

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Metode Pendekatan Masalah**

Pendekatan masalah pada penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif dengan tujuan menjabarkan suatu fenomena secara mendalam dengan mengumpulkan data sedalam-dalamnya melalui hasil wawancara serta observasi langsung di lapangan.

Metode penelitian kualitatif deskriptif merupakan penelitian yang menggambarkan sebuah fenomena atau kasus secara sistematis, faktual dengan penyusunan yang akurat (Hafifi, 2021).

#### **B. Tempat dan Waktu Penelitian**

##### **1. Tempat Penelitian**

Penelitian ini dilaksanakan di Toko penyewaan *video game* bernama Brantas Game yang berlokasi di Jl. Brantas Raya No.7, RT.3/RW.2, Sidomulyo, Kec. Ungaran Timur., Kabupaten Semarang, Jawa Tengah 50514. Dasar pengambilan lokasi penelitian tersebut karena lokasi tersebut menjadi salah satu tempat latihan tim *e-sport* di wilayah Kabupaten Semarang.

##### **2. Waktu Penelitian**

Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 23 – 30 November 2024.

#### **C. Teknik Sampling**

Pada penelitian ini peneliti menggunakan *total sampling* dengan teknik *purposive sampling*, *Purposive Sampling* adalah pengambilan sampel sumber data dengan pertimbangan tertentu. Teknik *purposive sampling* memilih sekelompok subyek berdasarkan karakteristik tertentu yang dinilai memiliki keterkaitan dengan ciri-ciri atau karakteristik dari populasi yang akan diteliti. *Total sampling*, adalah penelitian dengan melibatkan seluruh anggota populasi menjadi sampel pada penelitian (Aenyatul, 2019).

Kriteria Inklusi merupakan kriteria dimana sampel memenuhi persyaratan sebagai responden dalam suatu penelitian dan Kriteria Eksklusi adalah kriteria dimana responden tidak sesuai dengan persyaratan sehingga tidak masuk dalam jumlah sampel (Notoatmodjo, 2018). Dalam penelitian ini kriteria inklusi dan eksklusinya adalah :

##### **1) Kriteria Inklusi**

- a. Atlet yang bersedia menjadi responden

- b. Atlet yang terdaftar di brantas *game* ungaran
  - c. Atlet yang mengikuti kejuaraan *e-sport* Djarum 2025
- 2) Kriteria Eksklusi
- a. Atlet yang tidak bersedia menjadi responden
  - b. Atlet yang tidak berada di brantas *game ungaran*
  - c. Atlet yang tidak mengikuti kejuaraan *e-sport* Djarum 2025

#### **D. Subjek Penelitian**

##### 1. Populasi

Dalam penelitian ini terdapat jumlah populasi sebanyak 8 tim dengan total ada 28 orang dengan tiap timnya terdapat 4 orang.

##### 2. Sampel

Sampel dalam penelitian ini terdapat 16 orang yang diambil dengan menggunakan teknik *sampling* yaitu *purposive sampling*. *Purposive Sampling* merupakan pengambilan sampel dari total populasi yang memenuhi karakteristik penelitian.

#### **E. Fokus Penelitian**

Fokus dalam penelitian ini terfokuskan pada gambaran kesehatan mental para atlet *e-sport* di wilayah Kabupaten Semarang pada saat sebelum pertandingan atau pra kompet.

#### **F. Sumber Data**

Sumber data pada penelitian kualitatif dibedakan menjadi dua yaitu data primer dan data sekunder, data primer ialah data yang didapatkan secara langsung oleh peneliti terhadap informan. Sedangkan data sekunder adalah data yang didapatkan peneliti melalui sumber lain seperti :

##### 1. Sumber Data Primer

Data primer dalam penelitian ini didapatkan melalui wawancara yang dilakukan pada atlet *e-sport* yang berada dibawah naungan *management* Brantas Game Ungaran yang dipersiapkan untuk bertanding pada ajang Djarum *Super Soccer* (kompetisi nasional *e-sport*) di tahun 2025, berjumlah 16 atlet yang terdiri dari tim *e-sport* Kopites Ungaran, Madridista Ungaran, Indomanutd Ungaran dan Barca Ungaran.

##### 2. Sumber data Sekunder

Data sekunder dalam penelitian ini didapatkan melalui internet dengan laman web WHO, National institutes of health, dan jurnal-jurnal penelitian mengenai psikologi dan *e-sport*.

## **G. Teknik Pengumpulan data**

### **1. Studi Literatur**

Studi literatur yang ditelusuri dalam penelitian ini antara lain:

- a. Hubungan Antara struktur keluarga dengan Kesehatan mental remaja (Maemunah, 2023).
- b. Gambaran Kesehatan Mental Mahasiswa keperawatan Poltekkes Yogyakarta Yang menjalani Praktik Klinik di Rumah Sakit (Pratama, 2022).
- c. Esport dalam Fenomena olahraga kekinian ( Kurniawan, 2019).
- d. Faktor-faktor yang mempengaruhi Kesehatan mental pada Remaja: *Factors Affecting Mental Health in Adolescent*. (Berthiana, 2022).

### **2. Wawancara**

Yaitu metode penelitian yang dipakai untuk memperoleh informasi mendalam dari subjek penelitian yang disusun secara semi sistematis untuk memperoleh informasi mendalam berupa tingkat kualitas tidur, tingkat kecemasan dan tingkat stres dari responden. Pertanyaan-pertanyaan yang diajukan pada penelitian ini adalah pengembangan dari uji DASS 42 (*Depression Anxiety Stress Scales*) dan uji PSQI (*Pittsburgh Sleep Quality Index*).

### **3. Observasi**

Yaitu catatan untuk mengamati secara langsung sumber informasi mengenai objek *penelitian*, yaitu kondisi atlet *e-sport* di wilayah Kabupaten Semarang.

### **4. Dokumentasi**

Merupakan catatan informasi atau keadaan objektif tempat penelitian serta sampel yang diteliti dengan mencatat seluruh data secara langsung dari referensi yang membahas perihal objek penelitian.

## **H. Teknik Analisis Data**

Berdasarkan (Kaelan, 2019) Teknik analisis data merupakan proses mencari serta menyusun secara sistematis data yang didapat dari hasil wawancara, kuesioner, catatan lapangan dan dokumentasi dengan cara mengorganisasikan suatu data kedalam kategori, menjelaskan, menentukan mana yang penting dan membentuk kesimpulan untuk mempermudah diri sendiri ataupun orang lain. Sedangkan berbicara proses analisis data penelitian kualitatif dilakukan sebelum memasuki lapangan, selama dilapangan serta

setelah selesai. Sebelum peneliti masuk ke daerah objek penelitian maka sebelumnya peneliti mempersiapkan data-data studi pendahuluan atau data sekunder untuk memilih fokus penelitian. Lalu selama dilapangan peneliti harus menganalisis setiap orang yang diwawancarai serta bisa menentukan kesimpulan, bila data belum valid, maka peneliti bisa mengembangkan pertanyaan hingga tahap tertentu, sehingga diperoleh data yang diklaim kredibel (Adolph, 2016).