

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1. Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan desain penelitian *cross-sectional*. Desain ini memungkinkan peneliti untuk mengamati dan mengukur variabel-variabel dalam satu waktu tertentu tanpa melakukan intervensi. Desain ini dipilih untuk mengevaluasi pengaruh kecanduan *game online* terhadap *screen time*, aktivitas fisik, konsumsi *junk food*, dan status gizi (Studi pada Mahasiswa Universitas Pendidikan Indonesia).

3.2. Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Bandung, di Universitas Pendidikan Indonesia (UPI). Lokasi ini dipilih karena responden penelitian adalah mahasiswa. Selain itu, pemilihan lokasi ini mempertimbangkan relevansinya dengan responden penelitian, yaitu kecanduan *game online* terhadap *screen time*, aktivitas fisik, konsumsi *junk food*, dan status gizi. Penelitian ini dilakukan dari Mei 2024 hingga Maret 2025

3.3. Populasi dan Sampel

3.3.1. Populasi

Sugiyono (2012) dalam (Zaini, 2020) menyampaikan bahwa populasi merupakan wilayah generalisasi yang terdiri dari objek atau subjek yang dipilih oleh peneliti untuk dianalisis dan selanjutnya menghasilkan kesimpulan. Dalam penelitian ini, populasi yang digunakan adalah mahasiswa Universitas Pendidikan Indonesia.

3.3.2. Perhitungan Besaran Sampel

Populasi dibagi menjadi beberapa tingkat menurut fakultas atau jurusan, dan sampel dari setiap tingkat diambil secara acak untuk memastikan bahwa setiap kelompok populasi memiliki kesempatan yang sama untuk terwakili dalam sampel. Penelitian sampel menggunakan metode rumus besar sampel Lemeshow (1991) dengan *margin* kesalahan 10% dan derajat kepercayaan 90%. Dalam menghitung jumlah populasi yang menggunakan rumus Lemeshow sebagai berikut:

$$N = \frac{N \times Z^2 \cdot 1 - \alpha / 2 \cdot P \cdot x \cdot (1 - P)}{d^2 \cdot (N - 1) + Z^2 \cdot 1 - \alpha / 2 \cdot P \cdot x \cdot (1 - P)}$$

Marsha Ayu Rizkika, 2025

PENGARUH GAME ONLINE TERHADAP SCREEN TIME, AKTIVITAS FISIK, KONSUMSI JUNK FOOD, DAN STATUS GIZI (STUDI PADA MAHASISWA UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA)
Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

$$N = \frac{33.137 \times 1,64^2 \times 0,26 \times (1-0,26)}{0,1^2 (33.137-1) + 1,64^2 \times 0,26 \times (1-0,26)} = 51,62 \sim 52$$

Atas dasar perhitungan sampel di atas maka jumlah sampel awal sebanyak 52 orang, kemudian ditambahkan 10% dari total sampel sebagai data cadangan untuk meningkatkan kualitas dan validitas penelitian sehingga total sampel akhir sebanyak 57 sampel. Sampel dalam penelitian ini diambil berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi sebagai berikut:

- A. Inklusi yang digunakan yaitu:
1. Mahasiswa aktif Universitas Pendidikan Indonesia Bandung
 2. Berusia 19-21 tahun
 3. Pernah bermain *game online* baik di laptop, komputer, dan *Smartphone*
 4. Bermain dengan durasi lebih dari dua jam
 5. Bersedia menjadi responden penelitian
- B. Kriteria Eksklusi yang digunakan yaitu:
1. Mahasiswa yang sedang cuti
 2. Mahasiswa yang terdiagnosis gangguan mental
 3. Mahasiswa yang tidak hadir saat penelitian berlangsung

3.4. Teknik Pengumpulan Data

3.4.1. Teknik Pengumpulan Sampel

Teknik pengumpulan sampel dalam penelitian ini adalah menggunakan *propotional sampling*. Berdasarkan Arikunto (2010) dalam (Hidayat, 2014) menentukan sampel, peneliti mengambil wakil-wakil dari tiap-tiap kelompok yang ada dalam populasi yang jumlahnya disesuaikan dengan jumlah anggota responden yang ada di dalam masing-masing kelompok tersebut. Pengambilan sampel dilakukan kepada 9 Fakultas di kampus utama Universitas Pendidikan Indonesia, kota Bandung, Provinsi Jawa Barat.

