

BAB IV

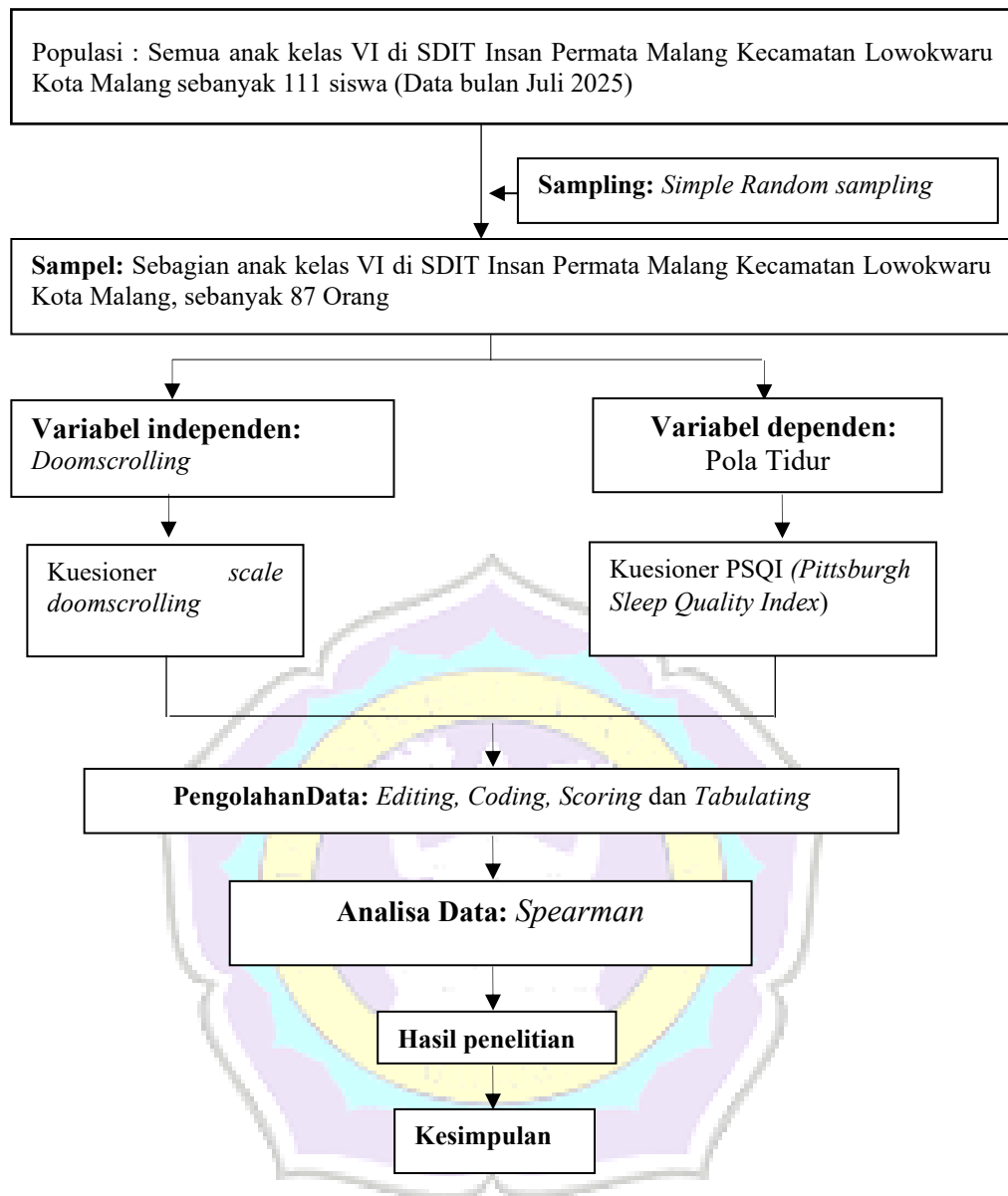
METODE PENELITIAN

4.1 Desain Penelitian

Dalam penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain penelitian yang digunakan adalah deskriptif analitik dengan pendekatan *cross-sectional*. Penelitian ini bertujuan mengungkapkan hubungan *doomscrolling* dengan pola tidur pada anak kelas VI di SDIT Insan Permata Malang Kecamatan Lowokwaru Kota Malang. Data dikumpulkan sekali pada satu waktu melalui pengukuran variabel independen hubungan *doomscrolling* dan dependen pola tidur serta penelitian ini berfokus pada pengumpulan data numerik untuk dianalisis secara statistik, sesuai dengan metode penelitian kuantitatif (Nursalam, 2020).

