

## **BAB III METODE PENELITIAN**

### **3.1 Desain Penelitian**

Pada penelitian ini, desain penelitian yang digunakan adalah desain penelitian kuantitatif. Metode penelitian kuantitatif adalah metode penelitian yang digunakan untuk meneliti populasi atau sampel pengumpulan data dengan menggunakan *instrument* penelitian. Analisis data, bersifat kuantitatif dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang ditetapkan (Sugiyono, 2013, hlm. 13). Penelitian kuantitatif, bertujuan untuk menemukan suatu pengetahuan yang menggunakan data berupa angka sebagai alat menemukan keterangan mengenai apa yang ingin kita ketahui (Darmawan, 2014, hlm. 37).

Dalam penelitian ini, pengambilan data dilakukan dengan cara menyebarkan angket melalui *google form*. Angket adalah metode pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan tertulis kepada responden untuk diberikan respon sesuai dengan permintaan pengguna (Darna & Herlina, 2018, hlm. 288). Penggunaan metode ini, bertujuan untuk mengetahui gambaran mengenai bagaimana profil aktivitas *sedentary* siswa.

### **3.2 Partisipan**

Partisipan yang terlibat dalam penelitian ini adalah siswa di SD Negeri dan Swasta yang ada di Kecamatan Cibeunying Kidul Kota Bandung. Adapun pelaksanaan penelitian dilakukan selama 7 hari atau satu minggu penuh.

### **3.3 Populasi dan Sampel**

Populasi adalah sekumpulan objek atau subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu, untuk dipelajari dan ditetapkan oleh peneliti serta ditarik menjadi sebuah kesimpulan (Abduljabar & Darajat, 2014, hlm. 16). Pada penelitian ini populasi yang diteliti adalah SD Negeri dan SD Swasta di Kecamatan Cibeunying Kidul Kota Bandung dengan jumlah sampel 352 siswa.

Sampel adalah bagian dari populasi, yang menjadi objek penelitian (Syahrums & Salim, 2012, hlm.113). Dalam pendapat lain, sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki dari populasi tersebut (Sugiyono, 2016, hlm. 81).

Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah menggunakan *purposive sampling* itu teknik pengambilan sampel yang tidak di ambil secara acak, melainkan sampel harus memiliki kriteria yang sudah di tentukan oleh peneliti. (Amelia,2016 hlm. P).

**Tabel 3. 1 Populasi dan Sampel Penelitian**

No	Nama Sekolah	Keterangan	Jml Siswa
1	SDN 114 Bojong Koneng	Negeri	Kelas 3 : 26 Siswa Kelas 5 : 24 Siswa
2	SDN 150 Gatot Subroto	Negeri	Kelas 3 : 25 Siswa Kelas 5 : 20 Siswa
3	SDN 234 Saluyu	Negeri	Kelas 3 : 26 Siswa Kelas 5 : 23 Siswa
4	SDN 022 Cicadas Timur	Negeri	Kelas 3 : 17 Siswa Kelas 5 : 27 Siswa
5	SD Karakter Az-Zahra	Swasta	Kelas 3 : 17 Siswa Kelas 5 : 17 Siswa
6	SD Pelita	Swasta	Kelas 3 : 19 Siswa Kelas 5 : 22 Siswa
7	SD Muhammadiyah 3	Swasta	Kelas 3 : 24 Siswa Kelas 5 : 19 Siswa
8	SD Yayasan Atikan Sunda	Swasta	Kelas 3 : 25 Siswa Kelas 5 : 21 Siswa
	Jumlah		Kelas 3 : 179 Siswa Kelas 5 : 173 Siswa <b>Total 352 Siswa</b>

### 3.4 Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian merupakan suatu alat pengumpul data, yang digunakan untuk mengukur fenomena alam maupun sosial yang diamati (Nugroho, U, 2018.) Instrument penelitian yang di gunakan melalui metode survey yaitu angket/kusioner. Angket atau kusioner adalah teknik pengumpulan data melalui sejumlah pertanyaan tertulis untuk mendapatkan informasi, data dari sumber data

atau responden (Syahrums & Salim, 2012, hlm 135).

Untuk melihat profil aktivitas *sedentary* siswa, instrument angket yang digunakan adalah *Adolescent Sedentary Activity Questionnaire* (ASAQ). Instrumen angket ini memiliki hasil reliabilitas yang baik dan dapat digunakan sebagai alat ukur yang berpotensi berguna dari berbagai perilaku *sedentary* di kalangan anak muda. (Hardy, dkk. 2007. Hlm. 71).

### 3.4.1 Kisi-Kisi Instrumen

Instrumen yang digunakan pada penelitian ini adalah *Adolescent Sedentary Activity Questionnaire* (ASAQ). Terdapat 12 perilaku *sedentary* yang dilakukan pada hari kerja (senin-jum'at) dan hari libur (sabtu-minggu). Aktivitas *sedentary* siswa digambarkan dengan berapa lama responden melakukan aktivitas *sedentary* yang terdapat pada angket *Adolescent Sedentary Activity Questionnaire* (ASAQ) selama 1 minggu. Berikut tabel kisi-kisi instrument 12 perilaku *sedentary* dari *Adolescent Sedentary Activity Questionnaire* (ASAQ) (Hardy, dkk. 2007, hlm. 71-74).

