

## **BAB III METODE PENELITIAN**

### **A. Desain Penelitian**

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif non eksperimental dengan pendekatan *cross sectional*, yaitu suatu penelitian untuk mempelajari dinamika korelasi antara faktor-faktor resiko dan efek, dengan cara pendekatan observasional analitik atau pengumpulan data sekaligus pada suatu saat (*point time approach*). Penelitian ini menggunakan studi korelasi (*correlation study*) yaitu penelitian atau untuk mencari hubungan antara dua variabel pada suatu situasi atau sekelompok subjek (Natoatmodjo, 2010).

### **B. Lokasi dan Waktu**

#### 1. Lokasi

Penelitian ini dilakukan di SMP Negeri 2 Gamping Sleman

#### 2. Waktu

Penelitian ini dilaksanakan pada bulan April – Agustus 2019, untuk pengambilan data sampai menyusun hasil penelitian dilakukan pada tanggal 25 Juli – 21 Agustus 2019.

### **C. Populasi dan Sampel**

#### 1. Populasi

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek atau subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang diterapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2011). Populasi pada penelitian ini adalah siswa kelas VIII sebanyak 192 siswa dan perkelasnya ada 32 siswa.

#### 2. Sampel

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dianggap mewakili populasi. Apa yang didapatkan dari sampel, kesimpulannya akan dapat diberlakukan untuk populasi yang harus betul-betul *representative*

(mewakili) (Sugiyono, 2011). Sampel pada penelitian ini adalah seluruh siswa kelas VIII yang menggunakan *gadget* dalam bermain *game online*.

### 3. Cara Pemilihan Sampel/teknik sampel

Teknik pengambilan data menggunakan *non random (non probability)* dengan *purposive sampling* dimana sampel dipilih berdasarkan penilaian peneliti bahwa dia adalah pihak yang paling baik untuk dijadikan sampel penelitiannya (Notoatmojo, 2010). Pada *purposive sampling* setiap sampel yang memenuhi kriteria penelitian diambil sampai memenuhi jumlah responden yang dibutuhkan dan sampel dari penelitian ini diambil sesuai dengan kriteria inklusi dan kriteria esklusi.

Perhitungan sampel dalam penelitian ini menggunakan rumus Slovin, dengan stingkat kesalahan sebesar 0,1 (Nursalam, 2008). Besar sampel yaitu:

$$n = \frac{N}{1 + N (d)^2}$$

$$n = \frac{192}{1 + 192 (0,1)^2}$$

$$n = \frac{192}{1 + 192 (0,01)}$$

$$n = \frac{192}{1 + 1,92} = \frac{192}{2,92} = 65,75 = 66 \text{ Siswa}$$

Dari rumus tersebut, maka peneliti mengambil jumlah sampel sebanyak 66 responden di tiga kelas yaitu kelas B, E dan D

Keterangan:

n= besar sampel

N= besarnya populasi

d= tingkat signifikan (p)= 0,1.

a. Kriteria Inklusi dan Eksklusi

1) Kriteria inklusi

- a) Siswa yang memiliki *gadget* seperti: *handphone*, laptop, komputer dan *ipad* yang bisa digunakan untuk bermain *game online*.
- b) Siswa bersedia menjadi responden dan menandatangani *informed consent*.

2) Kriteria eksklusi

- a) Siswa yang hadir tapi sakit.
- b) Siswa yang tidak hadir saat dilakukan penelitian.
- c) Siswa yang tidak kooperatif.
- d) Siswa yang memiliki *gadget* tapi bermain *offline*.

#### D. Variabel Penelitian

Variabel adalah suatu yang digunakan sebagai ciri, sifat atau ukuran yang dimiliki atau didapatkan oleh suatu penelitian tentang suatu konsep pengertian tertentu (Notoatmodjo, 2012). Variabel pada penelitian ini adalah:

1. Variabel Bebas

Variabel bebas (*independent variable*) yaitu variabel yang mempengaruhi atau yang menjadikan sebab timbulnya atau berubahnya variabel terikat (Sugiyono, 2011). Variabel bebas dalam penelitian ini adalah intensitas bermain *game online* pada SMP Negeri 2 Gamping Sleman

2. Variabel Terikat

Variabel terikat (*dependent variable*) yaitu variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat karena adanya variabel bebas (Sugiyono, 2011). Variabel terikat dalam penelitian ini adalah Kualitas tidur remaja.

