

BAB III METODE PENELITIAN

3.1 Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode penelitian eksperimental. Metode eksperimen menurut Sugiyono (2017) merupakan metode yang digunakan untuk mencari pengaruh perlakuan tertentu terhadap yang lain dalam kondisi yang terkendalikan. Metode ini memiliki tahapan penelitian yang runtut dan sistematis yang bertujuan untuk mencari atau menganalisis antara satu variabel dengan variabel lain yang menjadi pembeda dengan memberikan perlakuan khusus dan proses pengendalian yang ketat dalam kondisi tertentu. Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen dengan model desain eksperimen *one group pretest-posttest*. Desain ini melibatkan satu kelompok atau sampel yang diberi *pretest* (O), kemudian diberi perlakuan (*treatment*) (X) dan diberi *posttest* setelah dilakukan *treatment* terhadap sampel. Kesuksesan *treatment* melalui proses perbandingan antara nilai *pretest* dan nilai *posttest*.

Penelitian eksperimen dalam pelaksanaannya melalui beberapa tahapan yang telah tersusun dengan sistematis, dalam pelaksanaannya, model *one group pretest-posttest* terbagi kedalam beberapa tahapan diantaranya: Tahap ke-1 merupakan tahap yang dilakukan penulis untuk menentukan objek penelitian dan menentukan sampel yang akan digunakan dalam penelitian, kemudian mengelompokkannya menjadi satu kelas penelitian. Tahap ke-2 merupakan proses yang dilakukan terhadap sampel dengan memberikan sebuah *pretest* kuesioner mengenai kepercayaan diri yang bertujuan untuk mengukur kondisi awal siswa sebelum diberi perlakuan khusus. Tahap selanjutnya sampel diberikan *treatment* secara berulang dengan konsep kegiatan *outdoor education* yaitu: a) Kegiatan *Hill Walking*, dan b) Jenis permainan outdoor yang melibatkan kepercayaan diri. Kemudian, tahap terakhir yaitu sampel diberikan *posttest* kuesioner untuk mengukur kondisi kepercayaan diri siswa setelah diberikan *treatment* tersebut. Adapun tujuan pembelajaran *outdoor education* adalah untuk mengetahui peningkatan rasa percaya diri siswa pada pembelajaran penjas.

3.2 Desain Penelitian

Tabel 3.1
Desain *one group pretest-posttest*

O1	X	O2
-----------	----------	-----------

Sumber : Donald T. Campell and Julian C. Stanley, 1963: 7

Keterangan :

