

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Metode Penelitian

Metode penelitian adalah suatu proses kegiatan berupa pengumpulan, analisis, dan interpretasi data yang berkaitan dengan suatu tujuan penelitian. Metode penelitian diartikan sebagai metode ilmiah untuk memperoleh data untuk maksud dan tujuan tertentu (Sugiyono & Kartono, 2013).

Metode yang digunakan pada penelitian ini adalah metode deskriptif dengan pendekatan kualitatif. Deskriptif kualitatif adalah suatu metode penelitian yang bergerak pada pendekatan kualitatif sederhana dengan alur induktif. Alur induktif ini maksudnya penelitian deskriptif kualitatif diawali dengan proses atau peristiwa penjas yang akhirnya dapat ditarik suatu generalisasi yang merupakan sebuah kesimpulan dari proses atau peristiwa tersebut (Yuliani, 2018). Tujuan dari penggunaan metode deskriptif ini adalah untuk membuat deskripsi yang bersifat aktual mengenai fenomena sesungguhnya yang ada di lapangan. Selain itu, penggunaan dari metode penelitian deskriptif yaitu bertujuan untuk menyajikan gambaran lengkap mengenai suatu kondisi yang dimaksudkan untuk menjelaskan suatu fenomena (Zellatifanny & Mudjiyanto, 2018).

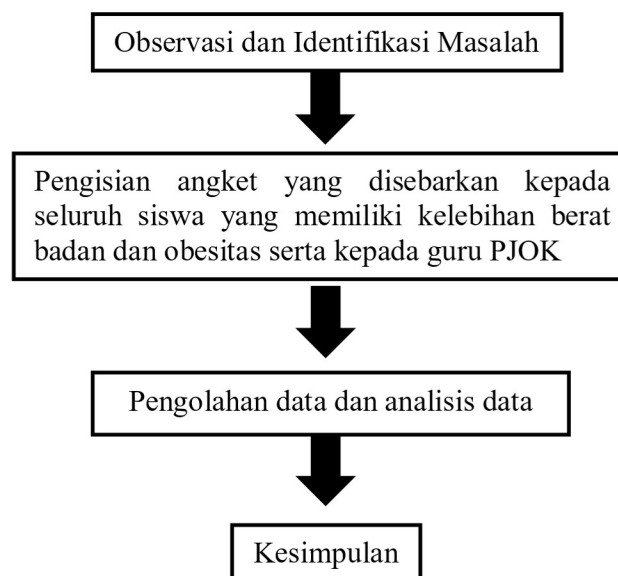
Dalam penelitian kualitatif, pengumpulan data tidak dipandu oleh teori, tetapi dipandu oleh fakta-fakta yang ditemukan pada saat penelitian di lapangan. Oleh karena itu analisis data yang dilakukan bersifat induktif berdasarkan fakta-fakta yang ditemukan dan kemudian dapat dikonstruksikan menjadi hipotesis atau teori. (Sugiyono, 2022). Metode deskriptif kualitatif merupakan data yang dikumpulkan berupa kalimat, kata-kata, atau gambar yang mempunyai makna dan dapat memicu timbulnya pemahaman yang lebih nyata daripada sekedar angka (Nugrahaeni & Margawati, 2014). Adapun pernyataan (Abdussamad & SIK, 2021) yang mengemukakan bahwa metode deskriptif kualitatif merupakan data penelitian kualitatif berupa kata-kata, gambar, dan bukan dalam bentuk angka.

Berdasarkan pernyataan diatas bahwa metode penelitian merupakan proses kegiatan untuk mendapatkan data dengan tujuan kegunaan tertentu. Dalam penelitian ini, peneliti akan menggunakan metode deskriptif kualitatif,

dimana penelitian akan berfokus pada penjabaran fenomena yang ada berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan dan hasil data akan di deskripsikan dalam berupa kata-kata.

