

### BAB III

#### METODE PENELITIAN

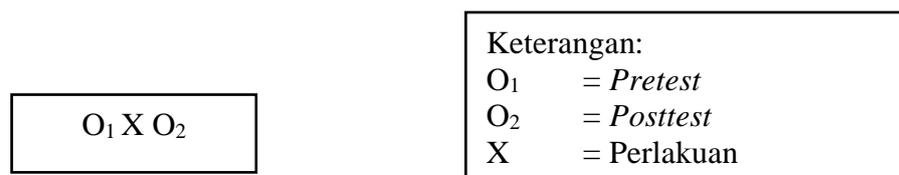
##### A. Jenis dan Desain Penelitian

###### 1. Jenis Penelitian

Jenis penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif. Metode kuantitatif adalah metode yang didasarkan pada informasi atau kuantitas numerik, biasanya dikaitkan dengan analisis statistik <sup>(55)</sup>.

###### 2. Desain Penelitian

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan *pre experimental* dengan *one group pretest posttest*. Dalam desain ini dilakukan *pretest* atau sebelum perlakuan, kemudian dilakukan perlakuan yaitu dengan media video mengenai aktivitas fisik, dan tahap terakhir diberikannya *posttest*. Demikian, hasil pengambil dapat diketahui dapat diketahui lebih akurat karena dapat membandingkan kondisi sebelum dan sesudah perlakuan. Desain ini dapat dijelaskan pada gambar 3.



**Gambar 1** *Pre Experimental* dengan *One Group Pretest-Posttest* <sup>(56)</sup>

##### B. Populasi dan Sampel

###### 1. Populasi

Responden dalam penelitian ini merupakan *followers* pengguna *social media instagram* peneliti. Jumlah *followers* pengguna *social media instagram* peneliti berjumlah 580 orang.

## 2. Sampel

Jenis *sampling* dalam menentukan penelitian ini dengan *nonprobability sampling*. Teknik penentuan sampel yang akan digunakan yaitu *sampling sistematis dan purposive sampling*.

- a. *Sampling Sistematis* yakni teknik pengambilan sampel didasarkan pada urutan anggota populasi yang telah memperoleh nomor urut. Dalam penelitian ini responden berjumlah 580 orang dan pengambilan sampel dilakukan dalam kelipatan 15. Maka sampel yang diambil yaitu nomor urutan 15, 30, 45, 60, 75, 90, 105, 120, 135, 150, 165, 180, 195, 210, 225, 240, 255, 270, 285, 300, 315, 330, 345, 360, 375, 390, 405, 420, 435, 450, 465, 480, 495, 510, 525, 540, 555, dan 570.
- b. *Purposive sampling* untuk memilah responden bertujuan untuk sejalan dengan tujuan atau variabel penelitian yang diambil sehingga sesuai dengan karakteristik responden. Ciri-ciri khusus responden dalam penelitian ini, yakni:
  - 1) Kriteria Inklusi
    - a) Bersedia menjadi responden.
    - b) Warga negara Indonesia.
    - c) *Real account social media Instagram*.
    - d) Merupakan *followers social media instagram* peneliti
    - e) Hampir setiap hari menggunakan *social media instagram*.
    - f) Pendidikan terakhir minimal SMP.
    - g) Usia 15-35 tahun.
  - 2) Kriteria Eksklusi
    - a) Tidak memenuhi syarat yakni bukan warga negara Indonesia, usia, dan pendidikan
    - b) Merupakan *fake account*, dan akun jualan pada *social media instagram*.
    - c) Jarang menggunakan *social media instagram*.

Dari kriteria inklusi dan eksklusi diatas, maka sampel pada penelitian ini yaitu sejumlah 38 orang.

### **C. Waktu dan Tempat**

Waktu pelaksanaan penelitian ini berlangsung mulai dari bulan September 2020–April 2021 terdapat lampiran 1. Dikarenakan suasana *pandemic COVID-19* dengan keterbatasan jarak penelitian dan waktu untuk mempermudah pengambilan data dengan responden dilakukan secara *online* melalui bantuan aplikasi *g-form* dan *whatsapp*.

### **D. Variabel Penelitian**

Variabel dalam penelitian ini terdapat variabel independen dan dependen. Variabel independen dalam penelitian ini adalah pengaruh edukasi media video dan variabel dependen penelitian ini adalah pengetahuan tentang aktivitas fisik.