**Tabel 3. 2 Kisi-kisi *Adolescent Sedentary Activity Questionnaire* (ASAQ)**

No	Aktivitas Hari Kerja	Aktivitas Hari Libur
1.	Menonton Televisi	Menonton Televisi
2.	Menonton Video/DVD	Menonton Video/DVD
3.	Menggunakan Komputer untuk bersenang-senang	Menggunakan Komputer untuk bersenang-senang
4.	Menggunakan komputer untuk pekerjaan rumah	Menggunakan komputer untuk pekerjaan rumah
5.	Melakukan pekerjaan rumah tidak menggunakan komputer	Melakukan pekerjaan rumah tidak menggunakan komputer
6.	Membaca untuk kesenangan	Membaca untuk kesenangan
7.	Belajar/les	Belajar/les
8.	Perjalanan (Mobil, bus, kereta api)	Perjalanan (Mobil, bus, kereta api)
9.	Melakukan kerajinan tangan atau hobi	Melakukan kerajinan tangan atau hobi

10.	Duduk-duduk (mengobrol dengan teman/ditelepon/bersantai)	Duduk-duduk (mengobrol dengan teman/ditelepon/bersantai)
11.	Bermain/berlatih alat musik	Bermain/berlatih alat musik
12.		Pergi belajar agama (TPA/gereja)

### 3.5 Waktu dan Tempat Penelitian

#### 1. Tempat Penelitian

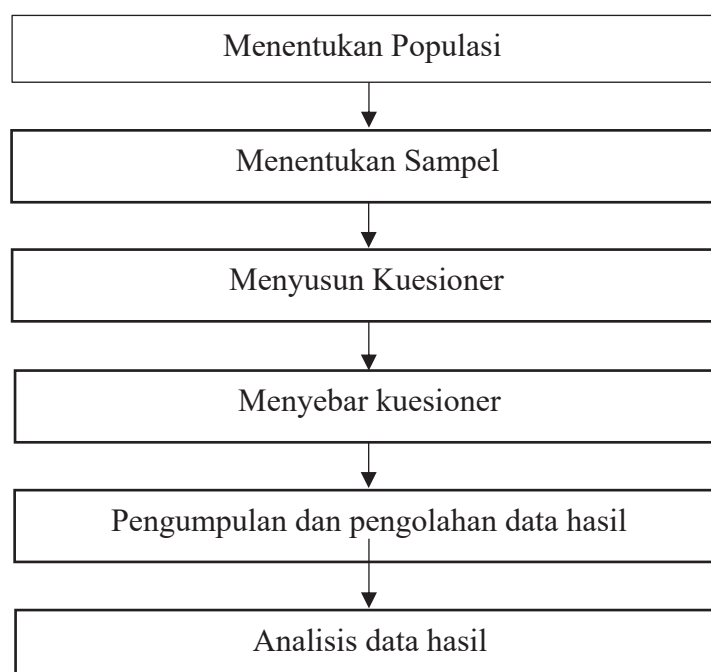
Tempat penelitian ini dilakukan di SD Negeri dan SD Swasta di Kecamatan Cibeunying Kidul Kota Bandung. Namun dalam mengumpulkan data digunakan *googleform* demi mengurangi *human error* dan memudahkan pengisian angket.

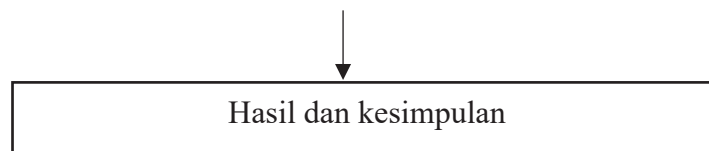
#### 2. Waktu Penelitian

Waktu penelitian dilaksanakan pada 20 April 2022 s.d. 27 April 2022.

### 3.6 Prosedur Penelitian

Dalam penelitian ini terdapat langkah-langkah yang dilakukan oleh peneliti, langkah-langkah penelitian dapat dilihat pada (Gambar 3.1).





Gambar 3. 1 Prosedur Penelitian

### 3.7 Analisis Data

Analisis data sering disebut dengan analisis kuantitatif, karena yang dianalisis adalah data-data yang dikuantifikasikan dengan model matematis (Heryana, 2020, hlm. 1). Analisis data merupakan metode yang digunakan untuk mengetahui bagaimana menggambarkan data, hubungan data, semantik data dan batasan data yang ada pada suatu sistem informasi (Edi & Betshani, 2009, hlm. 72).

Terdapat langkah-langkah yang dilakukan pada proses pengolahan dan analisis data yaitu:

1. Mengumpulkan hasil data dari responden berupa angket.
2. Memisahkan data sesuai dengan sekolah dan kelas.
3. Mencari nilai persentase hasil dari data kuesioner yang sudah diisi responden.
4. Mencari nilai rata-rata perilaku sedentary siswa.

Mean atau rata-rata didapatkan dengan cara membagi jumlah nilai data oleh banyaknya data (Darajat & Abduljabar, 2014, hlm. 89). Untuk mencari rata-rata skor dinyatakan dengan rumus sebagai berikut:

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

Keterangan :

$\bar{X}$  = Rata-rata skor

$X$  = Skor yang dicapai

$n$  = Jumlah Responden

5. Untuk mengetahui perilaku *sedentary* siswa sekolah dasar maka peneliti menghitung nilai durasi dengan pedoman yang dikembangkan oleh (Young dkk, 2014, hlm. 22). sebagai berikut:

**Tabel 3. 3 Kategori Durasi Perilaku *Sedentary***

<b>NO</b>	<b>Durasi</b>	<b>Kategori</b>
<b>1.</b>	(<2 jam sehari)	Rendah
<b>2.</b>	(2-5 jam sehari)	Sedang
<b>3.</b>	(>5 jam sehari)	Tinggi