

## **BAB III**

### **METODOLOGI PENELITIAN**

#### **A. Desain Penelitian**

Penelitian yang dilakukan ialah data kuantitatif yang menerapkan pendekatan *cross sectional study*. Metode tersebut dapat digunakan untuk memberikan pemahaman terkait variable independen dan dependen. Dalam penelitian ini diperoleh korelasi antara kecanduan *game online* dengan kualitas tidur pada remaja SMP Muhammadiyah 1 Gamping.

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

1. Lokasi

Penelitian dilaksanakan di SMP Muhammadiyah 1 Gamping Sleman.

2. Waktu

Penelitian dilakukan pada bulan Oktober 2024 - Januari 2025.

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

1. Populasi

Subjek dalam penelitian yang telah cocok dengan syarat atau ciri khusus yang ditentukan dinamakan populasi ( Nursalam dalam Murni 2022). Populasi penelitian ini sebanyak 153 orang siswa kelas 8, yang setiap kelas terdiri dari 20 siswa.

2. Sample

Sample adalah unsur dari elemen total yang menggantikan populasi. Dalam pengambilan sample ini mengaplikasikan desain *non probability sampling*. Desain ini yaitu upaya mengumpulkan sampel yang tidak memberikan kemungkinan yang tidak berbeda pada populasi agar digunakan sebagai sampel dan pemilihan sample menggunakan *consecutive sampling*. Desain ini merupakan penentuan sampel dengan cara memilih subyek yang termasuk dalam ciri khusus penelitian dengan batas waktu tertentu, sehingga total subyek penelitian terpenuhi (Nursalam dalam Murni 2022). Sample dalam penelitian ini ialah semua siswa di kelas VIII, memakai *smartphone*

untuk bermain *Game Online*.

### 3. Cara Pemilihan Sample/ Teknik Sample

Pemilihan sample ini memakai model *non probability sampling*. Metode ini ialah cara penetapan sampel penelitian yang tidak memberikan kemungkinan pada populasi agar ditetapkan menjadi sampel dan pemilihan sample mengaplikasikan desain *consecutive sampling*. Desain ini adalah penetapan sample dengan cara menentukan subyek yang sesuai dalam indikator penelitian dengan batas waktu tertentu sehingga total sampel terpenuhi ( Nursalam dalam Murni 2022). Sample dari penelitian ini dilihat dari kriteria inklusi dan esklsi.

Rumus Slovin digunakan dalam perhitungan sample pada penelitian ini. Jumlah sample yang diperoleh yaitu:

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

$$n = \frac{153}{1+153(0,1)^2}$$

$$n = \frac{153}{1+153(0,01)}$$

$$n = \frac{153}{1+1,53}$$

$$n = \frac{153}{2,53}$$

$$n = 60,47$$

$$= 60 \text{ siswa}$$

Keterangan:

n = Jumlah sample

N = Jumlah populasi

$d = \text{Tingkat signifikan } (p)=0,1$

Berdasarkan perhitungan tersebut peneliti mengambil jumlah sample sebanyak 60 siswa sebagai responden diambil dari 3 kelas, meliputi kelas VIII A, B, dan C

#### **D. Kriteria Inklusi dan Eksklusi**

##### 1. Kriteria inklusi

Yaitu ciri yang paling awam pada objek penelitian dari populasi yang menjadi subyek yang akan diselidiki (Nursalam dalam Murni 2022). Penelitian ini memiliki beberapa kriteria inklusi, meliputi:

- a). Siswa kelas VIII SMP Muhammadiyah 1 Gamping yang bersedia menjadi responden dan mengisi *informed consent*.
- b). Siswa yang memiliki *PC*, *laptop*, *smartphone*, *tab*, yang dapat digunakan untuk bermain *Game Online* bukan game download yang dimainkan secara offline.

##### 2. Kriteria eksklusi

Kriteria eksklusi merupakan proses membuang atau menyingkirkan suatu subyek penelitian yang sesuai dengan kriteria inklusi dari studi karena berbagai akibat. Kriteria tersebut yaitu:

- 1). Siswa yang mengundurkan diri menjadi responden.
- 2). Siswa yang tidak hadir ketika penelitian.
- 3). Siswa yang mengalami kecacatan sehingga tidak bisa mengisi koesioner.

#### **E. Variabel Penelitian**

Variabel merupakan karakteristik khusus yang dimiliki dalam sebuah penelitian terkait teori tertentu (Notoadmojo dalam Pratama 2020). Variabel dari penelitian ini meliputi:

##### 1. Variabel Bebas

Variabel independent atau variable bebas disebut sebagai variable yang

memberikan dampak kepada variabel terikat (Sugiyono dalam Pratama 2020). Variabel independen penelitian ini yaitu kecanduan bermain *game online* pada siswa SMP Muhammadiyah 1 Gamping.