### E. Definisi Operasional

Definisi operasional bertujuan untuk membatasi ruang lingkup atau pengertian variabel-variabel yang diamati/diteliti serta mengarahkan kepada pengukuran atau pengamatan terhadap variabel-variabel yang bersangkutan (Notoatmodjo, 2012). Definisi operasional penelitian ini dapat dikemukakan dalam tabel sebagai berikut:

**Tabel 3.1 Definisi Operasional**

No	Variabel	Definisi Operasional	Cara Ukur	Skala Pengukuran	Hasil Ukur
1	Variabel bebas: Intensitas bermain <i>game online</i>	Waktu yang digunakan bermain <i>game online</i> dengan menggunakan gadget setiap hari	Kuesioner	Ordinal	Selalu: skor 1 Responden dengan frekuensi setiap hari dan durasi 3-5 jam, frekuensi setiap hari dan durasi >5 jam, dan frekuensi 3-5 kali dalam seminggu dengan durasi >5 jam. Sering : Skor2 Responden bermain frekuensi 2 kali dalam seminggu dengan durasi >5 jam, frekuensi 3-5 kali dalam seminggu dengan durasi 3-5 jam, dan frekuensi setiap hari dengan durasi 1-2 jam. Kadang-kadang: skor 3. Responden bermain dengan frekuensi 2 kali dalam seminggu dengan durasi 1-2 jam, frekuensi 2 kali dalam seminggu dengan durasi 3-5 jam, dan frekuensi 3-5 kali dalam seminggu dengan durasi 1-2 jam.
2	Variabel terikat: Kualitas Tidur pada Remaja	Keadaan yang dialami seorang individu untuk mendapatkan kesegaran dan kebugaran saat terbangun dari tidurnya. Kebutuhan tidur setiap orang berbeda-beda, usia lanjut membutuhkan waktu tidur 6-7 jam per hari.	Kuesioner PSQI	Ordinal	a. Kualitas tidur baik jika skor $\leq 5$ dari 19 item b. Kualitas tidur buruk jika skor $> 5$ dari 19 item

## F. Alat dan Metode Pengumpulan Data

### 1. Alat Pengumpulan Data

Pengumpulan data adalah suatu proses pendekatan kepada subjek dan proses pengumpulan karakteristik subjek yang diperlukan dalam suatu penelitian (Nursalam, 2008). Alat pengumpul data dalam penelitian ini adalah kuesioner, dimana responden tinggal memilih jawaban yang sudah disediakan oleh peneliti.

#### a. Kuesioner Intensitas bermain *game online*

Kuesioner penggunaan *gadget* dalam bermain *game* diadopsi dari penelitian Malahayati (2012). Instrumen yang digunakan untuk mengukur durasi lamanya bermain *game online* adalah kuesioner yang terdiri dari 2 bagian yaitu: data karakteristik responden dan pertanyaan yang terkait dengan bermain *game online*. Pada bagian pertama berisi tentang karakteristik responden yaitu nama, umur dan bagian kedua terdapat pertanyaan yang terkait dengan bermain *game online*.

Cara pengisian kuesioner pada bagian kedua responden dapat memilih salah satu jawaban dan pilihan yang disediakan sesuai dengan kondisi dan kebiasaan yang sebenarnya. Khusus untuk pertanyaan yang terkait frekuensi dan durasi bermain *game online* responden memiliki nilai tersendiri yang nantinya akan diakumulasi, hasil skor akumulasi dari pertanyaan durasi dan frekuensi dapat diinterpretasikan sebagai berikut:

Frekuensi adalah banyaknya jumlah seseorang bermain *game online* dalam satu minggu.