Tabel 3. 1 Proporsi Responden Setiap Fakultas

No	Fakultas	N	Ni
1.	Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan	3.746	7
2.	Fakultas Pendidikan Bahasa dan Sastra	3.841	7
3.	Fakultas Pendidikan Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam	3.443	6
4.	Fakultas Pendidikan Seni dan Desain	2.808	5
5.	Fakultas Pendidikan Teknik dan Kejuruan	4.202	8
6.	Fakultas Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial	5.050	9
7.	Fakultas Pendidikan Ekonomi dan Bisnis	3.124	6

Marsha Ayu Rizkika, 2025
 PENGARUH GAME ONLINE TERHADAP SCREEN TIME, AKTIVITAS FISIK, KONSUMSI JUNK FOOD,
 DAN STATUS GIZI (STUDI PADA MAHASISWA UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA)

No	Fakultas	N	Ni
8.	Fakultas Ilmu Pendidikan	4.577	8
9.	Fakultas Kedokteran	43	1

3.5. Teknik Pengumpulan Data

Penelitian ini menggunakan beberapa teknik pengumpulan data, yang mencakup penggunaan instrumen kuesioner serta pengukuran fisik secara langsung untuk menilai status gizi. Kuesioner berfungsi sebagai alat untuk mengumpulkan informasi terkait kecanduan *game online*, *screen time*, aktivitas fisik, serta konsumsi *junk food* di kalangan mahasiswa Universitas Pendidikan Indonesia. Proses pengisian kuesioner dilakukan melalui sesi tatap muka dan wawancara, di mana para responden diminta untuk memberikan jawaban atas beragam pernyataan dan pertanyaan yang berkaitan dengan variabel-variabel tersebut. Di samping itu, status gizi diukur dengan menggunakan alat stadiometer untuk menentukan tinggi badan dan timbangan untuk mengukur berat badan. Data yang diperoleh dari berbagai metode ini kemudian dikombinasikan guna memberikan gambaran menyeluruh mengenai kondisi gizi responden, serta hubungan antara variabel perilaku dan status gizi yang ada.

3.6. Jenis Data

Jenis data yang dikumpulkan dalam penelitian ini adalah data primer. Data primer diperoleh langsung dari responden melalui kuesioner yang dirancang khusus untuk tujuan penelitian. Kuesioner tersebut mencakup informasi demografis serta variabel utama seperti kecanduan *game online*, penggunaan *screen time*, waktu aktivitas fisik, konsumsi *junk food*, dan status gizi. Data status gizi dikumpulkan melalui pengukuran fisik, termasuk tinggi badan yang diukur menggunakan *stadiometer* dan berat badan yang diukur menggunakan timbangan.

3.7. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian merupakan alat yang digunakan oleh peneliti dalam pengumpulan data yang relevan dengan topik penelitian. Instrumen tersebut harus dirancang secara cermat agar dapat memastikan bahwa data yang dikumpulkan memiliki validitas, reliabilitas, dan relevansi yang sesuai dengan tujuan penelitian (Nafisatur, 2024).

Penelitian ini menggunakan instrumen berupa kuesioner sebagai alat utama dalam pengumpulan data dasar terkait pengaruh kecanduan *game online* terhadap waktu layar (*screen time*), aktivitas fisik, konsumsi *junk food*, serta status gizi. Kuesioner ini terdiri dari beberapa bagian yang mencakup pertanyaan dan pernyataan yang bertujuan untuk mengukur tingkat kecanduan *game online*, *screen time*, frekuensi aktivitas fisik, konsumsi *junk food*, serta data antropometri yang diperlukan untuk penilaian status gizi. Bagian yang berkaitan dengan status gizi melibatkan pengukuran tinggi badan dan berat badan responden, yang selanjutnya digunakan untuk menghitung Indeks Massa Tubuh (IMT) sebagai indikator status gizi.