3.2 Desain Penelitian

Desain penelitian mengandung makna rancangan kegiatan pengumpulan, pengolahan, analisis, dan penyajian data yang dilakukan secara sistematis dan obyektif, untuk memecahkan suatu persoalan atau menguji suatu hipotesis untuk mengembangkan prinsip umum. (Herdayati et al., 2019). Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan desain observasi. Menurut (Sugiyono, 2022) melakukan observasi, penelitian mempelajari tentang perilaku dan maknanya. Jenis observasi yang dilakukan oleh peneliti adalah observasi partisipatif moderat, yaitu observasi yang terlibat dengan secara langsung dengan orang yang sedang diamati. Menurut (Sugiyono, 2022) dalam observasi partisipatif moderat ini, terdapat keseimbangan antara peneliti menjadi orang dalam dan orang luar. Dalam proses observasi ini peneliti mengikuti beberapa kegiatan di sekolah, salah satunya dilakukan selama kegiatan Proses Pengenalan Lapangan (PPL) yang dilaksanakan selama 2 bulan yaitu pada bulan september hingga bulan november. Berikut adalah desain penelitian yang akan peneliti lakukan saat penelitian.



Gambar 3 1 Desain Observasi

Berdasarkan pengertian diatas, dapat digambarkan bahwa desain penelitian merupakan sebuah rencana mengumpulkan data agar dapat dilaksanakan pada saat penelitian.

3.3 Tempat Penelitian

Tempat penelitian merupakan lokasi dimana peneliti memperoleh data yang dibutuhkan untuk penelitian. Adapun tempat yang akan digunakan pada penelitian ini yaitu di SMAN 1 Soreang.

3.4 Populasi dan Sampel Penelitian

3.4.1 Populasi

Populasi adalah keseluruhan dari kelompok yang akan diambil datanya (Ul'fah Hernaeny, 2021). Menurut (Lestari, 2019) Populasi merupakan kumpulan individu sejenis yang berada pada wilayah tertentu dan pada waktu yang tertentu pula. Adapun Menurut (KN et al., 2019) Populasi adalah sekumpulan objek atau subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik suatu kesimpulan.

Adapun populasi yang akan digunakan pada penelitian ini yaitu pada seluruh siswa di SMAN 1 Soreang yang berjumlah 1.376 siswa dan 97 guru.

3.4.2 Sampel Penelitian

Sampel adalah kumpulan individu yang terpilih dari populasi yang memiliki karakteristik tertentu yang dianggap bisa mewakili populasi dari sebuah penelitian (Hasan, 2018). Adapun menurut (Creswell, 2002) sampel bisa dikatakan pula sebagai bagian atau wakil dari populasi yang mewakili karakteristik populasi secara keseluruhan. Dari pengertian tersebut dapat disimpulkan bahwa sampel merupakan sebagian individu yang terpilih yang dapat digunakan sebagai wakil dari populasi yang akan digunakan untuk penelitian. Pemilihan sampel merupakan hal yang sangat penting dalam sebuah penelitian, karena hal tersebut dapat menentukan hasil dari penelitian yang dilakukan.

Adapun teknik pengambilan sampel yang akan digunakan dalam penelitian ini yaitu menggunakan teknik *purposive sampling*. Menurut

Etikan (2016) Teknik pengambilan sampel purposive, juga disebut pengambilan sampel penilaian, sampel ini adalah pilihan yang disengaja dari seorang peserta karena kualitas-kualitasnya dimiliki peserta. Teknik ini adalah teknik non-acak yang melakukannya tidak perlu teori yang mendasari atau sejumlah peserta yaitu dengan mengambil sampel dengan kriteria-kriteria tertentu. Kriteria siswa yang akan digunakan pada penelitian ini yaitu siswa yang memiliki kelebihan berat badan dan obesitas yang dapat ditentukan melalui pengukuran Indeks Massa Tubuh (IMT) 23 sampai 24,9 yaitu kategori kelebihan berat badan (*overweight*), 25 sampai 29,9 yaitu kategori obesitas tingkat I, dan 30 sampai seterusnya termasuk kategori obesitas tingkat II.

Sesuai dengan judul penelitian ini, peneliti akan mengambil sampel siswa yang memiliki berat badan berlebih dan obesitas serta guru PJOK di SMAN 1 Soreang. Adapun jumlah siswa yang memenuhi kriteria tersebut yaitu berjumlah 71 siswa yang diantaranya 35 siswa laki-laki dan 36 siswa perempuan. Selain itu, adapun sampel guru yang akan diambil pada penelitian ini yaitu guru PJOK di SMAN 1 Soreang yang berjumlah 4 orang untuk mengetahui bagaimana hambatan dan upaya guru dalam meningkatkan motivasi siswa obesitas.

