# BAB III

# METODE PENELITIAN

## 3.1 Desain penelitian

Desain penelitian ini menggunakan studi korelasional. Korelasi adalah metode yang digunakan untuk menentukan hubungan antara dua atau lebih variabel. Menguji hubungan sedentary behavior dengan perubahan BMI pada Usia Remaja (Thomas, Nelson, & Silverman, 2015).



Gambar 3. 1 Desain Penelitian Coralation

Sumber : (Sugiyono, 2013)

Keterangan :

X : *Sedentary Behavior*

Y : *Body Mass Index*

## 3.2 Partisipan

Partisipan yang terlibat dalam penelitian ini adalah Mahasiswa akif Universitas Pendidikan Indonesia tingkat satu dan dua. Selain itu partisipan yang terlibat dalam penelitian ini adalah tim peneliti yang berjumlah 3 orang petugas lapang yang membantu saat pengambilan data dan 1 dosen pembimbing yang membantu memfasilitasi penelitian ini. Adapun alasan pengambilan partisipan tersebut dikarenakan membutuhkan subjek yang mampu dijangkau dengan mudah serta lebih efektif dan efisien.

## 3.3 Populasi dan Sampel

### **3.3.1 Populasi**

Populasi adalah kelompok yang lebih besar dari sampel dan ingin diterapkan hasilnya (Fraenkel, Jack R. Norman Wallen, Helen, 2012). Pada penelitian ini

populasi yang akan diteliti adalah Mahasiswa yang aktif berjenis kelamin laki laki maupun perempuan di Universitas Pendidikan Indonesia.

### **3.3.2 Sampel**

Sampel dalam penelitian adalah kelompok kecil bagian dari populasi yang diguanakan untuk mendapat informasi atau data dalam penelitian. Direkomendasikan untuk sampel pada penelitian korelasional yaitu sebanyak 50 orang dalam satu kelompok (Fraenkel, Jack R. Norman Wallen, Helen, 2012) Sampel yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah 105 orang Mahasiswa tingkat satu dan dua yang aktif di Universitas Pendidikan Indnesia (UPI). Sampel terebut ditentukan menggunakan teknik sampling *Purposive Sampling* dimana sampel diambil berdasarkan kebutuhan atau kriteria yang dibutuhkan dalam penelitian (Fraenkel, Jack R. Norman Wallen, Helen, 2012)

## Instrumen Penelitian

1. Dalam penelitian ini instrument yang di gunakan *Global Physical Activity Questionnaire* merupakan instrument dalam bentuk kuesioner yang di adopsi dari WHO untuk pengawasan aktivitas fisik di negara-negara. Untuk mengumpulkan informasi tentang aktivitas fisik yang di bagi menjadi tiga domain, yaitu kegiatan di tempat kerja, perjalanan dari tempat ke tempat, dan kegiatan rekreasi. Responden diminta untuk mengisikan pernyatan mengenai aktivitas yang dilakukan sehari-hari dan juga intensitas waktu yang diperlukan serta pertanyaan perilaku menetap, jadi kuesioner ini terdiri dari 16 pertanyaan (World Health Organization, 2012). Dengan hasil uji reliabilitas tinggi (Kappa = 0,67-0,73) menurut penilitian (Bull, Maslin, & Armstrong, 2009). dan berdasarkan penlitian (Cleland et al., 2014) nilai aktivitas fisik dari Global Physical Activity Questionnaire (GPAQ) validitas sedang dengan data dari accelerometer (r=0,48).
2. *Body Mass Index* (BMI) yaitu perbandingan antara berat badan dan tinggi badan sebagai salah satu indeks status gizi pada remaja, yang diukur dengan timbangan digital (berat badan), microtoa (mengukur tinggi badan), dengan skala ordinal , (Nuswantoro & Sectional, n.d.). karena situasi dan kondisi tidak memungkinkan melakukan pengambilan data *body mass index* sampel menginput data hasil tinggi badan dan berat badan ke dalam kuesioner yang berguna untuk menghitung *BMI* pada saat pengolahan data.

