

BAB IV

METODE PENELITIAN

4.1 Desain Penelitian

Desain penelitian adalah suatu rancangan yang mencakup berbagai komponen yang saling terintegrasi untuk mengumpulkan data dan fakta guna menjawab pertanyaan atau permasalahan dalam penelitian (Munir, 2023). Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini merupakan pendekatan *cross sectional*. Desain penelitian *cross-sectional* adalah jenis penelitian yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antara faktor risiko dan suatu efek atau kondisi, dengan melakukan pengamatan atau pengumpulan data pada satu waktu tertentu (pendekatan titik waktu) (Abduh et al., 2022).

4.2 Populasi, Teknik sampling dan Sample

4.2.1 Populasi

Populasi merujuk pada seluruh objek atau subjek penelitian yang memiliki karakteristik tertentu dan relevan untuk dikaji serta disimpulkan. Populasi tidak terbatas pada manusia, tetapi juga dapat mencakup hewan, tumbuhan, fenomena, gejala, atau peristiwa lain yang memenuhi kriteria dan persyaratan tertentu terkait dengan masalah penelitian. Populasi ini kemudian dijadikan sebagai sumber untuk pengambilan sampel (Suryani et al., 2023). Populasi dalam penelitian adalah mahasiswa yang berada di Malang saat pengumpulan data.

4.2.2 Teknik sampling

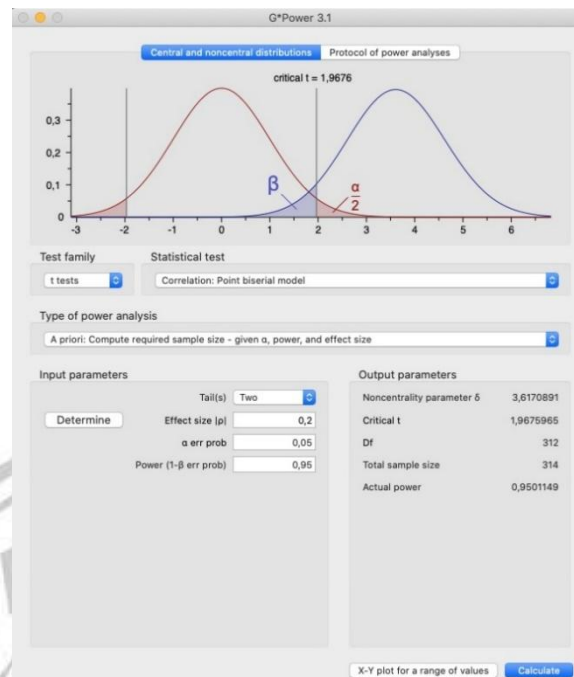
Teknik sampling merupakan metode untuk menentukan sampel dengan jumlah yang sesuai dengan ukuran sampel yang diperlukan sebagai sumber data utama. Dalam proses ini, sifat dan distribusi populasi

Cecilia Vasandra
202210420311009
Ilmu Keperawatan

diperhatikan agar sampel yang diambil bersifat representatif. Teknik sampling terbagi menjadi dua jenis, yaitu *probability sampling* dan *nonprobability sampling* (Suryani et al., 2023). Penelitian ini menggunakan *non-probability sampling* dengan teknik sampling adalah *purposive sampling*.

4.2.3 Sampel

Perangkat lunak *GPower* sangat bermanfaat bagi peneliti dalam perhitungan ukuran sampel dan analisis *power* untuk berbagai jenis uji statistik seperti F, t, χ^2 , z, serta *exact tests*. *GPower* juga mudah dioperasikan karena memiliki *Graphical User Interface* (GUI) dan tersedia secara gratis (Kang, 2021). Perhitungan jumlah sampel dilakukan menggunakan perangkat lunak *G-Power* versi 3.1.9.4 karena belum diketahui dengan pasti berapa populasi dalam penelitian. *GPower* memungkinkan peneliti untuk memasukkan pertimbangan seperti ukuran efek sebesar 0,20 (*small effect size*), kekuatan statistik 95%, dan tingkat signifikansi 0,05 untuk menentukan jumlah peserta yang diperlukan. Hasil perhitungan menunjukkan bahwa dibutuhkan 314 mahasiswa sebagai sampel. Untuk mengantisipasi kemungkinan *dropout* sebesar 20%, jumlah sampel tersebut ditingkatkan menjadi: $314 + (20\% \times 314) = 314 + 63 = 377$ Mahasiswa. Setelah tahap pengumpulan data, penelitian ini melibatkan 435 mahasiswa sebagai responden.