O1 : *Pretest*

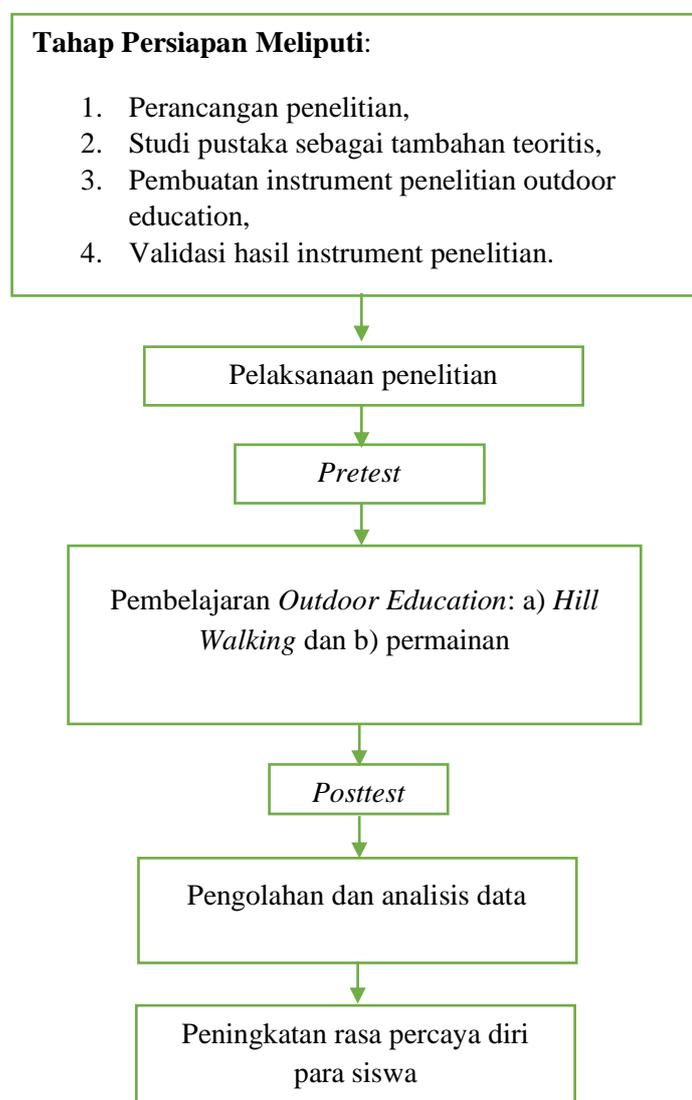
O2 : *Posttest*

X : *treatment*

Selanjutnya dalam penelitian ini prosedur eksperimen meliputi langkah-langkah sebagai berikut:

1. Tahap persiapan, meliputi :
 - a. Perancangan penelitian,
 - b. Studi pustaka sebagai tambahan teoritis,
 - c. Pembuatan instrument penelitian *outdoor education*, dan
 - d. Validasi hasil instrument penelitian.
2. Tahap pelaksanaan penelitian, meliputi :
 - a. Pengelompokkan sampel pada satu kelas penelitian.
 - b. Melaksanakan *pretest* untuk mengetahui kondisi percaya diri pada siswa dalam pembelajaran Penjas
 - c. Melaksanakan kegiatan *outdoor education*. Dengan tahapan pembelajaran adalah sebagai berikut :
 - 1) pengondisian siswa *one group* kelas XI IPS 2 SMAN 3 Kuningan;
 - 2) pembukaan pembelajaran, dilakukan oleh peneliti;
 - 3) penjelasan singkat mengenai *outdoor education* oleh peneliti;
 - 4) pelaksanaan kegiatan *outdoor education* di lokasi yang representatif yang berdekatan dengan sekolah, seperti tracking di bumi perkemahan dan area lapangan di bumi perkemahan. Dan dalam pelaksanaannya peneliti menekankan praktik *outdoor education* kepada para siswa mengenai rasa percaya dirinya dari hasil kegiatan *Hill Walking* dan Jenis Permainan *Outdoor* ;

- 5) Pemberian post-test untuk mengetahui kondisi rasa percaya diri siswa setelah diberikan *treatment* dengan pembelajaran *outdoor education*.
3. Pengolahan dan analisis data
Tahapan ini dilakukan dengan berbagai uji statistik dan hipotesis terhadap data mentah yang sudah terkumpul, kemudian diolah menggunakan program komputasi SPSS (*Statistical Product and Service Solution*) versi 25.
4. Menyimpulkan hasil penelitian
Selanjutnya penyusunan tahapan yang disusun sistematis di bawah ini:



Gambar 3.1
Bagan Alur Prosedur Eksperimen

3.3 Populasi

Populasi adalah keseluruhan objek yang akan diteliti seperti yang dijelaskan oleh Sugiyono (2014, hlm. 117) populasi merupakan suatu wilayah yang terdiri atas: obyek/subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas XI SMAN 3 Kuningan. Dasar peneliti memilih sekolah tersebut karena sekolah tersebut lokasinya tidak terlalu jauh dengan lokasi kegiatan *outdoor education* sehingga akan lebih mudah akses transportasi. Untuk pemilihan kelas tersebut, peneliti mendapat rekomendasi dari guru penjas SMAN 3 Kuningan untuk memilih siswa kelas XI IPS 2. Adapun jumlah populasi siswa XI SMAN 3 Kuningan ini sebanyak 325 orang.