1. Informasi demografis, yang mencakup data seperti nama lengkap, fakultas, jurusan, angkatan, dan alamat. selain itu, bagian ini juga mengumpulkan informasi umum seperti tempat dan tanggal lahir, usia, jenis kelamin, uang saku per bulan, tempat tinggal (orang tua/sendiri/kos), serta alamat domisili.
2. Kecanduan *game online* menggunakan *game addiction scale* oleh Lemmens dkk, (2009). Skala bermain game terdiri dari 21 pertanyaan, seperti *saliency*, *tolerance*, *mood modification*, *relapse*, *withdrawal*, *conflict*, dan *problems*. Item-item tersebut didistribusikan secara acak di seluruh skala. Dijelaskan sebagai berikut:

Tabel 3. 2 Instrumen *Game addiction scale*

<i>Item</i>	No. Pertanyaan
<i>Saliency</i>	1-3
<i>Tolerance</i>	4-6
<i>Mood Modification</i>	7-9
<i>Relapse</i>	10-12
<i>Withdrawal</i>	13-15
<i>Conflict</i>	16-18
<i>Problems</i>	19-21
Jumlah	21

Sumber: Lemmens dkk, 2009

Penilaian ini dinilai dari berapa banyaknya skor di setiap pertanyaan. Semakin tinggi skor yang diperoleh berarti memiliki tingkat kecanduan *game online* semakin tinggi, penilaian skor sebagai berikut:

Tabel 3. 3 Skor Item *Game Addiction Scale*

Respon	Skor
STS (sangat tidak setuju)	1
TS (Tidak setuju)	2
CS (Cukup setuju)	3
S (setuju)	4
SS (Sangat setuju)	5

Setelah data dikumpulkan, langkah berikutnya adalah menguji distribusi data menggunakan uji normalitas untuk menentukan batas antara kategori "Tinggi" dan "Rendah". Data tidak terdistribusi normal, batas kategori ditentukan menggunakan nilai tengah (*median*).

3. *Screen time* menggunakan *QUEST* oleh (Knebel dkk., 2022) yang terdiri dari lima aspek *screen time*, antara lain:

- a. Kegiatan yang terkait dengan studi atau pekerjaan rumah; termasuk belajar, menonton video pembelajaran, membaca, melakukan penelitian, atau mengerjakan tugas kuliah di komputer, televisi, *tablet*, *smartphone*, atau perangkat elektronik lainnya.
- b. Kegiatan yang terkait dengan pekerjaan atau magang; termasuk melakukan pekerjaan atau magang yang terkait dengan pekerjaan di komputer, televisi, *tablet*, *smartphone*, atau perangkat elektronik lainnya.
- c. Menonton video; termasuk menonton video pembelajaran, membaca, melakukan
- d. Penggunaan media sosial dan aplikasi *chatting*; termasuk penggunaan *Facebook*, *Instagram*, *Twitter*, *Snapchat*, atau aplikasi *chatting* seperti *WhatsApp*, *Telegram*, *Messenger*, di komputer, televisi, *tablet*, *smartphone*, atau perangkat lainnya.

Responden diminta mencatat durasi penggunaan layar pada hari kerja dan akhir pekan. Rata-rata *screen time* hari kerja dikalikan lima dan akhir pekan dikalikan dua, kemudian dibagi tujuh untuk memperoleh rata-rata mingguan. Menguji distribusi data tersebut menggunakan uji normalitas, untuk menentukan batas antara kategori "Cukup" dan "Lebih". Data tidak terdistribusi normal, batas kategori menggunakan nilai tengah (*median*).

4. Aktivitas Fisik menggunakan *Physical Activity Level* (PAL)

Marsha Ayu Rizkika, 2025
 PENGARUH GAME ONLINE TERHADAP SCREEN TIME, AKTIVITAS FISIK, KONSUMSI JUNK FOOD,
 DAN STATUS GIZI (STUDI PADA MAHASISWA UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA)

Menurut (Wulandari dkk., 2019), PAL dihitung dengan mengalikan *Physical Activity Ratio* (PAR) dengan durasi waktu yang digunakan untuk beraktivitas. Nilai PAL kemudian dirata-rata dan dikelompokkan menjadi tiga kategori: aktivitas ringan (1,40-1,69), sedang (1,70-1,99), dan berat (2,00-2,40). Berdasarkan berbagai pendapat tersebut, tingkat aktivitas fisik dapat diukur menggunakan tes berbicara (*the talk test*), *metabolic equivalent* (MET), denyut jantung (*heart rate*), dan PAL (Sri Purwanti dan Safitri, 2019) Perhitungan nilai PAL mengacu pada rumus yang dikeluarkan (FAO, 2001), sebagai berikut:

$$PAL = \frac{\Sigma(PAR \times Waktu \text{ tiap aktivitas})}{W}$$

Keterangan:

PAL: *Physical activity level* (tingkat aktivitas fisik)

PAR: *Physical activity ratio* (jumlah energi yang dikeluarkan)

W: Alokasi Waktu 24 Jam x 60 Menit (1440 Menit)

Instrumen yang digunakan untuk mengukur tingkat aktivitas fisik dalam penelitian ini adalah kuesioner *Physical Activity Level* (PAL) yang telah dimodifikasi. Modifikasi ini dilakukan berdasarkan jenis dan durasi aktivitas yang dilakukan oleh mahasiswa pada Hari kerja (*weekday*) dan akhir pekan (*weekend*). Kuesioner yang dimodifikasi ini berpedoman pada penelitian yang dilakukan oleh Kumala dkk.,(2019) yang menyesuaikan daftar aktivitas dengan konteks kehidupan mahasiswa, mencakup aktivitas perkuliahan, perjalanan, kegiatan rumah tangga, olahraga, dan waktu istirahat. Subjek diminta untuk melaporkan rata-rata waktu (dalam jam) yang dihabiskan untuk setiap kategori aktivitas selama hari kerja dan akhir pekan. Nilai PAR disajikan tabel berikut:

Tabel 3. 4 Skor Penilaian *Physical Activity Level* (PAL)

No	Aktivitas	PAR	Cara Penilaian
1	Tidur Malam	1,0	Rata-Rata Aktivitas Fisik <i>weekday</i> dan <i>weekend</i> x 60 Menit/1440
2	Berkendara dalam bus/mobil	1,2	
3	Menonton TV, mengobrol, membaca buku, bermain gadget	1,4	
4	Kegiatan ringan (Beribadah, berias)	1,4	
5	Makan dan Minum	1,5	
6	Duduk (kuliah dan Kerja)	1,5	
7	Mengendarai Mobil	2,0	
8	Mengendarai motor	1,5	

Marsha Ayu Rizkika, 2025
 PENGARUH GAME ONLINE TERHADAP SCREEN TIME, AKTIVITAS FISIK, KONSUMSI JUNK FOOD,
 DAN STATUS GIZI (STUDI PADA MAHASISWA UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA)

Tabel 3.4 Skor Penilaian *Physical Activity Level* (PAL) Lanjutan

No	Aktivitas	PAR	Cara Penilaian	
9	Berdiri, membawa barang ringan	2,2	Rata-Rata Aktivitas Fisik <i>weekday</i> dan <i>weekend</i> x 60 Menit/1440	
10	Mandi dan berpakaian	2,3		
11	Menyapu dan membersihkan rumah	2,3		
12	Menyuci piring, menyetrika	1,7		
13	Memasak	2,1		
14	Mengerjakan pekerjaan rumah tangga	2,8		
15	Berjalan kaki	3,2		
16	Berkebun	4,1		
17	Lari atau <i>jogging</i>	4,5		
18	Senam	3,5		
19	Basket	6,95		
20	Olahraga tanpa bantuan alat (<i>squat, push up, jumping jack, dan sebagainya</i>)	5,4		
21	Sepak bola/futsal	8,0		
22	Berenang	9,0		
23	Olahraga angkat beban	6,6		
24	Bulu tangkis	5,8		Rata-Rata Aktivitas Fisik <i>weekday</i> dan <i>weekend</i> x 60 Menit/1440
25	Voli	6,1		
26	Bersepeda	5,5		
27	Berbelanja	4,6		
28	Mengetik	1,8		
29	Melukis	1,25		
30	Bermain kartu atau <i>game</i>	1,5		
31	Bermain Piano	2,25		
32	Bermain gitar	1,8		
33	Memelihara hewan (memberi makan, mengobati hewan, dan membersihkan kandang)	4,6		
34	Menari	5,1		
35	Mengepel lantai	4,4		
36	Menjahit	1,5		
37	Menulis	1,4		
38	Membersihkan rumah (tidak spesifik)	2,8		
39	Menjemur Pakaian	4,4		
40	Tidur Siang	1,0		

Sumber: Modifikasi PAL Kumala dkk.,2019

5. Konsumsi *junk food* menggunakan *Food Frequency Questionnaire*

Pengukuran frekuensi konsumsi *junk food* dalam penelitian ini menggunakan *Food Frequency Questionnaire* (FFQ) Modifikasi *Junk food* yang dikembangkan oleh (Pratiwi, 2017) Instrumen ini terdiri dari 27 item makanan *junk food* yang telah dimodifikasi untuk menilai pola konsumsi *junk food* responden.

Tabel 3. 5 Skor Penilaian *Junk food Food Frequency Questionnaire*

Respon	Skor
Tidak Pernah	0
Setiap hari	25
1-3x/ Minggu	10
4-6x/ Minggu	15
Tidak Setiap Minggu	5

Sumber: *Survey Konsumsi Pangan 2022* (Palangkayara, 2022)

Peneliti akan mengisi FFQ *junk food* dengan metode wawancara dan mencatat konsumsi responden dalam satu bulan terakhir, frekuensi konsumsi berdasarkan kategori sebagai berikut: tidak pernah, setiap hari, 1–3 kali per minggu, 4–6 kali per minggu, dan tidak setiap minggu dalam satu bulan. Setelah data dikumpulkan, langkah berikutnya adalah menguji distribusi data menggunakan uji normalitas untuk menentukan batas antara kategori "Sering" dan "Kurang". Data terdistribusi normal, batas kategori menggunakan nilai rata-rata (*mean*).

Tabel 3. 6 Klasifikasi Penilaian Status Gizi Klasifikasi Nasional

No	IMT	Kategori
1	<17	Kurus Berat
	17,0-18,4	Kurus Ringan
2	18,5-25,00	Normal
3	25,1-27,0	Gemuk Ringan
	>27	Gemuk Berat

Penilaian status gizi mahasiswa dilakukan dengan menggunakan indikator Indeks Massa Tubuh (IMT), yang diperoleh melalui perbandingan antara berat badan dalam kilogram dengan kuadrat tinggi badan dalam meter (kg/m^2). Pengukuran tinggi badan dilakukan menggunakan alat stadiometer dan berat badan diukur menggunakan timbangan digital. Dalam penelitian ini, hasil perhitungan IMT kemudian dikategorikan menjadi dua kelompok status gizi untuk mempermudah analisis. Kategori tersebut dijelaskan dalam tabel berikut:

Tabel 3. 7 Penilaian Status Gizi

No	IMT	Kategori	Penilaian
1	<17	Kurus Berat	≤ 25 (Tidak Gemuk)
	17,0-18,4	Kurus Ringan	
2	18,5-25,00	Normal	≤ 25 (Tidak Ge
3	25,1-27,0	Gemuk Ringan	>25 (Gemuk)
	>27	Gemuk Berat	

Marsha Ayu Rizkika, 2025

PENGARUH GAME ONLINE TERHADAP SCREEN TIME, AKTIVITAS FISIK, KONSUMSI JUNK FOOD, DAN STATUS GIZI (STUDI PADA MAHASISWA UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA)

3.8. Tahap Pengumpulan Data

Tahap pengumpulan data merupakan salah satu langkah krusial dalam proses penelitian yang bertujuan untuk memperoleh informasi yang relevan dan akurat sesuai dengan masalah penelitian yang telah ditentukan (Putra dkk., 2024)

1. Persiapan

Persiapan pengumpulan data dimulai dengan penyusunan kuesioner yang dirancang untuk mengukur variabel seperti kecanduan *game online*, *screen time*, aktivitas fisik, konsumsi *junk food*, dan status gizi. Kuesioner yang digunakan meliputi *Game Addiction Scale* (Lemmens dkk, 2009) untuk kecanduan *game online*, *QUEST* (Knebel dkk., 2022) untuk *screen time*, *PAL* (WHO/FAO, 2003) untuk aktivitas fisik, dan *Junk food Food Frequency Questionnaire* (FFQ) untuk konsumsi *junk food*. Untuk mengukur status gizi, digunakan alat *stadiometer* untuk pengukuran tinggi badan dan timbangan digital untuk pengukuran berat badan. Indeks Massa Tubuh (IMT) dihitung berdasarkan data tersebut untuk menentukan status gizi responden.

Setelah kuesioner dan alat ukur siap, langkah berikutnya adalah mengajukan izin untuk melakukan penelitian berupa pengisian kuesioner dan wawancara FFQ. Izin tersebut diajukan kepada perwakilan BEM, DPM, atau Himpunan Mahasiswa Fakultas yang tersebar di Universitas Pendidikan Indonesia untuk mendukung distribusi kuesioner. Selain itu, pengajuan etik penelitian dilakukan di Universitas Respati Indonesia untuk memastikan penelitian memenuhi standar etika yang berlaku, termasuk menjaga kerahasiaan data responden dan memastikan proses penelitian berlangsung dengan cara yang tidak merugikan atau membahayakan peserta penelitian.

2. Pelaksanaan

Kuesioner yang disajikan disusun dalam format cetak. Kuesioner tersebut dibagikan kepada mahasiswa Universitas Pendidikan Indonesia melalui distribusi langsung. Peneliti berkolaborasi dengan Himpunan Mahasiswa dan Badan Eksekutif Mahasiswa (BEM) dari setiap fakultas untuk menjangkau calon responden yang memenuhi kriteria penelitian. Pengisian kuesioner ini dilakukan secara tatap muka. Penelitian ini melibatkan empat enumerator berlatar belakang

Marsha Ayu Rizkika, 2025
PENGARUH GAME ONLINE TERHADAP SCREEN TIME, AKTIVITAS FISIK, KONSUMSI JUNK FOOD, DAN STATUS GIZI (STUDI PADA MAHASISWA UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA)

studi gizi yang kompeten dalam pengukuran antropometri dan pelaksanaan wawancara mendalam

Perwakilan yang berpartisipasi dalam pengisian kuesioner bertanggung jawab untuk memastikan bahwa data yang dikumpulkan mencakup berbagai fakultas serta merepresentasikan populasi mahasiswa secara keseluruhan. Selain itu, untuk mengevaluasi status gizi mahasiswa, pengukuran dilakukan dengan menggunakan stadiometer untuk mengukur tinggi badan dan timbangan untuk mengukur berat badan. Selama periode pengumpulan data, tim peneliti secara aktif memantau tingkat respons dan melakukan tindak lanjut apabila diperlukan, guna memastikan tercapainya tingkat respons yang tinggi. Kombinasi antara persiapan yang matang dan pelaksanaan yang terstruktur diharapkan dapat menghasilkan data yang valid dan reliabel untuk analisis lebih lanjut

3. Penyajian data dan Pelaporan

Proses pengolahan data yang diperoleh dari kuesioner merupakan langkah awal dalam penyajian dan pelaporan data. Proses ini mencakup pemeriksaan kelengkapan data, validasi data, serta pengkodean jawaban kuesioner. Setiap data yang tidak lengkap atau tidak valid akan ditangani sesuai dengan prosedur yang telah ditetapkan, guna memastikan bahwa data yang dikumpulkan adalah benar-benar menyeluruh. Dalam hal data yang berkaitan dengan status gizi, pengolahan juga melibatkan pengukuran tinggi badan menggunakan stadiometer dan penimbangan berat badan menggunakan timbangan digital. Data ini akan diproses untuk menentukan Indeks Massa Tubuh (IMT) serta status gizi mahasiswa secara keseluruhan.

3.9. Teknik Analisis

Penelitian ini memanfaatkan teknik analisis bivariat untuk mengidentifikasi serta memahami pengaruh kecanduan *game online* terhadap berbagai aspek gaya hidup dan kesehatan, yang mencakup *screen time*, aktivitas fisik, konsumsi *junk food* dan status gizi di kalangan mahasiswa Universitas Pendidikan Indonesia. Tujuan dari analisis ini adalah untuk mengevaluasi hubungan dan pengaruh secara individual maupun secara komprehensif antara variabel independen, variabel dependen, dan variabel perancu (*counfounding*).

