

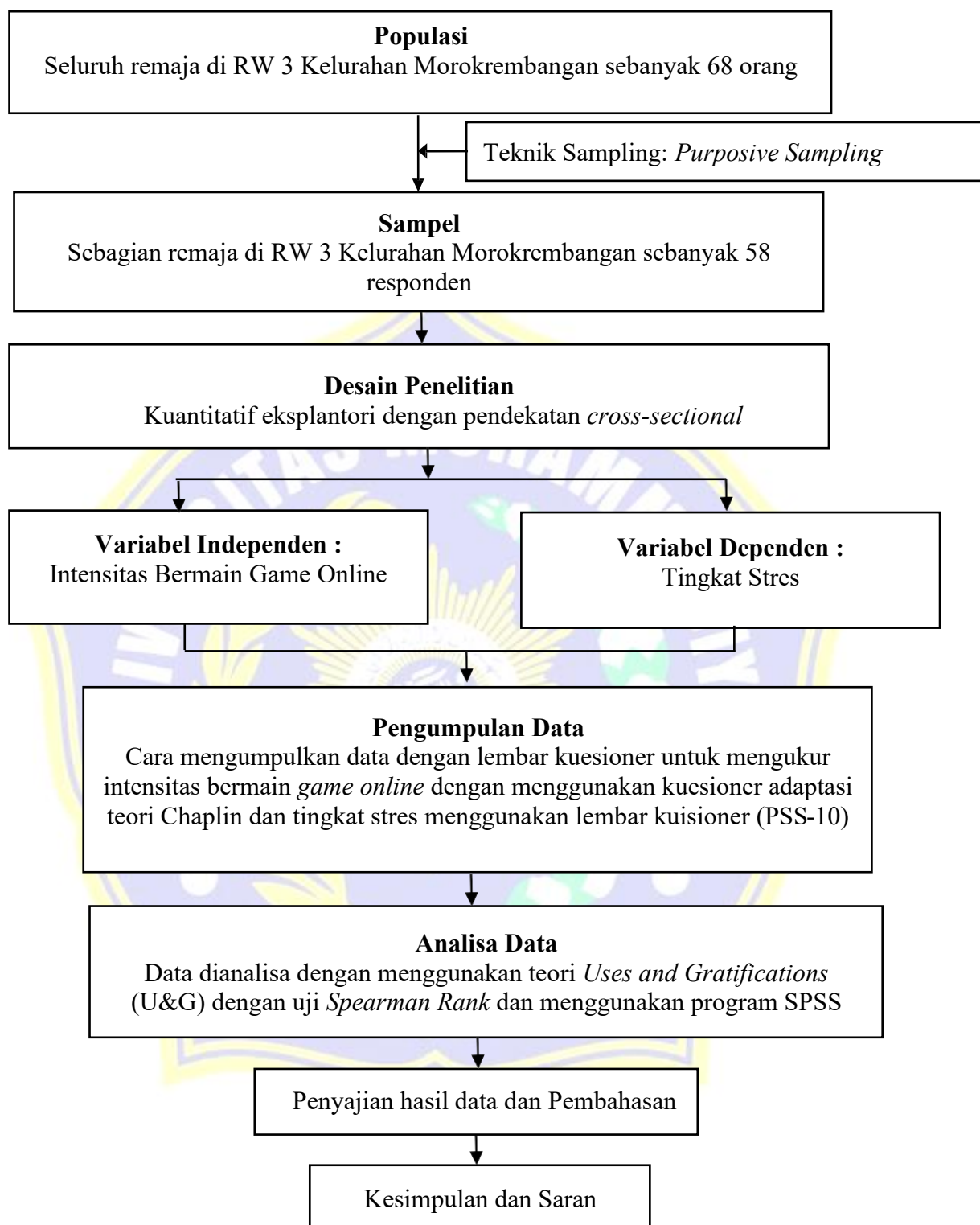
BAB 3

METODOLOGI PENELITIAN

3.1.Desain Penelitian

Desain penelitian merupakan strategi menyeluruh yang digunakan oleh peneliti sebagai pedoman dalam mengumpulkan dan menganalisis data secara terstruktur untuk menjawab rumusan masalah (Hidayat, 2024). Dalam mengimplementasikan strategi tersebut, penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif analitik *observasional* dengan pendekatan *cross-sectional*. Menurut Hidayat (2024) rancangan *cross-sectional* merupakan suatu penelitian yang dilakukan dengan melakukan pengukuran atau pengamatan antarvariabel secara serentak atau pada satu titik waktu yang sama. Secara operasional, peneliti mengukur variabel independen (*game online* menggunakan kuesioner adaptasi dari teori chaplin) dan variabel dependen (tingkat stres menggunakan kuesioner *Perceived Stress Scale-10 / PSS-10*) berbasis skala ordinal secara bersamaan pada responden remaja di RW 3 Kelurahan Morokrembangan tanpa melakukan tindak lanjut di masa mendatang.

3.2. Kerangka Kerja



Gambar 3. 1 Kerangka Kerja Penelitian Hubungan Intensitas *Bermain Game Online* Terhadap Tingkat Stres Remaja Di Rw 3 Kelurahan Morokrembangan

3.3. Populasi, Sampel, dan Teknik Sampling

3.3.1. Populasi

Populasi mengacu pada keseluruhan subjek atau objek penelitian yang memiliki karakteristik tertentu yang telah ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Istilah ini mencakup tidak hanya individu tetapi juga kelompok, peristiwa, atau fenomena yang relevan dengan tujuan penelitian (Sugiyono, 2022).

Untuk penelitian ini, populasi yang dipertimbangkan meliputi 68 remaja RW 3 Kelurahan Morokrembangan yang aktif bermain *game online*. Kelompok usia ini dipilih karena berada pada fase perkembangan yang rentan terhadap stres psikologis dan memiliki tingkat penggunaan teknologi digital yang tinggi. Dengan demikian, populasi ini dianggap *representative* untuk mengkaji hubungan antara intensitas bermain *game online* dengan tingkat stres.