3.5 Definisi Operasional

Untuk menghindari salah penafsiran yang dilakukan dalam penelitian ini, maka perlu dijelaskan istilah-istilah yang di gunakan agar pembahasan yang di harapkan dapat mengarah kepada penelitian yang efektif. Istilah-istilah tersebut yaitu:

a. Sampel Penelitian

Sampel penelitian yang digunakan pada penelitian ini yaitu siswa yang memiliki kriteria kelebihan berat badan dan obesitas. Adapun kriteria tersebut diambil dari pengukuran Indeks Massa Tubuh (IMT) dengan minimal >23 hingga seterusnya.

b. Lokasi Penelitian

Lokasi penelitian yang digunakan dalam penelitian ini yaitu di SMAN 1 Soreang, Kab. Bandung.

c. Pelaksanaan Penelitian

Pelaksanaan penelitian yang dilakukan untuk memperoleh data pada penelitian ini yaitu dilakukan pada tanggal 27 Januari 2023. Merujuk pada INMENDAGRI NO 53 Tahun 2022 Intruksi Kesatu dinyatakan bahwa Pemberlakuan Pembatasan Kegiatan Masyarakat (PPKM) telah dinyatakan dihentikan sejak 30 Desember 2022. Adapun Intruksi Kedua dinyatakan bahwa pemberhentian PPKM yang dimaksud bukan menyatakan bahwa Covid-19 telah selesai. Maka dari itu, dapat disimpulkan bahwa Pandemi Covid-19 masih ada di Indonesia, namun PPKM di Indonesia sudah dihentikan.

3.6 Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian dapat diartikan sebagai sebuah alat untuk mengumpulkan, mengolah, menganalisis, dan menyajikan data secara sistematis dan objektif untuk memecahkan masalah (Hamni, 2016). Instrumen penelitian juga dapat diartikan sebagai suatu alat yang digunakan untuk mengumpulkan data atau mengukur objek dari suatu variabel penelitian. (Yusup, 2018)

Berdasarkan beberapa pendapat diatas, dapat disimpulkan bahwa instrumen penelitian merupakan suatu alat yang sangat penting dalam penelitian, karena instrumen penelitian merupakan alat yang digunakan untuk memecahkan sebuah permasalahan yang ada di lapangan. Dalam sebuah penelitian kualitatif, penelitian dapat dipahami dengan baik apabila menggunakan multi metode triangulasi, yaitu usaha mengecek kebenaran data atau informasi yang diperoleh peneliti dari berbagai sudut pandang yang berbeda dengan cara mengurangi sebanyak mungkin bias yang terjadi pada saat pengumpulan dan analisis data. (Bachri, 2010)

Namun, dalam sebuah penelitian dengan pendekatan kualitatif, ada juga instrumen yang berperan dalam mengungkap suatu permasalahan yang ada di lapangan yaitu adalah peneliti itu sendiri. Hal ini didukung oleh pernyataan Lincoln dan Guba dalam Mulyadi (2011) yang mengemukakan bahwa dalam pendekatan kualitatif peneliti seyogianya memanfaatkan diri sebagai instrumen, karena instrumen nonmanusia sulit digunakan secara luwes untuk menangkap berbagai realitas dan interaksi yang terjadi. Adapun menurut Thalha et al.,

(2019) Salah satu ciri penelitian kualitatif adalah peneliti bertindak sebagai instrumen sekaligus pengumpul data. Oleh karena itu, instrumen yang akan digunakan pada penelitian ini yaitu observasi, angket (kuesioner), dan dokumentasi. Selanjutnya, akan di analisis dan di deskripsikan berupa kata-kata sesuai dengan fakta yang ada di lapangan.

3.6.1 Observasi

Observasi merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan secara sistematis dengan mengamati dan mencatat hal-hal yang diteliti. (Abdussamad & SIK, 2021). Observasi juga dapat diartikan sebagai salah satu kegiatan ilmiah empiris yang mendasarkan fakta-fakta lapangan maupun teks, melalui pengalaman panca indra tanpa menggunakan manipulasi apapun (Hasanah, 2017). Adapun menurut (Mania, 2008) Observasi merupakan cara atau metode menghimpun keterangan atau data yang dilakukan dengan mengadakan pengamatan dan pencatatan sistematis terhadap fenomena yang sedang dijadikan sasaran pengamatan.

