

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Pendekatan penelitian kuantitatif dengan desain penelitian deskriptif-korelatif digunakan dalam jenis penelitian ini. Tujuan dari studi korelasi adalah untuk melihat keterkaitan antara dua variabel atau lebih. Studi korelasi berusaha untuk menyatakan hubungan antar variabel berdasarkan keinginan perubahan satu variabel diikuti oleh perubahan variabel lainnya. Penelitian ini akan mengambil pendekatan *cross sectional*, merupakan jenis penelitian yang memfokuskan periode pengamatan data pada variabel bebas dan terikat. Dengan studi ini, prevalensi atau pengaruh pada suatu fenomena (variabel bebas) yang dihubungkan dengan penyebabnya akan ditentukan dalam penelitian ini (variabel terikat). (Nursalam, 2020)

B. Waktu dan Lokasi Penelitian

Pada penelitian ini telah dilakukan di Desa Gondoriyo Kecamatan Bergas Kabupaten Semarang. Penelitian ini berlangsung pada tanggal 11-25 November 2021.

C. Populasi Dan Sampel

1. Populasi

Jumlah subjek yang sesuai dengan kriteria yang ditetapkan disebut sebagai populasi (Nursalam, 2020). Lansia adalah subyek dari penelitian

ini. Jumlah lanjut usia di kawasan kelurahan Gondoriyo sebanyak 855 orang lanjut usia.

2. Sampel

Sampel merupakan bagian dari populasi yang dapat digunakan untuk mewakili seluruh populasi. (Nursalam, 2020)

a. Besar Sampel

Penelitian ini mengikuti ajaran menggunakan sampel sebanyak mungkin. Untuk subjek dengan populasi 1000, ukuran sampel 105 sampai 20% dianggap cukup.(Nursalam, 2020). Jika jumlah subjek dari 100, baik diambil semua sehingga penelitian populasi. Namun, jika subjeknya besar (lebih dari 100 orang), dapat diambil dengan rasio 10-15%, 20-25% atau bahkan lebih. (Hatmoko, 2015).

$$n(\text{jumlah sampel}) = \text{jumlah populasi} \times \frac{20}{100}$$

$$\text{Dusun Krajan} \quad : 368 \times \frac{20}{100} = 73,6$$

$$\text{Dusun Getuk} \quad : 30 \times \frac{20}{100} = 6$$

$$\text{Dusun Jimbaran} \quad : 82 \times \frac{20}{100} = 16,4$$

$$\text{Dusun Klesem} \quad : 74 \times \frac{20}{100} = 14,8$$

$$\text{Dusun Setro} \quad : 152 \times \frac{20}{100} = 30,4$$

$$\text{Dusun Kambangan} \quad : 112 \times \frac{20}{100} = 22,4$$

$$\text{Dusun Sidorejo} \quad : 37 \times \frac{20}{100} = 7,4$$

jumlah = 171

Sehingga total jumlah orang yang mengikuti penelitian ini sebanyak 171 responden.

b. Teknik Sampling

Pendekatan sampling adalah salah satu yang digunakan untuk mengumpulkan data. Strategi *proportional random sampling*, digunakan dalam penelitian ini. *Proportional random sampling* digunakan sebagai metode sampel. Setiap orang dalam populasi mempunyai pilihan untuk dipilih atau tidak dipilih sebagai sampel. (Nursalam, 2020).

c. Kriteria Sampel

Sangat penting untuk mengidentifikasi kriteria inklusi, serta kriteria eksklusi sebelum mengambil sampel. Berikut ini adalah kriteria inklusi dan eksklusi untuk penelitian ini :

a. Kriteria inklusi

- 1) Warga yang berusia 60 tahun, di Kelurahan Gondoriyo, Kecamatan Bergas Kabupaten Semarang.
- 2) Responden yang dapat bisa berkomunikasi dengan baik.
- 3) Kondisi responden dalam keadaan sehat jasmani dan rohani.
- 4) Responden bersedia untuk berpartisipasi dalam penelitian.

b. Kriteria eksklusi

- 1) Responden yang tidak dapat menjawab saat dilakukan wawancara yang dapat menyebabkan kuesioner tidak lengkap
- 2) Responden yang tidak bersedia berpartisipasi dalam penelitian.

- 3) Responden dengan demensia
- 4) Responden yang tidak dapat bisa membaca
- 5) Responden dengan penyakit yang dapat mengganggu kualitas tidur

D. Variabel Penelitian

Variabel berikut ini yang digunakan dalam penelitian ini :

1. Variabel independen (bebas)

Variabel bebas yang mempengaruhi atau menentukan nilai variabel lain. (Nursalam, 2020). Kualitas tidur merupakan variabel bebas dalam penelitian ini.