3.3.2. Sampel

Sampel merupakan bagian dari populasi yang diambil untuk mewakili karakteristik populasi secara keseluruhan dalam suatu penelitian. Pengambilan sampel dilakukan karena keterbatasan waktu, tenaga, dan biaya, sehingga tidak memungkinkan untuk meneliti seluruh populasi. Oleh karena itu, sampel harus ditentukan secara tepat agar dapat menggambarkan kondisi populasi secara representatif (Sugiyono, 2022).

Penentuan jumlah sampel dalam penelitian ini menggunakan rumus Slovin dengan tingkat kesalahan (error tolerance) sebesar 5%. Rumus Slovin dinyatakan sebagai berikut:

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

$$n = \frac{68}{1 + 68(0,05)^2}$$

$$n = \frac{68}{1 + 68 (0,0025)}$$

$$n = \frac{68}{1 + 0,17}$$

$$n = \frac{68}{1,17} \quad n = 58,119 = 58$$

Keterangan:

n : Jumlah sampel,

N : Jumlah populasi

e : Tingkat kesalahan (error tolerance) yang ditetapkan oleh peneliti (0,05).

3.3.3. Teknik Sampling

Teknik sampling merupakan cara yang digunakan untuk menentukan sampel yang akan diambil dari populasi. Teknik ini harus dilakukan secara tepat agar sampel yang diperoleh benar-benar mewakili populasi sehingga hasil penelitian dapat digeneralisasikan (Notoatmodjo, 2018). Pada penelitian ini, teknik sampling yang digunakan adalah non-probability sampling dengan pendekatan purposive sampling. Purposive sampling adalah teknik pengambilan sampel berdasarkan pertimbangan tertentu yang sesuai dengan tujuan penelitian, di mana peneliti memilih responden yang dianggap paling mengetahui dan relevan dengan variabel yang diteliti (Sugiyono, 2022).