Berdasarkan beberapa pendapat diatas, dapat disimpulkan bahwa observasi merupakan suatu kegiatan untuk mengamati objek penelitian secara langsung dan tanpa menggunakan manipulasi apapun.

3.6.2 Angket (Kuesioner)

Angket (kuesioner) adalah pernyataan tertulis yang digunakan untuk memperoleh informasi dari responden dalam arti laporan tentang pribadi atau hal-hal yang diketahui (Arikunto, 2013). Kuesioner juga dapat diartikan sebagai alat pengumpulan data primer dengan metode survei untuk memperoleh opini responden. (Isti Pujihastuti, 2010). Adapun menurut (Subandi et al., 2017) Kuesioner merupakan salah satu instrumen yang dapat digunakan oleh peneliti untuk mendapatkan dan mengumpulkan data pada populasi dalam jumlah besar. Berikut adalah langkah-langkah yang peneliti lakukan untuk menyusun kuesioner:

1. Membuat konsep variabel penelitian

Pada langkah ini peneliti menentukan konsep dari variabel yang akan dijadikan instrumen. Adapun untuk menjawab

permasalahan yang peneliti temukan di lapangan, maka peneliti akan menggunakan 3 kuesioner yang masing-masing diadaptasi dari penelitian sebelumnya. Kuesioner tersebut ditujukan kepada siswa obesitas dan guru PJOK. Tujuan dibuatnya 3 kuesioner yaitu untuk mengetahui apa saja hambatan siswa obesitas dalam mengikuti pembelajaran PJOK, bagaimana upaya guru dalam menyelesaikan hambatan siswa obesitas dalam mengikuti pembelajaran PJOK, apa saja hambatan guru dalam meningkatkan motivasi siswa obesitas, dan bagaimana upaya guru meningkatkan motivasi siswa obesitas.

2. Membuat aspek dan indikator

Setelah menentukan konsep, selanjutnya peneliti membuat aspek dan indikator yang nanti akan digunakan untuk menyusun instrumen. Adapun indikator tersebut peneliti adaptasi dari penelitian sebelumnya, yang kemudian peneliti sesuaikan kembali butir pernyataannya menyesuaikan dengan apa yang akan diteliti. Penelitian-penelitian tersebut yaitu oleh (Purnama et al., 2018) yang membahas tentang kendala guru memotivasi siswa dalam proses pembelajaran, kemudian penelitian (ANIF, 2020) yang membahas tentang upaya guru dalam meningkatkan motivasi siswa, dan penelitian (Ajmi, 2021b) yang membahas tentang hambatan siswa saat pembelajaran pendidikan jasmani.

Instrumen tersebut sudah peneliti lakukan uji validitas yang menghasilkan 30 pernyataan yang valid untuk meneliti bagaimana hambatan guru dalam memotivasi siswa obesitas, 30 pernyataan yang valid untuk mengukur upaya guru dalam meningkatkan motivasi siswa obesitas, dan 39 pernyataan yang valid untuk mengukur hambatan siswa dalam mengikuti pembelajaran PJOK dan bagaimana upaya guru untuk menyelesaikan hambatan tersebut. Berikut adalah kisi-kisi instrumen yang telah peneliti buat dengan mengadaptasi dari penelitian sebelumnya:

