

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Penelitian kuantitatif adalah jenis penelitian yang mengumpulkan data dalam bentuk angka atau data kualitatif yang diangkakan, misalnya dalam skala pengukuran (Abubakar, 2021). Metode deskriptif digunakan dalam penelitian ini untuk melihat gambaran secara sistematis (Abdullah, 2015).

Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan desain deskriptif yang bertujuan untuk mengetahui gambaran *sedentary behavior* yang terjadi pada anak usia sekolah dasar.

B. Lokasi dan Waktu Penelitian

1. Lokasi Penelitian

Penelitian ini berlokasi di SD Islam Ngadirejo yang merupakan sebuah yayasan swasta dengan jumlah siswa kelas 4-6 yaitu 279 siswa dengan 9 ruang kelas yang berada di Kauman, Kecamatan Ngadirejo, Kabupaten Temanggung.

2. Waktu Penelitian

Penelitian dilakukan pada bulan Januari 2024.

C. Subjek Penelitian

1. Populasi

Populasi dalam penelitian ini, terdiri dari 279 siswa di SD Islam Ngadirejo yang terbagi dalam 9 kelas.

2. Teknik Pengambilan Sampel

Teknik pengambilan sampel dalam penelitian menggunakan teknik proporsional random sample karena dilakukan secara acak tanpa adanya strata (Abdullah, 2015).

3. Sampel

Perhitungan besar sampel menggunakan rumus Slovin dikarenakan keberlanjutan unsur ketidaktepatan dalam pengambilan sampel masih dapat ditoleransi, yang dinyatakan dalam presentase, seperti misalnya 5% (Abdullah, 2015). Rumus:

$$n = \frac{N}{1 + N\alpha^2}$$

Dimana :

n = “Ukuran Sampel”

N = “Ukuran Populasi”

α = “Toleransi ketidaktepatan dalam persen (%)”

Diketahui jumlah populasi sebanyak 279 siswa, ketidaktepatan yang diperkirakan adalah 5%. Oleh karena itu, jumlah sampel yang harus diteliti sebagai berikut:

$$n = \frac{N}{1 + N\alpha^2}$$

$$n = \frac{279}{1 \times (279)(0,05)^2}$$

$$n = \frac{279}{1 \times (279)(0,05)}$$

$$n = \frac{279}{1 \times 0,6975}$$

$$n = 164,3$$

n = 164,3 dibulatkan menjadi 165

Tabel 3. 1 Perhitungan Sampel

No.	Kelas	Perhitungan	Sampel (n)
1.	4A	$\frac{31}{279} \times 165$	18
2.	4B	$\frac{30}{279} \times 165$	18
3.	4C	$\frac{30}{279} \times 165$	18
4.	5A	$\frac{34}{279} \times 165$	20
5.	5B	$\frac{32}{279} \times 165$	19
6.	5C	$\frac{33}{279} \times 165$	19
7.	6A	$\frac{30}{279} \times 165$	18
8.	6B	$\frac{29}{279} \times 165$	17
9.	6C	$\frac{30}{279} \times 165$	18

Total	165
--------------	-----

4. Kriteria Inklusi dan Eksklusi Sampel

a. Kriteria Inklusi

Populasi sampel penelitian harus memenuhi kriteria yang disebut sebagai kriteria inklusi (Patino & Ferreira, 2018). Kriteria inklusi tersebut diantaranya:

- 1) Anak usia 9-12 tahun
- 2) Siswa SD Islam Ngadirejo
- 3) Siap menjadi responden

b. Kriteria Eksklusi

Kriteria eksklusi yakni kriteria populasi yang tidak bisa menjadi sampel (Patino & Ferreira, 2018).

- 1) Tidak masuk sekolah pada saat pembagian kuesioner
- 2) Anak dengan penyakit yang mengharuskan melakukan aktivitas sedentary

D. Definisi Operasional

Definisi operasional merinci suatu konsep dengan menjelaskan langkah-langkah pengujian atau metode pengukuran yang harus diikuti, serta menyajikan cara observasi hasil yang diamati (Abdullah, 2015).

Tabel 3. 2 Definisi Operasional

Variabel Penelitian	Definisi Operasional	Cara Ukur	Hasil Ukur	Skala
<i>Sedentary Behavior</i>	Kebiasaan kurang gerak yang dilakukan individu atau melakukan aktivitas dengan cara duduk atau berbaring dalam waktu yang relative lama seperti berkendara, menonton televisi, youtube, DVD dan sebagainya.	Menggunakan kuesioner ASAQ yang terdiri dari 11 pernyataan. Responden harus mengisi berapa lama waktu (menit/jam) yang dihabiskan untuk melakukan aktivitas tersebut selama satu minggu.	Hasil dikelompokkan menjadi: – <i>Sedentary</i> rendah = <2 jam per hari – <i>Sedentary</i> sedang = 2-5 jam per hari – <i>Sedentary</i> tinggi = >5 jam per hari	Nominal

E. Pengumpulan Data

Data merupakan bagian penting dari penelitian karena tanpa adanya data, penelitian tidak akan berhasil. Data dalam penelitian harus valid atau benar karena apabila tidak, penelitian akan menghasilkan kesimpulan dan informasi yang salah. Maka dari itu, penting untuk mendapatkan data yang benar. (Abdullah, 2015).

1. Data Primer

Data primer adalah data yang diperoleh langsung dari sumber pertama, seperti individu atau perseorangan, melalui metode seperti wawancara atau pengisian kuesioner (Abdullah, 2015). Data primer pada penelitian ini dihasilkan dengan cara pengisian kuesioner oleh responden. Kuesioner atau angket adalah metode pengumpulan data yang melibatkan distribusi daftar pertanyaan kepada responden, dengan tujuan agar mereka memberikan respon terhadap pertanyaan atau pernyataan yang terdapat dalam kuesioner tersebut (Abdullah, 2015). Kuesioner yang diberikan adalah *Adolescent Sedentary Activities Questionnaire (ASAQ)* untuk mengukur *sedentary behavior* anak dengan 12 item pernyataan yang harus diisi selama melakukan *sedentary activities* selama 1 minggu.

2. Data Sekunder

Menurut Abdullah (2015), data sekunder adalah informasi awal yang telah melalui proses pengolahan dan penyajian oleh penyedia data primer atau pihak lain. Peneliti menggunakan data sekunder untuk analisis lebih lanjut. Data sekunder pada penelitian ini dilakukan dengan wawancara

kepada bagian tata usaha sekolah yaitu terdapat 9 ruang untuk kelas 4-6 dengan jumlah keseluruhan siswa sebanyak 279 siswa, 153 siswa laki-laki dan 126 siswi perempuan.

3. Instrumen Penelitian

a. Alat Ukur untuk Mengukur *Sedentary Behavior* pada Anak

Kuesioner yang digunakan yakni *Adolescent Sedentary Activity Questionnaire* (ASAQ) dan diambil dari sebuah jurnal berjudul “*The reliability of the Adolescent Sedentary Activity Questionnaire* (ASAQ)” kemudian diadaptasi dari instrumen pengukuran yang dikembangkan oleh Hardy et al., (2007). Dalam kuesioner terdapat 11 pernyataan yang harus diisi oleh responden selama 5 hari sekolah dan 12 pernyataan selama akhir pekan.

3. Uji Validitas dan Reabilitas

a. Uji Validitas

Validitas yakni sejauh mana instrumen penelitian dapat mengukur dengan akurat apa yang dimaksud oleh peneliti (Abdullah, 2015). Instrumen penelitian yang dipergunakan mengukur sedentary behavior pada anak menggunakan *Adolescent Sedentary Activity Questionnaire* (ASAQ) yang telah dilakukan uji validitas oleh Hardy et al (2007) yang mencakup 12 pernyataan dengan nilai validitas yang baik.

b. Uji Realibitas

Reabilitas yakni istilah yang dipergunakan dalam menyatakan sejauh mana hasil pengukuran konsisten secara relatif ketika alat ukur

digunakan secara berulang-ulang (Abdullah, 2015). Instrumen penelitian yang dipakai dalam mengukur *sedentary behavior* pada anak yakni *Adolescent Sedentary Activity Questionnaire* (ASAQ) yang telah dilakukan uji reabilitas oleh Hardy et al (2007) yang terdiri dari 12 pernyataan dengan nilai reabilitas 0,57-0,86.

4. Etika Penelitian

Etika peneliti terhadap responden menurut Abdullah (2015):

- a. Menjelaskan manfaat penelitian sehingga calon responden tidak curiga terhadap penelitian yang akan dilakukan.
- b. Menjelaskan bahwa informasi yang responden berikan akan dijaga rahasianya sehingga responden tidak merasa khawatir akan kebocoran informasi pribadi.
- c. Meminta izin kepada calon responden atas ketersediaannya menjadi responden penelitian.
- d. Memberi tahu responden jika penelitian sudah selesai.