Teknik sampling yang digunakan adalah non-probability sampling dengan pendekatan purposive sampling. Teknik ini dipilih karena peneliti menetapkan

kriteria tertentu sesuai dengan tujuan penelitian. Kriteria inklusi dan eksklusi dalam penelitian ini meliputi:

a. Kriteria Inklusi

Kriteria inklusi yaitu subjek penelitian dapat mewakili dalam sampel penelitian yang memenuhi syarat sebagai sampel (Sugiyono, 2022). Kriteria inklusi dalam penelitian ini adalah:

1. Remaja yang bermain game online
2. Memiliki gawai (HP/PC)
3. Memiliki kebiasaan bermain game online secara rutin
4. Merupakan warga yang berdomisili menetap dan sehari-harinya beraktivitas atau berinteraksi di lingkungan RW 3 Kelurahan Morokrembangan
5. Bersedia menjadi responden

b. Kriteria Eksklusi

Kriteria eksklusi merupakan kriteria dengan subjek penelitian yang tidak dapat diwakili sampel karena tidak memenuhi syarat sebagai sampel penelitian (Sugiyono, 2022). Kriteria Eksklusi dalam penelitian ini adalah:

1. Remaja yang tidak bersedia menjadi responden
2. Remaja yang saat ini sedang menderita sakit fisik parah atau sedang menjalani rawat inap
3. Remaja yang diketahui sudah memiliki riwayat diagnosis gangguan kejiwaan klinis atau depresi berat dari dokter sebelum penelitian ini dimulai.
4. Remaja yang sedang bekerja atau kuliah di luar kota

3.4. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional

3.4.1. Variabel Independen

Variabel penelitian merupakan segala sesuatu yang menjadi objek pengamatan dalam suatu penelitian yang memiliki variasi nilai dan dapat diukur. Variabel digunakan untuk menjelaskan hubungan antara satu fenomena dengan fenomena lainnya, baik sebagai penyebab maupun akibat. Dalam penelitian kuantitatif, variabel memiliki peran penting dalam menguji hipotesis serta menjawab rumusan masalah penelitian (Sugiyono, 2022). Dalam penelitian ini, variabel independen adalah intensitas bermain *game online*.

3.4.2. Variabel Dependen

Variabel independen merupakan variabel yang memengaruhi atau menjadi sebab perubahan pada variabel dependen. Variabel ini sering disebut sebagai variabel bebas karena keberadaannya tidak dipengaruhi oleh variabel lain dalam model penelitian, melainkan justru memberikan pengaruh terhadap variabel lain (Notoatmodjo, 2018). Dalam penelitian ini, variabel dependen adalah tingkat stres.

3.4.3. Definisi Operasional

Definisi operasional adalah mendefinisikan variable secara operasional berdasarkan karakteristik yang diamati, sehingga memungkinkan peneliti untuk melakukan observasi atau pengukuran secara cermat terhadap suatu fenomena (Hidayat, 2024). Dalam penelitian ini definisi operasionalnya adalah:

Tabel 3. 1 Hubungan Intensitas Bermain *Game Online* Terhadap Tingkat Stres Remaja Di Rw 3 Kelurahan Morokrembangan

Variabel	Definisi Operasional	Indikator	Instrumen	Skala	Kategori
Intensitas Bermain <i>Game Online</i>	Tingkat keterlibatan individu dalam bermain <i>game online</i> , mencakup frekuensi, lama waktu, perhatian penuh, dan emosional.	1. Frekuensi (soal nomor 1,9) 2. Lama waktu (soal nomor 5,13,17) 3. Perhatian penuh (soal nomor 3,6,7,11,15) 4. Emosional (soal nomor 2,4,8,10,12,14,16,18)	Adaptasi teori chaplin	Ordinal	Skor : 18 hingga 72. Keterangan: Skor 1 adalah skor terendah, sedangkan skor 4 adalah skor tertinggi. Rendah: 18-24 (Sebatas hiburan) Sedang: 25-42 (Bermain rutin) Tinggi: 43-72 (Menjadi prioritas utama) (Salsabila Dewi et al., 2025)
Tingkat Stres	Persepsi individu terhadap tekanan psikologis dalam kehidupan sehari-hari yang menimbulkan ketidakberdayaan dan keyakinan diri.	1. Ketidakberdayaan (soal nomor 1,2,3,6,9,10) 2. Keyakinan Diri (soal nomor 4,5,7,8)	<i>Perceived Stress Scale</i> (PSS-10)	Ordinal	Skor : 0 hingga 40. Keterangan: Rendah: 0-13 (Pikiran tenang) Sedang: 14-26 (Mengalami tekanan mental) Tinggi: 27-40 (Fungsi psikologis terganggu) (Fadhli & Hapsari, 2026).