Tabel 3 1 Kisi-Kisi Instrumen Hambatan Guru

Indikator	Sub-Indikator	Bentuk	
		Positif	Negatif
Kemampuan siswa yang berbeda-beda	Kemampuan siswa yang berbeda-beda akan berpengaruh terhadap proses dan hasil pembelajarannya, dimana siswa yang memiliki kemampuan baik akan lebih percaya diri saat melakukan suatu pembelajaran	9,8	26,30
Kurangnya perhatian siswa terhadap pembelajaran	Perhatian siswa yang tidak terfokus pada pembelajaran, menyebabkan salahnya pemahaman antara informasi yang diberikan guru dengan informasi yang diterima siswa	5,18	19,28
Sikap pasif siswa	Tidak adanya tanggapan dari siswa menyebabkan suatu pembelajaran yang disampaikan tidak membentuk sikap siswa sesuai dengan yang diharapkan	16,6	22,24
Tidak mengumpulkan tugas tepat waktu	Kurangnya kesadaran diri dan tanggung jawab siswa membuat pembelajaran yang diberikan melalui tugas kurang efektif	12	7,15
Rendahnya keinginan siswa untuk bertanya	Rendahnya keinginan siswa untuk bertanya membuat stigma bahwa pembelajaran sudah tersampaikan dengan baik	25,3	13
Kurangnya pemahaman siswa	Kurangnya pemahaman siswa terhadap materi pembelajaran yang diberikan membuat motivasi siswa untuk belajar juga menurun	11,1	17
Kurangnya dorongan dari orang tua	Orangtua memiliki peran untuk mendukung anak sebagai siswa, sehingga apabila anak tidak didukung maka motivasi belajarnya pun akan rendah	14	10,27

Jumlah siswa yang terlalu banyak	Jumlah siswa yang terlalu banyak membuat pembelajaran tidak kondusif dan bising, sehingga tidak seluruh siswa dapat memahami instruksi/materi yang diberikan oleh guru	20,23	21
Siswa sering interupsi	Adanya gangguan pada saat pembelajaran berlangsung membuat siswa kurang memahami materi pembelajaran yang diberikan	4	24,2

Tabel 3 2 Kisi-Kisi Instrumen Upaya Guru

Indikator	Sub-Indikator	Bentuk	
		Positif	Negatif
Memberikan angka/nilai	Memberikan angka/nilai dalam kegiatan belajar akan membuat termotivasi untuk mendapatkan nilai dengan kriteria baik	4,10	25,8
Memberikan hadiah	Hadiah dapat menjadi motivasi yang kuat, dimana siswa tertarik pada bidang tertentu yang akan diberikan hadiah	29,6	28,27
Membuat situasi berkompetisi atau bersaing	Kompetisi persaingan baik yang individu atau kelompok dapat menjadi sarana untuk meningkatkan motivasi belajar	20,17	2
Menciptakan situasi yang dapat memunculkan keterlibatan perilaku atau karakter	Ego-Involvement dapat menumbuhkan kesadaran kepada siswa agar merasakan pentingnya tugas dan menerimanya sebagai tantangan sehingga bekerja keras adalah bentuk motivasi yang cukup penting	15,16	19,26
Memberikan ulangan atau tes	Para siswa akan giat belajar kalau mengetahui akan diadakan ulangan atau tes	3,23	1

Mengetahui hasil belajar	Siswa akan terdorong untuk lebih giat belajar apabila mengetahui hasil belajarnya	9,11	13,22
Memberikan pujian dan apresiasi	Pujian dapat menciptakan suasana senang, sehingga dapat meningkatkan semangat belajar siswa agar lebih giat dalam belajar	7,18	14,24
Memberikan hukuman	Hukuman yang disampaikan secara tepat dan mengedukasi dapat meningkatkan kesadaran diri pada siswa, sehingga siswa dapat termotivasi untuk memperbaiki hal yang salah dan tidak mengulanginya lagi	21,12	5,30

Tabel 3 3 Kisi-Kisi Instrumen Hambatan Siswa

Indikator	Sub-Indikator	Bentuk	
		Positif	Negatif
Internal	Ciri Khas/Karakteristik	10,3	17,16
	Sikap	14,1	9,4
	Motivasi	5,13	15
	Konsentrasi	8	27,18
	Mengolah bahan ajar	29,2	23,20
	Menggali hasil belajar	28,7	11,22
	Percaya diri	19	6
Eksternal	Kebiasaan Belajar	24	26,12
	Guru		21,25
	Lingkungan	33	30,36
	Kurikulum	37	39,32
	Sarana dan Prasarana	34,38	35,31

d. Uji Validitas Angket

Uji validitas angket telah dilakukan kepada 43 sampel uji coba siswa dan 5 sampel guru. Hasil uji validitas adalah sebagai berikut:

1. Angket Hambatan Guru

Dari 36 pernyataan yang telah penulis buat dengan mengadopsi indikator dari penelitian (Purnama et al., 2018) terdapat 6 pernyataan tidak valid dan 30 pernyataan valid yang penulis gunakan untuk mengambil data tersebut.

