

BAB IV METODE PENELITIAN

4.1 Desain Penelitian

Desain penelitian ini mengadopsi metode analitik korelasional dengan pendekatan *cross-sectional*. Pendekatan ini fokus pada identifikasi hubungan antara variabel-variabel dalam penelitian (Sihotang, n.d.). Penelitian ini bertujuan untuk memahami korelasi antara durasi bermain game online dan pola tidur remaja melalui pendekatan *Cross-Sectional*, dengan pengumpulan data dilakukan pada satu titik waktu, mencakup periode pengamatan fenomena yang berlangsung (Ardiansyah *et al.*, 2023).

4.2 Populasi, Tehnik sampling dan Sample

4.2.1 Populasi

Populasi adalah area umum yang mencakup objek atau subjek dengan jumlah dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk studi dan penarikan kesimpulan (Ardiansyah *et al.*, 2023). Populasi (komunitas game online) penelitian ini adalah remaja sebanyak 77 orang.

4.2.2 Tehnik sampling

Pada penelitian ini, teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah purposive sampling, di mana peneliti secara sengaja memilih individu atau kelompok tertentu dari populasi berdasarkan kriteria atau karakteristik khusus yang relevan dengan tujuan penelitian. Proses ini memastikan bahwa sampel yang diperoleh mencerminkan secara tepat subjek penelitian secara keseluruhan.

4.2.3 Sample

Sampel merupakan bagian yang diambil dari populasi yang menjadi fokus penelitian. Dalam konteks ini, sampel tidak hanya mewakili jumlah individu tertentu dalam populasi, tetapi juga mencerminkan karakteristik-karakteristik yang relevan dengan populasi secara keseluruhan. Oleh karena itu, proses pengambilan sampel harus mempertimbangkan berbagai faktor dan strategi yang sesuai dengan tujuan penelitian serta karakteristik populasi yang sedang dipelajari (Ardiansyah *et al.*, 2023).

A. Besar Sample

Besar ukuran sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah remaja yang berumur 17-19 tahun. Metode yang digunakan adalah purposive sampling, yang secara khusus merujuk pada penggunaan seluruh anggota populasi sebagai sampel, yang dalam konteks ini mencakup 80 orang remaja tersebut. (data primer 2024),

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

$$n = \frac{80}{1 + 80(0,05)^2}$$

$$n = \frac{80}{1,2}$$

$$n = 77$$

Jadi, didapatkan 77 sampel dengan menggunakan rumus slovin.

Keterangan:

n: total responden

N: besar populasi

e: presentase toleransi kesalahan dalam pengambilan sampel

kriteria sampel :

1) Kriteria Inklusi

Kriteria inklusi merujuk pada atribut umum yang dimiliki oleh subjek penelitian dari populasi target yang relevan dan diteliti. Dalam konteks penelitian ini, kriteria inklusi meliputi:

- a) Remaja yang berusia 17-19 tahun dan aktif bermain game online.
- b) Remaja yang bersedia menjadi responden.

2) Kriteria eksklusi

Kriteria eksklusi mengacu pada proses penghapusan subjek dari studi yang sebelumnya memenuhi kriteria inklusi, dilakukan karena berbagai alasan yang relevan.

- a) Remaja yang mengalami sakit dan komplikasi.

4.3 Variable Penelitian

Variable merupakan karakteristik atau sifat dari suatu objek penelitian (Sihotang, n.d.). Dalam konteks penelitian, terdapat dua jenis variabel yang perlu dipahami, yaitu variabel independen dan variabel dependen. Variabel independen adalah faktor yang mungkin menjadi penyebab atau mempengaruhi variabel lain dalam suatu studi. Sebaliknya, variabel dependen adalah hasil atau dampak dari variabel independen tersebut, mencerminkan bagaimana variabel tersebut dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang diteliti (Priadana, M & Sunarsi, 2021). Variabel bebas (*independent*) dari penelitian ini adalah durasi bermain game dan variabel terikat (*dependen*) dari penelitian ini adalah pola tidur remaja.

4.4 Definisi Operasional

Definisi operasional memberikan penjelasan dan informasi untuk mengukur variable yang akan diteliti dan dibuat oleh peneliti itu sendiri.