3.5. Pengumpulan Data

3.5.1. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian merupakan alat yang digunakan untuk mengumpulkan data dari responden sesuai dengan variabel yang diteliti (Sugiyono, 2022). Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini berupa kuesioner tertutup yang mengukur dua variabel utama, yaitu intensitas bermain *game online* dan tingkat stres. Peneliti memodifikasi sistem penilaian kuesioner ini menjadi skala ordinal. Peneliti berasumsi bahwa membiarkan hasil ukur berupa angka mutlak (skor total) tanpa harus mengelompokkannya ke dalam label kategori yang akan memberikan gambaran kondisi responden yang jauh lebih presisi. Skala ordinal ini sengaja dipilih agar peneliti dapat menguji hubungan antar variabel secara statistik dengan lebih tajam dan akurat, sesuai dengan realitas kondisi subjektif responden di lapangan.

1. Intensitas Bermain Game Online

Tabel 3. 2 Hubungan Intensitas Bermain *Game Online* Terhadap Tingkat Stres Remaja Di Rw 3 Kelurahan Morokrembangan

No	Item	Kategori Jawaban	Kode	Skor
1-18	Semua item	a	1	1
		b	2	2
		c	3	3
		d	4	4

Keterangan:

Jumlah item: 18

Dalam pemberian skor tiap pertanyaan berbeda-beda , maka penulis membuat kunci jawaban. Tinggi = Jika nilai skor $\geq$ mean atau median, Rendah = Jika nilai skor $<$ mean atau median.

2. *Perceived Stress Scale (PSS-10)*

Tabel 3. 3 Hubungan Intensitas Bermain *Game Online* Terhadap Tingkat Stres Remaja Di Rw 3 Kelurahan Morokrembangan

NO	ITEM	KATEGORI JAWABAN	KODE	SKOR
1-10	Semua item (PSS-10)	Tidak Pernah	0	0
		Jarang	1	1
		Kadang-kadang	2	2
		Sering	3	3
		Sangat Sering	4	4

3. *Reverse Scoring PSS-10*

Tabel 3. 4 Hubungan Intensitas Bermain *Game Online* Terhadap Tingkat Stres Remaja Di Rw 3 Kelurahan Morokrembangan

SKOR ASLI	SKOR REVERSE
4	4
3	3
2	2
1	1
0	0

Item *reverse*: 4, 5, 7, 8

3.5.2. Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di wilayah RW 3 Kelurahan Morokrembangan Kota Surabaya dengan waktu pelaksanaan pada bulan 25 Juni – 12 Juli 2026.

3.5.3. Prosedur Pengumpulan Data

Prosedur pengumpulan data merupakan serangkaian langkah sistematis yang dilakukan oleh peneliti untuk memperoleh data yang diperlukan sesuai dengan tujuan penelitian. Prosedur ini mencakup tahapan mulai dari perencanaan, pemilihan metode, penggunaan instrumen, hingga pelaksanaan pengambilan data

di lapangan. Proses ini sangat penting karena kualitas data yang diperoleh akan menentukan validitas dan reliabilitas hasil penelitian (Heryana et al., 2025). Prosedur pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan melalui beberapa tahap sebagai berikut:

1. Tahap Persiapan

Peneliti menyusun proposal penelitian, menentukan variabel, serta menyusun instrumen kuesioner berdasarkan indikator yang telah ditetapkan

2. Tahap Perizinan

Peneliti mengajukan izin penelitian kepada kecamatan krembangan.

3. Tahap Pelaksanaan

Pengumpulan data dilakukan dengan menyebarkan kuesioner kepada responden yang memenuhi kriteria inklusi. Kuesioner dapat disebarkan secara langsung maupun melalui media daring (*online*) menggunakan *Google Form*.