Durasi adalah lamanya waktu saat bermain *game online* setiap harinya

#### 1) Selalu

Frekuensi:	Durasi:
setiap hari	3-5 jam
setiap hari	> 5 jam
3-5 kali dalam seminggu	> 5 jam

#### 2) Sering

Frekuensi:	Durasi:
------------	---------

2 kali dalam seminggu	> 5 jam
3-5 kali dalam seminggu	3-5 jam
setiap hari	1-2 jam
3) Kadang-kadang	
Frekuensi:	Durasi:
2 kali dalam seminggu	3-5 jam
2 kali dalam seminggu	1-2 jam
3-5 kali dalam seminggu	1-2 jam

(Malahayati, 2012).

#### b. Kuesioner Kualitas Tidur

Instrumen penelitian kualitas tidur yang digunakan untuk meneliti kualitas tidur responden, yaitu menggunakan PSQI (*Pittsburgh Sleep Quality Index*) instrumen ini sudah terstandar baku dan sudah diuji validitasnya dengan nilai sensitivitas diagnostik sebesar 89,6% dan spesifitas 86,5% serta memiliki nilai koefisien reliabilitas keseluruhan (Cronbach's  $\alpha$ ) 0,83 (Buysse et al, 1989). Kuesioner PSQI yang digunakan oleh peneliti, sebelumnya sudah digunakan oleh Agustin (2012). Kuesioner tersebut sudah diterjemahkan dalam bahasa Indonesia dan sudah dilakukan uji validitas kepada 30 responden dengan didapatkan nilai r tabel sebesar 0,361 dan nilai *Cronbach's alpha* sebesar 0,766 (Agustin, 2012). PSQI ini merupakan instrumen untuk menguji kualitas tidur dengan 7 komponen, yaitu kualitas tidur subjektif, latensi tidur, durasi tidur, efisiensi tidur sehari-hari, gangguan tidur, penggunaan obat tidur, dan disfungsi aktivitas sehari-hari. Masing-masing komponen memiliki kisaran 0-3 dengan 0 menunjukkan tidak adanya kesulitan tidur dan 3 menunjukkan kesulitan tidur yang berat. Skor dari ketujuh komponen tersebut dijumlahkan menjadi 1 (satu) skor global dengan kisaran nilai 0-21. Jumlah skor tersebut disesuaikan dengan kriteria yang dikelompokkan sebagai berikut (Buysse et al, 1989) :

**Tabel 3.2 Interpretasi skor PSQI**

No	Komponen Kualitas Tidur	Pertanyaan	Skor
1	Kualitas tidur subjektif	9	0-3
2	Latensi tidur	2 dan 5a	0-3
3	Durasi tidur	4	0-3
4	Efisiensi tidur	1, 3 dan 4	0-3
5	Gangguan tidur	5b – 5j	0-3
6	Penggunaan obat	6	0-3
7	Disfungsi disiang hari	7 dan 8	0-3
<b>Total : skor seluruh kompoen 0-21</b>			

(Buysse et al, 1989).

## 2. Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data dalam penelitian ini dengan cara peneliti meminta izin kepada pihak sekolah, setelah mendapatkan izin, peneliti dan dibantu oleh 2 asisten peneliti dalam menentukan responden memberikan penjelasan mengenai maksud dan tujuan penelitian, setelah itu peneliti memberikan lembar *informed consent* dan 2 kuesioner yaitu kuesioner intensitas bermain *game online* dengan kualitas tidu pada remaja. kepada setiap responden yang bersedia menjadi responden dan telah mengisi lembar *inform consent*. Responden diberi kesempatan untuk mengisi kuesioner selama 30 menit. Setelah itu peneliti memeriksa kelengkapan dan kejelasan isi kuesioner yang sudah diisi oleh responden. Kemudian apabila kuesioner belum lengkap maka akan dikembalikan untuk dilengkapi. Selanjutnya peneliti mengumpulkan semua kuesioner lalu melakukan pengolahan data.

