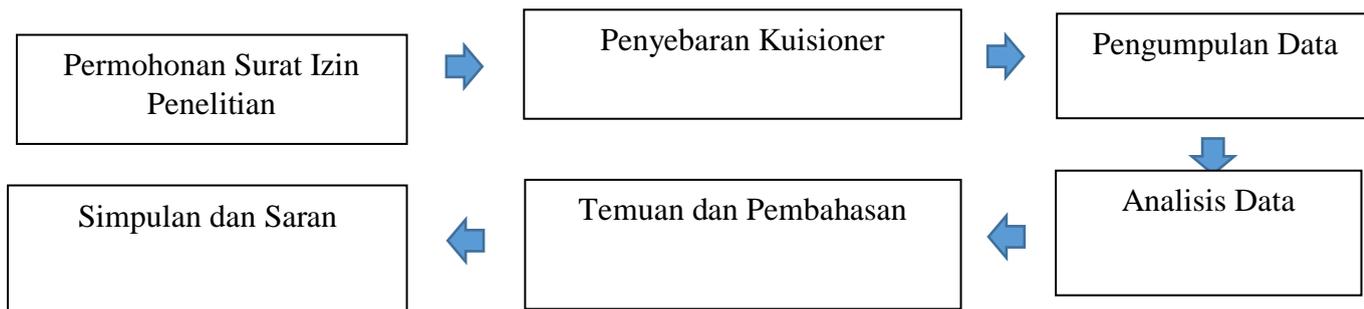
### 3.8 Prosedur Penelitian

Prosedur dalam penelitian ini harus di lakukan peneliti, yaitu dengan menentukan populasi kemudian mengambil sampel dari populasi sesuai dengan kebutuhan peneliti, kemudian sampel diberikan pernyataan sesuai dengan

instrument yang sudah di siapkan peneliti kemudian selesai proses pengambilan data kemudian di olah dan di analisa (Fraenkel et al., 2012). Pengambilan data pada penelitian ini yaitu dilakukan dengan mengisi angket atau kuesioner kepada sampel mahasiswa universitas pendidikan Indonesia. Berikut beberapa tahapan mengenai prosedur penelitian sebagai berikut:

Tabel 3. 4

*Prosedur Penelitian*



### 3.9 Analisis Data

Analisis data dalam penelitian ini menggunakan uji korelasi untuk menguji hubungan dari dua kelompok data. Untuk menghitung besarnya korelasi menggunakan teknik statistika berupa *correlation bivariate spearman's* (Pallant, 2005). Korelasi bivariat adalah statistic yang digunakan untuk menerangkan keeratan hubungan antara dua variable dengan level signifikan 0.05. Analisis data dilaksanakan dengan menggunakan bantuan program Statistical Product For Social Science (SPSS) versi 25.

Adapun tahapan dalam pengolahan data yaitu sebagai berikut:

- 1) Melakukan pengambilan data menggunakan kuesioner.
- 2) Data di input secara otomatis dari google form menjadi format Microsoft Excel.
- 3) Kemudian ikuti panduan cara skoring setiap instrument.
- 4) Kemudian data di olah menggunakan aplikasi SPSS, dengan maksud agar dapat menghasilkan kesimpulan dari penelitian.

### 3.10 Prosedur Pengolahan Data

Prosedur pengolahan data pada penelitian ini adalah sebagai berikut:

#### 3.8.1 Deskriptif Data

Deskriptif data berfungsi untuk menggambarkan karakteristik sampel yang di gunakan pada penelitian, seperti jumlah persentase laki- laki dan perempuan, nilai rata-rata dan tingkatan yang di butuhkan seperti tingkat Pendidikan (Pallant, 2005).

#### 3.8.2 Uji Normalitas Data

Uji normalitas bertujuan untuk mengetahui nilai distribusi normalitas dengan menggunakan uji *Kolmogorov-smirnov* (Pallant, 2005) karena sampel lebih dari 50 orang. Nilai probabilitas (*p*) atau signifikansi (Sig.) digunakan untuk membandingkan dalam format pengujiannya. Uji kebermaknaan adalah sebagai berikut:

- 1) Jika nilai Sig. atau *P-value*  $> 0,05$  maka dinyatakan data berdistribusi normal.
- 2) Jika nilai Sig. atau *P-value*  $< 0,05$  maka dinyatakan data tidak berdistribusi normal.

### 3.8.3 Uji Homogenitas Data

Uji homogenitas data menunjukkan hasil tes dari *levene's Test* untuk menguji asumsi varian yang sama, dengan kata lain tes ini berkaitan dengan kategori data yang sama atau berbeda (Almquist, Ashir, & Brännström, 2010). Nilai probabilitas ( $p$ ) atau signifikansi (Sig.). Uji kebermaknaan yaitu sebagai berikut :

- 1) Jika nilai Sig. atau  $P\text{-value} > 0,05$  maka data dinyatakan homogen.
- 2) Jika nilai Sig. atau  $P\text{-value} < 0,05$  maka data dinyatakan tidak homogen.

### 3.8.4 Uji Hipotesis

Untuk penggunaan uji hipotesis *parametric test* maka data harus terdistribusi normal dan homogen dan apabila data tidak terdistribusi normal dan tidak homogen maka harus menggunakan uji hipotesis *non parametric test* (Fraenkel et al., 2012).

Hipotesis:

$H_0$  = tidak terdapat hubungan yang signifikan antara aktivitas fisik dan persepsi manfaat berolahraga mahasiswa UPI pada era pandemi corona virus di indonesia

$H_1$  = terdapat hubungan yang signifikan antara aktivitas fisik dan persepsi manfaat berolahraga mahasiswa UPI pada era pandemi corona virus di indonesia

Kriteria keputusan:

- 1) Jika nilai Sig. atau  $P\text{-value} > 0,05$   $H_0$  diterima, maka dinyatakan tidak terdapat hubungan
- 2) Jika nilai Sig. atau  $P\text{-value} < 0,05$   $H_0$  ditolak yang berarti  $H_1$  diterima, maka dinyatakan terdapat hubungan.