

BAB III METODE PENELITIAN

3.1 Metode Penelitian

Metode yang digunakan pada penelitian ini adalah metode deskriptif dengan pendekatan kuantitatif. Pengertian deskriptif menurut Gregory & Taylor (1881) mengemukakan bahwa “suatu metode dalam meneliti status kelompok manusia, suatu objek, suatu set kondisi, suatu sistem pemikiran, ataupun suatu kelas peristiwa pada masa sekarang.” Tujuan dari penelitian deskriptif adalah untuk membuat deskripsi, gambaran, atau lukisan secara sistematis, faktual dan akurat mengenai fakta-fakta, sifat-sifat serta hubungan antar fenomena yang diselidiki.

Penelitian deskriptif adalah suatu metode penelitian yang ditujukan untuk menggambarkan fenomena-fenomena yang ada, yang berlangsung pada saat ini atau saat yang lampau. Menurut Furchan (2004) menyatakan bahwa penelitian deskriptif mempunyai karakteristik :

- 1) Penelitian deskriptif cenderung menggambarkan suatu fenomena apa adanya dengan cara menelaah secara teratur-ketat, mengutamakan objektivitas, dan dilakukan secara cermat
- 2) Tidak adanya perlakuan yang diberikan atau dikendalikan, dan tidak adanya uji hipotesis.

Metode penelitian kuantitatif dapat diartikan sebagai metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat *positivisme*, digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, Teknik pengambilan sampel pada umumnya dilakukan secara *random*, pengumpulan data menggunakan instrument penelitian, analisis data bersifat kuantitatif/statistik.

3.2 Populasi dan Sampel

3.2.1 Populasi

Populasi adalah seluruh objek atau subjek yang akan diteliti, seperti yang dijelaskan oleh Sugiyono (2013) menjelaskan bahwa populasi adalah wilayah generasi yang diteliti atas: objek dan subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang diterapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya.

Berdasarkan pendapat ahli diatas populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas XI SMA Negeri 7 Bandung sebanyak 360 siswa. Peneliti memfokuskan penelitian pada kelas XI.

Tabel 3.1
Jumlah Populasi

No.	Kelas	Jumlah Populasi
1.	XI MIPA 1	36
2.	XI MIPA 2	36
3.	XI MIPA 3	36
4.	XI MIPA 4	36
5.	XI MIPA 5	36
6.	XI MIPA 6	36
7.	XI IPS 1	36
8.	XI IPS 2	36
9.	XI IPS 3	36
10.	XI IPS 4	36
Jumlah		360

3.2.2 Sampel

Menurut Sugiyono (2013) mengemukakan bahwa sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Bila populasi besar, dan peneliti tidak mungkin mempelajari semua yang ada pada populasi, misalnya karena keterbatasan dana, tenaga dan waktu, maka peneliti dapat menggunakan sampel yang diambil dari populasi itu. Apa yang dipelajari dari sampel itu, kesimpulannya akan dapat diberlakukan untuk populasi. Untuk itu sampel yang diambil dari populasi harus betul-betul representatif (mewakili).

Sampel penelitian ini adalah siswa yang memiliki berat badan yang berlebih di SMA Negeri 7 Bandung. Pengambilan sampel di SMA Negeri 7 Bandung menggunakan Teknik sampel purposive sampling. Menurut Jogiyanto (2007) mengemukakan bahwa purposive sampling dilakukan untuk mengambil sampel dari populasi berdasarkan suatu kriteria tertentu. Maka dari itu peneliti mengambil sampel siswa kelas XI di SMAN 7 Bandung yang memiliki berat badan dengan kriteria obesitas sesuai dengan definisi *World Health Organization* Mendefinisikan $IMT \geq 30$ sebagai orang yang termasuk obesitas.

Dalam penelitian ini yang menjadi sampel yaitu siswa yang memenuhi kriteria tertentu. Adapun kriteria yang dijadikan sebagai sampel penelitian yaitu siswa/i yang memiliki berat badan dengan Indeks Masa Tubuh (IMT) lebih dari 25,0.