3.4 Sampel

Sampel adalah bagian dari populasi yang mewakilinya. Sugiyono (2014, hlm. 118) menjelaskan bahwa sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Peneliti menentukan jumlah sampel menggunakan teknik *purposive sampling*. *Purposive sampling* menurut Maksun (2012, hlm 60) menjelaskan bahwa *purposive sampling* merupakan teknik pengambilan sampel dengan ciri atau karakteristiknya sudah diketahui lebih dulu berdasarkan ciri atau sifat populasi. Dengan begitu, *purposive sampling* tidak menentukan jumlah sampel secara acak, akan tetapi jumlah sampel ditentukan berdasarkan tujuan dan pertimbangan tertentu. Berdasarkan hal tersebut, maka pertimbangan dalam menentukan sampel dalam penelitian ini adalah kemudahan dalam mendapatkan data tanpa perhitungan kerepresentatifannya. Kriteria sampel ditentukan oleh peneliti berdasarkan pada tujuan penelitian yaitu siswa kelas XI IPS 2 SMAN 3 Kuningan.

Adapun jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 30 orang yang merupakan siswa kelas XI IPS 2. Freinkel, dkk (2012:103) menyatakan minimum sampel dalam penelitian deskriptif sebanyak 100 orang, penelitian korelasi sebanyak 50 orang dan 30 orang untuk tiap-tiap kelompok penelitian eksperimental dan penelitian kausal komparatif, meskipun kadang-kadang penelitian eksperimental dengan hanya 15 orang di masing-masing kelompok dapat

dipertahankan jika mereka dikendalikan dengan sangat ketat. Dengan begitu peneliti menggunakan rujukan tersebut dalam menentukan sampel penelitian.

3.5 Subjek Penelitian

a) Tempat Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SMAN 3 Kuningan. Jalan Siliwangi No.13.Kuningan Kecamatan Kuningan Kabupaten Kuningan Provinsi Jawa Barat 45511.

b) Waktu Penelitian

Waktu penelitian adalah waktu yang digunakan oleh peneliti selama penelitian berlangsung. Prapenelitian telah dilaksanakan pada saat pemberian materi bulan September-Oktober 2020. Waktu penelitian telah disesuaikan dan disepakati oleh pihak Sekolah.

3.6 Definisi Operasional

Untuk menghasilkan penelitian yang efektif dan efisien dan tidak melahirkan penafsiran ganda, peneliti menurunkan pengertian dalam penelitian ini:

a) *Outdoor Education*

Menurut Amin (2008: 29) menyatakan bahwa *Outdoor Learning Process* (OLP) merupakan pembelajaran sains dengan melakukan petualangan di lingkungan sekitar dengan secara teliti yang hasilnya dicatat ke dalam Lembar Kerja Pengamatan (LKP). Sedangkan menurut Husamah (2013: 19-20) pendidikan luar kelas atau *Outdoor Education* diartikan sebagai pendidikan yang berlangsung di luar kelas yang melibatkan pengalaman serta membutuhkan partisipasi siswa, dalam hal ini siswa diberikan pembelajaran berupa aktivitas petualangan seperti *hiking*, mendaki gunung, *camping*, dan kegiatan lainnya.

b) *Percaya diri*

Rasa percaya diri Menurut Khayyirah (2013, hlm. 93), adalah keyakinan seseorang untuk dapat menaklukkan rasa takut menghadapi berbagai situasi. Pengertian tersebut dikuatkan oleh seorang ahli yaitu Dr. Robert Anthony dalam Khayyirah (2013, hlm. 93) yang mengatakan bahwa kepercayaan diri adalah keyakinan seseorang yang diperoleh melalui monolog dengan dirinya sendiri yang bersifat internal.