## 2. Variabel Terikat

Variabel terikat atau *variable dependent* merupakan *variable* yang mendapatkan dampak dari variabel bebas (Sugiyono dalam Pratama 2020 ). Variabel tersebut yaitu kualitas tidur remaja.

## F. Definisi Operasional

Definisi operasional mempunyai maksud dalam memberi batas pada area subyek atau variabel akan yang diteliti, dan memfokuskan pada observasi *variable* yang berhubungan (Notoadmodjo dalam Murni 2022). Definisi operasional penelitian ini dapat dituangkan dalam tabel 3.1:

PERPUSTAKAAN  
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI  
YOGYAKARTA

Tabel 3.1 Definisi Operasional

Variabel	Definisi operasional	Alat ukur	Cara ukur	Hasil ukur	Skala ukur
Variabel Bebas ; Kecanduan Game Online	Intensitas bermain Game Online dengan menggunakan Gadget setiap hari	Kuesioner IAT	Menggunakan kuesioner dengan 20 pertanyaan. Pengukuran menggunakan skala likert dengan jawaban: - Tidak Pernah - Kadang-kadang - Sering - Sangat Sering	Hasil pengukuran dikategorikan sebagai berikut: - Tidak kecanduan: 1-4 - Ringan : 5-20 - Sedang : 21-40 Kecanduan: 41- 60	Ordinal
Variabel Terikat ; Kualitas Tidur Pada Remaja	Tidur adalah keadaan yang dialami seorang supaya mendapat kebugaran saat bangun dipagi harinya. Intensitas bermain Game Online dengan menggunakan Gadget setiap hari	Kuesioner PSQI	Pengukuran menggunakan skala ukur Pittsburg Slepp Quality Index (PSQI) - Kualitas Tidur Subyektif - Latensi Tidur - Skor Latensi Tidur - Durasi Tidur - Efisiensi Tidur Rumus - Gangguan Tidur - Penggunaan Obat	Didapatkan kategori dengan kriteria PSQI - Baik : $\leq 5$ - Buruk : $> 5$	Ordinal

## G. Alat dan Metode Pengumpulan Data

### 1. Alat pengumpulan data

Instrument penelitian yaitu perangkat dalam penelitian yang dapat digunakan mengobservasi, mengukur dan memberikan nilai pada variable akan di teliti (Dharma dalam Pratama 2020). Dalam riset menggunakan instrument penelitian berupa kuesioner. Instrument yang di pakai dalam penelitian adalah:

#### a. Kuesioner A

Kuesioner A data demografi mengenai inisial nama, *gender*, kelas dan usia. Kuesioner di titik-titik sebelah yang sudah disediakan.

#### b. Kuesioner B

Kuesioner B merupakan Kuesioner *IAT* dengan modifikasi Bahasa Indonesia juga sudah pernah diuji oleh Prasojo dkk kuesioner menilai tingkat kecanduan yang terdiri dari 20 pertanyaan dengan penilaian menggunakan skala likert yaitu pertanyaan apabila tidak pernah (0) kadang-kadang, (1) lumayan sering, (2) sering, (3) lalu diberi tanda centang (V). *IAT (Internet Addiction Test)* merupakan kuesioner yang dijadikan untuk menghitung tingkat kecanduan bermain *game online*. Kata *online game* lebih spesifik dan menerjemahkan kuesioner ke dalam Bahasa Indonesia untuk mempermudah responden untuk memahami pernyataan yang ada pada kuesioner.

#### c. Kuesioner C

Kuesioner C merupakan kuesioner kualitas tidur memakai *Pittsburg Slepp Quality Index (PSQI)* dibuat oleh Buysse et al, pada tahun 1989 dan diterbitkan kembali ( Shahid et al dalam Murni 2022). Kuesioner ini merupakan kuesioner yang legal, yang telah memiliki standar baku, serta telah diuji validitasnya yang memperoleh nilai sensitivitas diagnostik sebanyak 89,6% dan spesifitas 86,5% serta mempunyai nilai koefisien reliabilitas keseluruhan (Cronbach's  $\alpha$ ) 0,83 (Buysse et al, 1989). Instrument yang dibuat Buysse sering dipakai oleh peneliti lain dan peneliti peneliti di berbagai bidang, peneliti sebelumnya dari Universitas