4.2 Kerangka Kerja

Kerangka kerja merupakan bagan kerja terhadap rancangan kegiatan penelitian yang akan dilakukan, meliputi siapa yang akan diteliti (subyek penelitian), variabel yang akan diteliti dan variabel yang akan mempengaruhi dalam penelitian (Nursalam, 2020). Kerangka kerja dapat diartikan sebagai sejumlah pemikiran, konsep, ide atau asumsi yang digunakan untuk mengorganisasikan proses pemikiran tentang sesuatu atau situasi. Kerangka kerja ini juga dapat dianggap sebagai dasar berpikir untuk mengelompokkan dan mengorganisasikan kegiatan penelitian. Poin dalam kerangka kerja disajikan tentang populasi, sampling, sampel, variabel penelitian, pengumpulan data, pengolahan data dan analisa data. Kerangka kerja dalam penelitian ini disajikan pada Gambar 4.1 berikut:



Gambar 4.1 Kerangka Kerja Hubungan *Doomscrolling* Dengan Pola Tidur Pada Anak Kelas VI Di SDIT Insan Permata Malang Kecamatan Lowokwaru Kota Malang

4.3 Lokasi dan Waktu Penelitian

Lokasi penelitian merupakan rencana lokasi dan waktu yang dilaksanakan oleh peneliti dalam melaksanakan kegiatan penelitiannya (Nursalam, 2020). Lokasi dalam penelitian ini adalah anak kelas VI di SDIT Permata Malang Kecamatan Lowokwaru Kota Malang. Waktu penelitian ini dilakukan pada tanggal 30 September 2025

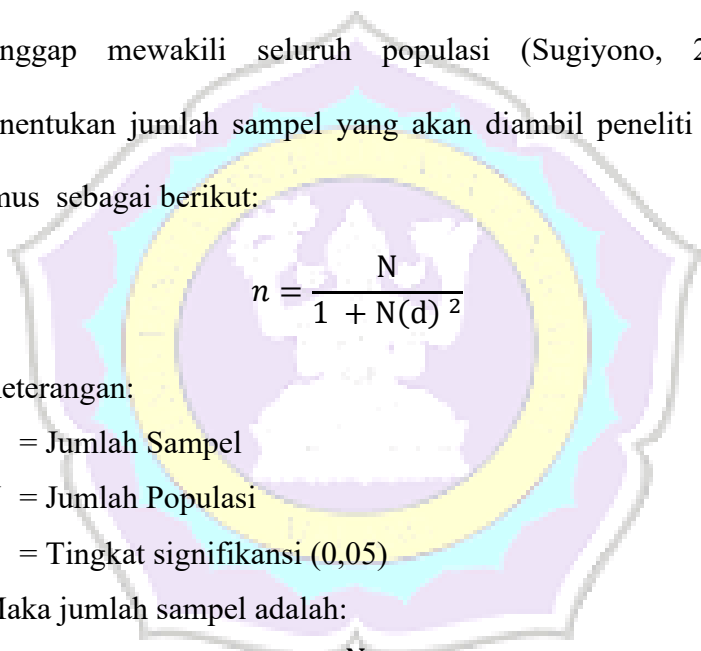
4.4 Populasi, Sampel dan Kriteria

4.4.1 Populasi

Populasi penelitian adalah keseluruhan subjek penelitian atau objek yang diteliti (Sugiyono, 2019). Pada penelitian ini populasinya adalah semua anak kelas VI Di SDIT Permata Malang Kecamatan Lowokwaru Kota Malang sebanyak 111 siswa (Data bulan Juli 2025)

4.4.2 Sampel

Sampel adalah sebagian dari keseluruhan objek yang diteliti dan dianggap mewakili seluruh populasi (Sugiyono, 2019). Untuk menentukan jumlah sampel yang akan diambil peneliti menggunakan rumus sebagai berikut:


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

Keterangan:

n = Jumlah Sampel

N = Jumlah Populasi

d = Tingkat signifikansi (0,05)

Maka jumlah sampel adalah:

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

$$n = \frac{111}{1 + 11 (0,05)^2}$$

$$n = \frac{111}{1 + 111 (0,0025)}$$

$$n = \frac{111}{1,2775} = 86,88, \text{ dibulatkan } 87 \text{ responden}$$

4.4.3 Kriteria Inklusi dan Eksklusi

Merupakan kriteria di mana subyek penelitian dapat mewakili sampel penelitian yang memenuhi syarat sebagai sampel. Pertimbangan

ilmiah harus menjadi pedoman dalam menentukan kriteria inklusi.

