

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan desain penelitian observasional analitik. Jenis pendekatan yang dilakukan adalah *cross sectional* yaitu pengambilan data dan pengukuran variabel yang diteliti hanya satu kali pada satu waktu dan tidak melakukan penelitian lanjutan setelahnya.

B. Populasi dan Subyek Penelitian

1. Populasi

Populasi pada penelitian ini adalah seluruh jumlah pemain *online game* yang berada di empat warung internet (warnet) yang berlokasi di kelurahan Tamantirto, Kasihan, Bantul, Daerah Istimewa Yogyakarta yang berjumlah 165 orang. Studi pendahuluan dilakukan pada keempat warnet dengan cara menentukan jumlah pemain di setiap warnet dalam satu hari kemudian jumlah pemain di setiap warnet dijumlahkan sehingga didapat jumlah tersebut.

2. Subyek Penelitian

Jumlah subyek penelitian yang diambil adalah pemain *online game* yang berada di empat warnet yang telah dipilih sejumlah besar subyek penelitian yang dibutuhkan.

a. Kriteria Inklusi

- 1) Berusia 16 - 25 tahun.
- 2) Sudah memiliki waktu bermain *online game* sekurang-kurangnya 3 bulan dengan waktu bermain minimal 6 jam dalam sehari.
- 3) Bermain *online game* menggunakan *personal computer* (PC).

b. Kriteria Eksklusi

- 1) Mengonsumsi obat tidur

c. Jumlah Subyek Penelitian

Jumlah subyek penelitian yang diambil pada penelitian ini dihitung menggunakan rumus Lemmshow sebagai berikut:

$$n = Z_{\alpha}^2 \cdot P \cdot Q / d^2$$

Keterangan:

n : besar sampel

Z_α: *confidence interval* 95%

P: Prevalensi dalam persen

d: *sampling error* 5%

Q: 1-P

Berdasarkan hasil perhitungan di atas, jumlah subyek penelitian yang dibutuhkan dalam penelitian ini sebanyak 34 orang pemain *online game* yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi.

C. Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan pada bulan Juni – Juli 2019 di empat warnet yang tersebar di kelurahan Tamantirto, Kasihan, Bantul, Daerah Istimewa Yogyakarta yaitu Kurnia NET, Arka NET, Ination NET dan Emoticon NET.

D. Variabel Penelitian

1. Variabel Bebas

Variabel bebas pada penelitian ini adalah tingkat kecanduan bermain *game online*.

2. Variabel Terikat

Variabel terikat pada penelitian ini adalah kualitas tidur.

E. Definisi Operasional

1. Tingkat Kecanduan

Kecanduan bermain *online game* dengan minimal waktu bermain 6 jam dalam sehari yang sudah dijalankan selama minimal 3 bulan disertai setidaknya satu dari gejala sebagai berikut:

- a. Preokupasi terhadap *game*.
- b. Toleransi dalam bentuk bertambahnya jumlah waktu bermain yang dibutuhkan untuk mencapai kepuasan.
- c. Perubahan perasaan saat bermain *game*.
- d. Kehilangan hubungan di kehidupan nyata karena bermain *game*.
- e. Berkurangnya partisipasi pada kegiatan lain selain bermain *game*.

- f. Berbohong demi bermain *game*.
- g. Terus bermain *game* walaupun muncul sikap negatif.
- h. Kesulitan untuk mengurangi waktu bermain.
- i. Penarikan diri dalam bentuk kurang istirahat atau kesal jika berhenti bermain *game*.

Penentuan tingkat kecanduan diukur menggunakan *Internet Addiction Test* (IAT).

2. *Online game*

Online game adalah permainan yang dimainkan menggunakan *personal computer* (PC) yang tersambung ke internet yang berada di warnet.

3. Kualitas Tidur

Kualitas tidur merupakan bobot dari tidur malam yang dinilai menggunakan kuesioner *Pittsburgh Sleep Quality Index* (PSQI)

4. *Pittsburgh Sleep Quality Index* (PSQI)

PSQI merupakan sebuah kuesioner yang digunakan untuk menilai kualitas tidur seseorang selama sebulan kebelakang. Hasil dari kuesioner ini dibagi menjadi dua, yaitu: kualitas tidur baik (skor < 5) dan kualitas tidur buruk (skor \geq 5)

5. *Internet Addiction Test* (IAT)

IAT merupakan kuesioner yang digunakan untuk mengukur tingkat kecanduan bermain *online game*. Kata-kata “internet” pada kuesioner ini diganti menjadi “*online game*” agar kuesioner lebih spesifik dan

menerjemahkan kuesioner ke dalam Bahasa Indonesia untuk mempermudah responden untuk memahami pernyataan yang ada pada kuesioner.

Hasil pengisian kuesioner ini dibagi menjadi:

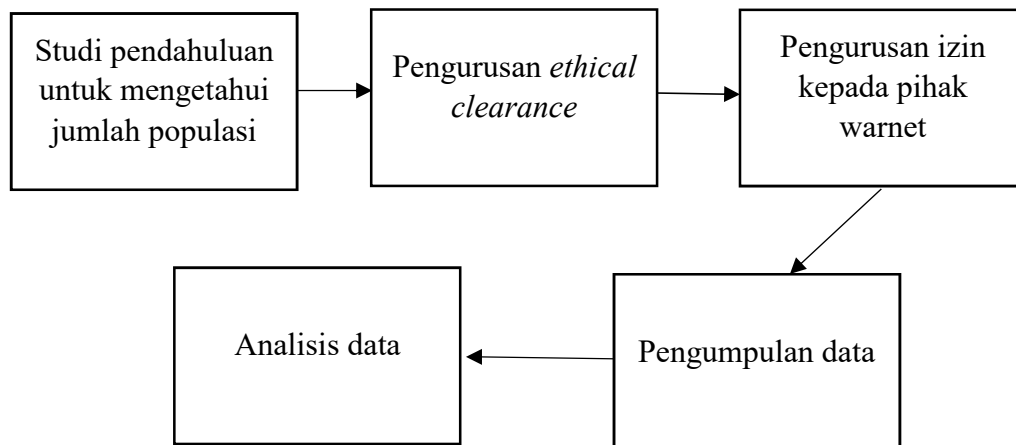
1. Normal dengan hasil skor 0 - 30
2. Kecanduan ringan dengan hasil skor 31 - 49
3. Kecanduan sedang dengan hasil skor 50 - 79
4. Kecanduan berat dengan hasil skor 80 - 100

F. Instrumen Penelitian

1. Lembar *informed consent* dan data diri (Lampiran 1 & lampiran 2)
2. Lembar kuesioner *Internet Addict Test* (IAT) (Lampiran 3)
3. Lembar kuisisioner *Pittsburgh Sleep Quality Index* (PSQI) (Lampiran 4)
4. Alat tulis

G. Jalannya Penelitian

1. Studi pendahuluan dilakukan di empat warung internet (warnet) yang berada di kelurahan Tamantirto, Kasihan, Bantul untuk mengetahui angka populasi pemain *online game*.
2. Pengurusan *ethical clearance* kepada Komisi Etik FKIK UMY.
3. Pengurusan izin kepada pihak warnet akan dilakukannya pengambilan data di empat warnet yang telah disebutkan di atas.
4. Pengumpulan data yang dibutuhkan menggunakan instrumen penelitian kepada pemain *online game* yang ada di warnet.
5. Analisis data yang telah terkumpul.



H. Uji Validitas dan Reliabilitas

Uji validitas dan reliabilitas kuesioner tidak perlu dilakukan pada penelitian ini.

Kuesioner PSQI sudah pernah diuji pada penelitian meta-analisis oleh Beatrice Murawski et al pada tahun 2017 dengan nilai indikator reliabilitas *Cronbach's alpha* ($\alpha = 0,61$).

Kuesioner IAT dengan modifikasi Bahasa Indonesia juga sudah pernah diuji oleh Prasojo dkk. pada tahun 2018 dengan nilai *Cronbach's alpha* ($\alpha = 0,895$).

I. Analisis Data

Data yang didapatkan dari penelitian dilakukan uji korelasi Spearman Bivariat untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan kecanduan bermain *online game* terhadap kualitas tidur. Data ditampilkan dengan table 2x2 (*crosstab*).

J. Etika Penelitian

Penelitian telah mendapat *ethical approval* dari Komisi Etik dengan nomor: 487/EP-FKIK-UMY/X/2018. *Informed consent* diberikan kepada reponden dan warnet terkait sebagai tanda bahwa data yang didapatkan bersifat rahasia.