2. Variabel dependen (terikat)

Variabel lain menentukan nilai variabel dependen yang nilainya dipengaruhi (Nursalam, 2020). Kualitas hidup merupakan variabel terikat dalam penelitian ini.

E. Definisi Operasional

Tabel 3.1 Definsi Operasional

Variabel	Definisi Operasional	Alat Ukur	Hasil Ukur	Skala Data
Kualitas Tidur (Variabel bebas)	Kepuasan terhadap tidur yang meliputi kualitas subjektif, lama tidur, latensi tidur, efisiensi tidur, gangguan tidur pada di malam hari, penggunaan obat tidur, dan disfungsi aktivitas.	Kuesioner PSQI (Rahmani et al., 2020)	skor 1-7 = kualitas tidur baik skor 8-14 =kualitas tidur cukup skor 15-21 = kualitas tidur buruk	Ordinal
Kualitas Hidup (Variabel	Persepsi lansia mengenai hidup yang mencakup kesehatan	Kuesioner HOQOL-BREF (Oktavianti &	skor < 56 = kualitas hidup buruk skor 56-75 = kualitas	Ordinal

Variabel	Definisi Operasional	Alat Ukur	Hasil Ukur	Skala Data
terikat)	fisik, status psikologis, tingkat kebebasan, hubungan sosial dan hubungan lingkungan.	Setyowati, 2020)	hidup cukup skor 76-100 = kualitas hidup baik	

F. Pengumpulan Data

a. Metode pengumpulan data

Berikut teknik pengumpulan data di wilayah Desa Gondoriyo :

1. Prosedur Perijinan

- 1) Peneliti mengajukan surat studi pendahuluan dari Dekan Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo ke Desa Gondoriyo.
- 2) Peneliti mendapatkan surat izin penelitian Dekan Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo untuk dapat melakukan penelitian.
- 3) Mengkoordinasikan surat ijin penelitian kepada kepala Kelurahan Gondoriyo Kecamatan Bergas Kabupaten Semarang.

2. Prosedur Pengumpulan Data

- 1) Peneliti melakukan penelitian terhadap warga yang sudah dilakukan pemilihan berdasarkan teknik *proportional random sampling*.
- 2) Peneliti mengecek kelengkapan data
- 3) Peneliti membutuhkan 3 orang asisten untuk membantu mempercepat dalam penelitian dan penelitian melakukan

persamaan persepsi agar tidak terjadi kesalahan teknis dalam penelitian.

- 4) Peneliti memperkenalkan diri, menguraikan tujuan dan manfaat penelitian, dan bertanya apakah mereka bersedia untuk berpartisipasi dalam penelitian.
- 5) Peneliti mengundang responden yang lanjut usia untuk mendatangi formulir persetujuan atau *informed consent* untuk berpartisipasi dalam penelitian, mereka tidak dipaksa untuk mendatangi jika mereka tidak mau atau tidak bersedia.
- 6) Responden yang menolak untuk berpartisipasi dalam penelitian, peneliti tidak memaksa untuk dijadikan responden.
- 7) Responden diminta untuk mengisi kuesioner dari halaman yang telah disajikan dengan realitas yang mereka temui atau yang telah lakukan selama ini.
- 8) Hal ini dapat dilakukan sambil mengisi kuesioner untuk memberikan kesempatan untuk mengajukan pertanyaan yang responden tidak mengerti sehingga peneliti dapat dengan cepat memberikan penjelasan.
- 9) Mengumpulkan lembar kuesioner dan mengecek kembali dengan nomer responden.
- 10) Setelah lengkap kemudian dilakukan pengolahan data
- 11) Semua responden atau partisipasinya dalam penelitian ini mendapatkan pujian atau *reinforcement* positif dalam peneliti.

b. Instrumen Pengumpulan Data

1. Kualitas Tidur

PSQI digunakan dalam penelitian ini untuk menilai kualitas tidur. Kuesioner PSQI adalah kuesioner yang terdiri dari 19 pertanyaan dengan tujuh komponen penilaian di antara lain, kualitas subjektif, latensi tidur, lama tidur, lamanya efisiensi tidur, gangguan tidur, penggunaan obat tidur, dan masalah konsentrasi di siang hari. Setiap komponen memiliki nilai mulai dari 0 (tidak terdapat masalah) sampai 3 (masalah parah). Skala PSQI berkisar dari 1 hingga 21, dengan skor 1-7 menunjukkan gangguan tidur ringan, 8-13 menunjukkan gangguan tidur sedang, dan 15-21 menunjukkan gangguan tidur berat.