Berkenaan dengan hal itu maka sampel dari penelitian ini adalah siswa yang memiliki berat badan berlebih (obesitas) sebanyak 25 siswa.

Tabel 3.2
Jumlah Sampel

No.	Kelas	Sampel			Jumlah
		Obesitas	Laki-laki	Perempuan	
1.	XI MIPA 1	2	2	-	2
2.	XI MIPA 2	3	1	2	3
3.	XI MIPA 3	1	1	-	2
4.	XI MIPA 4	3	2	1	3
5.	XI MIPA 5	1	1	-	1
6.	XI MIPA 6	2	2	-	2
7.	XI MIPA 7	2	1	1	2
8.	XI MIPA 8	1	-	1	1
9.	XI IPS 1	2	1	1	2
10.	XI IPS 2	1	-	1	1
11.	XI IPS 3	-	-	-	-
12.	XI IPS 4	2	2	-	4
Jumlah		25	13	12	25

3.3 Instrumen Penelitian

Instrument adalah alat ukur yang dipergunakan untuk memperoleh data penelitian Fraenkel (2012). Dalam pemilihan instrumen harus tepat, sebab instrument sangat menentukan hasil dari penelitian. Instrumen yang digunakan dalam penelitian adalah angket motivasi olahraga siswa.

3.3.1 Instrumen Motivasi Olahraga

Untuk memperoleh data tentang tingkat motivasi olahraga siswa/i yang memiliki berat badan obesitas dan ideal, peneliti mengadaptasi instrumen *Sport Motivation Scale* dari *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 17, 35-53 dengan judul *Toward a New Measure of Intrinsic Motivation, Extrinsic Motivation, and Amotivation in Sport* yang di tulis oleh oleh *Luc G. Pelletier, Michelle Fortier, Robert J. Vallerand, Nathalie M. Brière, Kim M. Tuson and Marc R. Blais, 1995,*. Dalam angket penelitian ini ada dua jenis pertanyaan yaitu pertanyaan positif dan

negative, pertanyaan positif adalah pertanyaan yang mendukung gagasan atau ide sedangkan pertanyaan negatif adalah pertanyaan yang tidak mendukung gagasan atau ide. Selanjutnya dalam setiap butir pertanyaan disediakan 5 item alternatif jawaban.

Untuk jawaban dan angka skala untuk nilai setiap pertanyaan mengacu pada Sugiyono, (2013) berpendapat bahwa skala likert digunakan untuk mengukur sikap, pendapat persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial pilihan terhadap masing-masing jawaban diberi skor sebagai berikut :

- 1) Bobot nilai 5 berarti sangat setuju
- 2) Bobot nilai 4 berarti setuju
- 3) Bobot nilai 3 kurang setuju
- 4) Bobot nilai 2 berarti tidak setuju
- 5) Bobot nilai 1 berarti sangat tidak setuju

Untuk Alternatif jawaban dan angka skala untuk nilai setiap pertanyaan, menurut Sugiyono (2013) mengemukakan bahwa arti angka-angka untuk nilai setiap pertanyaan yaitu:

- 1) 5 berarti sangat setuju = Sangat Baik
- 2) 4 berarti setuju = baik sekali
- 3) 3 berarti sedang = cukup baik
- 4) 2 berarti tidak setuju = tidak baik
- 5) 1 berarti sangat tidak setuju = sangat tidak baik

Tabel 3.3
Kisi-kisi Angket Skala Motivasi Olahraga

Variabel	Sub-variabel	Indikator	Positif	Negatif
1. Motivasi Olahraga	1.1 Motivasi sikap atau attitude motivation/self Motivation	1.1.1 Instrinsik	1, 2, 4, 8, 9, 10, 15, 26.	3, 5, 11, 12, 14, 19, 21, 27.
		1.1.2 Ekstrinsik	7, 16, 18, 23, 24, 28.	6, 13, 20, 22, 25.

Table 3.4
Angket Skala Motivasi Olahraga

Petunjuk: Untuk setiap pertanyaan berikut, lingkari jumlah skala 5 item sesuai dengan salah satu alasan Anda saat sedang berlatih olahraga.

No	Soal	Nilai				
		1	2	3	4	5
1	untuk menambah pengalaman olahraga saya (<i>for the pleasure I feel in living exciting experiences</i>).	1	2	3	4	5
2	saya berolahraga karena saya senang melakukannya (<i>for the pleasure it gives me to know more about the sport that I practice</i>).	1	2	3	4	5
3	saya harus memiliki alasan untuk olahraga, tetapi saya selalu ragu untuk melakukannya (<i>I used to have good reasons for doing sport, but now I am asking myself if I should continue doing it</i>).	1	2	3	4	5
4	untuk menemukan latihan-latihan olahraga yang baru (<i>for the pleasure of discovering new training technique</i>).	1	2	3	4	5
5	saya melakukan olahraga karena saya ingin melakukannya saja (<i>I don't know anymore; I have the impression of being incapable of succeeding in this sport</i>).	1	2	3	4	5
6	saya berolahraga karena orang-orang di sekitar saya bangga ketika saya melakukannya (<i>because it allows me to be well regarded by people that I know</i>).	1	2	3	4	5
7	berolahraga merupakan cara yang paling tepat untuk bersosialisasi kepada orang lain (<i>because, in my opinion, it is one of the best ways to meet people</i>).	1	2	3	4	5
8	saya sangat senang ketika saya menguasai keterampilan olahraga yang sangat sulit (<i>because I feel a lot of personal satisfaction while mastering certain difficult training techniques</i>).	1	2	3	4	5
9	berolahraga adalah salah satu cara yang paling baik untuk membentuk tubuh (<i>because it is absolutely necessary to do sports if one wants to be in shape</i>).	1	2	3	4	5
10	saya melakukan olahraga untuk mengejar prestasi saya sebagai atlet (<i>for the prestige of being an athlete</i>).	1	2	3	4	5
11	berolahraga merupakan cara terbaik untuk mengembangkan diri (<i>because it is one of the best ways I have chosen to develop other aspects of myself</i>).	1	2	3	4	5
12	untuk memperbaiki kekurangan-kekurangan yang ada dalam diri saya (<i>for the pleasure I feel while improving some of my weak points</i>).	1	2	3	4	5
13	untuk mencari kesenangan (<i>for the excitement I feel when I am really involved in the activity</i>).	1	2	3	4	5
14	saya berolahraga untuk menjaga kebugaran tubuh (<i>because I must do sports to feel good myself</i>).	1	2	3	4	5

No	Soal	Nilai				
15	untuk kepuasan diri saya ketika saya terampil dalam teknik olahraga tertentu (<i>for the satisfaction I experience while I am perfecting my abilities</i>).	1	2	3	4	5
16	karena orang-orang di sekitar berpikir bahwa sangat penting untuk berolahraga (<i>because people around me think it is important to be in shape</i>).	1	2	3	4	5
17	karena olahraga cara yang paling baik untuk belajar banyak hal yang berguna bagi hidup saya (<i>because it is a good way to learn lots of things which could be useful to me in other areas of my life</i>).	1	2	3	4	5
18	untuk memenuhi hasrat emosi saya ketika melakukan kegiatan olahraga (<i>for the intense emotions I feel doing a sport that I like</i>).	1	2	3	4	5
19	olahraga bukan hobi saya (<i>it is not clear to me anymore; I don't really think my place is in sport</i>).	1	2	3	4	5
20	saya sangat senang sekali ketika melakukan kegiatan olahraga yang memiliki keterampilan sangat sulit (<i>For the pleasure that I feel while executing certain difficult movements</i>).	1	2	3	4	5
21	karena saya merasa rugi ketika saya tidak melakukan olahraga (<i>because I would feel bad if I was not taking time to do it</i>).	1	2	3	4	5
22	untuk menunjukkan kepada orang lain bahwa saya terampil dalam melakukan kegiatan olahraga (<i>to show others how good I am good at my sport</i>).	1	2	3	4	5
23	saya senang untuk mencoba keterampilan-keterampilan baru dalam kegiatan olahraga (<i>for the pleasure that I feel while learning training techniques that I have never tried before</i>).	1	2	3	4	5
24	karena olahraga adalah cara yang baik untuk menjaga hubungan pertemanan saya (<i>because it is one of the best ways to maintain good relationships with my friends</i>).	1	2	3	4	5
25	melakukan totalitas dalam berolahraga adalah wujud kesenangan diri saya (<i>because I like the feeling of being totally immersed in the activity</i>).	1	2	3	4	5
26	karena saya harus berolahraga secara teratur (<i>because I must do sports regularly</i>).	1	2	3	4	5
27	untuk menemukan keterampilan baru saat berolahraga (<i>For the pleasure of discovering new performance strategies</i>).	1	2	3	4	5
28	saya sangat pesimis terhadap diri saya untuk mencapai target-target olahraga saya (<i>I often ask myself; I can't seem to achieve the goals that I set for myself</i>).	1	2	3	4	5

3.5.2 Validitas dan Reliabilitas instrumen

Dalam penelitian, data mempunyai kedudukan yang paling tinggi, karena data merupakan penggambaran variabel yang diteliti berfungsi sebagai alat pembuktian benar tidaknya cara, tergantung dari baik atau tidaknya instrumen pengumpulan data tersebut. Pengujian terdiri dari uji validitas dan reliabilitas.

Pengujian validitas dan reliabilitas dalam penelitian ini menggunakan teknik *corrected item total correlation* dengan bantuan aplikasi komputer *statistical product and service solution* (SPSS). Untuk mengetahui konsistensi instrument dengan menghitung koefisien korelasi pada setiap skor butir pernyataan yang dinyatakan valid.

Peneliti melakukan pengujian reliabilitas dan validitas dengan sampel untuk di uji adalah 30 siswa yang di sebarakan secara acak, setelah mendapatkan hasil peneliti menghitung koefisien korelasi pada setiap skor butir pernyataan menggunakan aplikasi SPSS. Setelah melakukan penghitungan melalui aplikasi SPSS peneliti melihat distribusi r tabel, dalam distribus r tabel dengan tingkat signifikansi 5% dan jumlah total yang di uji adalah 30 maka dapat diketahui r tabelnya adalah sig = 0,361, maka pernyataan yang > 0.361 pernyataan itu bisa di katakana valid, jika pernyataan < 0.361. pernyataan itu invalid.

Tabel 3.5
Validitas *Sport Motivation scale Item-total statistics*
Sumber (Muda, 2020)

SOAL	<i>Corrected Item-Total Correlation</i>	Keterangan
1	.792	<i>Valid</i>
2	.726	<i>Valid</i>
3	.320	<i>Valid</i>
4	.760	<i>Valid</i>
5	.246	<i>Invalid</i>
6	.304	<i>Invalid</i>
7	.289	<i>Invalid</i>
8	.684	<i>Valid</i>
9	.673	<i>Valid</i>
10	.510	<i>Valid</i>
11	.693	<i>Valid</i>
12	.892	<i>Valid</i>
13	.744	<i>Valid</i>

SOAL	<i>Corrected Item-Total Correlation</i>	Keterangan
14	.705	<i>Valid</i>
15	.750	<i>Valid</i>
16	.691	<i>Valid</i>
17	.647	<i>Valid</i>
18	.536	<i>Valid</i>
19	.342	<i>Valid</i>
20	.653	<i>Valid</i>
21	.705	<i>Valid</i>
22	.643	<i>Valid</i>
23	.736	<i>Valid</i>
24	.517	<i>Valid</i>
25	.828	<i>Valid</i>
26	.756	<i>Valid</i>
27	.660	<i>Valid</i>
28	.365	<i>Valid</i>

Setelah melakukan uji validitas dan reliabilitas instrumen *sport motivation scale* yang memiliki 28 item angket, hasil dari uji reliabilitas dan validitas dapat dinyatakan valid yaitu sebanyak 25 item soal, dan yang tidak valid hanya ada 3 item soal yaitu terdapat pada nomor 5, 6, dan 7.

Tabel 3.6
Reliabilitas *Sport Motivation Scale*
Sumber (Muda, 2020)

<i>Cronbach's Alpha</i>	<i>N of items</i>
.935	28

Tabel 3.6 tersebut mencantumkan hasil dari uji reliabilitas (koefisien reliabilitas) sebesar 0.935. instrument penelitian ini, selain harus valid juga harus reliabel atau memiliki ketepatan, yaitu instrument penelitian yang reliabel akan

sama hasilnya jika diujikan pada kelompok yang sama walaupun dalam waktu yang berbeda. Uji ini dilakukan setelah uji validitas dan data yang diuji merupakan pernyataan yang sudah valid. Pengujian dilakukan dengan menggunakan aplikasi SPSS. Dengan hasil nilai reliabilitas adalah 0.935.

Berdasarkan hasil data tersebut maka dapat diketahui bahwa semua variable pada instrument penelitian bernilai positif dan mempunyai skor yang lebih besar dari r tabel 0.361 sehingga keseluruhan butir pernyataan pada penelitian ini reliabel dan dapat menjadi data penelitian.

Setelah melakukan uji validitas dan reliabilitas terdapat 25 item soal yang valid, berdasarkan kajian materi yang terdapat di bab II maka peneliti mengelompokkan item soal tersebut menjadi motif - motif minat siswa obesitas dalam pembelajaran penjas. Yang akan di bahas di tabel 3.5 untuk mengetahui pengelompokan item soal yang sudah valid.

Tabel 3.7
Pengelompokan Soal Motif - Motif Masyarakat Berpartisipasi Dalam Olahraga

Motif - motif Minat Masyarakat Berpartisipasi Dalam Olahraga	Nomor Soal Angket
1. Untuk mengembangkan keterampilan dan kemampuan	3, 4, 10, 11, 13, 15, 21, 25.
2. Untuk berhubungan dan mencari teman.	1, 6, 7, 22.
3. Untuk mencapai sukses dan mendapat pengakuan.	2, 5, 9, 14, 20.
4. Untuk latihan dan menjadi sehat dan segar.	8, 24.
5. Untuk menyalurkan energi.	16, 17.
6. Untuk mendapat pengalaman penuh tantangan dan yang menggembirakan.	12, 18, 19, 23.

Keterangan:

- 1) Terdapat 8 butir soal angket yang termasuk ke dalam kategori nomor 1
- 2) Terdapat 4 butir soal angket yang termasuk ke dalam kategori nomor 2
- 3) Terdapat 5 butir soal angket yang termasuk ke dalam kategori nomor 3
- 4) Terdapat 2 butir soal angket yang termasuk ke dalam kategori nomor 4
- 5) Terdapat 2 butir soal angket yang termasuk ke dalam kategori nomor 5
- 6) Terdapat 4 butir soal angket yang termasuk ke dalam kategori nomor 6

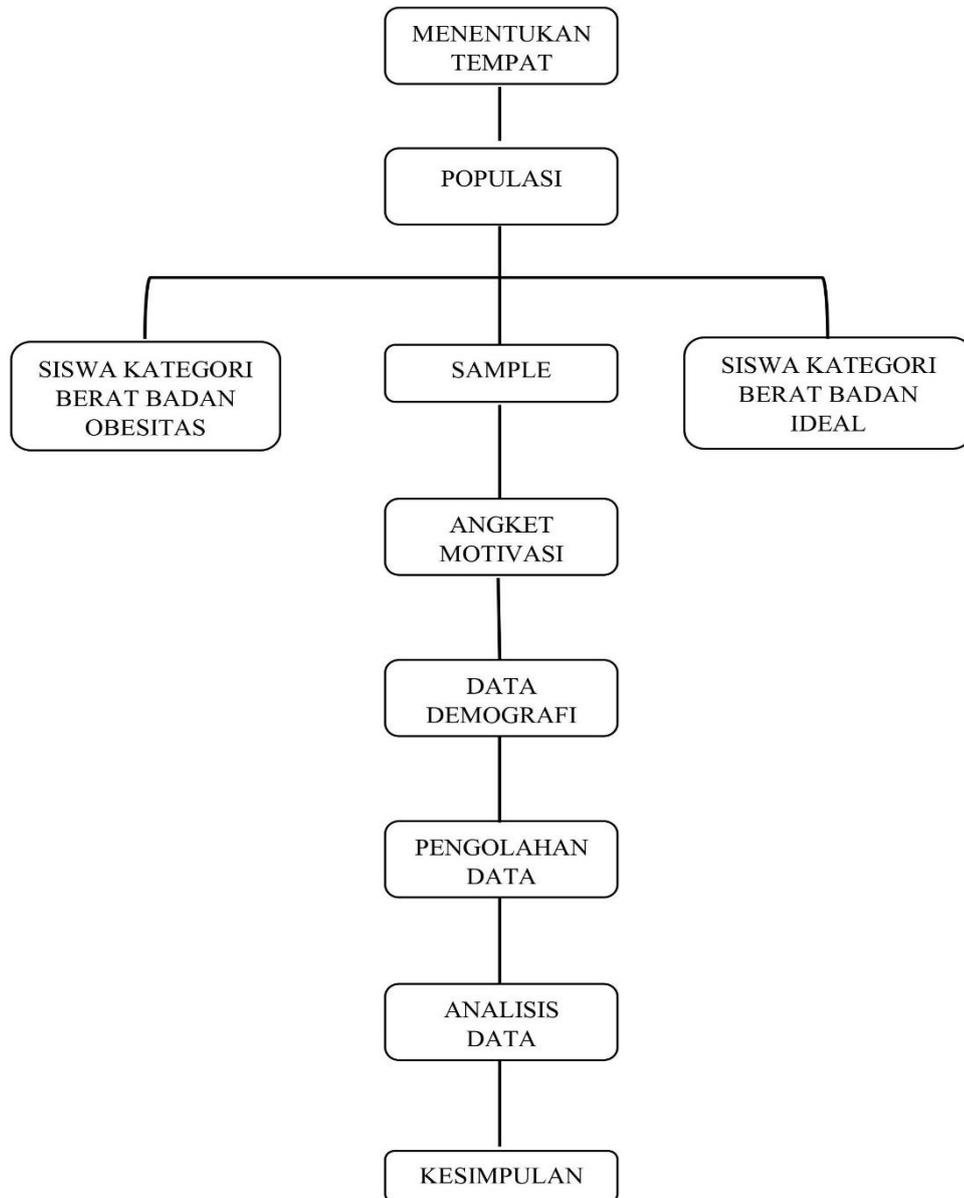
3.4 Prosedur Penelitian

Dalam sebuah penelitian, untuk memberikan kemudahan dalam proses penelitian, diperlukan alur penelitian agar penelitian berjalan dengan apa yang telah dirancang sebelumnya.