Tabel 4. 1 Definisi operasional Hubungan durasi bermain game dengan pola tidur remaja

Variable	Definisi Operasional	Parameter	Alat Ukur	Skala	skore
Durasi bermain game (independen)	lamanya seseorang bermain game online setiap hari/minggu	<ol style="list-style-type: none"> Lama waktu bermain game / jam dalam hari Berapa lama bermain game dalam seminggu 	Lembar <i>self-report</i> (Asri et al., 2022)	Interval	Dengan skor <ol style="list-style-type: none"> ≥ 35 jam/minggu (kecanduan) < 35 jam/minggu (normal)
Pola tidur choronotype (dependen)	Pola tidur adalah bentuk, model, atau corak tidur dalam jangka waktu yang relatif menetap pada saat jam tidur dan bangun	<ul style="list-style-type: none"> - evening tidur (12:45-03:00) bangun (08:30-10:30) -intermediate tidur (22:45-12:45), bangun (06:30-08:30), -morning tidur (21:30-2245) bangun (05:00-06:30) 	Kuisisioner <i>Mornigness-Eveningness Questionnaire</i> (MEQ) (horne & ostberg (1976)	Ordinal	<ul style="list-style-type: none"> 16 – 41 = evening 42 – 58 = intermediate 59 – 86 = morning

4.5 Tempat Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Komunitas Game Online yang berada di Besuki Kab. Situbondo

4.6 Waktu Penelitian

Kegiatan penelitian ini akan dilakukan setelah menyelesaikan seminar proposal, dan untuk waktu yang diperlukan dalam penelitian ini terhitung setelah seminar proposal dari bulan Juli hingga bulan Maret.

4.7 Instrumen Penelitian

4.7.1 Pengertian instrumen penelitian

Instrumen penelitian merupakan suatu alat ukur yang digunakan untuk mengukur variabel-variabel yang menjadi fokus dalam studi tersebut, memungkinkan pengumpulan data yang diperlukan untuk analisis dan pembahasan. Instrumen penelitian dibagi menjadi 2, yaitu instrument tes dan non tes (Priadana, M & Sunarsi, 2021). Instrument tes merupakan rangkaian pertanyaan atau alat yang digunakan untuk mengukur variable. Sedangkan instrument non tes merupakan instrument berupa kuesioner, wawancara, observasi, atau dokumentasi. Instrument penelitian kuantitatif paling umum digunakan adalah menggunakan kuesioner. Penelitian menggunakan 2 lembar kuesioner, yaitu lembar observasi untuk mengukur Durasi bermain game dan lembar kuisisioner MEQ untuk mengukur Pola tidur.

4.7.2 Instrumen Durasi Bermain Game Online

Durasi bermain game online oleh remaja dianalisis melalui lembar observasi yang disusun menggunakan Google Form yang mencakup lima pertanyaan. Responden diminta untuk mengisi pertanyaan-pertanyaan tersebut untuk mengevaluasi frekuensi bermain game online serta durasi bermain, dengan tujuan untuk memperoleh skor yang menggambarkan aktivitas mereka.

- a. ≥ 35 jam per minggu (kecanduan)
- b. < 35 jam per minggu (normal)

4.7.3 Instrumen Data Pola Tidur Remaja

Pola tidur remaja dianalisis melalui penggunaan kuesioner yang disusun menggunakan platform Google Form, yang terdiri dari 19 pertanyaan. Kuesioner ini dirancang untuk memungkinkan responden menilai pola tidur mereka dengan menggunakan skala ordinal yang telah disediakan, yang kemudian dianalisis berdasarkan skor yang mereka berikan. Ketentuan skornya yaitu:

- a. Skor 16-41 : evening
Tidur (12:45-03:00), bangun (08:30-10:30),
- b. Skor 42-58 : intermediate
tidur (22:45-12:45), bangun (06:30-08:30),
- c. Skor 59-86 : morning
tidur (21:30-22:45), bangun (05:00-06:30),

4.7.4 Validitas dan Reabilitas Instrumen Data Pola Tidur Remaja

Untuk kuesioner Morningness-Eveningness Questionare (MEQ) yang dikembangkan oleh horne & ostberg (1976), pada kuesioner tersebut terdapat 19 item pertanyaan pilihan ganda dan setiap pertanyaan mempunyai skor yang nantinya dapat dikategorikan menjadi 2, tipe petang dan tipe pagi. Uji validitas kuesioner dapat dilakukan dengan menerapkan metode statistik seperti Pearson Product Moment untuk mengevaluasi sejauh mana korelasi antara skor kuesioner dengan variabel terkait. Penggunaan koefisien korelasi Pearson product moment dalam uji validitas memungkinkan penentuan kevalidan dengan melibatkan perbandingan antara r hitung dan r tabel, dengan nilai mendekati 1 menunjukkan tingkat validitas yang lebih

tinggi. Uji reliabilitas menggunakan Alpha Cronbach pada Morningness Eveningness Questionnaire dengan keputusan bahwa nilai koefisien Alpha Cronbach $\geq r$ tabel (0,6) menunjukkan kehandalan kuesioner (Resti Kurnia Triastanti & Arini Hardianti, 2024).