## G. Validitas dan Reliabilitas

### 1. Uji Validitas

Menurut Arikunto (2010) uji validitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat-tingkat atau kesasihan suatu instrumen. Sebuah instrumen dikatakan valid apabila mampu mengukur apa yang diinginkan dan mengungkap data dari variabel yang diteliti secara tepat. Peneliti tidak melakukan uji validitas karena untuk kedua kuesioner intensitas penggunaan *gadget* dalam bermain *game online* dan perilaku agresif mengadopsi

kuesioner dari penelitian sebelumnya. Kuesioner tentang *game online* mengadopsi dari peneliti Malahayati (2012) dengan hasil validitas sebesar 0,443-0,805. Sedangkan kuesioner yang digunakan untuk mengukur kualitas tidur adalah kuesioner PSQI yang sebelumnya telah diterjemahkan ke dalam Bahasa Indonesia, yang digunakan oleh peneliti sebelumnya yaitu Khairunnisa (2014) dan telah diuji validitas menggunakan Korelasi *Product Moment* dan kuesioner tersebut dinyatakan valid dengan nilai  $r$  hitung  $> r$  tabel  $0,360-0,673 > 0,349$ .

## 2. Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas dilakukan untuk mengetahui sejauh mana suatu alat ukur dapat dipercaya atau dapat diandalkan (Arikunto, 2010). Setelah mengukur validitas maka perlu mengukur reliabilitas data. Kuesioner dalam penelitian ini sebelumnya telah dilakukan uji reliabilitas dengan nilai *alpha cronbach* untuk kuesioner *game online* 0,817 dan kuesioner *Pittsburgh Sleep Quality Index* (PSQI) didapatkan sebesar 0,831 yang diolah berdasarkan penilaian *Cronbach's alpha*. Sehingga instrumen tersebut dinyatakan reliabel.

## H. Metode Pengolahan dan Analisa Data

### 1. Metode Pengolahan Data

Menurut Notoatmodjo (2010) data yang diperoleh dari jawaban kuesioner dilakukan pengolahan sebagai berikut:

#### a. *Editing*

Peneliti memeriksa kembali kelengkapan jawaban dari responden, memastikan tulisan cukup jelas untuk dibaca, jawab relevan dengan pertanyaan. Data hasil pengambilan data sudah lengkap dan tidak ada yang harus dikembalikan pada responden.

#### b. *Coding*

Peneliti mengklasifikasikan data menurut katagori masing-masing setiap katagori jawaban diberi kode yang berbeda untuk mempermudah

pengolahan data atau memberi kode atau simbol pada data dengan merubah kata-kata menjadi angka.

1) Umur siswa

Kode 1 = 12 Tahun

Kode 2 = 13 Tahun

Kode 3 = 14 Tahun

Kode 4 = 15 Tahun

2) Usia pertama kali bermain *game*

Kode 1 = Usia < 6 tahun

Kode 2 = Usia 6-12 tahun

Kode 3 = Usia >12 tahun

3) Media *game*

Kode 1 = Handpone

Kode 2 = Tablet

Kode 3 = Laptop

Kode 4 = Komputer

4) Kebiasaan bermain *game*

Kode 1 = Bersama Teman

Kode 2 = Sendiri

5) Jenis *game*

Kode 1 = *Action*

Kode 2 = *Adventure*

Kode 3 = *Shooter*

Kode 4 = *Sport*

Kode 5 = *Puzzle*

6) Tempat bermain *game*

Kode 1 = Di rumah

Kode 2 = Di warnet

7) Intensitas bermain *game online*

Kode 1 = Selalu

Kode 2 = Sering

Kode 3 = Kadang – kadang

8) Kualitas Tidur

Kode 1 = Baik jika skor  $\leq 5$

Kode 2 = Buruk jika skor  $> 5$

c. *Tabulating*

Pada tahap ini merupakan proses pembuatan tabel untuk data dari masing-masing variabel penelitian dan dibuat berdasarkan tujuan penelitian. Dalam tahap ini dibuat tabel distribusi frekuensi seperti usia, umur pertama kali bermain *game online*, media *game*, kebiasaan bermain *game* sendiri atau bersama teman, jenis *game*, dan tempat bermain.

b. *Entry*

Peneliti melakukan *entry* data Intensitas Bermain *Game Online* Dengan Kualitas Tidur Pada Remaja yang telah dikumpulkan ke dalam program komputer untuk diproses dan di analisis.

c. *Cleaning Data*

Peneliti melakukan pembersihan dengan pemeriksaan kembali data Intensitas Bermain *Game Online* Dengan Kualitas Tidur Pada Remaja yang telah dimasukkan dalam program komputer untuk memastikan bahwa data telah bebas dari kesalahan-kesalahan.