Marsha Ayu Rizkika, 2025
PENGARUH GAME ONLINE TERHADAP SCREEN TIME, AKTIVITAS FISIK, KONSUMSI JUNK FOOD, DAN STATUS GIZI (STUDI PADA MAHASISWA UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA)

3.9.1. Analisis Bivariat

Analisis bivariat merupakan metode yang digunakan untuk mengetahui hubungan antara dua variabel, yaitu variabel independen dan dependen (Umami, 2019). Penelitian ini menggunakan uji korelasi Spearman karena data berskala ordinal dan tidak berdistribusi normal. Uji korelasi Spearman digunakan untuk menentukan arah dan kekuatan hubungan antara dua variabel yang berskala ordinal atau tidak memiliki distribusi normal. Hasil dari analisis korelasi ini ditunjukkan melalui nilai koefisien korelasi Spearman (r_s), yang memiliki rentang antara -1 hingga +1. Nilai positif ($r_s > 0$) menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif, yang berarti jika nilai satu variabel naik, maka variabel lainnya juga cenderung ikut naik. Sebaliknya, nilai negatif ($r_s < 0$) menunjukkan adanya hubungan negatif, yaitu ketika satu variabel meningkat, maka variabel lainnya cenderung menurun (Umami, 2019).

Uji Spearman dalam penelitian ini digunakan untuk menilai arah dan kekuatan hubungan antara kecanduan *game online* dengan variabel lain seperti *screen time*, aktivitas fisik, konsumsi *junk food*, dan status gizi. Interpretasi nilai koefisien korelasi Spearman (r_s) sebagai berikut (Rachman, 2016):

1. 0,00 – 0,19 = Hubungan sangat lemah
2. 0,20 – 0,39 = Hubungan lemah
3. 0,40 – 0,59 = Hubungan moderat
4. 0,60 – 0,79 = Hubungan kuat
5. 0,80 – 1,00 = Hubungan sangat kuat

Hasil dinyatakan signifikan apabila nilai *p-value* $\leq 0,05$, yang berarti terdapat hubungan yang bermakna antara variabel yang diuji (Octavia & Utomo, 2024).

3.10. Isu Etik Penelitian

Menurut Sugiarmi dan Datrini (2017) dalam (Aritonang dkk., 2024), etika merupakan prinsip-prinsip moral yang mengendalikan atau memengaruhi perilaku individu. Etika penelitian diterapkan sepanjang tahap perencanaan, pelaksanaan, dan pelaporan penelitian. Beberapa prinsip yang perlu dipertimbangkan dalam konteks etika meliputi kebebasan untuk mengeksplorasi, menjaga kerahasiaan, hak

untuk menolak sebagai responden, serta perlunya surat persetujuan yang dikenal sebagai *Informed Consent*.

Pada penelitian ini, diajukan permohonan untuk memperoleh nomor izin etik dari lembaga yang berwenang, yaitu Universitas Respati Indonesia (URINDO). Nomor izin etik yang telah berhasil diperoleh adalah 697/SK. KEPK/UNR/XI/2024. Surat izin tersebut berfungsi sebagai bukti resmi bahwa penelitian ini telah memperoleh persetujuan dari pihak etik yang berwenang dan memastikan bahwa seluruh prosedur yang dilakukan sesuai dengan standar etika yang berlaku.

Masa tenggang untuk pengajuan izin etik ini berlangsung dari 10 Januari 2025 hingga 10 Maret 2025, memberikan waktu yang cukup untuk peninjauan oleh komite etik serta penyelesaian semua persyaratan administratif sebelum pelaksanaan penelitian dimulai.

1. *Respect for Person* (Menghormati Individu)

Prinsip penghormatan terhadap individu diwujudkan melalui proses persetujuan yang diinformasikan (*informed consent*). Seluruh partisipan diberikan informasi yang jelas dan komprehensif mengenai tujuan, prosedur, risiko, serta manfaat penelitian sebelum subjek memberikan persetujuan untuk berpartisipasi.

2. *Beneficence* (Bermanfaat)

Prinsip *beneficence* dilaksanakan dengan cara memastikan bahwa desain dan pelaksanaan penelitian dapat memaksimalkan manfaat serta meminimalisir risiko bagi partisipan, sambil tetap menjaga kesehatan subjek sepanjang berlangsungnya penelitian.

3. *Justice* (Keadilan)

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis analisis sosial dengan menjaga integritas serta keadilan selama pelaksanaannya. Proses pemilihan peserta dilakukan secara adil dengan memastikan bahwa hasil yang diperoleh dapat memberikan manfaat bagi masyarakat, tanpa adanya diskriminasi atau ketidakadilan terhadap kelompok tertentu.