Indonesia yaitu Destiana Agustina dan sudah menerjemahkan menjadi bahasa Indonesia dan telah diperoleh uji validitas pada 30 subyek penelitian dengan hasil  $r$  tabel sebesar 0,361 dan nilai *Cronbach's alpha* sebesar 0,766 (Agustin dalam Murni 2022). Kuesioner ini berisi 7 pertanyaan meliputi latensi tidur, durasi tidur, kualitas tidur, efisiensi kebiasaan tidur, gangguan penggunaan obat tidur, dan gangguan fungsi tubuh pada siang hari (Ariyantini dalam Pratama 2020). Untuk terincinya atau jelas dapat dibaca dibawah ini : (buysse, 1988)

**Tabel 3.2 Skoring Pittsburg Slepp Quality Index (PSQI)**

No	Komponen	No.Item	Sistem Penilaian	
			Jawaban	Nilai Skor
1	kualitas Tidur Subyektif	9	Sangat Baik	0
			Baik Kurang	1
			Sangat kurang	2
				3
2	Latensi Tidur	2	≤15 menit	0
			16-30 menit	1
			31-60 menit	2
			>60 menit	3
		5a	Tidak Pernah	0
			1x Seminggu	1
			2x Seminggu	2
			>3x Seminggu	3
Skor Latensi Tidur		2+5a	0	0
			1-2	1
			3-4	2
			5-6	3
3	Durasi Tidur	4	> 7 jam	0
			6-7 jam	1
			5-6 jam	2
			< 5jam	3
4	Efisiensi Tidur Rumus : Durasi Tidur : lama di tempat tidur) X 100% *Durasi Tidur (no.4) *Lama Tidur (kalkulasi respon no.1 dan 3)	1, 3, 4	> 85%	0
			75-84%	1
			65-74%	2
			<65%	3

No	Komponen	No.Item	Sistem Penilaian	
			Jawaban	Nilai Skor
5	Gangguan Tidur	5b, 5c, 5d, 5e, 5f, 5g, 5h, 5i, 5j	0	0
			1-9	1
			10-18	2
			19-27	3
6	Penggunaan Obat	6	Tidak pernah 1x Seminggu	0
			2x Seminggu	1
			>3x Seminggu	2
				3
7	Disfungsi di Siang hari	7+8	0	0
			1-2	1
			3-4	2
			5-6	3

Keterangan Kolom Nilai Skor:

- 0 = Sangat Baik
- 1 = Cukup Baik
- 2 = Agak Buruk
- 3 = Sangat Buruk

Untuk menentukan Skor akhir yang menyimpulkan kualitas Tidur keseluruhan:  
Jumlahkan semua hasil skor mulai dari komponen 1 sampai 7

Dengan hasil ukur:

- 0-5 = Kualitas tidur baik
- 6-18 = Kualitas tidur buruk

## 2. Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data yang diterapkan oleh peneliti memakai kuesioner yang dibagikan ke semua responden, pengumpulan data pada penelitian terbagi menjadi 2 yaitu:

### a. Sumber data

Data merupakan penjelasan objek dalam penelitian yang lebih memfokuskan pada bagian teori. Pada penelitian ini peneliti menggunakan prosedur pengumpulan data yang terbagi menjadi 2 bagian, meliputi:

### 1). Data primer

Data primer ialah informasi yang dikumpulkan tanpa perantara terhadap informan yang ditemui dilapangan.

### 2). Data sekunder

Data sekunder yaitu data yang sudah dikumpulkan dengan maksud untuk memecahkan permasalahan yang sedang dialami. Data sekunder meliputi literatur, jurnal, buku dan situs lain yang berhubungan dengan sesuatu yang akan diteliti.

- a). Peneliti meminta surat izin studi pendahuluan ke fakultas ilmu keperawatan.
- b). Melakukan wawancara studi pendahuluan.
- c). Melakukan sidang proposal penelitian.
- d). Peneliti mengatur jadwal pengambilan data dengan responden.
- e). Peneliti menyerahkan format persetujuan sebagai subyek penelitian dan kemudian ditandatangani oleh responden.
- f). Menjelaskan cara pengisian kuesioner kepada responden.
- g). Pengambilan data dan pengisian kuesioner kepada responden
- h). Mengolah data dan melakukam analisis hasil penelitian.
- i). Melakukan sidang hasil penelitian

## **H. Validitas dan Reabilitas**

### 1. Uji Validitas

Uji validitas yaitu ukuran yang menyatakan tingkatan suatu alat ukur dan alat ukur tersebut dinyatakan valid jika mampu menjelaskan data dari variabel penelitian secara jelas dan benar ( Arikunto dalam Darwis 2020).