3.7 Instrumen Penelitian

1. Alat Pengumpulan Data

Menurut Maksam (2012, hlm. 11) instrumen adalah alat ukur yang digunakan untuk mengumpulkan data dalam penelitian. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah angket atau kuesioner. Peneliti menggunakan angket sebagai alat ukur dalam mencari nilai atau kondisi variabel percaya diri pada sampel yang telah ditetapkan. Pengumpulan data menggunakan angket ini dilakukan secara tidak langsung yang berarti bahwa peneliti tidak melakukan secara langsung sesi tanya-jawab dengan responden. Instrumen atau alat pengumpulan datanya juga harus dijawab atau direspon oleh responden. Penggunaan instrument angket pada saat *pretest* dan *posttest* ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kepercayaan diri siswa sebelum dan sesudah diberikan sebuah perlakuan khusus.

Skala yang digunakan dalam penelitian ini merupakan skala likert yang mana skala ini digunakan untuk mengukur sikap atau karakteristik dari responden. Dalam skala ini, suatu variabel dijabarkan kedalam beberapa indikator variabel dan kemudian dijadikan tolak ukur dalam menyusun beberapa item instrumen berupa pernyataan yang akan dibagikan kepada responden. Jawaban dari beberapa item pada skala ini memiliki tingkatan dari yang sangat positif hingga sangat negatif. Untuk pernyataan yang tergolong kedalam favourable atau pernyataan tersebut cenderung ke arah positif maka skorsing dilakukan sebagai berikut:

- Sangat tidak setuju (1 poin)
- Tidak setuju (2 poin)
- Netral/Ragu (3 poin)
- Setuju (4 poin)
- Sangat setuju (5 poin)

Sedangkan untuk pernyataan butir soal yang termasuk kedalam unfavourable atau item pernyataan cenderung ke arah negatif maka pemberian skor dapat dilihat sebagai berikut:

- Sangat tidak setuju (5 poin)
- Tidak setuju (4 poin)
- Netral/Ragu (3 poin)
- Setuju (2 poin)

- Sangat setuju (1 poin)

Adapun alternatif jawaban dengan menggunakan skala likert, yaitu dengan memberikan skor pada masing-masing jawaban pertanyaan alternatif sebagai berikut:

Tabel 3.2

Alternatif Jawaban Dengan Skala Likert

Alternatif Jawaban	Bobot Nilai
1. Sangat Setuju/Selalu/Sangat Positif/Sangat Mampu/Sangat Baik	5
2. Setuju/Sering/Positif/Mampu/Baik	4
3. Ragu-ragu/Kadang-kadang/Netral/Cukup Mampu/Cukup Baik	3
4. Tidak Setuju/Hampir tidak pernah/Negative/Kurang Mampu/Kurang Baik	2
5. Sangat Tidak Setuju/Tidak pernah/Sangat Negative/Tidak Mampu/Tidak Baik	1

Sumber : Sugiyono, 2014

2. Kisi-Kisi Kuisisioner

Kisi-kisi kuisisioner dalam penelitian ini merupakan variabel yang dijabarkan melalui beberapa indikator dan sub-indikator yang kemudian disusun menjadi sebuah pernyataan. Butir-butir pernyataan tersebut merupakan gambaran tentang pengaruh *outdoor education* terhadap tingkat kepercayaan diri pada siswa.

Dalam pembuatan kisi-kisi ini penulis membuat spesifikasi data, maksud dari spesifikasi data adalah untuk menjabarkan ruang lingkup masalah yang akan diteliti sehingga mempermudah penulis menyusun kisi-kisi angket. Beberapa ahli memiliki pendapat dalam hal ini yang penulis jadikan sebagai acuan untuk pengambilan keputusan dalam menyusun butir-butir pernyataan.

Dalam mempermudah penyusunan butir-butir pernyataan, maka kisi-kisi instrumen ini disesuaikan dengan ciri-ciri orang yang memiliki kepercayaan diri menurut Hakim (2014, hlm.3) yang dapat dilihat pada tabel 3.3 dibawah ini:

Tabel 3.3

Kisi-Kisi Kuisisioner Kepercayaan Diri

Variabel	Indikator	No Butir Soal	
		Nomor Butir +	Nomor Butir -
Kepercayaan Diri	Bersikap tenang	1,2	3,4
	Mempunyai potensi dan kemampuan	5,6	7,8
	Mampu menetralsir berbagai ketegangan	9,10	11,12
	Adaptasi dan berkomunikasi	13,14	15,16
	Kondisi fisik dan mental	17,18	19,20
	Kecerdasan	21,22	23,24
	Keterampilan dan keahlian	25,26	27,28
	Tingkat pendidikan formal	29	30
	Kemampuan bersosialisasi	31,32	33,34
	Pengalaman hidup	35	36
	Selalu bereaksi positif	37,38	39,40

3. Uji Validitas dan Reliabilitas

a) Uji Validitas

Uji validitas merupakan hasil dari suatu pengukuran yang menggambarkan segi atau aspek yang diukur. Validitas dilakukan untuk mengetahui keshahihan sebuah instrumen agar bisa digunakan dalam penelitian dan item tersebut harus mampu mengukur apa yang seharusnya diukur. Menurut Sugiyono (2017:125) nilai standar dari validitas adalah sebesar 0,3. Jika angka korelasi yang diperoleh lebih besar daripada nilai standar maka pertanyaan tersebut valid (Signifikan)

Setelah instrumen dikonstruksi tentang aspek-aspek yang akan diukur dengan berdasarkan teori tertentu, maka selanjutnya dikonsultasikan dengan ahli, selanjutnya diujicobakan kepada sampel uji coba dan diukur menggunakan rumus koefisien korelasi *Product Moment* dengan rumus yang dikemukakan oleh Pearson dalam (Sugiyono, 2011:228) sebagai berikut :

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

Keterangan:

r_{xy}	= Koefisien korelasi antara X dan Y
N	= Banyaknya subjek
ΣX	= Jumlah skor tiap butir
ΣY	= Jumlah skor total
ΣXY	= Jumlah perkalian X dan Y
ΣX^2	= Jumlah kuadrat nilai X
ΣY^2	= Jumlah kuadrat nilai Y

Hasil perhitungan r_{xy} selanjutnya dibandingkan dengan nilai r-tabel dengan taraf signifikansi sebesar 5% guna mengetahui valid dan tidaknya instrumen yang digunakan. Apabila nilai r_{xy} lebih besar atau sama dengan r-tabel maka instrumen yang digunakan dinyatakan valid. Jika nilai r_{xy} lebih kecil dari r-tabel, maka instrumen yang digunakan dinyatakan tidak valid. Instrumen yang tidak valid tidak dapat digunakan untuk mengumpulkan data penelitian. Hanya instrumen yang valid yang dapat digunakan untuk pengambilan data dalam penelitian.

b) Uji Reliabilitas

Menurut Suharsimi Arikunto (2010:221), reliabilitas menunjuk pada pengertian bahwa kualitas data dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpul data karena kualitas data tersebut sudah baik. Reliabilitas kualitas data merupakan syarat pengujian validitas kualitas data, karena itu kualitas data yang valid umumnya pasti reliabel tetapi pengujian reliabilitas kualitas data perlu dilakukan. Uji reliabilitas berkaitan dengan pertanyaan apakah penelitian ini dapat diulangi atau direplikasi oleh peneliti lain dan menemukan hasil yang sama walaupun pada waktu yang berlainan. Titik berat kualitas data yang reliabel terletak pada adanya konsistensi atau kesamaan hasil yang diperoleh. Kualitas data yang reliabel akan menghasilkan data yang dapat dipercaya.