4.8 Prosedur Pengumpulan Data

1. Pengumpulan data secara administrasi
 - a) Skripsi dilakukan uji etik oleh Komisi Etik Universitas Muhammadiyah Malang untuk mendapatkan ethical approval
 - b) Ethical approval digunakan sebagai syarat mendapatkan surat ijin penelitian dari kampus Universitas Muhammadiyah Malang
 - c) Penelitian dilakukan setelah mendapat ijin dari Universitas Muhammadiyah Malang
 - d) Permohonan ijin selanjutnya diberikan kepada Ketua Program Studi Keperawatan.
2. Pengumpulan data secara teknis
 - a) Peneliti memberikan *informed consent* melalui online
 - b) Peneliti mengambil data responden dengan memberikan kuesioner melalui google form <https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSfYnyF-aPU39Z-48tZPvIIo60u0spNETnZAfk8L-LZwQIVfUA/viewform?usp=header>
 - c) Peneliti memberikan kuesioner kepada responden dan mengambil data sesuai kebutuhan penelitian dengan menggunakan google form untuk menghindari adanya kecurangan dalam pengisian data peneliti menyeting google form agar 1 akun hanya bisa mengisi 1x.

4.9 Tahap Pengolahan Data

Data yang telah dikumpulkan akan diproses dan dianalisis menggunakan perangkat lunak analisis data SPSS versi 21.0.

Langkah Untuk Menganalisis Data

- 1) Editing, merupakan pengumpulan data melalui hasil kuesioner yang diukur dengan melakukan pengecekan data yaitu memeriksa instrument pengumpulan data dan kelengkapan data.
- 2) Coding, setelah dilakukan kelengkapan data selanjutnya hasil jawaban akan diolah dan diberi kode-kode tertentu menurut kategorinya.

Durasi game online

1. ≥ 35 jam per minggu (kecanduan)
2. < 35 jam per minggu (normal)

Pola tidur

1. Evening
2. Intermediate
3. Morning

- 3) Data entry, data yang telah diubah dalam bentuk kode selanjutnya dimasukkan ke program atau software SPSS25
- 4) Hasil data yang dianalisis dari software SPSS25 dilakukan penataan atau penilaian dengan membuat tabel untuk mempermudah analisis data pada tabel 5.1 dan 5.2

4.10 Analisa Data

4.10.1 Analisa Univariat

Analisis univariat bertujuan untuk memberikan deskripsi mendetail tentang karakteristik masing-masing variabel yang sedang dianalisis. Analisis ini biasanya digunakan untuk mengetahui distribusi frekuensi, kecenderungan pusat, dan

penyebaran data. Analisis univariat juga merangkum kumpulan data yang telah dikumpulkan sehingga data tersebut menjadi informasi yang bermanfaat. Dalam penelitian ini, analisis univariat dilakukan distribusi demografi responden meliputi id, umur, pendidikan, gender.

4.10.2 Analisa Bivariat

Analisis data bivariat adalah metode analisis statistik yang digunakan untuk mengeksplorasi hubungan antara dua variabel (Turner, 2020). Tujuan analisis bivariat adalah untuk mengevaluasi keberadaan hubungan yang signifikan antara dua variabel serta mengukur seberapa kuat hubungannya, serta memahami pola hubungannya dengan menggunakan uji korelasi Spearman. Uji korelasi Spearman adalah salah satu metode statistik nonparametrik yang digunakan untuk menilai kekuatan dan arah hubungan antara dua variabel, dengan tujuan untuk menentukan keberadaan hubungan antara keduanya. Dalam konteks penelitian ini, uji korelasi Spearman digunakan untuk mengidentifikasi hubungan antara data berjenis Interval dan Ordinal. Data kemudian di masukkan ke microsoft excel dan di analisis menggunakan Statistical Program for Social Science (SPSS25) for Windows.

Dengan nilai korelasi :

- a. 0.00 – 0.199 : Sangat lemah
- b. 0.20 – 0.399 : Lemah
- c. 0.40 – 0.599 : Sedang
- d. 0.60 – 0.799 : Kuat
- e. 0.80 – 1.00 : Sangat kuat

Arah korelasi

Sifat atau arah korelasi +/- ditentukan oleh:

- 1) Sifat korelasi positif (+) memiliki arti bila variabel X mengalami kenaikan maka variabel Y akan akan naik atau sebaliknya bila variabel X mengalami penurunan maka variabel Y akan menurun.
- 2) Sifat korelasi negatif (-) memiliki arti bila variabel X mengalami kenaikan maka variabel Y akan turun dan sebaliknya apabila variabel X mengalami penurunan maka variabel Y akan naik.