## Prosedur Penelitian

Pada penelitian ini, ada beberapa langkah yang akan dilakukan untuk mendapatkan data penelitian, yaitu dengan menentukan populasi lalu mengambil sampel sesuai dengan kebutuhan, kemudian peneliti memasukkan kuesioner *Global Physical Activity Questionnare (GPAQ)* dan untuk mengukur *body mass index* (BMI) sudah terdapat di kuesioner tersebut untuk mengetahui tinggi badan dan berat badan sesuai dengan instrumen yang telah di sediakan oleh peneliti setelah selesai proses data di olah dan di Analisa (Fraenkel, Jack R. Norman Wallen, Helen, 2012), sebelum sampel mengisi kuisioner yang telah digunakan, peneliti menjelaskan informasi dengan maksud dan tujuan kuisioner yang digunakan. Ketika sampel menyanggupi dan bersedia berpartisipasi dalam penelitian, peneliti memberikan google form melalui sosial media, peneliti menyebar kuisioner melalui google form hingga 5-7 hari kemudian akan didapatkan hasil jawaban sampel yang kemudian langsung diolah.

Populasi

Desain Penelitian

Masalah Penelitian

Analisis Data

Pengambilan Data

Sampel

Kesimpulan

Gambar 3. 2 Prosedur Penelitian

## Analisis Data

Proses Analisis data penelitian ini menggunakan *Statistical Produk for Social Scieance (SPSS) versi 23.0 for windows*. Teknik analisis data yang digunakan adalah *correlation.* Uji *correlation* ditujukan kepada upaya menemukan, atau memverifikasi, hubungan antar variabel. Atau sebagai salah satu cara untuk mempelajari hubungan. Dalam proses analisis data peneliti menggunakan analisis data *Spearman Correlation* untuk mengetahui apakah terdapat hubungan yang signifikan antara *sedentary behavior* dengan *body mass index. Spearman Corellation* merupakan salah satu yang digunakan dalam pengolahan data untuk mengukur kekuatan dan arah hubungan dari dua variabel atau lebih. Dinyatakan dua variabel berhubungan apabila perubahan salah satu variabel disertai dengan variabel lainnya dengan arah yang sama ataupun sebaliknya (Fraenkel, Wallen, & Hyun, 2012)*.* Sebelum melakukan uji korelasi, harus dilakukan terlebih dahulu uji normalitas dengan menggunakan teknik *kolmogorov-smirnoff*. Uji normalitas data ini berfungsi untuk menentukan penggunaan teknik analisis parametrik atau non-parametrik.

### **Deskriptif Data**

Deskriptif data merupakan tahapan awal untuk pengolahan data. Deskriptif data digunakan untuk memperoleh informasi mengenai data, diantaranya skor terendah, skor tertinggi, rata-rata dan standar deviasi (Pallant, 2010).

### **Uji Normalitas Data**

Uji normalitas data yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan uji *Kolmogorov-smirnov*. Format pengujiannya dengan membandingkan nilai probabilitas (*p)* atau signifikansi (Sig.) dengan derajat kebebasan (dk) α = 0,05. Uji kebermaknaannya adalah sebagai berikut :

1. Jika nilai Sig. Atau P-*value* > 0,05 maka dinyatakan data berdistribusi normal.
2. Jika nilai Sig. Atau P-*value* <0,05 maka data dinyatakan data tidak berdistribusi normal

### **Uji Korelasi**

Berdasarkan hasil perhitungan uji normalitas data, apabila data yang diperoleh berdistribusi normal, maka analisis uji parametrik dengan *perason correlation* dan jika data yang diperoleh tidak berdistribusi normal, maka analisis yang digunakan adalah uji non-parametrik, dalam hal ini yaitu *spearman* (Fraenkel, Jack R. Norman Wallen, Helen, 2012).

Hipotesis H0 :

H0 : Tidak terdapat hubungan antara *sedentary behavior* dengan *body mass index (BMI)* pada usia remaja.

Hipotesis H1 :

H1 : Terdapat hubungan antara *sedentary behavior* dengan *body mass index (BMI)* pada usia remaja.

Dasar pengambilan keputusan untuk menerima atau menolak Ho pada uji ini adalah sebagai berikut:

1. Jika nilai signifikan (*Asymp.Sig*) < 0,05, maka Ho ditolak.
2. Jika nilai signifikan (*Asymp.Sig*) > 0,05, maka Ho diterima.