Cara menghitung tingkat reliabilitas suatu data yaitu dengan menggunakan rumus *Cronbach's Alpha* dengan menggunakan bantuan program SPSS (*Statistical Product and Service Solution*) versi 25. Menentukan apakah kualitas data reliabel atau tidak menggunakan batasan 0,6. Suatu kuisioner dikatakan reliabel jika nilai *Cronbach's Alpha* > dari 0,6 (Arikunto, 2010:239). Rumus yang digunakan untuk menguji reliabilitas angket adalah dengan rumus *Cronbach's Alpha* sebagai berikut:

$$r_{11} = \left[\frac{k}{k-1} \right] \mathbf{1} - \left[\frac{\sum \sigma b^2}{\sigma^2} \right]$$

Dimana :

r_{11} = Reabilitas kualitas data

K = Banyaknya Butir Pertanyaan atau Banyaknya Soal

$\sum \sigma b^2$ = Jumlah Varian Butir

σ^2 = Varians Total

3.8 Teknik Analisis Data

Teknik analisis data merupakan suatu proses dalam memperoleh data ringkasan atau angka ringkasan dengan menggunakan cara atau rumus-rumus tertentu. Teknik analisis data dapat dikatakan sebagai tahapan atau proses dalam melakukan pengolahan data mentah dari hasil pengukuran menjadi data yang lebih halus sehingga dapat menggambarkan arah untuk pengkajian lebih lanjut.

Teknik pengolahan data dalam penelitian ini menggunakan penghitungan komputasi program SPSS (*Statistical Product and Service Solution*) versi 25 karena program ini memiliki kemampuan analisis statistik cukup tinggi serta sistem manajemen data pada lingkungan grafis menggunakan menu-menu deskriptif dan kotak-kotak dialog sederhana, sehingga mudah dipahami cara pengoperasiannya. Adapun langkah pengolahan tersebut yaitu:

a. Uji Normalitas

Uji normalitas digunakan untuk mengetahui setiap variabel yang akan dianalisis atau data yang diperoleh berdistribusi normal. Uji ini sebagai prasyarat yang mutlak dalam melakukan pengujian hipotesis menggunakan statistik parametrik. Dalam tahap uji normalitas, penulis menggunakan teknik analisis *Kolmogorov Smirnov-Z* untuk mengetahui suatu data yang berdistribusi normal.

Menurut Suliyanto (2011:75) uji normalitas dengan uji statistik nonparametrik Kolmogorov-Smirnov merupakan uji menggunakan fungsi distribusi kumulatif. Nilai residual terstandarisasi berdistribusi normal jika K hitung $< K$ tabel atau $\text{Sig.} > \alpha$. Jika nilai signifikansi atau nilai probabilitas $> 0,05$ maka data dikatakan berdistribusi normal. Sedangkan jika nilai signifikansi atau nilai probabilitas $< 0,05$ maka data dikatakan tidak berdistribusi normal.

b. Uji Homogenitas

Uji homogenitas dilakukan untuk mengetahui apakah data penelitian memiliki varian yang sama (homogen). Uji ini dilakukan sebagai prasyarat untuk melakukan uji *independent sample t-test* tetapi bukan menjadi hal yang mutlak bagi uji *paired sample t-test* apabila keadaan data tidak memiliki varian yang sama (tidak homogen). Widiyanto (2010) menjelaskan bahwa pedoman pengambilan keputusan dalam uji homogenitas yaitu jika nilai signifikansi lebih besar dari 0,05, maka dapat dikatakan bahwa kedua data kelompok tersebut memiliki varian yang sama.

c. Uji Hipotesis

Uji hipotesis yang dilakukan pada penelitian ini menggunakan uji-t (*t-test*). Menurut Bawono (2006: 89) uji ini digunakan untuk melihat tingkat signifikansi variabel independen mempengaruhi variabel dependen secara individu atau sendiri-sendiri.

Adapun ketentuannya adalah sebagai berikut.

a. Taraf Signifikansi (α) = 0,05 atau 5%.

b. Kriteria yang digunakan dalam Uji-t adalah.

Ho diterima apabila $\text{Sig} > 0,05$ (5%), atau $-t_{\text{tabel}} \leq t_{\text{hitung}} \leq t_{\text{tabel}}$

Ho ditolak apabila $\text{Sig} < 0,05$ (5%), atau $t_{\text{hitung}} > t_{\text{tabel}}$