

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Metode Penelitian yang Digunakan

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Menurut Purwanto (2008) disebut kuantitatif karena datanya berupa angka. Angka merupakan bahasa artifisial yang objektif dan tanpa emosi sehingga bisa menekan subjektivitas dan netral.

B. Identifikasi Variabel Penelitian

Variabel yang digunakan pada penelitian kali ini adalah:

1. Variabel tergantung : Kecanduan *game online*
2. Variabel bebas : Perilaku sehat

C. Definisi Operasional Variabel Penelitian

1. Kecanduan *game online*

Kecanduan *game online* adalah dominasi *game online* secara terus menerus dalam diri seseorang yang membuat cemas dan gelisah ketika tidak bermain *game online* sehingga mengganggu aktivitas sehari-hari seseorang. Kecanduan *game online* dapat diukur dengan menggunakan skala, yang disusun dari enam aspek kecanduan *game online*, meliputi *salience*, *euphoria*, *tolerance*, *withdrawal symptoms*, *conflict*, dan *relapse*.

Hasil skala dari kecanduan *game online* ini nantinya diolah dengan asumsi, semakin tinggi skor yang diperoleh maka semakin tinggi atau semakin parah pula tingkat kecanduannya, demikian pula sebaliknya.

2. Perilaku sehat

Perilaku sehat adalah perilaku seseorang untuk menjaga kesehatan dan mencegah penyakit. Perilaku sehat dapat diukur dengan menggunakan skala. Skala tersebut disusun dari aspek perilaku sehat yang dikemukakan oleh Becker yaitu makan dengan menu seimbang, kegiatan fisik yang teratur dan cukup, tidak merokok dan meminum minuman keras serta tidak menggunakan narkoba, istirahat yang cukup, pengendalian stres, dan gaya hidup positif untuk kesehatan.

Hasil pengisian skala kemudian diolah dengan asumsi semakin tinggi skor yang didapat maka semakin baik pula perilaku sehat pada orang tersebut, demikian pula sebaliknya.

D. Subjek Penelitian

Populasi pada penelitian ini adalah remaja akhir di Kecamatan Purwodadi, Kabupaten Grobogan.

Pengambilan sampel pada penelitian ini dengan cara *Insidental sampling*, sampel dipilih secara kebetulan (Sujarweni, 2014). Kriteria yang dipakai pada penelitian ini adalah remaja berumur 17-21 tahun

yang bermain *game online* di warnet Aishiro I-Cafe, serta berdomisili di Purwodadi.

E. Metode Pengukuran

Alat yang digunakan untuk pengumpulan data adalah skala yang disusun berdasarkan aspek perilaku sehat dan kecanduan *game online*. Skala berisi pernyataan-pernyataan yang mewakili tiap aspek dengan empat alternatif jawaban, yaitu:

STS : Sangat Tidak Sesuai

TS : Tidak Sesuai

S : Sesuai

SS : Sangat Sesuai

Skala akan terbagi menjadi dua jenis item, yaitu *favourable* dan *unfavourable*. Untuk item *favourable* dari empat alternatif jawaban yang diberikan akan mendapat skor, STS diberikan skor 1, TS diberikan skor 2, S diberikan skor 3, dan SS diberikan skor 4. Untuk item *unfavourable*, dari empat alternatif jawaban yang diberikan akan mendapat skor, STS mendapat skor 4, TS mendapat skor 3, S mendapat skor 2, dan SS mendapat skor 1.

1. Skala Kecanduan *Game Online*

Aspek dari kecanduan *game online* yang akan diukur, meliputi *salience*, *euphoria*, *tolerance*, *withdrawal symptoms*, *conflict*, dan *relapse*.

Tabel 1. Blueprint Skala Kecanduan Game Online

Aspek Kecanduan Game Online	Item		Total
	<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>	
<i>Saliency</i>	2	2	4
<i>Euphoria</i>	2	2	4
<i>Tolerance</i>	2	2	4
<i>Withdrawal symptoms</i>	2	2	4
<i>Conflict</i>	2	2	4
<i>Relapse</i>	2	2	4
Total	12	12	24

2. Skala perilaku sehat

Aspek dari perilaku sehat yang akan diukur yaitu makan dengan menu seimbang, kegiatan fisik yang teratur dan cukup, tidak merokok dan meminum minuman keras serta tidak menggunakan narkoba, istirahat yang cukup, pengendalian stres, dan gaya hidup positif untuk kesehatan.

Tabel 2. Blueprint Skala Perilaku Sehat

Aspek Perilaku Sehat	Item		Total
	<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>	
Makan dengan menu seimbang	2	2	4
Kegiatan fisik yang teratur dan cukup	2	2	4
Tidak merokok dan meminum minuman keras	2	2	4
Istirahat yang cukup	2	2	4
Pengendalian stres	2	2	4
Gaya hidup positif untuk kesehatan	2	2	4
Total	12	12	24

F. Uji Coba Alat Ukur

1. Validitas Alat Ukur

Validitas (Ardianto, 2016) adalah seberapa tepat suatu tes atau skala dalam menjalankan fungsi pengukurannya. Pengukuran dikatakan mempunyai validitas yang tinggi apabila menghasilkan data yang secara tepat memberikan gambaran mengenai variabel yang diukur.

Validitas yang diukur pada penelitian ini adalah validitas konstruk. Validitas konstruk diukur untuk mengetahui apakah ada hubungan konstruk(teori) antara skor item dengan total skor (Setyorini dan Wibhowo, 2008).

Dalam penelitian ini validitas dari skala dicari dengan menggunakan koefisien korelasi *Product Moment* Pearson yang kemudian dikoreksi dengan teknik *Part Whole*. Semakin tinggi koefisien korelasi positif antara skor item dengan skor skala berarti semakin tinggi konsistensi antara item tersebut dengan skala secara keseluruhan.

2. Reliabilitas Alat Ukur

Reliabilitas (Ardianto, 2016) mempunyai arti sejauh mana suatu alat ukur dapat dipercaya. Suatu pengukuran yang memiliki tingkat reliabilitas tinggi disebut sebagai pengukuran yang konsisten. Gagasan pokok yang terkandung dalam konsep reliabilitas adalah sejauh mana hasil suatu proses pengukuran dapat dipercaya. Hasil suatu pengukuran akan dapat dipercaya apabila dalam pelaksanaan pengukuran terhadap kelompok subjek yang

sama diperoleh hasil yang relatif sama, selama aspek yang diukur dalam diri subjek memang belum berubah.

Penghitungan uji reliabilitas alat ukur dalam penelitian ini menggunakan model pengujian *Cronbach Alpha*.

G. Metode Analisis Data

Penelitian ini menggunakan teknik analisis data yaitu korelasi *product moment*. Alsa (2010) mengatakan korelasi *product moment* digunakan untuk mengetahui hubungan antara variabel bebas dengan variabel tergantung. Pada penelitian ini korelasi *product moment* digunakan untuk mengetahui hubungan antara kecanduan *game online* dengan perilaku sehat pada remaja.