Berdasarkan paradigma desain penelitian diatas, maka penulis menentukan langkah-langkah penelitian sebagai berikut:

- 1) Menentukan tempat
- 2) Menentukan populasi
- 3) Menentukan sampel
- 4) Mengambil Data
- 5) Melakukan pengolahan data
- 6) Menganalisis data
- 7) Kesimpulan

Berikut langkah-langkah penelitian yang disusun peneliti sebagai berikut:



Gambar 3.1 Alur Penelitian

Sumber (Dinar, 2021)

3.5 Analisis Data

Setelah data dari tes dengan instrumen yang telah dirancang, langkah berikutnya adalah mengolah dan menganalisis data tersebut secara statistik.

Menurut Sugiyono, (2013) analisis data merupakan kegiatan setelah data dari seluruh responden atau sumber data lain terkumpul.

3.5.1 Analisis Deskriptif

Analisis deskriptif adalah analisis yang dilakukan untuk menilai karakteristik dari sebuah data. Menurut Sugiyono (2013) Analisis deskriptif adalah suatu rumusan masalah yang berkenaan dengan pertanyaan terhadap keberadaan variabel mandiri, baik hanya pada satu variabel atau lebih (variabel mandiri adalah variabel yang berdiri sendiri, bukan variabel independen, karena jika variabel independen selalu dipasangkan dengan variabel dependen).

- 1) Mencari *Standard Deviation* (simpangan baku)

Standard Deviation atau simpangan baku adalah nilai akar kuadrat dari varian. Varian adalah nilai yang didapat dari pembagian hasil penjumlahan kuadrat (*sum of squares*) dengan ukuran data (n). Dimana ukuran data (n) adalah banyaknya anggota sampel atau observasi

$$S = \sqrt{\frac{\sum_{i=1}^n (x_i - \bar{x})^2}{n - 1}}$$

Keterangan:

S = Standar deviasi (simpangan baku)

n = jumlah

responden

f =

frekuensi

x_i = nilai tengah

- 2) Mencari nilai rata-rata dari setiap kelompok

Untuk menilai X dan Y maka analisis yang digunakan berdasarkan rata-rata (*mean*) dari masing-masing variabel. Nilai rata-rata ini didapatkan dengan menjumlahkan data keseluruhan dalam setiap variabel, kemudian dibagi dengan jumlah responden.

$$\bar{X} = \frac{\sum X}{N}$$

Keterangan:

\bar{X} = Rata-rata hitung variabel x

$\sum X$ = jumlah seluruh skor x

N = number of cases

3.5.2 Uji Normalitas

Uji Normalitas menggunakan uji *Shapiro wilk* bertujuan untuk mengetahui apakah sampel yang berasal dari populasi berdistribusi normal atau tidak dan juga untuk menentukan jenis statistic yang akan digunakan selanjutnya. Berikut adalah rumus uji normalitas:

$$X^2 = \sum \frac{(O_i - E_i)^2}{E_i}$$

Keterangan :

X^2 = Nilai X^2

O_i = Nilai observasi

E_i = Nilai expected / harapan, luasan interval kelas berdasarkan tabel normal dikalikan N (total frekuensi) ($p_i \times N$)

N = Banyaknya angka pada data (total frekuensi)

3.5.3 Uji Homogenitas

Uji homogenitas menggunakan uji homogenitas variansi bertujuan untuk menguji kesamaan dua varian atau lebih, seperti yang dijelaskan oleh Abduljabar (2010) bahwa uji homogenitas merupakan pengujian mengenai kesamaan dua varian atau lebih, dengan varian-varian yang sama besar dalam suatu populasi. Berikut adalah rumus uji uji homogenitas variansi.

$$S_X^2 = \sqrt{\frac{n \cdot \sum X^2 - (\sum X)^2}{n(n-1)}} \quad S_Y^2 = \sqrt{\frac{n \cdot \sum Y^2 - (\sum Y)^2}{n(n-1)}}$$

3.5.4 Uji T

Uji t (t-test) melakukan pengujian terhadap koefisien regresi secara parsial, pengujian ini dilakukan untuk mengetahui signifikansi peran secara parsial antara variabel independen terhadap variabel dependen dengan mengasumsikan bahwa variabel independen lain dianggap konstan.