Gambar 4. 1 Hasil software Gpower menghitung jumlah sampel

4.2.4 Kriteria Inklusi

1. Mahasiswa yang berstatus aktif di perguruan tinggi di Malang
2. Berusia 18 tahun atau lebih pada saat penelitian
3. Menghabiskan sebagian besar waktu untuk bermain *game*

4.2.5 Kriteria Eksklusi

1. Mahasiswa yang tidak berada di Malang saat pengumpulan data
2. Individu yang sedang dirawat karena gangguan mental

4.3 Variabel Penelitian

4.3.1 Variabel Independen

Variabel independen, atau disebut juga variabel bebas, adalah variabel yang memengaruhi perubahan pada variabel dependen, baik dalam hubungan yang positif maupun negatif (Sari & Rahayu, 2020). Variabel independen dalam penelitian ini adalah IGD.

4.3.2 Variabel Dependen

Variabel dependen adalah variabel yang menjadi fokus utama atau acuan dalam sebuah penelitian. Variabel ini digunakan untuk mengukur hasil atau perubahan yang terjadi akibat variabel independen (Sari & Rahayu, 2020). Variabel dependen dalam penelitian ini adalah Regulasi Emosi.

4.4 Definisi Operasional

Definisi operasional merupakan definisi yang didasarkan pada karakteristik yang dapat diamati atau konsep variabel tertentu dalam kondisi yang akan dijelaskan (Daniswari et al., 2023).

Tabel 4. 1 Definisi Operasional Penelitian

Variabel penelitian	Definisi Operasional	Parameter	Alat ukur	Skala data	Hasil ukur
Independen: <i>Internet Gaming Disorder</i> (IGD)	IGD merupakan penggunaan terus menerus dalam bermain <i>game</i> yang dapat menyebabkan gangguan klinis dan distress	<ol style="list-style-type: none"> Pikiran yang terfokus pada permainan Gejala saat berhenti bermain Meningkatnya kebutuhan untuk bermain lebih lama Ketidakmampuan mengendalikan keinginan bermain Hilangnya minat pada aktivitas lain Tetap bermain meskipun ada dampak negatif Berbohong tentang 	Tes yang digunakan untuk mengukur tingkat IGD pada Mahasiswa yaitu dengan <i>Internet Gaming Disorder-20 Test (IGD-20 Test)</i> yang dirancang oleh Halley M	Interval	Skor berkisar antara 20-100 dengan skor ≥ 71 berisiko terdiagnosis IGD

		kebiasaan bermain			
		8. Menggunakan game sebagai pelarian			
		9. Gangguan dalam kehidupan sehari-hari			
Dependen: Regulasi Emosi	Regulasi emosi adalah kemampuan untuk mengelola emosi dan bagaimana emosi diekspresikan	<ol style="list-style-type: none"> 1. <i>Acceptance of emotional response</i> 2. <i>Engaging in goal-directed behavior</i> 3. <i>Control of emotional responses</i> 4. <i>Strategies to emotion regulation</i> 	<p>Tes yang digunakan untuk mengukur tingkat Regulasi Emosi pada Mahasiswa yaitu dengan <i>Emotion Regulation Questionnaire</i> (ERQ) yang dirancang oleh Gross & John tahun 2012. Terdiri dari 10 item:</p> <p>1 = Sangat tidak setuju 2 = Tidak setuju 3 = Agak tidak setuju 4 = Netral 5 = Agak setuju 6 = Setuju 7 = Sangat setuju.</p>	Interval	<p>Skor berkisar antara:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. <i>Cognitive Reappraisal</i>: 6-42 2. <i>Expressive Suppression</i>: 4-28

4.5 Tempat Penelitian

Penelitian ini dilakukan secara daring pada beberapa perguruan tinggi di Malang, baik negeri maupun swasta.

4.6 Waktu Penelitian

Penelitian dilaksanakan pada tanggal 8 Oktober 2025 hingga 24 Oktober 2025.

4.7 Instrumen Penelitian

4.7.1 Instrumen Data Demografi

Data demografi merupakan informasi yang menggambarkan karakteristik dasar responden. Data demografi dalam penelitian dapat mencakup usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan, dan jenis pekerjaan responden (Sari et al., 2021). Dalam penelitian ini, data demografi dikumpulkan melalui kuesioner yang mencakup informasi seperti nama inisial, usia, jenis kelamin, status domisili, rata-rata waktu bermain *game*, platform bermain, genre *game*, dan jenis *game*.