4. Tahap Pengolahan Data

Data yang telah terkumpul kemudian diperiksa kelengkapannya (*editing*), dilakukan pengkodean (*coding*), dan dimasukkan ke dalam perangkat lunak pengolahan data.

5. Tahap Analisis Data

Data yang telah diolah selanjutnya dianalisis sesuai dengan metode yang telah ditentukan.

3.5.4. Teknik Analisa Data

Teknik analisis data pada dasarnya dapat dimaknai sebagai langkah peneliti untuk mengolah, menyederhanakan, dan menerjemahkan tumpukan data mentah

dari lapangan agar menjadi informasi yang bermakna dan dapat ditarik kesimpulannya (Hidayat, 2024).

3.5.5 Teknik Pengolahan Data

Data yang telah terkumpul melalui google form akan dilakukan tahap pengolahan data dengan melalui empat tahap yaitu *editing*, *coding*, *scoring*, dan *tabulating*

1) *Editing*

Editing merupakan upaya yang dilakukan untuk memeriksa kelengkapan, kejelasan, dan konsistensi data yang diperoleh dari responden (Hidayat, 2024). Pada tahap ini peneliti dapat melakukan *editing* setelah melalui tahap pengumpulan data.

2) *Coding*

Coding merupakan proses pemberian kode numerik pada setiap jawaban responden untuk mempermudah proses pengolahan dan analisis data (Hidayat, 2024). Setiap alternatif jawaban pada *kesioner* diberikan kode sesuai dengan skala yang digunakan, seperti skala ordinal pada instrumen penelitian ini.

3) *Scoring*

Scoring adalah memberikan nilai atau skor pada setiap jawaban responden berdasarkan ketentuan masing-masing instrumen penelitian (Hidayat, 2024). Skor dari setiap item kemudian dijumlahkan untuk memperoleh nilai total yang menggambarkan variabel yang diteliti, seperti tingkat stres.

4) *Tabulating*

Tabulating merupakan proses penyusunan data ke dalam bentuk tabel untuk memudahkan analisis dan interpretasi data (Hidayat, 2024). Data yang telah diolah kemudian disajikan dalam bentuk distribusi frekuensi dan presentase oleh peneliti.

3.5.6 Analisa Data

1) Analisis Univariat

Analisis univariat dilakukan oleh peneliti untuk mendeskripsikan gambaran karakteristik dari masing-masing variabel secara terpisah. Pada tahap ini, peneliti akan menghitung distribusi frekuensi dan persentase dari tingkat kecanduan bermain *game online* (variabel independen) serta tingkat stres (variabel dependen) yang dialami oleh remaja di RW 3 Kelurahan Morokrembangan. Peneliti berasumsi bahwa hasil dari analisis univariat ini lebih efektif jika langsung dijabarkan secara naratif untuk memberikan gambaran proporsi fenomena di lapangan, sehingga tidak lagi memerlukan matriks tabulasi data mentah yang terlalu kaku (Hidayat, 2024).

2) Analisis Bivariat

Analisis bivariat difokuskan untuk membuktikan asumsi peneliti mengenai ada tidaknya hubungan yang bermakna antara intensitas bermain *game online* dengan tingkat stres remaja. Karena instrumen Adaptasi teori Chaplin dan *Perceived Stress Scale-10* (PSS-10) yang digunakan menghasilkan klasifikasi data berskala ordinal, peneliti memutuskan untuk menggunakan pengujian statistik *non-parametrik*, yaitu Uji Korelasi *Spearman Rank*. Keputusan ini sejalan dengan panduan metodologi dasar yang menyatakan bahwa pemilihan uji statistik sangat ditentukan oleh jenis skala pengukuran datanya (Hidayat, 2024).

Dalam proses pengujian ini, peneliti menetapkan tingkat kemaknaan atau *margin of error* sebesar 0,05 (5%). Peneliti mengambil asumsi bahwa penetapan batas kelonggaran 5% ini adalah langkah yang paling rasional dan realistis untuk penelitian yang dilakukan langsung di tengah komunitas masyarakat terbuka. Pada lingkungan seperti ini, peneliti sangat menyadari adanya keterbatasan dalam

mengontrol sepenuhnya variabel-variabel pengganggu dari luar (*confounding factors*) yang mungkin ikut memengaruhi kondisi psikologis responden (Hidayat, 2024).

Penarikan kesimpulan akhir dari uji ini didasarkan pada perbandingan antara nilai signifikansi (*p-value*) dengan nilai α . Peneliti merumuskan bahwa jika hasil komputasi statistik menunjukkan nilai $p\text{-value} \leq 0,05$, maka hipotesis nol (H_0) ditolak, yang secara meyakinkan membuktikan asumsi awal bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kecanduan bermain *game online* dengan tingkat stres remaja. Sebaliknya, jika didapatkan nilai $p\text{-value} > 0,05$, maka hipotesis nol (H_0) diterima, yang berarti fenomena bermain *game* pada kelompok tersebut tidak memiliki korelasi yang bermakna terhadap timbulnya stres.

3.5.7 Etika Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan dengan memperhatikan prinsip-prinsip etika penelitian kesehatan guna melindungi hak, martabat, dan kesejahteraan responden yang memperoleh izin etik dari Universitas Muhammadiyah Surabaya. Etika penelitian ini meliputi *informed consent*, *anonymity*, *confidentiality*, *beneficence*, *non-maleficence*, dan *justice*.

1) Informed Consent

Peneliti memberikan penjelasan kepada responden mengenai tujuan, manfaat, prosedur penelitian, serta hak responden sebelum pengambilan data dilakukan. Responden yang bersedia berpartisipasi diminta untuk memberikan persetujuan secara sukarela. Responden juga memiliki hak untuk menolak atau mengundurkan diri dari penelitian ini kapan saja tanpa konsekuensi.

2) *Anonymity*

Peneliti tidak mencantumkan identitas pribadi responden pada lembar kuesioner dan menggunakan kode tertentu untuk menjaga kerahasiaan identitas responden.

3) *Confidentiality*

Seluruh data yang diperoleh dijaga kerahasiaannya dan hanya digunakan untuk kepentingan penelitian. Data disajikan dalam bentuk agregat sehingga tidak mengungkap identitas individu.

4) *Beneficience*

Penelitian ini bertujuan memberikan manfaat bagi pengembangan ilmu keperawatan dan kesehatan masyarakat serta meningkatkan pemahaman mengenai dampak *game online* terhadap stres.

5) *Non-Maleficence*

Penelitian ini tidak memberikan perlakuan yang membahayakan responden, baik secara fisik maupun psikologis, serta dilakukan dengan mempertimbangkan kenyamanan responden selama proses pengumpulan data.

6) *Justice*

Peneliti memberikan perlakuan yang adil kepada seluruh responden tanpa diskriminasi, serta memberikan kesempatan yang sama untuk berpartisipasi dalam penelitian

3.6 Keterbatasan Penelitian

- 1) **Desain Penelitian:** Penggunaan desain *cross-sectional* menyebabkan hasil studi hanya mampu memberikan gambaran korelasi pada saat observasi dilakukan, sehingga tidak dapat menarik kesimpulan kausalitas (sebab-akibat).

- 2) **Metode Pengumpulan Data:** Pengumpulan data melalui kuesioner mandiri memiliki kelemahan terkait subjektivitas responden. Hal ini rentan terhadap *recall bias* (kesulitan responden dalam mengingat secara persis durasi dan frekuensi bermain game), maupun *social desirability bias* (kecenderungan memberikan jawaban yang dianggap baik secara sosial).
- 3) **Cakupan Populasi dan Sampel:** Penelitian ini memiliki jumlah sampel terbatas (58 responden) dan berfokus di wilayah spesifik RW 3 Kelurahan Morokrembangan. Karakteristik lingkungan seperti akses Wi-Fi gratis memberikan pengaruh unik, sehingga hasil penelitian ini tidak dapat digeneralisasikan secara luas ke wilayah lain.
- 4) **Variabel Pengganggu (*Confounding Factors*):** Penelitian ini tidak mengontrol secara penuh seluruh faktor luar yang berkontribusi terhadap tingkat stres remaja, seperti masalah ekonomi, tekanan akademik, konflik interpersonal, atau kesehatan fisik.