5. Langkah-Langkah Penelitian

- a. Peneliti mengawalinya dengan mengurus surat izin dalam rangka studi pendahuluan ke akademik Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo yang ditujukan kepada Kepala SD Islam Ngadirejo.
- b. Peneliti melakukan survey pengambilan data awal di SD Islam Ngadirejo. Pengumpulan data awal dilakukan dengan meminta izin ke bagian Tata Usaha yang selanjutnya disampaikan ke Kepala SD Islam untuk membagikan kuesioner kepada beberapa siswa kelas 4-6.

- c. Peneliti melakukan *Ethical Clearance* (EC) di Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo.
- d. Peneliti menentukan jadwal kegiatan penelitian sesudah surat EC terbit dan telah layak etik untuk dilaksanakannya penelitian.
- e. Peneliti mengurus surat izin penelitian melalui bagian akademik Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo. Selanjutnya, peneliti meminta izin kepada kepala SD Islam Ngadirejo dengan menyerahkan surat izin penelitian.
- f. Sebelum diberikan kuesioner untuk pengambilan data, peneliti menjelaskan tujuan dari penelitian dan memberikan *informed consent* yang diberikan ke orang tua ataupun wali. Responden berhak menentukan pilihannya atas ketersediaan atau tidaknya menjadi subyek penelitian.
- g. Responden mengisi kuesioner ASAQ untuk mengetahui tingkat sedentary behavior pada anak dengan 11 item pernyataan berupa aktivitas *sedentary* yang dilakukan anak selama 1 minggu.
- h. Semua responden mengumpulkan kuesioner dilanjutkan dengan mengucapkan terimakasih kepada semua responden dan pihak sekolah karena sudah mengizinkan untuk dilakukannya penelitian.

F. Pengolahan Data

Pengolahan data menurut Abdullah (2015) meliputi beberapa langkah sebagai berikut:

1. *Editing*

Editing merupakan aktivitas yang dilakukan sesudah peneliti menyelesaikan tahap mengumpulkan data. Proses edit diawali dengan memberikan identitas pada instrumen penelitian yang sudah terjawab oleh responden. Apabila proses pengeditan harus dilakukan terpisah, maka peneliti lebih baik mempunyai daftar koreksi agar mempermudah ketika mencari instrumen yang harus diperiksa ulang.

2. *Skoring*

Skoring merupakan pemberian skor pada variable terutama data kuesioner untuk mempermudah dalam pengolahan, dapat dilakukan sebelum atau setelah pengumpulan data.

Skoring *sedentary behavior* :

- a. Sedentary rendah dengan durasi <2 jam/hari
- b. Sedentary sedang dengan durasi 2-5 jam/hari
- c. Sedentary tinggi dengan durasi >5 jam/hari

3. *Coding*

Coding atau pengklasifikasian data dengan kata lain data yang sudah melalui tahap pengeditan diberi identifikasi agar mempunyai makna khusus saat dianalisis. Proses pengkodean dilakukan melalui dua metode, yakni pengkodean frekuensi yang diterapkan ketika jawaban pada suatu poin memiliki nilai atau makna khusus, dan pengkodean lambang dipergunakan pada poin yang tidak mempunyai nilai tertentu.

Coding untuk *sedentary behavior*:

- a. *Sedentary* rendah diberi kode 1
 - b. *Sedentary* sedang diberi kode 2
 - c. *Sedentary* tinggi diberi kode 3
4. *Transferring*

Peneliti memasukkan data dari hasil kuesioner yang telah diisi ke dalam rekapitulasi (*master sheet*) yang telah ditentukan.

5. *Tabulating*

Tabulasi merupakan langkah terakhir dalam pengolahan data yang melibatkan penempatan data pada tabel khusus dan penataan serta perhitungan angka-angka. Beberapa jenis tabel yang umumnya digunakan meliputi tabel data, yang berfungsi untuk memahami struktur data, dan tabel kerja, yang digunakan untuk menganalisis informasi yang terdapat dalam tabel data.

G. Analisis Data

1. Analisa Univariat

Dalam penelitian ini analisa univariat yang akan dilakukan adalah distribusi frekuensi untuk mengetahui gambaran *sedentary behavior* pada anak usia 9-12 tahun.