Dalam perhitungan uji validitas dilakukan dengan memakai rancangan computer *SPSS (Statistical Package For Social Science)*. Penelitian tidak melakukan uji validitas karena koefisien yang dipakai peneliti sudah baku/sudah valid. Kuesioner *IAT (Internet Addiction Test)* terkait *Game Online* diadopsi dari peneliti sebelumnya dengan hasil validitas yaitu 0,443-0,805. Kuesioner yang dipakai saat menghitung kualitas tidur merupakan kuesioner *PSQI* yang sudah dituliskan menjadi bahasa Indonesia, serta telah diuji validitas memakai *Korelasi Product Moment* dan ditetapkan bahwa kuesioner tersebut valid dengan nilai  $r_{hitung} > r_{tabel}$  0,360-0,673 > 0,349.

## 2. Uji Reabilitas

Uji reabilitas merupakan suatu pengukuran untuk memahami instrument peneliti apakah telah reliabel atau tidak (Notoatmojo dalam Darwis 2020). Perhitungan dalam uji reabilitas adalah memakai program dari komputer berupa *SPSS (statistical package for social science)*. Hasil uji reabilitas kecanduan *game online* didapatkan nilai  $Cro\ alpha = 0,895$  dan kualitas tidur yang telah diuji reabilitas dari  $\alpha = 0,83$  (Shahid et al., dalam Nashir 2023).

## I. Metode Pengolahan dan Analisa Data

### 1. Metode Pengolahan Data

Tahapan mengolah data menurut Notoatmodjo (2010) yaitu:

#### a. *Editing*

*Editing* bertujuan untuk memenuhi data yaitu meliputi; identitas remaja, keseluruhan pengisian kuesioner.

#### b. *Cleaning*

Yaitu peneliti melaksanakan pengoreksian data untuk kelengkapan dan kebenaran pengisian kuesioner, yang dilakukan responden jika terjadi kekurangan akan segera dilengkapi.

#### c. *Coding*

Memberikan kode pada setiap data yang masuk pada golongan yang sama. Kode ini berbentuk simbol dalam model huruf atau angka yang memberikan identitas suatu informasi untuk mempermudah peneliti dalam memproses dan menganalisa.

d. Tabulasi data

Data yang dikelompokkan dalam tabel distribusi frekuensi agar data bisa dipahami dan dianalisis.

e. *Entering*

Mengolah data yang telah diberi skor di komputer. Pengolahan data dalam tabel distribusi frekuensi agar data lebih mudah di analisis.

2. Analisis Data

a. Analisa *Univariat*

Analisa ini dapat dimanfaatkan dalam memaparkan karakteristik pada setiap variabel penelitian, penelitian ini menggunakan statistik deskriptif (Nursalam dalam Darwis 2020). Analisa data *univariat* untuk mengolah data secara deskriptif tentang kecanduan game online dengan kualitas tidur pada remaja. Variable yang diteliti adalah kecanduan *game online* dan kualitas tidur pada remaja.

b. Analisa *Bivariat*

Analisa *bivariat* ini dijadikan agar memahami korelasi variabel bebas dan variabel terikat. Pada penelitian ini data yang sudah didapatkan dianalisis dengan uji *Spearman Rho* karena menguji antara dua variabel dengan skala ordinal yang bertujuan mengetahui terdapat hubungan atau tidak ada hubungan dan seberapa besar hubungannya. Interpretasi hasil untuk uji *spearman* menggunakan derajat kepercayaan dengan tingkat kemaknaan yang diharapkan yaitu  $\alpha = 0,05$  yang memiliki arti apabila  $p = < 0,05$  artinya  $H_0$  diterima yang artinya ditemukan korelasi antara kecanduan game online terhadap kualitas tidur pada remaja.

**Tabel 3.3 Koefisien Korelasi**

<b>Kategori</b>	<b>Tingkat keeratan</b>
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, 2016)

## **J. Etika Penelitian**

### 1. *Informed Consent* (Lembar persetujuan)

Peneliti memperoleh izin dari responden untuk menjadi subyek penelitian. Sebelum dilakukan penelitian, peneliti menyerahkan format persetujuan kepada responden dengan maksud bahwa responden paham terkait penelitian. Jika responden menyatakan menolak, maka peneliti tidak berhak memaksanya untuk tetap menjadi responden. Responden penelitian ini yaitu siswa SMP Muhammadiyah 1 Gamping kelas VIII yang sudah mengisi lembar persetujuan dan bersedia untuk menjadi responden.

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

Penulis tidak menggunakan nama asli responden, melainkan akan diganti oleh kode angka atau huruf.