Kriteria inklusi dan eksklusi dalam penelitian ini yaitu:

1. Kriteria inklusi

- a. Anak kelas VI Anak Di SDIT Permata Malang Kecamatan Lowokwaru Kota Malang
- b. Anak SD kelas VI yang bersedia menjadi responden.

2. Kriteria eksklusi:

- a. Tidak hadir pada waktu penelitian

4.5 Teknik *Sampling*

Teknik sampling adalah cara pengambilan sampel dari populasi (Sugiyono, 2019). Pada awal penelitian ini metode yang digunakan yaitu simple random sampling. Simple random sampling merupakan teknik pengambilan sampel menggunakan cara memilih secara acak dari absensi kelas siswa-siswi yang sesuai dengan kriteria dan bersedia menjadi responden. Jadi, pada penelitian ini sampelnya sejumlah 87 responden. Adapun cara pengambilan sampel yang digunakan yakni menggunakan nomor absensi kelas dengan memilih secara acak pada nomor absensi dengan undian.

4.6 Variabel Penelitian

Variabel penelitian adalah sesuatu yang digunakan sebagai cara cepat atau ukuran yang dimiliki atau didapatkan oleh suatu satuan penelitian tentang sesuatu konsep pengertian tertentu (Sugiyono, 2019).

4.6.1 Variabel bebas (*independent*)

Variabel bebas adalah variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variabel terikat (*dependen*)

(Sugiyono, 2019). Dalam penelitian ini yang menjadi variabel bebas adalah *doomscrolling*

4.6.2 Variabel terikat (*dependent*)

Variabel terikat adalah variabel yang di pengaruhi yang menjadi akibat, karena adanya variabel bebas Variabel terikat (Sugiyono, 2019). pada penelitian ini adalah pola tidur

4.7 Definisi Operasional

Mendefinisikan variabel secara operasional dan berdasarkan karakteristik yang diamati, memungkinkan peneliti untuk melakukan observasi atau pengukuran secara cermat terhadap suatu objek atau fenomena (Nursalam, 2020).

Tabel 4.1 Definisi Operasional Hubungan *Doomscrolling* Dengan Pola Tidur Pada Anak Kelas VI Di SDIT Permata Malang Kecamatan Lowokwaru Kota Malang

No	Variabel	Definisi Operasional	Indikator	Alat Ukur	Skala	Hasil ukur
1	Variabel independen : <i>Doomscrolling</i>	Waktu anak SD yang dihabiskan untuk menggulir media sosial	1. Kecanduan 2. Kekakuan 3. Kesehatan mental 4. Cerminan (Melnyk & Stadnik, 2024)	Kuesioner modifikasi dari <i>Doomscrolling Questionnaire</i>	Ordinal	Jawaban: Tidak pernah : 1 Kadang-kadang : 2 Jarang : 3 Sering : 4 Selalu : 5 Kategori: 1. Rendah : 12-28 2. Sedang: 29-44 3. Tinggi : 45-60 (Melnyk & Stadnik, 2024)
2	Variabel <i>Dependen</i> : Pola tidur	Suatu model, bentuk tidur anak SD dalam jangka waktu yang relatif menetap.	1. Kualitas tidur subjektif 2. Latensi tidur 3. Efisiensi tidur 4. Durasi tidur 5. Gangguan tidur 6. Penggunaan obat tidur 7. Disfungsi di siang hari	PSQI (<i>Pittsburgh Sleep Quality Index</i>)	Nominal	Jawaban: Tidak pernah/besar/sangat baik: 0 1xseminggu/sedang/baik: 1 2xseminggu/kecil/kurang: 2 >3xseminggu/tidak antusias/sangat kurang:3 Kategori: 1. Baik: $\leq$ mean 2. Buruk: $>$ mean (Contreras et al.,2014)

4.8 Instrumen Penelitian.

Instrumen adalah alat ukur yang digunakan untuk mengumpulkan data (Sugiyono, 2019). Instrumen dalam penelitian ini menggunakan kuesioner.