Dengan uji validitas dan reliabilitas, ketujuh komponen kuesioner PSQI memiliki konsistensi internal dan koefisien reliabilitas (Cronbach's Alpha) sebesar 0,83 (Berthiana & Kasuma, 2020). Korelasi total item kuesioner PSQI versi bahasa Indonesia dan konsistensi internal dinilai, dan uji *Cronbach's alpha* digunakan untuk menentukan reliabilitasnya. Nilai *Cronbach's alpha* yang lebih besar dari 0,7 menunjukkan instrumen yang reliabel, tetapi *Corrected item-total correlation* yang dikoreksi kurang dari 0,3 menunjukkan komponen yang kurang valid. (Sukmawati & Putra, 2019)

2. Kualitas Hidup

Dalam penelitian ini kuesioner WHOQOL-BREF digunakan untuk menilai kualitas hidup. Ada 26 item dan empat domain dalam survey ini (kesehatan fisik, sosial, psikologis, dan lingkungan). Semua pertanyaan berada pada skala likert lima poin yaitu (1-5) dengan skor masing-masing domain ditransformasikan dalam skala 0-100. Nilai skor untuk skor < 56 dalam kategori kualitas hidup kurang. Kategori kualitas hidup sedang meliputi skor 56-75, sedangkan kategori kualitas hidup baik meliputi skor 76-100. (Nursalam,2011).

Kuesioner kualitas hidup WHOQOL-BREF telah bersedia dalam bahasa Indonesia dan telah divalidasi di kalangan lanjut usia di Indonesia untuk reliabilitas (0,529) dan validitas (0,614). Instrumen WHOQOL-BREF memiliki distribusi simetris dari dua puluh enam pertanyaan, dan hasilnya menunjukkan bahwa instrumen WHOQOL-BREF valid dan reliable untuk menilai kualitas hidup lanjut usia. (Khasana et al., 2020)

G. Etika Penelitian

Penelitian ini dilakukan dengan mempertimbangkan etika saat dilakukan penelitian, ada 3 prinsip dalam etika penelitian menurut (Nursalam, 2020) yaitu :

1. Prinsip Manfaat

- a. Bebas dari kesakitan

Peneliti melakukan penjelasan terhadap responden dengan penelitian ini dilakukan tanpa menyebabkan rasa sakit pada responden dan menjelaskan bahwa tidak ada tindakan yang membahayakan responden.

b. Bebas dari eksploitasi

Peneliti menjelaskan bahwa penelitian ini dari data yang telah diberikan tidak untuk menjadi keuntungan secara pribadi dikarenakan penelitian dilakukan sebagai kepentingan akademik.

c. Risiko (*benefits ratio*)

Peneliti memastikan melakukan penelitian sesuai prosedur dengan mendapatkan hasil yang baik semaksimal mungkin bagi responden dengan mengurangi resiko yang merugikan karena responden hanya dapat mengisi kuesioner yang telah disediakan.

2. Prinsip menghargai hak asasi manusia (*respect human dignity*)

a. Hak untuk berpartisipasi sebagai responden (*right to self determination*)

Peneliti memberikan kebebasan responden untuk memilih apakah mereka ingin menjadi responden atau tidak.

b. Hak untuk mendapatkan jaminan dari perlakuan yang diberikan (*right to full disclosure*)

Jika ada yang tidak beres dengan responden maka peneliti akan memberikan penjelasan yang jelas dan menerima tanggung jawab.

c. *Informed consent*

Peneliti harus menjelaskan semua terkait penelitian yang dilakukan agar responden mengetahui segala sesuatu tentang penelitian. Peneliti juga menjelaskan jika responden memiliki hak untuk setuju atau menolak sebagai responden, penelitian ini jelas dilakukan tanpa paksaan. Pada *informed consent* dicantumkan bahwa data digunakan untuk pengembangan ilmu.

3. Prinsip atas keadilan (*right to justice*)

a. Hak untuk mendapatkan yang adil (*right in fair treatment*)

Peneliti harus memperlakukan dengan baik sebelum, selama, dan setelah responden berpartisipasi dalam penelitian ini .

b. Hak dijaga kerahasiaan (*right to privacy*)

Penelitian menjelaskan bahwa menjamin dalam kerahasiaan data atau informasi yang telah diberikan responden, dengan menjaga kerahasiaan responden dengan mengganti nama dengan inisial atau huruf awal nama responden.