4.7.2 *Internet Gaming Disorder-20 Test (IGD-20 Test)*

Dalam penelitian ini, instrumen yang digunakan untuk mengukur IGD adalah *Internet Gaming Disorder-20 Test (IGD-20 Test)* yang dikembangkan oleh (Pontes et al., 2014). *IGD-20 Test* memiliki skala data interval dan terdiri dari 20 item dengan skala *likert* untuk menilai perilaku yang berpotensi menunjukkan gangguan. Pertanyaan nomor 2 dan 19 menggunakan sistem penilaian terbalik (*reverse score/unfavorable item*). Penilaian didasarkan pada Skala *likert* 5 poin (1 = tidak pernah, 2 = jarang, 3 = kadang-kadang, 4 = sering, 5 = sangat sering). Berdasarkan interpretasi skor, skor berkisar antara 20-100, dan *cut-off point* = 71, dengan semakin tinggi skor berisiko terdiagnosis IGD. Reliabilitas instrumen diperoleh dengan nilai *Cronbach's alpha* sebesar 0.88, Artinya, instrumen *IGD-20 Test* memiliki reliabilitas tinggi, karena nilai $\alpha > 0.7$ menunjukkan konsistensi internal yang baik. Korelasi

antara *IGD-20 Test* dan sembilan kriteria IGD dari DSM-5 menunjukkan validitas konkuren yang sangat kuat dan signifikan: $r(1003) = 0.82, p < .001$ (Pontes et al., 2014).

4.7.3 *Emotion Regulation Questionnaire (ERQ)*

Dalam penelitian ini, instrumen yang digunakan untuk mengukur Regulasi Emosi adalah *Emotion Regulation Questionnaire (ERQ)*. Instrumen ini dikembangkan oleh Gross & John (2012) dan telah diadaptasi serta disesuaikan dengan konteks IGD oleh (Radde et al., 2021). ERQ memiliki skala data interval dan terdiri dari 10 item dengan 6 item mengukur *Cognitive Reappraisal* (1, 2, 3, 4, 5, 6), sedangkan 4 item lainnya menilai *Expressive Suppression* (7, 8, 9, 10). Seluruh item dalam alat ukur ini bersifat *favorable* dan penilaian didasarkan pada Skala *Likert* 7 poin (1 = Sangat tidak setuju, 2 = Tidak setuju, 3 = Agak tidak setuju, 4 = Netral, 5 = Agak setuju, 6 = Setuju, dan 7 = Sangat setuju). Skor untuk *Cognitive Reappraisal* berkisar antara 6–42, sedangkan skor untuk *Expressive Suppression* berada dalam rentang 4–28. Semakin tinggi skor pada masing-masing strategi, semakin sering individu menerapkan strategi tersebut dalam mengatur emosinya. Reliabilitas instrumen ini tergolong tinggi, dengan nilai *Cronbach's alpha* sebesar 0.951 untuk strategi *cognitive reappraisal* dan 0.790 untuk strategi *expressive suppression*. Selain itu, ERQ terbukti valid dengan nilai $t > 1.96; p = 0.000$, menunjukkan bahwa seluruh item mampu mengukur regulasi emosi sesuai dengan yang diharapkan (Radde et al., 2021).

4.8 Prosedur Pengumpulan Data

Pengumpulan data merupakan suatu proses yang dilakukan secara sistematis untuk mengumpulkan dan mencatat informasi yang sesuai dengan tujuan penelitian. Proses ini bertujuan memperoleh data yang akurat dan terpercaya, yang kemudian akan dianalisis untuk menjawab pertanyaan penelitian atau menguji hipotesis yang telah dirumuskan. (Romdona et al., 2025).

Langkah-langkah pengumpulan data yaitu sebagai berikut:

4.8.1 Tahap Persiapan

1. Menyusun proposal penelitian dengan judul “Hubungan antara *Internet Gaming Disorder* dengan Regulasi Emosi pada Mahasiswa di Malang”.
2. Menyiapkan *informed consent* serta instrumen penelitian berupa kuesioner terkait variabel IGD dan regulasi emosi yang disusun menggunakan platform *SurveyCake*.
3. Mengajukan surat izin penelitian dan uji etik, yang telah disetujui oleh Komite Etik Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Malang dengan No.E.4.d/034/KEPK/FIKES-UMM/VII/2025.