Kuesioner adalah sejumlah pernyataan tertulis yang digunakan untuk memperoleh informasi dari responden dalam arti laporan tentang pribadinya, atau hal-hal yang diketahui (Arikunto, 2019). Dalam penelitian ini menggunakan instrumen penelitian yaitu kuesioner

1. Variabel independen: pengukuran *doomscrolling* dengan menggunakan kuesioner modifikasi dari Melnyk & Stadnik (2024) *Skala Doomscrolling* (DS), yang merupakan kuesioner laporan diri yang terdiri dari 12 item pertanyaan dengan 4 indikator. Adapun jawaban tidak pernah: 1. kadang-kadang: 2, jarang 3, sering: 4 dan selalu: 5 dengan kategori rendah: 12-28, sedang : 29-44, tinggi: 45-60.
2. Variabel *dependent*: menggunakan pola tidur menggunakan kuisisioner *Pittsburgh Sleep Quality Index* (PSQI) sebanyak 9 pertanyaan yang telah dikembangkan oleh Contreras et al., (2014) dengan jawaban nomor pertanyaan 1-4 berjawab deskriptif, sedangkan pertanyaan nomor 5-9 menggunakan jawaban tidak pernah/ besar/ sangat baik: 0, 1 x seminggu/sedang/baik: 1, 2 x seminggu/ kecil/ kurang: 2 dan > 3 x seminggu/tidak antusias/sangat kurang :3 serata kategori baik : $\leq$ mean dan buruk : $>$ mean

4.9 Uji Validitas Dan Reabilitas

4.9.1 Uji Validitas

Menurut Azizah & Chalimatusadiah (2025), mengemukakan bahwa uji validitas dalam penelitian ini menggunakan program SPSS. Validitas suatu butir pertanyaan dapat dilihat pada hasil output SPSS pada tabel dengan judul *item-total statistic*. Metode korelasi yang

digunakan adalah *pearson product moment* sebagai berikut: Setelah itu, dibandingkan dengan nilai kritisnya. Bila $r_{hitung} > r_{tabel}$, berarti data tersebut signifikan (valid) dan layak digunakan dalam pengujian hipotesis penelitian. Sebaliknya bila $r_{hitung} \leq r_{tabel}$, berarti data tersebut tidak signifikan (tidak valid) dan tidak akan diikutsertakan dalam pengujian hipotesis. Hasil uji valid menunjukkan bahwa kuesioner durasi *doomscrolling* sebanyak 12 pertanyaan dan kuesioner pola tidur sebanyak 9 pertanyaan memiliki nilai r hitung masing-masing item pertanyaan lebih dari 0,632 sehingga 12 pertanyaan durasi *doomscrolling* dan 13 pertanyaan pola tidur dinyatakan valid. (Terlampir dilampiran 5)

4.9.2 Uji Reliabilitas

Menurut Azizah & Chalimatusadiah (2025), mengemukakan bahwa reliabilitas adalah sejauh mana hasil pengukuran dengan menggunakan objek yang sama, akan menghasilkan data yang sama. Cara menguji reliabilitas yaitu dengan menggunakan metode *Split half*. Hasilnya bisa dilihat dari nilai *correlation between forms*. Jika nilai $crobas\ alpha > r_{tabel}$ atau 0,6, maka instrumen tersebut dikatakan reliabel. Sebaliknya, jika $crobas\ alpha < r_{tabel}$ maka instrumen tersebut dikatakan tidak reliabel (Sugiyono, 2019). Hasil uji reliabilitas yang dilakukan membuktikan bahwa 12 pertanyaan durasi *doomscrolling* dan 9 pertanyaan pola tidur dinyatakan reliabel karena nilai *cronbach's alpha* lebih dari (0,6) dengan hasil yang didapatkan adalah 0,954 (durasi *doomscrolling*) dan 0,972 (pola tidur). (Terlampir dilampiran 5).

4.10 Pengumpulan Data

Pengumpulan data adalah suatu proses pendekatan kepada subyek dan proses pengumpulan karakteristik subyek yang diperlukan dalam suatu penelitian. Langkah-langkah dalam pengumpulan data tergantung pada rancangan penelitian dan teknik instrumen yang digunakan (Nursalam, 2020). Langkah-langkah pengumpulan data antara lain:

1. Peneliti mengurus surat permohonan izin untuk melakukan penelitian dan pengumpulan data di BAA Universitas Tribhuwana Tungadewi Malang.
2. Peneliti mengajukan surat permohonan izin penelitian yang dikeluarkan oleh BAA Universitas Tribhuwana Tungadewi Malang yang ditandatangani Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan ditujukan kepada kepala SDIT Insan Permata Malang Kecamatan Lowokwaru Kota Malang
3. Setelah disetujui oleh pihak SDIT Insan Permata Malang Kecamatan Lowokwaru Kota Malang, peneliti melakukan penentuan sampel.
4. Peneliti melakukan pendekatan untuk mendapatkan jadwal penelitian dari SDIT Insan Permata Malang Kecamatan Lowokwaru Kota Malang, lalu peneliti mengunjungi siswa-siswi SDIT Permata Malang Kecamatan Lowokwaru Kota Malang, memberikan penjelasan maksud dan tujuan lalu di berikan lembar persetujuan menjadi responden (*informed consent*)
5. Memberikan kuesioner tentang *doomscrolling* dengan kuesioner pola tidur siswa.
6. Setelah data selesai dikumpulkan maka diolah sesuai dengan langkah – langkah yang ditentukan.

4.11 Tabulasi Data

Data penelitian yang diperoleh berupa hasil jawaban kuesioner dari responden lalu, diubah dalam bentuk skor nilai. Pengolahan data dilakukan beberapa tahap, yaitu:

1. *Editing* (Pengeditan data)

Peneliti telah meneliti kembali jawaban yang diberikan responden dan sudah diproses lebih lanjut, *editing* dilakukan pengumpulan data di lapangan sehingga jika terjadi kesalahan maka upaya pembetulan dapat segera dilakukan.

2. *Coding* (Pengkodean)

Peneliti telah memberikan atau membuat kode – kode pada tiap-tiap data yang termasuk dalam kategori yang sama. Hal ini dimaksudkan untuk mempermudah dalam melakukan tabulasi dan analisa data, seperti responden satu diberi kode R1, R2, dan sebagainya

Data umum

Usia

10 Tahun: Kode 1

11 Tahun: Kode 2

12 Tahun : Kode 3

Jenis kelamin

Laki-laki : Kode 1

Perempuan: Kode 2

Kelas

Kelas 6 A: Kode 1

Kelas 6 B: Kode 2

Dan seterusnya,,.....

Data Khusus

Doomscrolling

1. Rendah: 12-28: Kode 1
2. Sedang: 29-44: Kode 2
3. Tinggi : 45-60 : Kode 3

Pola tidur

1. Baik: $\leq 6,471$: nilai mean setelah penelitian: Kode 1
2. Buruk : $> 6,471$: nilai mean setelah penelitian: Kode 2

3. *Scoring*

Untuk analisis variabel *doomscrolling* dan pola tidur pada anak, peneliti memberikan skoring kategori yakni:

Doomscrolling

Redah : 12-28

Sedang: 29-44

Tinggi : 45-60

Pola tidur

Baik: $\leq 6,471$: nilai mean setelah penelitian

Buruk: $>6,471$: nilai mean setelah penelitian

4. *Tabulating*

Pekerjaan menyusun tabel-tabel, mulai dari penyusunan tabel utama yang berisi seluruh data informasi yang berhasil dikumpulkan dengan daftar pertanyaan sampai tabel khusus yang telah benar-benar ditentukan setelah

berbentuk tabel maka tabel tersebut siap di analisa dan dinyatakan dalam bentuk tulisan.

4.12 Analisis Data

Analisa data adalah proses mencari dan menyusun secara sistematis data yang diperoleh dari hasil kuesioner (Sugiyono, 2019).

4.12.1 Analisis Univariat

Data jawaban dari responden yang telah ditabulasi akan dikumpulkan ke dalam kategori yang telah ditentukan dengan menggunakan rumus SPSS (Nursalam, 2020). Data dari setiap tabel yang diperoleh agar mudah dianalisis, maka untuk tafsiran datanya digunakan pedoman penafsiran data dengan perincian (Arikunto, 2010) sebagai berikut.

Rumus persentasi:

$$\% = \frac{\sum F}{N} \times 100\%$$

Keterangan:

F = Jumlah dari skor frekuensi yang diperoleh dari kuesioner

N = Jumlah keseluruhan skor frekuensi seharusnya

Hasil perhitungan dari rumus tersebut di atas dapat ditentukan penafsiran (Arikunto, 2019) sebagai berikut:

1. 0% : Tidak satupun responden
2. 1-26% : Sebagian kecil responden
3. 27-49% : Hampir setengah responden
4. 50% : Setengahnya
5. 51-75% : Sebagian besar