2. Angket Upaya Guru

Dari 32 pernyataan yang telah penulis buat dengan mengadopsi indikator dari penelitian (ANIF, 2020) terdapat 2 pernyataan tidak valid dan 30 pernyataan valid yang penulis gunakan untuk mengambil data tersebut.

3. Angket Hambatan Siswa

Dari 48 pernyataan yang telah penulis buat dengan mengadopsi indikator dari penelitian (Ajmi, 2021) terdapat 9 pernyataan tidak valid dan 39 pernyataan valid yang penulis gunakan untuk mengambil data tersebut.

e. Uji Reabilitas Angket

Reabilitas instrumen merupakan syarat untuk pengujian validitas sebuah instrumen. Dalam hal ini uji reabilitas menggunakan teknik *Alpha Cronbach* dengan menggunakan bantuan *Statistical Product and Service Solutions (SPSS) 26.0 for windows*. Adapun hasil uji reabilitas instrumen yaitu sebagai berikut:

Tabel 3 4 Uji Reabilitas Angket

Indikator	Alpha	Keterangan
Hambatan Guru	0,918	Reliabel
Upaya Guru	0,914	Reliabel
Hambatan Siswa	0,920	Reliabel

Berdasarkan tabel diatas, (Sujarweni & Utami, 2019) mengemukakan bahwa apabila nilai cronbach alpha lebih dari 0,6 maka instrumen dinyatakan reliabel. Hal ini karena dari ketiga indikator yaitu

indikator hambatan guru memiliki nilai alpha 0,918, indikator upaya guru memiliki nilai alpha 0,914, dan indikator hambatan siswa memiliki nilai alpha 0,920.

1. Skala pengukuran

Skala pengukuran yang digunakan untuk mengukur kuesioner pada penelitian ini yaitu menggunakan Skala Likert. Menurut Kriyantono dalam (Janti, 2014) Skala Likert merupakan skala yang digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau kelompok orang tentang kejadian atau gejala sosial. Adapun menurut (Bahrin et al., 2018) Skala Likert adalah skala yang digunakan untuk mengukur persepsi, sikap atau pendapat seseorang atau kelompok mengenai sebuah peristiwa atau fenomena sosial.

Dalam Skala Likert, terdapat dua bentuk pertanyaan dalam yaitu bentuk pertanyaan positif untuk mengukur skala positif, dan bentuk pertanyaan negatif untuk mengukur skala negatif. Pertanyaan positif diberi skor 5, 4, 3, 2, dan 1; sedangkan bentuk pertanyaan negatif diberi skor 1, 2, 3, 4, dan 5. (Pranatawijaya et al., 2019). Adapun beberapa pilihan yang akan digunakan pada kuesioner ini yaitu sangat setuju, setuju, kurang setuju, tidak setuju, dan sangat tidak setuju. Berikut adalah gambaran dari pengukuran Skala Likert yang akan digunakan pada penelitian ini:

Tabel 3 5 Tabel Skala Likert

Jawaban	Positif	Negatif
Sangat Setuju	5	1
Setuju	4	2
Kurang Setuju	3	3
Tidak Setuju	2	4
Sangat Tidak Setuju	1	5

3.1.1 Dokumentasi

Dokumentasi yaitu setiap penglihatan atau bukti fisik yang dapat berupa tulisan, foto, video klip, kaset dan lain-lain, yang telah dilakukan dan dapat dikumpulkan atau dipakai kembali (Agave, 2020). Adapun menurut (Ulfah et al., 2022) dokumentasi adalah salah satu teknik pengumpulan data melalui dokumen atau catatan-catatan tertulis yang ada. Adapun pendapat (Blasius Sudarsono, 2003) mengemukakan bahwa apabila para peneliti ataupun para pengambil keputusan secara konsekuen mendokumentasikan semua hasil kerja baik yang berupa data, informasi dan pengetahuan dalam suatu sistem dokumentasi yang benar, maka akan terwujud suatu akumulasi informasi sebagai modal dasar pusat informasi.

Dari beberapa pernyataan diatas dapat disimpulkan bahwa dokumentasi merupakan sebuah teknik untuk mengambil data berupa bukti fisik berupa foto, catatan, dan lain-lain sebagai sumber informasi pada penelitian.

