

## BAB III METODE PENELITIAN

### 3.1 Desain Penelitian

Dalam penelitian ini penulis menggunakan pendekatan kuantitatif yaitu pendekatan yang menggunakan data berbentuk skor (Fraenkel Jack R. Wallen Norman E. & Helen Hyun, 2012). Metode yang digunakan dalam penelitian ini yaitu menggunakan deskriptif korelasi dan desain dalam penelitian ini yaitu menggunakan desain korelasi, desain korelasi kadang-kadang juga disebut sebagai suatu bentuk penelitian deskriptif karena menggambarkan hubungan yang ada antar variabel. Sebuah studi korelasional menentukan ada atau tidaknya hubungan antara dua atau lebih variabel (Fraenkel Jack R. Wallen Norman E. & Helen Hyun, 2012).



Gambar 3. 1 Desain Korelasi

Keterangan:

X : Aktivitas fisik

Y : Nilai Penjas

R x y : Koefisien korelasi antara x dan y

### 3.2 Partisipan

Partisipan dalam penelitian ini adalah SMAN 3 Subang, selain itu terdapat petugas peneliti yang ikut berpartisipasi dalam penelitian ini.

### 3.3 Populasi dan Sampel

#### 3.3.1 Populasi

Kelompok yang lebih besar yang diharapkan dapat menerapkan hasil disebut populasi (Fraenkel Jack R. Wallen Norman E. & Helen Hyun, 2012). Populasi dalam penelitian ini yaitu 1.141 siswa SMAN 3 Subang.

### 3.3.2 Sampel

Sampel adalah sebagian wakil populasi yang diteliti. Sampel menurut (Sugiyono, 2013 hlm 81), adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut, dimana peneliti mengambilnya dilakukan harus (representative) mewakili populasi.

Teknik pengambilan sampel pada penelitian kali ini peneliti menggunakan teknik total sampling, teknik penentuan sampel dengan mengambil seluruh anggota populasi sebagai responden atau sampel (Sugiyono, 2010). *Total sampling* adalah jumlah sampel yang digunakan penelitian ini adalah 60 orang siswa di SMAN 3 Subang.

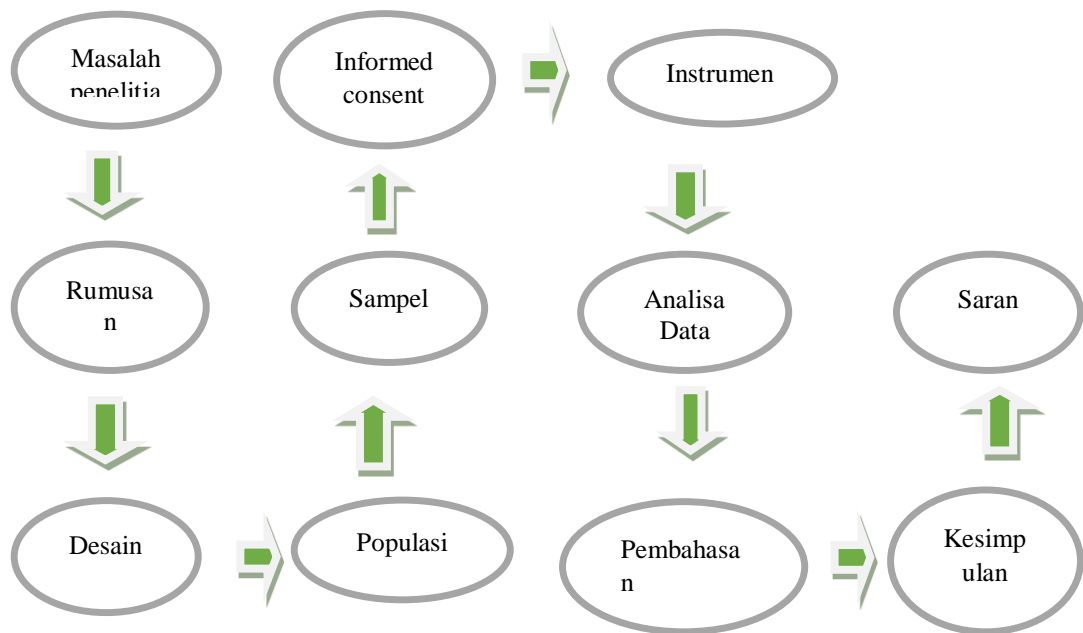
### 3.4 Instrumen Penelitian

Dalam penelitian ini instrumen yang digunakan adalah GPAQ (*Global Physical Activity Questionnaire*) sebagai alat untuk mengambil data berupa skor hasil dari 16 butir pertanyaan didasari dari angket yang bertujuan untuk mengetahui tingkat aktivitas fisik seseorang (WHO, 2012). Dengan hasil uji reliabilitas tinggi sebesar Cronbach's Alpha  $\alpha = 0,67-0,73$  dan validitas sedang  $r = 0,48$ . Alasannya untuk menggunakan instrumen GPAQ dikarenakan sudah diuji validitas dan reliabilitasnya secara di 50 negara berkembang menggunakan GPAQ sebagai instrumennya untuk mengumpulkan data aktivitas fisik . Penelitian sebelumnya yang menggunakan GPAQ dalam penelitiannya yaitu (Armstrong & Bull, 2006).