### E. Definisi Operasional Variabel Penelitian

**Tabel 1 Definisi Operasional Variabel Penelitian**

Variabel	Definisi Operasional	Alat Ukur	Cara Ukur	Hasil Ukur	Skala
Media Video Melalui <i>Instagram</i>	Sebuah media video tentang aktivitas fisik yang berdurasi waktu 3.20 menit diberikan 1 kali setelah dilakukan <i>pre-test</i> .	Melalui <i>Social Media Instagram</i>	-	-	Nominal
Pengetahuan tentang Aktivitas Fisik	Hasil pengetahuan yang diperoleh melalui jawaban kuesioner mengenai aktivitas fisik.	Kuesioner melalui G-Form	Kuesioner berupa 9 pertanyaan tertutup dengan <i>multiple choice</i> yaitu A, B, C, dan D.	1. baik dengan skor $\geq 76\%$ , 2. cukup dengan skor 60-75%, dan 3. kurang dengan skor $\leq 60$	Ordinal

## **F. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data**

### 1. Jenis Pengumpulan Data

#### a. Data primer

Data primer penelitian ini berupa dari pengumpulan data. Data primer yang peneliti inginkan yaitu karakteristik responden meliputi jenis kelamin, usia, pekerjaan, pendidikan, dan informasi (pengetahuan).

#### b. Data Sekunder

Data sekunder penelitian ini berdasarkan data-data dari berbagai sumber yang telah ada seperti hasil penelitian sebelumnya yaitu jurnal dan artikel. Data tersebut dimasukkan bertujuan untuk menjelaskan dan membandingkan hasil penelitian sebelumnya dan sekarang.

### 2. Teknik Pengumpulan Data

#### a. Angket/Kuesioner

Dalam penelitian ini menggunakan kuesioner yang berisi meliputi penyakit jika tidak melakukan aktivitas fisik, kepanjangan BBTT, penyebab tidak melakukan aktivitas fisik, mengetahui aktivitas fisik secara rutin, contoh kegiatan aktivitas fisik, tempat melakukan aktivitas fisik, penjelasan aktivitas fisik dan tips aktivitas fisik bagi pengguna *Instagram*. Kuesioner dalam penelitian ini melalui *g-form* dan disebarakan melalui aplikasi *whatsapp* kepada responden. Kuesioner terdiri dari 9 pertanyaan tertutup dengan opsi yaitu A, B, C, dan D.

## **G. Alat Ukur/Instrumen dan Bahan Penelitian**

Instrumen dan bahan dalam penelitian ini adalah kisi-kisi kuesioner, kuesioner, media video, aplikasi *whatsapp* dan *g-form*.

1. Kisi-kisi kuesioner berupa petunjuk pertanyaan yang diberikan kepada responden. Kisi-kisi kuesioner berada di lampiran 2.
2. Kuesioner berisi mengenai pertanyaan yang diberikan kepada responden. Soal yang diberikan kepada responden sejumlah 9 pertanyaan *multiple*

*choice* A, B, C, dan D. Jika salah yaitu 0, jika benar yakni 1. Untuk kuesioner berada di lampiran 3.

3. Media video yaitu sebagai media pembelajaran dalam mengenai aktivitas fisik yang berdurasi waktu 3.20 menit diberikan 1 kali setelah dilakukan *pre-test*.
4. Aplikasi *whatsapp* digunakan untuk alat komunikasi dengan responden melalui perantara gadget dengan internet.
5. Aplikasi *google form* digunakan untuk tempat pengisian kuesioner.

## H. Uji Validitas dan Reliabilitas

### 1. Uji Validitas

Uji validitas tujuannya untuk mengukur kuesioner penelitian agar akurat. Dalam penelitian ini kuesioner dibuat oleh peneliti dan untuk uji validitasnya. Uji validitas responden yang di uji berjumlah 15 responden berbeda dari responden yang akan diteliti. Uji validitas menggunakan rumus *product moment* menggunakan SPSS. Rumus *product moment* dengan angka kasar untuk uji validitas yaitu sebagai berikut.

$$r_{xy} = \frac{N \sum xy - (\sum x)(\sum y)}{\sqrt{\{(N \sum x^2) - (\sum x^2)\}\{(N \sum y^2) - (\sum y^2)\}}}$$

#### Keterangan:

$r_{xy}$	= koefisien korelasi antara x dan y
$N$	= jumlah subyek
$\sum xy$	= jumlah perkalian antara skor x dan skor y
$\sum x$	= jumlah total skor x
$\sum y$	= jumlah total skor y
$\sum x^2$	= jumlah dari kuadrat skor x
$\sum y^2$	= jumlah dari kuadrat skor y

**Gambar 2 Rumus *Product Moment* dengan Angka Kasar**

## 2. Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas untuk mengetahui kelayakan kuesioner dalam penelitian ini agar dapat digunakan kembali yaitu menggunakan rumus sperman brown melalui SPSS sebagai berikut.

$$r_i = \frac{2r_b}{1 + r_b}$$

Keterangan:

$r_i$  = realibilitas internal seluruh instrumen

$r_b$  = korelasi *product moment* antara belahan pertama dan kedua

**Gambar 3 Rumus Sberman Brown**

Hasil uji validitas yang dilakukan 3 kali percobaan terhadap orang berbeda dari responden yang akan diteliti sejumlah 15 orang dari 12 item pernyataan yang terdiri dari bentuk pertanyaan *multiple choice* menunjukkan bahwa nilai  $r_{xy} > r_{tabel}$  sehingga dapat dikatakan 9 dari 12 item pertanyaan pada kuisisioner tersebut valid. Perhitungan validitas kuisisioner dilakukan dengan menggunakan program komputer *SPSS for Windows*. Hasil uji validitas berada di lampiran 9.

Hasil dari uji reliabilitas kuisisioner mengenai pengetahuan mengenai aktivitas fisik menunjukkan nilai 0,853. Kuisisioner dikatakan reliabel apabila nilai  $r_{total} > r_{tabel}$  atau dengan nilai reliabilitas  $> 0,6$  sehingga dapat dikatakan reliabel. Perhitungan reliabilitas kuisisioner dilakukan dengan menggunakan program komputer *SPSS for Windows*. Hasil uji reliabilitas berada di lampiran 10.

## I. Prosedur Penelitian

Prosedur penelitian ini dilaksanakan dengan tiga tahap, yakni sebagai berikut.

1. Persiapan yakni
  - a. Membuat dan mengidentifikasi masalah, tinjau literatur yang relevan, studi pendahuluan, menentukan kerangka teoritis dan konsep dan merumuskan hipotesis penelitian,
  - b. Menentukan desain penelitian, memilih objek penelitian, mengkhususkan diri dalam metode pengukuran variabel penelitian, merancang rencana pengambilan sampel, tutup dan tinjau rencana tersebut penelitian, melakukan penelitian dan melaksanakan revisi.
  - c. Merumuskan pengolahan dan pengumpulan data penelitian.
2. Pelaksanaan merupakan
  - a. Menetapkan responden
  - b. Responden membaca PSP, dan menanda tanggai persetujuan *informed concent*.
  - c. Menentukan jadwal dan waktu dengan responden melalui *aplikasi whatsapp*.
  - d. Sebelum diberikan perlakuan melakukan *pretest* melalui *google forms* yang disebar melalui *chat personal* responden melalui *aplikasi whatsapp*.
  - e. Memberikan jangka 1 hari untuk melatih *short term memory*.
  - f. Hari selanjutnya, pemberian edukasi melalui media video mengenai aktivitas fisik yang diupload melalui *google forms* bersamaan dengan pengisian *posttest* yang disebar melalui *chat personal* responden melalui *aplikasi whatsapp*.
3. Akhir yakni
  - a. Data yang dikumpulkan dari lapangan diolah dan dianalisis untuk dirumuskan kesimpulan antara lain kesimpulan diambil dari hasil pengolahan dan analisis penelitian.
  - b. Mengonsep hasil penelitian.

## J. Manajemen Data

Manajemen data dalam penelitian ini yaitu berisi bagaimana peneliti mengolah data (pengumpulan, pengolahan, pengeditan, klasifikasi, input, analisis dan presentasi hasil) sesuai dengan analisis variabel yang akan dianalisis.

### 1. Teknik Pengolahan Data

#### a. *Editing*

Pengecekan ulang data yang terkumpul merupakan langkah awal dalam tahap pengolahan data. Melakukan langkah ini untuk menentukan apakah data yang terkumpul sudah baik sehingga dapat segera menyiapkan data tersebut untuk tahap analisis selanjutnya. Proses pengecekan dan pengecekan ulang data disebut dengan tahap *editing*<sup>(57)</sup>.

#### b. *Coding*

Setelah tahap pengeditan selesai, maka kegiatan selanjutnya adalah melakukan pengklasifikasian data melalui tahap pengkodean, yang artinya data yang diedit tersebut memiliki *identifier* sehingga memiliki arti tertentu pada saat analisis<sup>(58)</sup>.

Dalam penelitian ini yaitu mengumpulkan karakteristik responden yang meliputi jenis kelamin, usia, pekerjaan, pendidikan, dan informasi. Untuk pengkodean dalam penelitian ini yakni sebagai berikut.

#### 1) Nomor Kuesioner (Kode A)

Responden 1 = 1

Responden 2 = 2

Responden 3 = 3, dan seterusnya.

#### 2) Jenis Kelamin (Kode B)

Pria = 1

Wanita = 2

#### 3) Umur (Kode C)

15-16 (praremaja) = 1

17-20 (remaja)	= 2
21-35 (dewasa)	= 3
4) Pekerjaan (Kode D)	
Pelajar/Mahasiswa	= 1
Karyawan Swasta/Wiraswasta	= 2
PNS	= 3
Belum Bekerja/Tidak Bekerja	= 4
Lain-lain	= 5
5) Pendidikan (Kode E)	
SMP	= 1
SMA	= 2
D1	= 3
D3	= 4
D4/S1	= 5
S2	= 6
S3	= 7

c. *Scoring Data*

1) Jawaban Kuesioner

Soal yang diberikan kepada responden sejumlah 9 pertanyaan tertutup multiple choice A, B, C, dan D. Jika salah yaitu 0, jika benar yakni 1.