3.2 Validitas dan Uji Keabsahan Data

Validitas dapat diartikan sebagai sejauh mana tes itu mengukur apa yang dimaksudkan untuk diukur (Ihsan, 2016). Validitas juga dapat diartikan sebagai derajat ketepatan antara data yang terjadi pada objek penelitian dengan data yang dapat dilaporkan oleh peneliti. Dalam penelitian kualitatif, temuan atau data dapat dinyatakan valid apabila tidak ada perbedaan antara yang dilaporkan peneliti dengan apa yang sesungguhnya terjadi pada objek yang diteliti (Sugiyono, 2022). Adapun kebenaran realitas data dalam penelitian kualitatif tidak bersifat tunggal, melainkan bersifat jamak dan tergantung pada konstruksi manusia, dibentuk dalam diri seorang sebagai hasil proses mental setiap individu dengan berbagai latar balakangnya. Maka dari itu, apabila data yang ditemukan tidak berbeda dengan kenyataan sesungguhnya yang terjadi pada objek penelitian maka temuan tersebut dinyatakan valid. (Sugiyono, 2022).

Teknik yang penulis gunakan untuk mengetahui validitas dan keabsahan data yaitu dengan mengumpulkan data dengan teknik triangulasi. Adapun data

yang akan dikumpulkan dan dianalisis yaitu data hasil observasi, angket berupa kuesioner, dan dokumentasi.

3.3 Prosedur Penelitian

Dengan adanya prosedur penelitian, maka akan mempermudah peneliti untuk memulai langkah-langkahnya dari sebuah penelitian. Adapun prosedur penelitian penulis yaitu diantaranya:

1. Tahap persiapan
 - a. Membuat surat izin penelitian ke sekretaris program studi
 - b. Menyampaikan surat izin penelitian ke SMAN 1 Soreang
 - c. Menerima surat balasan izin penelitian dari sekolah
 - d. Melakukan observasi ke SMAN 1 Soreang
 - e. Menentukan populasi dan sampel yang dibutuhkan untuk penelitian. Populasi yang digunakan yaitu Guru dan siswa kelas 10, 11, dan 12 SMAN 1 Soreang. Adapun sampel yang digunakan berdasarkan pada teknik purposive sampling yaitu pada guru PJOK dan siswa obesitas di SMAN 1 Soreang.
2. Tahap Pelaksanaan
 - a. Peneliti memberikan angket hambatan guru ke guru PJOK.
 - b. Peneliti memberikan angket upaya guru ke guru PJOK.
 - c. Peneliti melakukan observasi lebih lanjut dengan mengamati bagaimana cara guru PJOK mengajar siswa obesitas.
 - d. Peneliti berdiskusi dengan guru PJOK untuk mengetahui hal-hal yang berkaitan dengan siswa obesitas.
 - e. Peneliti mendokumentasikan hal-hal penting yang peneliti temukan di lapangan.
 - f. Peneliti meminta perizinan ke sekolah untuk mengumpulkan seluruh siswa yang memiliki kelebihan berat badan atau obesitas di aula sekolah.
 - g. Peneliti menyebarkan angket untuk siswa yang memiliki kelebihan berat badan atau obesitas di aula sekolah.
 - h. Peneliti mendokumentasikan hal-hal penting yang peneliti temukan saat pelaksanaan penelitian di aula sekolah.

3. Tahap Pelaporan Penelitian

- a. Peneliti mengumpulkan data dari hasil penelitian
- b. Peneliti mengolah data dari hasil penelitian
- c. Peneliti menyimpulkan hasil data yang telah peneliti temukan di lapangan

3.4 Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini adalah dengan teknik Triangulasi. Menurut Bachri (2010) triangulasi pada hakikatnya merupakan pendekatan multimetode yang dilakukan peneliti pada saat mengumpulkan dan menganalisis data. Sedangkan menurut Moleong (2008:330) dalam Arikunto (2010) Triangulasi adalah teknik pemeriksaan keabsahan data yang memanfaatkan sesuatu yang lain di luar data itu untuk keperluan pengecekan atau sebagai pembanding terhadap data itu. Tujuan peneliti menggunakan teknik triangulasi ini yaitu agar peneliti bisa mendapatkan data yang absah dari sudut pandang yang berbeda-beda.