6. 76-99% : Hampir seluruhnya
7. 100% : Seluruhnya

4.12.2 Analisis Bivariat

Analisa data dalam penelitian ini menggunakan uji *spearman* yang menggunakan bantuan SPSS *for window versi 27*, karena untuk mengetahui hubungan antara variabel dengan skala data ordinal. Uji *spearman* adalah salah satu uji *statistic no-parametrik* yang cukup sering digunakan dalam penelitian yang menggunakan dua variabel. Pengambilan keputusan dengan taraf signifikan ($\alpha = 0,05$). Interpretasi nilai $\alpha < 0,05$ artinya H_1 diterima yaitu ada hubungan *doomscrolling* dengan pola tidur pada anak kelas VI di SDIT Insan Permata Malang Kecamatan Lowokwaru Kota Malang. Apabila $\alpha > 0,05$ artinya H_1 ditolak yaitu tidak ada hubungan *doomscrolling* dengan pola tidur pada anak kelas VI di SDIT Insan Permata Malang Kecamatan Lowokwaru Kota Malang. Untuk mengetahui seberapa besar kekuatan hubungan durasi *doomscrolling* dengan pola tidur dapat di lihat nilai yang ada pada tabel berikut:

Koefisien Korelasi (R)	Kekuatan Hubungan
0.00 – 0.199	Sangat rendah
0.20 – 0.399	Rendah
0.40 – 0.599	Sedang
0.60 – 0.799	Kuat
0.80 – 1.000	Sangat kuat

4.13 Etika Penelitian

Penelitian ini telah lulus uji etik dengan Nomor: 330/EC/KEPK-S1/II/2025 oleh Komisi Etik Penelitian Kesehatan Universitas Muhammadiyah

Lamongan pada tanggal 04 November 2025 dengan hasil dinyatakan laik etik dan peneliti melaksanakan kegiatan penelitian ini memegang tegas sikap ilmiah (*scientific attitude*) serta menggunakan prinsip etika penelitian. Peneliti melaksanakan kegiatan penelitian ini memegang tegas sikap ilmiah (*scientific attitude*) serta menggunakan prinsip etika penelitian. Meskipun tidak ada intervensi yang dilakukan dalam penelitian tidak memiliki resiko yang dapat merugikan atau membahayakan subyek penelitian, namun peneliti perlu mempertimbangkan aspek sosial etika dan menjunjung tinggi harkat dan martabat manusia. Menurut Sugiyono (2019) masalah etika merupakan masalah yang penting dalam penelitian, mengingat penelitian keperawatan berhubungan langsung dengan manusia, maka segi etika penelitian harus diperhatikan. Masalah etika yang harus diperhatikan antara lain adalah sebagai berikut:

1. *Inform Consent* (Lembar Persetujuan)

Inform consent merupakan bentuk persetujuan antara peneliti dan anak di SDIT Insan Permata Malang Kecamatan Lowokwaru Kota Malang diberikan lembar persetujuan.

2. *Anonymity* (tanpa nama)

Menjaga kerahasiaan, peneliti tidak akan mencantumkan nama anak di SDIT Insan Permata Malang Kecamatan Lowokwaru Kota Malang tetapi lembar pengumpulan data (kuesioner) tersebut akan diberikan kode tertentu.

3. *Confidentiality* (kerahasiaan)

Kerahasiaan informasi yang telah dikumpulkan dari subjeck dijamin kerahasiaannya. Hanya kelompok data tertentu saja yang akan disajikan atau dilaporkan pada hasil riset.

4. Bebas dari eksploitasi

Partisipasi anak di SDIT Insan Permata Malang Kecamatan Lowokwaru Kota Malang dalam penelitian, harus dihindari dari keadaan yang tidak menguntungkan. Subjek harus diyakini bahwa partisipasinya dalam penelitian atau informasi yang telah diberikan, tidak akan dipergunakan dalam hal-hal yang dapat merugikan subjek dalam bentuk apapun.

5. *Veracity* (kejujuran)

Menyampaikan kebenaran pada setia subyek penelitian terhadap manfaat dari hasil penelitian.

6. Resiko

Penelitian harus hati-hati mempertimbangkan resiko dan keuntungan yang akan berakibat kepada subjek pada setiap tindakan.

7. *Right to justice in fair treatment*

Anak di SDIT Insan Permata Malang Kecamatan Lowokwaru Kota Malang mendapatkan hak yang adil.

8. Tidak memaksa

Anak di SDIT Insan Permata Malang Kecamatan Lowokwaru Kota Malang, tidak dipaksakan untuk menjadi responden tanpa adanya sanksi apapun.