### 3. *Confidentiality* (kerahasiaan)

Segala jenis informasi yang ada di dalam penelitian dan berkaitan dengan responden, maka peneliti akan menjaga kerahasiaannya.

### 4. *Beneficience* (manfaat)

Peneliti berharap bahwa hasil penelitian ini dapat menyampaikan manfaat dan semangat untuk belajar terutama bagi responden ataupun orang lain, serta peneliti juga meminimalisir segala hal yang bisa merugikan responden.

### 5. *Nonmaleficience* (keamanan)

Peneliti mempertimbangkan segala jenis hal yang dapat merugikan ataupun memberikan dampak negatif bagi responden. Selain itu, penelitian ini tidak

menggunakan hal-hal yang berbahaya bagi responden karena penelitian ini hanya memakai kuesioner tanpa ada dampak yang merugikan responden.

6. *Veracity* (kejujuran)

Penelitian ini menyampaikan semua data dengan benar dan jujur terkait pengisian kuesioner yang dilakukan oleh responden.

7. *Justice* (keadilan)

Peneliti memberikan tindakan yang sama pada semua responden, baik sebelum ataupun sesudah pengambilan data, tidak membedakan agama, ras, atau suku terkait kecanduan game online terhadap kualitas tidur remaja.

## **K. Rencana Pelaksanaan Penelitian**

### 1. Tahap Persiapan

- a. Melaksanakan bimbingan judul kepada pembimbing.
- b. Menyerahkan judul rancangan penelitian pada bidang LPPM Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.
- c. Mengajukan surat ijin dari kampus ketika akan melangsungkan studi pendahuluan.
- d. Mengajukan permohonan ijin studi pendahuluan di SMP Muhammadiyah 1 Gamping Sleman.
- e. Melaksanakan diskusi bersama pihak sekolah.
- f. Melaksanakan pengumpulan data.
- g. Melaksanakan pendahuluan pada beberapa responden.
- h. Penyusunan rancangan penelitian (BAB I, II, III).
- i. Menyerahkan surat ijin ujian rancangan penelitian.
- j. Ketika rancangan penelitian disepakati oleh pembimbing, peneliti menyerahkan surat izin penelitian.
- k. Menyerahkan surat permohonan izin peneliti di SMP Muhammadiyah 1 Gamping Sleman.
- l. Membuat opini yang sama bersama 2 asisten peneliti yang berasal dari mahasiswa keperawatan S1 Prodi Keperawatan Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.

m. Melaksanakan pengambilan data.

## 2. Tahap Pelaksanaan

Penelitian ini dilaksanakan di SMP Muhammadiyah 1 Gamping Sleman, ketika proposal disepakati oleh dosen pembimbing. Penelitian ini memperoleh data dengan tahapan:

- a. Menetapkan responden dan mempersiapkan lembar persetujuan.
- b. Berjumpa dengan subyek penelitian yang telah sesuai dengan kriteria yang ditetapkan.
- c. Memperoleh kesepakatan responden penelitian dengan menjawab *informed consent* dengan cara menyampaikan isi dan target penelitian.
- d. Jika responden tidak setuju untuk diteliti, peneliti dan asisten penelitian tidak akan memaksakan dan ditukar dengan responden lain yang sesuai persyaratan.
- e. Menyerahkan lembar pertanyaan pada responden.
- f. Menyampaikan waktu selama 30 menit pada tiap responden saat menjawab lembar pertanyaan.
- g. Mengecek kembali lembar pertanyaan yang sudah dikumpulkan.
- h. Peneliti bersama asisten peneliti memeriksa ulang lembar pertanyaan.
- i. Setelah memperoleh data, peneliti memilih dan mengecek ulang data yang sudah didapatkan.
- j. Melaksanakan diskusi bersama pembimbing.

## 3. Tahap Penyusunan Laporan

- a. Melaksanakan penjabaran data penelitian.
- b. Mencantumkan kesimpulan statistik dan topik bahasan ke dalam laporan skripsi.
- c. Membuat kesimpulan dan saran.
- d. Melaksanakan diskusi bersama pembimbing.
- e. Mengisi surat ijin melangsungkan ujian hasil.
- f. Melaksanakan ujian hasil skripsi.
- g. Merevisi laporan skripsi.

- h. Menyerahkan laporan skripsi kepada pembimbing dan penguji.
- i. Jika laporan skripsi telah diterima oleh pembimbing dan penguji, peneliti memenuhi segala lampiran dan persyaratan serta melakukan penjiwaan.

PERPUSTAKAAN  
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI  
YOGYAKARTA