4.8.2 Tahap Pelaksanaan

1. Menghubungi beberapa perwakilan mahasiswa perguruan tinggi di Malang melalui platform WhatsApp untuk membantu penyebaran kuesioner penelitian.
2. Mendistribusikan kuesioner penelitian yang telah disusun menggunakan platform *SurveyCake* kepada kontak para perwakilan beberapa perguruan tinggi di Malang.

Cecilia Vasandra
202210420311009
Ilmu Keperawatan

3. Mendokumentasikan penyebaran kuesioner.
4. Menetapkan periode pengisian kuesioner, yaitu pada tanggal 8 Oktober 2025 hingga 24 Oktober 2025.
5. Informasi penelitian yang mencakup tujuan penelitian, *informed consent*, serta petunjuk pengisian kuesioner disertakan dalam tautan *SurveyCake*.
6. Memantau proses pengumpulan data secara berkala.

4.8.3 Tahap Pengelolaan Data

1. Mengumpulkan kuesioner yang telah diisi responden dalam format.
2. Microsoft Excel sebagai *raw data*.
3. Melakukan *cleaning data* sesuai kriteria inklusi penelitian.
4. Mengkoding data untuk mempermudah analisa statistik.
5. Melakukan analisa data.

4.9 Analisis Data

4.9.1. Analisis Univariat

Analisis univariat digunakan untuk mendeskripsikan karakteristik tiap variabel dalam penelitian melalui tabel distribusi frekuensi (Dewi, 2024). Dalam penelitian ini, variabel yang dianalisis seperti data demografi berupa usia, karakteristik IGD, dan regulasi emosi yang berskala data interval disajikan dalam bentuk rata-rata dan standar deviasi. Sedangkan, data demografi seperti jenis kelamin, semester, asal kampus, status domisili, rata-rata waktu permainan, platform bermain, genre *game* dan jenis *game* yang berskala data nominal, disajikan dalam bentuk jumlah dan persentase.

4.9.2. Analisis Bivariat

Analisis bivariat dilakukan untuk mengetahui adanya hubungan antar variabel independen dan variabel dependen (Dewi, 2024). Dalam penelitian ini yaitu untuk mengetahui adanya hubungan antara IGD dan regulasi emosi pada Mahasiswa di Malang. Variabel independen dan Variabel dependen dalam penelitian ini menggunakan skala data interval. Hasil uji normalitas *Kolmogorov-Smirnov* menunjukkan data tidak berdistribusi normal, sehingga analisis hubungan antar variabel dilakukan menggunakan korelasi *Spearman*. Korelasi *Spearman* merupakan metode statistik *non-parametrik* yang digunakan untuk menguji hubungan antara dua variabel dengan skala data ordinal dan variabel interval/rasio yang tidak berdistribusi normal (Efendi, 2025).

4.10 Etika Penelitian

Penelitian ini telah memperoleh persetujuan dari Komite Etik Penelitian Kesehatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Malang dan dinyatakan memenuhi aspek etika penelitian berdasarkan Surat Keputusan Nomor **E.4.d/034/KEPK/FIKES-UMM/VII/2025**. Menurut Wiworo (2022) dalam (Gustari & Riswanto, 2024), setiap penelitian kesehatan yang melibatkan manusia sebagai subjek penelitian harus didasarkan pada prinsip etika utama, yaitu:

1. *Respect for Persons*

Prinsip ini bertujuan untuk menghormati otonomi individu dalam membuat keputusan secara mandiri (*self-determination*) serta rentan atau tergantung dari potensi penyalahgunaan (*harm and abuse*).

2. *Beneficence and Non-Maleficence*

Prinsip ini menekankan pentingnya memberikan manfaat maksimal sambil meminimalkan risiko yang dapat merugikan subjek penelitian.

3. *Justice*

Prinsip ini menekankan bahwa setiap individu berhak menerima sesuatu sesuai dengan haknya, dengan penekanan pada keadilan distribusi dan pembagian yang merata (*equitable*).

4. *Inform Consent*

Prinsip ini merupakan prosedur yang bertujuan untuk memastikan bahwa peserta memiliki pemahaman yang komprehensif mengenai sifat, manfaat, serta potensi risiko yang terkait dengan keterlibatan mereka.

5. *Anonymity*

Prinsip ini memastikan peserta tidak menyebutkan nama asli namun hanya menyebutkan nama inisial dalam waktu pengumpulan data (Etika et al., 2024; Gustari & Riswanto, 2024; Lisnawati, 2022)