2. Analisis Data

a. Analisis *Univariat*

Analisis *univariat* dilakukan dilakukan untuk mendapatkan gambaran karakteristik masing-masing variabel penelitian dengan menyajikan distribusi frekuensi. Tabel distribusi frekuensi ini menggambarkan jumlah dan presentasi dari setiap variabel yang ada (Natoatmodjo, 2010). Analisa *univariate* dalam penelitian ini yaitu karakteristik responden seperti usia, umur pertama kali bermain *game online*, media *game*, kebiasaan bermain *game* sendiri atau bersama teman, jenis *game*, dan tempat bermain. Variabel kecanduan bermain *game online* dan kualitas tidur.

$$P = \frac{f}{n} \times 100\%$$

Keterangan:

P: presentase variabel

f : frekuensi

n : jumlah seluruh observasi (Arikunto, 2010).

b. Analisis *bivariate*

Analisa *bivariate* bertujuan untuk mengetahui hubungan dari masing-masing variabel yaitu variabel bebas dan variabel terikat. Pada penelitian ini uji korelasi yang digunakan adalah uji *Kendall Tau* karena masing-masing variabel menggunakan skala berbentuk ordinal (Sugiyono, 2007).

Adapun rumus korelasi *Kendall tau* adalah sebagai berikut:

$$\tau = \frac{\sum A - \sum B}{\frac{N(N-1)}{2}}$$

Keterangan :

$\tau$  = Koefisien korelasi kendal tau yang besarnya ( $-1 < \tau < 1$ )

A = jumlah rangking atas

B = jumlah rangking bawah

N = jumlah anggota sampel

**Tabel 3.3 Panduan Interpretasi Berdasarkan Kekuatan Korelasi**

No	Parameter	Nilai	Interpretasi
1	Kekuatan korelasi (r)	0,0 sampai <0,2	Sangat lemah
		0,2 sampai <0,4	Lemah
		0,4 sampai <0,6	Sedang
		0,6 sampai <0,8	Kuat
		0,8 sampai 1	Sangat kuat

(Dahlan, 2013)

## I. Etika Penelitian

Penelitian ini telah di setujui oleh komisi Etik Penelitian Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta dengan nomor Etik Skep/0218/KEPK/IX/2019.

### 1. *Informed Consent*

Responden diberi informasi dan tujuan terlebih dahulu. Setelah informasi diberikan dan responden bersedia maka peneliti memberikan lembar persetujuan untuk ditanda tangani dan jika responden tidak bersedia maka peneliti menghormati.

### 2. *Anonimitas* (tanpa nama)

Peneliti tidak mencantumkan nama pada kuesioner dan hanya menuliskan kode pada lembar kuesioner, serta tidak menuliskan nama responden dalam analisa datanya dan tidak dipublikasikan.

### 3. *Confidentialy* (kerahasiaan)

Responden memiliki privasi dan hak asasi untuk mendapatkan kerahasiaan tentang berbagai informasi yang menyangkut privasi responden yang tidak ingin identitas dan segala informasi tentang dirinya diketahui oleh orang lain. Data yang didapatkan peneliti akan menyimpan dan menjaga kerahasiaan data. Peneliti akan mengganti identitas responden seperti nama dan alamat diganti dengan inisial dan kode tertentu.

### 4. Sukarela

Penelitian dilaksanakan dengan menjunjung tinggi hak dan martabat manusia. Responden memiliki hak asasi dan kebebasan untuk memutuskan apakah mereka bersedia untuk menjadi responden atau tidak (*autonomy*), tanpa adanya paksaan dari pihak manapun. Responden dalam penelitian berhak mendapatkan informasi yang terbuka dan lengkap. Sebelum penelitian dilakukan, peneliti menjelaskan kepada responden secara lengkap mengenai tujuan penelitian, manfaat penelitian, prosedur, dan menjelaskan bahwa dalam penelitian ini tidak ada resiko apapun yang akan terjadi pada responden. Responden yang sudah mendapatkan penjelasan yang

lengkap tentang penelitian berhak untuk menentukan apakah akan ikut serta atau menolak menjadi responden.

## **J. Rencana Pelaksanaan Penelitian**

### 1. Tahap Persiapan

- a. Melakukan konsultasi judul dengan pembimbing
- b. Mengumpulkan judul usulan penelitian kepada bidang LPPM Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta
- c. Meminta surat izin dari kampus untuk studi pendahuluan di SMP Negeri 2 Gamping Sleman
- d. Mengurus surat izin di KESBANGPOL Sleman
- e. Mengajukan surat permohonan izin studi pendahuluan di SMP Negeri 2 Gamping Sleman
- f. Melakukan koordinasi dengan pihak sekolah
- g. Melakukan pengambilan data di SMP Negeri 2 Gamping Sleman serta melakukan studi
- h. pendahuluan ke beberapa responden
- i. Menyusun proposal (BAB I, II, III) tentang Hubungan Intensitas Bermain *Game Online* dengan Kualitas Tidur Pada remaja di SMP Negeri 2 Gamping Sleman
- j. Mengajukan surat izin ujian usulan penelitian kepada LPPM Prodi Keperawatan Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta
- k. Setelah usulan penelitian disetujui oleh pembimbing, peneliti mengajukan surat permohonan izin penelitian
- l. Mengajukan surat permohonan izin peneliti di SMP Negeri 2 Gamping Sleman
- m. Menyamakan persepsi dengan 2 asisten peneliti yang berasal dari mahasiswa keperawatan S1 Prodi Keperawatan Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta
- n. Melakukan pengumpulan data

## 2. Tahap Pelaksanaan

Penelitian ini dilakukan di SMP Negeri 2 Gamping Sleman setelah proposal disetujui oleh dosen pembimbing. Penelitian ini mengumpulkan data dengan langkah-langkah sebagai berikut:

- a. Memilih responden dan menyiapkan *informed consent* untuk responden
- b. Bertemu dengan responden yang memenuhi kriteria yang telah ditentukan
- c. Meminta persetujuan responden penelitian dengan mengisi *informed consent* dan menjelaskan maksud dan tujuan penelitian
- d. Jika responden tidak menyetujui untuk diteliti, peneliti dan asisten penelitian tidak memaksa dan diganti dengan responden lain yang memenuhi kriteria
- e. Memberikan kuesioner pada responden
- f. Memberikan waktu 30 menit pada setiap responden dalam pengisian kuesioner
- g. Memeriksa kembali kuesioner yang telah diserahkan responden pada peneliti dan asisten peneliti
- h. Peneliti dan asisten peneliti melakukan pengecekan ulang terhadap kuesioner
- i. Setelah mendapatkan data, peneliti memilah dan memeriksa kembali data yang telah diperoleh.
- j. Melakukan bimbingan dengan pembimbing

## 3. Tahap Penyusunan Laporan

- a. Melakukan analisis hasil penelitian
- b. Menuliskan hasil uji statistik dan pembahasan ke dalam laporan skripsi
- c. Menyusun kesimpulan dan saran
- d. Melakukan bimbingan dengan pembimbing
- e. Mengajukan surat permohonan izin menyelenggarakan ujian hasil
- f. Melakukan ujian hasil
- g. Memperbaiki laporan skripsi
- h. Mengajukan laporan skripsi ke pembimbing, dan penguji.

- i. Setelah laporan skripsi disetujui, melengkapi lampiran, dan melakukan penjilidan

UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI  
PEPUSTAKAAN  
YOGYAKARTA