Berkaitan dengan teknik pengumpulan data yang akan diambil pada penelitian ini. Maka, data yang akan dihasilkan dari penelitian ini merupakan data primer. Data primer merupakan data yang didapatkan langsung dari sumber asli. Penggunaan data primer umumnya untuk kebutuhan menghasilkan informasi yang mencerminkan kebenaran sesuai dengan kondisi faktual, sehingga informasi yang dihasilkan dapat berguna dalam pengambilan keputusan (Pramiyati, 2017)

3.5 Teknik Analisis Data

Teknik analisis data pada penelitian ini yaitu menggunakan analisis deskriptif kualitatif. Menurut Zellatifanny & Mudjiyanto (2018) Penelitian deskriptif merupakan metode penelitian yang berusaha menggambarkan objek atau subyek yang diteliti secara objektif, dan bertujuan menggambarkan fakta secara sistematis dan karakteristik objek serta frekuensi yang diteliti secara tepat. Adapun menurut Nawawi (2005) Metode deskriptif adalah prosedur pemecahan masalah yang diselidiki dengan menggambarkan keadaan subyek atau obyek penelitian berdasarkan fakta-fakta yang tampak atau apa adanya.

Hal ini juga berkaitan dengan pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini, yaitu pendekatan kualitatif. I Made Winarta dalam Ridwan et al., (2021) menjelaskan bahwa metode analisis deskriptif kualitatif adalah metode yang berisi proses analisis, penggambaran serta ringkasan atas berbagai kondisi yang diambil dari kumpulan informasi yang berasal dari hasil wawancara ataupun pengamatan langsung di lapangan terhadap masalah yang sedang diteliti. Adapun menurut Nawawi (2005) Penelitian deskriptif kualitatif adalah penelitian yang berusaha memecahkan suatu masalah yang diselidiki dengan melukiskan keadaan subyek dan obyek penelitian pada saat sekarang berdasarkan fakta-fakta yang terjadi pada objek penelitian, serta disajikan apa adanya.

Menurut Sugiyono, (2022) Analisis data kualitatif bersifat induktif, yaitu suatu analisis berdasarkan data yang diperoleh yang selanjutnya dikembangkan menjadi hipotesis atau temuan baru. Analisis data kualitatif juga dilakukan secara interaktif, berjalan terus menerus sampai selesai, dan data menjadi jenuh. Menurut Miles dan Huberman dalam (Sugiyono, 2022) Kegiatan analisis data juga meliputi data collection/pengumpulan data, data reduction/reduksi data, data display/penyajian data, dan conclusion drawing/verification atau menarik kesimpulan.

1. Data Collection (Pengumpulan Data)

Kegiatan utama pada setiap penelitian adalah mengumpulkan data. Dalam penelitian ini, data yang dikumpulkan yaitu berupa hasil observasi, kuesioner atau angket, dan dokumentasi.

2. Data Reduction (Reduksi Data)

Data yang telah diperoleh dari lapangan, selanjutnya dicatat secara rinci dengan cara merangkum, memilih hal pokok, dan memfokuskan ke hal-hal yang penting. Reduksi data ditujukan agar data mudah dipahami dan memudahkan untuk mencarinya apabila dibutuhkan kembali.

3. Data Display (Penyajian Data)

Data yang telah di reduksi kemudian akan disajikan baik dalam bentuk tabel, grafik, pie charts, pictogram, dan sejenisnya. Hal ini dilakukan agar data semakin tersusun sehingga lebih mudah untuk dipahami.

4. Conclusion drawing/verification (Kesimpulan)

Langkah selanjutnya adalah menarik kesimpulan. Menurut Miles dan Huberman mengemukakan bahwa kesimpulan awal yang disajikan masih bersifat sementara dan akan berubah kecuali ditemukan bukti yang kuat untuk mendukung tahap pengumpulan selanjutnya. Namun, jika kesimpulan yang disajikan pada tahap awal didukung oleh bukti yang valid dan konsisten, maka kesimpulan tersebut dapat dikatakan kredibel.

Adapun komponen untuk membuat data penelitian menjadi lebih kuat yaitu dengan melakukan kondensasi data, yaitu proses memilih, memfokuskan, menyederhanakan, membuat abstraksi data aksi dari catatan lapangan, interview, transkrip, berbagai dokumen dan catatan lapangan.