2) Pengetahuan

Pengukuran dari peningkatan pengetahuan atau informasi yang didapat yaitu meliputi tahu (*know*), memahami (*comprehension*), aplikasi (*application*), sintesis (*synthetic*), dan evaluasi.

d. *Tabulasi Data*

Dalam penelitian ini tabulasi data dimulai dengan mengelompokkan data ke dalam tabel distribusi frekuensi untuk menghitung data dengan persentase dan *master sheet*.

## 2. Teknik Analisa Data

### a. Analisis Univariat

Analisis univariat dari penelitian ini yakni hasil dari perhitungan disebut distribusi frekuensi. Melihat sebaran frekuensi, dapat melihat gambaran masing-masing variabel, termasuk pengaruh edukasi melalui media video terhadap pengetahuan tentang aktivitas fisik. Untuk menghitung hasil jawaban responden menggunakan rumus distribusi frekuensi dan persentase yaitu sebagai berikut.

$$P = \frac{f}{N} \times 100\%$$

Keterangan:

$P$  = Persentase

$f$  = Frekuensi Data

$N$  = Jumlah Sampel yang diolah

**Gambar 4 Rumus Distribudi Frekuensi dan Persentase**

Hasil persentase menurut Arikunto (2010) dari skala ordinal dikategorikan sebagai berikut

- 1) baik dengan skor  $\geq 76\%$ ,
- 2) cukup dengan skor 60-75%, dan
- 3) kurang dengan skor  $\leq 60\%$  (41).

### b. Analisis Bivariat

Analisis bivariat bertujuan untuk mengetahui hubungan yang signifikan antara variabel sampel, variabel independen dan variabel dependen. Untuk analisis bivariat penelitian ini menggunakan uji *Wilcoxon*. Uji *Wilcoxon* digunakan untuk menguji apakah terdapat perbedaan mean antara dua sampel. Menggunakan uji *Wilcoxon signed rank test* untuk mengetahui tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah diberinya edukasi melalui media video tentang aktivitas fisik. Untuk rumus uji *Wilcoxon signed rank test* yakni sebagai berikut.

$$Z = \frac{T - \mu}{\sigma} = \frac{T - \frac{n(n+1)}{4}}{\sqrt{\frac{n(n+1)(2n+1)}{24}}}$$

**Keterangan:**

Z = uji normal hitung

T = jumlah rangking positif atau jumlah rangking negatif terkecil

n = banyaknya pasangan yang tidak sama nilainya

**Gambar 5 Rumus Uji Wilcoxon Signed Rank Test**

Kesimpulan sementara dalam penelitian ini untuk uji *wilcoxon* yaitu  $H_1$  yaitu merupakan adanya pengaruh edukasi melalui media video terhadap pengetahuan tentang aktifitas fisik bagi pengguna *social media instagram*.

#### **K. Ethical Clearance**

Sebelum memulai penelitian, peneliti telah memperoleh izin etis dari Komite Etik Kementerian Kesehatan dan Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang.

#### **L. Etika Penelitian**

Dalam penelitian terdapat kode etika penelitian agar tidak menimbulkan resiko yang tidak diinginkan antara lain prinsip-prinsip etika penelitian sebagai berikut.

##### 1. *Respect for Human Dignity*

Peneliti menghormati hak responden dalam penelitian seperti menerima atau menolak menjadi responden. Supaya tidak ada kesalahan dalam penelitian, peneliti berharap memberikan penjelasan kepada responden. Dengan begitu peneliti membuat *informed consent* sebagai surat persetujuan antara peneliti dengan responden dalam pengumpulan data<sup>(59)</sup>.

2. *Respect for Privacy and Confidentiality*

Beberapa orang tidak ingin informasinya diketahui sehingga peneliti menghormati privasi dan kerahasiaan responden. Selain itu untuk hasil wawancara hanya bisa diakses peneliti. Untuk identitas responden dilakukan dengan pengkodean agar terjamin kerahasiaan identitas responden<sup>(59)</sup>.

3. *Respect for Justice and Inclusiveness*

Peneliti melakukan adil terhadap responden satu dengan lainnya dalam proses pengambilan data<sup>(59)</sup>.

4. *Balancing Harms and Benefits*

Peneliti memberikan penjelasan mengenai prosedur penelitian agar tidak merugikan responden dan menghasilkan pengumpulan data yang bermanfaat<sup>(59)</sup>.