### 3.5 Prosedur Penelitian

Prosedur pada penelitian ini harus dilakukan peneliti yaitu menentukan populasi dan mengambil sampel dari bagian populasi sesuai dengan kebutuhan peneliti, kemudian sampel diberikan test sesuai dengan instrumen yang telah disediakan oleh peneliti kemudian selesai proses pengetesan data diolah dan dianalisa (Fraenkel Jack R. Wallen Norman E. & Helen Hyun, 2012), sebelum sampel menggunakan instrumen, peneliti menjelaskan informasi dengan maksud dan tujuan instrument yang digunakan. Setelah sampel paham dan menyanggupi dan bersedia untuk berpartisipasi dalam penelitian, peneliti memberikan lembaran kesediaan mengikuti penelitian/*informed concent*. *Informed concent* merupakan lembar kesediaan sampel dalam mengikuti penelitian, dimana hal ini merupakan salah satu standar etika dalam penelitian.

Sesuai pemaparan yang dijelaskan di atas peneliti menentukan tahapan prosedur penelitian ini yaitu:



Gambar 3. 2 Prosedur Penelitian

(Sumber: (Fraenkel Jack R. Wallen Norman E. & Helen Hyun, 2012))

### 3.6 Analisis Data

Analisis data dalam penelitian ini menggunakan uji *Correlation* untuk menunjukkan upaya untuk menemukan, meverifikasi, hubungan antar variable atau salah satu cara untuk mempelajari hubungan. Dalam proses melakukan analisis data peneliti menggunakan analisis data *Spearman Correlation* untuk mengetahui apakah terdapat hubungan yang signifikan antara aktivitas fisik dengan nilai penjas. *Spearman Correlation* yaitu salah satu cara yang digunakan di dalam pengolahan data untuk mengukur kekuatan dan arah hubungan dari dua variabel atau lebih (Fraenkel Jack R. Wallen Norman E. & Helen Hyun, 2012). Dalam menghitung penelitian ini menggunakan progam *Statistical Product for Sosial Science (SPSS)* versi 25.

Adapun tahapan pada pengolahan data sebagai berikut:

- 1) Melakukan pengambilan data menggunakan kuesioner.
- 2) Data di input secara otomatis dari google form menjadi kedalam format Microsoft Excel.

3) Kemudian data diolah menggunakan aplikasi SPSS.

### **3.7 Prosedur Pengolahan Data**

Prosedur pengolahan data pada penelitian ini adalah sebagai berikut :

#### **3.7.1 Deskriptif Data**

Deskriptif data merupakan pengolahan data agar mendapatkan informasi tentang data minimum, maksimum rata-rata dan standar deviasi (Pallant, 2002).

#### **3.7.2 Uji Normalitas Data**

Uji normalitas bertujuan untuk mengetahui nilai distribusi normalitas dengan menggunakan uji *Shapiro-wilk* (Pallant, 2002) karena sampel kurang dari 50 orang. Nilai probabilitas (p) atau signifikan (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 berdistribusi tidak normal.

#### **3.7.3 Uji Korelasi**

Berdasarkan hasil dari perhitungan uji normalitas data, apabila data yang diperoleh berdistribusi normal, maka analisis uji parametrik dengan *perason correlation* dan jika data yang diperoleh tidak berdistribusi normal, maka analisis yang digunakan adalah uji non-parametrik, dalam hal ini yaitu *spearman* (Fraenkel Jack R. Wallen Norman E. & Helen Hyun, 2012).

Hipotesis  $H_0$  :

$H_0$  : Tidak terdapat hubungan antara aktivitas fisik dengan nilai penjas.

Hipotesis  $H_1$  :

$H_1$  : Terdapat hubungan antara aktivitas fisik dengan nilai penjas.

Dasar pengambilan keputusan untuk menerima atau menolak  $H_0$  pada uji ini adalah sebagai berikut:

- 1) Jika nilai signifikan (*Asymp.Sig*)  $< 0,05$ , maka  $H_0$  ditolak.
- 2) Jika nilai signifikan (*Asymp.Sig*)  $> 0,05$ , maka  $H_0$  diterima.

### 3.8.1 Uji Hipotesis

Berdasarkan dari hasil uji normalitas data, jika data yang diperoleh berdistribusi normal, maka analisis datanya akan menggunakan uji parametrik dengan *pearson correlation* dan apabila hasil data yang diperoleh tidak berdistribusi normal, maka analisis datanya menggunakan uji non-parametrik dengan *spearman* (Fraenkel Jack R. Wallen Norman E. & Helen Hyun, 2012).

Dasar pengambilan keputusan untuk menerima atau menolak  $H_0$  pada uji ini adalah sebagai berikut:

Hipotesis  $H_0$  :

$H_0$  : Tidak terdapat hubungan aktivitas fisik dengan nilai penjas.

Hipotesis  $H_1$  :

$H_1$  : Terdapat hubungan aktivitas fisik dengan nilai penjas.

- 1) Jika nilai signifikan (*Asymp.Sig*)  $< 0,05$ , maka  $H_0$  ditolak.  
Jika nilai signifikan (*Asymp.Sig*)  $> 0,05$ , maka  $H_0$  diterima.