H. Pengolahan Data

1. *Editing*

Peneliti melakukan proses pengecekan kembali pada kuesioner yang telah diisi kepada responden dan kuesioner yang diberikan kepada responden dipastikan telah terisi setiap pertanyaan. Memasukkan nama responden dengan nama inisial dan karakteristik responden kedalam microsoft excel.

2. *Scoring*

Peneliti memberikan kode pada data yang diperoleh dengan memasukan hasil pilihan jawaban responden pada tiap variabel, pemberian skor pada kuesioner kualitas tidur dan kualitas hidup.

a. Kualitas Tidur

Sangat baik : 0

Cukup baik : 1

Agak buruk : 2

Sangat buruk : 3

b. Kualitas Hidup

Tidak sama sekali : 1

Sedikit : 2

Sedang : 3

Sangat sering : 4

Berjumlah berlebihan : 5

3. *Coding*

Peneliti memberikan kode dalam mengubah data menjadi angka. yang telah didapatkan dari nilai akhir jawaban responden dengan mudah dikelompokkan. Pemberian kode pada penelitian ini adalah :

a. Kualitas tidur lansia

1) Kualitas tidur baik skor 1-7 diberi kode = 1

2) Kualitas tidur cukup skor 8-14 diberi kode = 2

3) Kualitas tidur buruk skor 15-21 diberi kode = 3

b. Kualitas hidup lansia

1) Kualitas hidup buruk skor < 56 diberi kode = 1

2) Kualitas hidup cukup skor 56-75 diberi kode = 2

3) Kualitas hidup baik skor 76-100 diberi kode = 3

4. *Tabulating*

Tabulasi pada data yang digunakan untuk mengatur skor dan nilai pada setiap item pertanyaan yang telah dijawab responden, kemudian ditambahkan, dikelompokkan dan diatur untuk dianalisis.

5. *Data Entry*

Hasil tabulasi yang telah dilakukan melalui skoring dari kode ke microsoft excel, yang tabel tabulasi telah selesai. Program yang digunakan adalah program SPSS26.

6. *Transferring*

Peneliti memindahkan hasil tabulasi dari microsoft excel kedalam program SPSS26 untuk mempermudah dalam menganalisis data analisis univariat dan analisis bivariat.

7. *Cleaning*

Peneliti memeriksa ulang pada data yang telah dimasukkan kedalam program SPSS, untuk melihat bahwa data yang dimasukkan dalam pengolahan data telah sesuai dari data asli untuk meminimalisir dalam kesalahan dari data yang telah di *entry*.

8. Analisis Data

Data tersebut kemudian diolah dan dianalisis, dengan kajian tersebut digunakan untuk mengambil keputusan. Analisis yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis univariat dan bivariat.

1. Analisis Univariat

Analisis univariat dilakukan buat mendefinisikan atau menjelaskan suatu karakteristik pada dari variabel penelitian yaitu kualitas tidur dan kualitas hidup pada lansia.

Gambaran kualitas tidur pada lanjut usia di Desa Gondoriyo dan gambaran kualitas hidup pada lanjut usia di Desa Gondoriyo menggunakan rumus :

$$\rho = \frac{\mathcal{X}}{N} \times 100\%$$

Keterangan :

ρ : presentase

\mathcal{X} : total karakteristik

N : total keseluruhan responden

2. Analisis Bivariat

Analisis bivariat melihat dua variabel yang dianggap berkorelasi atau berhubungan. Dalam penelitian ini analisis bivariat dilakukan buat mengetahui adanya hubungan kualitas tidur dengan kualitas hidup lansia,

maka analisis bivariat yang dilakukan merupakan analisis statistik dengan menggunakan uji *Spearman Rank*

Berikut ini adalah rumus untuk menghitung *Spearman Rank* :

$$r_s = 1 - \frac{6 \sum d_i^2}{n(n^2 - 1)}$$

Keterangan:

r_s = Nilai koefisien korelasi spearman rank

d_i^2 = selisih peringkat setiap data

n = jumlah data

Syarat-syarat pada Spearman Rank adalah sebagai berikut :

1. Mencari hubungan dua variabel
2. Skala data ordinal
3. Sampel besar > 30

Apabila nilai tingkat signifikan (p value) dibandingkan dengan nilai tingkat kesalahan atau alpha (α), dengan nilai $\alpha = 0,05$, maka diambil kesimpulan sebagai berikut :

- 1) $p \text{ value} \leq \alpha (0,05)$ H_0 ditolak yang bermakna ada hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat.
- 2) $p \text{ value} > \alpha (0,05)$ H_0 diterima yang bermakna tidak ada hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat.