

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Metode penelitian yang digunakan oleh peneliti adalah deskriptif korelasional yakni untuk mencari tahu hubungan antara tingkat stress dengan insomnia pada lansia. Penelitian ini menggunakan rancangan *cross sectional* yakni penelitian untuk mempelajari dinamika korelasi antara faktor resiko dengan efek dengan cara pendekatan, observasi data sekaligus pada suatu saat (*point time approach*) dimana tiap subjek penelitian hanya diobservasi sekali saja pada saat pemeriksaan (Notoatmodjo., 2018).

B. Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian dilakukan di Desa Jolontoro Kecamatan Sapuran Kabupaten Wonosobo pada tanggal 26 Desember 2021 – 4 Januari 2022.

C. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek atau subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2016). Populasi yang diteliti dalam penelitian ini adalah 287 lansia di Desa Jolontoro Kecamatan Sapuran Kabupaten

2. Sampel

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut (Sugiyono, 2016). Penentuan jumlah sampel pada penelitian ini menggunakan rumus *Slovin* dengan rumus sebagai berikut

Keterangan :

N : Besar Populasi

n : Besar Sampel

d : Tingkat Kesalahan (5 %)

Berdasarkan rumus diatas dapat diambil jumlah sampel sebagai berikut :

$$n = \frac{N}{1 + N(d^2)}$$

$$n = \frac{287}{1 + 287(0,05)^2}$$

$$n = \frac{287}{1,7175} = 167,1 \text{ di bulatkan menjadi } 168$$

Sampel dalam penelitian ini sebanyak 168 responden

3. Metode pengambilan sampel

Metode sampel adalah *simple random sampling*. *Simple random sampling* merupakan teknik pengambilan anggota sampel dari populasi yang dilakukan secara acak tanpa memperhatikan apapun yang ada dalam populasi (Sugiyono, 2016). Kriteria sampel dalam penelitian ini meliputi kriteria eksklusi dan inklusi

a. Kriteria inklusi

Kriteria inklusi adalah kriteria atau ciri-ciri yang perlu dipenuhi oleh setiap anggota populasi yang dapat diambil sebagai sampel (Notoatmodjo., 2018). Kriteria inklusi sebagai berikut :

- 1) Bersedia menjadi responden
- 2) Dapat berkomunikasi dengan baik
- 3) Lansia yang berusia lebih dari 60 tahun

b. Kriteria eksklusi

Kriteria eksklusi adalah ciri-ciri anggota populasi yang tidak dapat diambil sebagai sampel (Notoatmodjo., 2018). Kriteria eksklusi sebagai berikut :

- 1) Menolak menjadi responden
- 2) Pikun
- 3) Lansia dengan penyakit penyerta

D. Definisi Operasional

Tabel 3.1 definisi operasional

Variabel	Definisi operasioanl	Alat ukur	Hasil ukur	Skala ukur
<i>Variabel Independen:</i> insomnia pada lansia	gangguan tidur pada lansia yang membuat sulit untuk memulai tidur atau mempertahankan tidurnya	Kuesioner KSPBJ-IRS (Kelompok Studi Psikiatri Biologi Jakarta-Insomnia Rating scale) dengan jumlah kuesioner 11 item (Iwan.,	1. Tidak insomnia skor 11-19 2. insomnia ringan skor 20-27 3. insomnia berat skor 28-36 4. insomnia sangat berat skor 37-44	Ordinal

<i>Variabel</i> <i>Dependen:</i> tingkat stress	Sesuatu yang menimbulkan ketegangan, rangsangan, dan berpotensi menyebabkan ketidakstabilan sistem tubuh pada lansia	2009). <i>Depression Anxiety Stress Scale</i> (DASS) dengan jumlah kuesioner 14 item (Lovibond, & Lovibond, 1994).	1. normal : 0-14 2. ringan : 15-18 3. sedang :19-25 4. berat : 26-33 5. sangat berat : 34- 42	Ordinal
---	--	---	---	---------

E. Alat Pengumpulan Data

Instrumen yang digunakan pada penelitian ini ada dua yaitu kuesioner *Insomnia Rating Scale* dan *Depression Anxiety Stress Scale* (DASS)

1. Kuesioner Insomnia Rating Scale

Instrumen kuesioner KSPBJ-IRS (Kelompok Studi Psikiatri Biologi Jakarta-*Insomnia Rating Scale*). Kuesioner yang digunakan adalah kuesioner KSPBJ (Kelompok Studi Psikiatrik Biologik Jakarta) *insomnia rating scale* yang telah baku, jadi peneliti tidak melakukan uji validitasi dan reliabilitas. Uji korelasi yang dilakukan (Noor, R, 2014) menemukan bahwa nilai korelasi terkecil dari KSPBJ *insomnia rating scale* adalah 0.277 dan nilai korelasi tertinggi dari KSPBJ *insomnia rating scale* adalah .705. Nilai tersebut didapatkan dari 60 responden. Nilai korelasi diatas menunjukkan bahwa tiap pertanyaan memiliki nilai lebih dari 0.25 sehingga setiap pertanyaan valid untuk digunakan. Kuesioner ini telah dilakukan uji reabilitas dengan hasil ($r = 0,95$) antar psikiater dengan psikiater, dan hasil ($r = 0,94$) antar psikiater dengan dokter. Menurut Arikunto bila nilai

keusioner lebih dari 0,6 maka kuesioner bisa dikatakan reliabel. Dalam kuesioner ini terdapat 11 pertanyaan, mencakup 3 pertanyaan tahapan tidur (soal no 1-3), 4 pertanyaan akibat insomnia (soal no 4-7), dan 4 pertanyaan tanda dan gejala (soal no 8-11). Kuesioner ini menggunakan skala ordinal yaitu 1 = tidak pernah, 2 = kadang-kadang, 3 = sering, 4 = selalu. Dengan pengkategorian tidak insomnia skor 11-19, insomnia ringan : bila skor 20-27, insomnia berat: bila skor 28-36, dan insomnia sangat berat: bila skor 37-44

Tabel 3.2 Kisi kisi kuesioner KSPBJ *insomnia rating scale*

Indikator	no item	Jumlah item
kesulitan tidur	5,10,1	3
perasaan saat siang hari	4	1
lama tidur	11	1
kepuasan tidur	7	1
perasaan saat bangun	9	1
kejadian saat tidur	2,6,8	3
jadwal tidur	3	1
Total	11	11

2. Kuesioner DASS (*Depression Anxiety Stress Scale*)

Alat ukur kuesioner DASS (*Depression Anxiety Stress Scale*)-42 yang telah dikembangkan oleh Lovibond, S.H & Lovibond, P.F (1995) dan diadopsi oleh (Noviani, 2018). Dalam instrumen penelitian ini tidak perlu dilakukan uji validitas dan reabilitas karena kuesioner DASS yang di kembangkan dari Lovibond & Lovibond,1995) dan diadopsi dari (Noviani, 2018) sudah diuji validitas dan reabilitas. Telah dinyatakan valid dan reliabel dengan koefisien *Cronbach Alpha* sebesar 0,880 dan terdapat 14 pertanyaan dinyatakan valid dalam kuesioner yang mewakili indikator stres,

dengan 4 pilihan jawaban yaitu 0 berarti tidak pernah, 1 berarti kadang-kadang, 2 berarti sering, dan 3 berarti selalu dan pengkategorian normal jika skore 0-14, ringan jika skore 15-18, sedang jika skore 19-25, berat jika skore 26-33 dan sangat berat 34-42. Dibawah ini merupakan kisi kisi dari *Depression Anxiety Stress Scale*

Tabel 3.3 Kisi kisi DASS (*Depression Anxiety Stress Scale*)

variabel	indikator	no item
stress	gejala fisik	3,5,8,11
	gejala psikologis	7,9,10,12,14
	Perilaku	1,2,4,6,13
total		14

F. Prosedur Pengumpulan Data

1. Prosedur Pengumpulan Data

Langkah - langkah pengumpulan data dalam penelitian ini sebagai berikut:

a. Prosedur Administrasi

- 1) Peneliti mendapatkan surat rekomendasi studi pendahuluan dari institusi Universitas Ngudi Waluyo pada tanggal 30 September 2021 dengan No 00525/SM/F.Kes/UNW/IX/2021.
- 2) Peneliti mengajukan surat studi pendahuluan dari Universitas Ngudi Waluyo ke Desa Jolontoro Kecamatan Sapuran Kabupaten Wonosobo
- 3) Peneliti mengajukan surat izin penelitian dan pengambilan data dari insitusi Universitas Ngudi Waluyo ke Desa Jolontoro Kecamatan Sapuran Kabupaten Wonosobo pada tanggal 6 Desember 2021 dengan No surat 00954/SM/F.Kes/UNW/XII/2021.

b. Prosedur penelitian

- 1) Peneliti melakukan mencari data ke kepala Desa Jolontoro dan selanjutnya menuju RW setempat agar mempermudah mendapat data lebih lengkap, peneliti mencari sampel sesuai dengan kriteria inklusi
- 2) Peneliti membutuhkan 5 orang asisten untuk membantu mempercepat dalam penelitian dan peneliti melakukan persamaan persepsi agar tidak terjadi kesalahan teknis dalam penelitian
- 3) Peneliti memilih asisten dengan ketentuan merupakan mahasiswa fakultas kesehatan dan bersedia menjadi asisten penelitian serta dapat membantu hingga selesai penelitian tanpa melakukan input data dan pembahasan
- 4) Peneliti melakukan pengambilan data *door to door* dikarenakan kegiatan kesehatan seperti posyandu belum aktif kembali
- 5) Penelitian diambil secara acak sederhana, dimana peneliti mengumpulkan seluruh data populasi dari responden sebanyak 287 orang, selanjutnya dimasukan kedalam aplikasi *ms excel* untuk mempermudah pengambilan undian sampel data. sampel yang diambil nantinya berjumlah 168 orang
- 6) Peneliti memulai pengambilan data dengan 5 orang asisten, pada tanggal 26 Desember 2021 – 4 Januari 2022.

- 7) Pada proses penelitian, peneliti melakukan sosialisasi mengenai alur, manfaat dan tujuan penelitian dan meminta kesediaan untuk berpartisipasi dalam penelitian ini.
- 8) Responden yang bersedia menjadi responden selanjutnya menandatangani surat pernyataan persetujuan menjadi responden dan apabila responden tidak bisa menandatangani surat pernyataan responden diminta menggunakan sidik jari/cap jempol.
- 9) Selanjutnya peneliti memberikan kuesioner untuk di lakukan pengisian oleh responden dan bagi responden yang tidak bisa membaca dalam pengisian kuesioner didampingi peneliti,
- 10) Penelitian selesai tanggal 4 Januari 2022.
- 11) Setelah selesai penelitian, peneliti melakukan analisa data, tabulasi data dan melakukan pengolahan data melalui SPSS versi 16 dan membuat hasil pembahasan.

G. Etika Penelitian

Etika yang digunakan dalam penelitian ini adalah :

1. Menghormati harkat dan martabat manusia (*respect for human dignity*)

Peneliti memberikan lembar persetujuan responden dan responden memberikan tanda tangan tanpa ada paksaan pada seluruh sampel yang ditunjuk sebagai responden

2. Menghormati privasi dan kerahasiaan subjek penelitian (*respect for privacy and confidentiality*). Peneliti tidak menulis identitas lengkap hanya memberikan kode nama dalam data tabulasi penelitian.

3. Keadilan dan inklusivitas/ keterbukaan (*resprct for justice an inclusiveness*)

Peneliti tidak membedakan agama, gender, ras dan suku. Seluruh responden memiliki kesempatan untuk menjadi sampel penelitian

4. Memperhitungkan manfaat dan kerugian yang tumbulkan (*balancing harms and benefits*)

Penelitian ini memberikan manfaat pada responden yakni menambah wawasan dan pengetahuan mengenai tingkat stress dan insomnia.

H. Pengolahan Data

1. *Editing*

Peneliti melakukan pengecekan dan perbaikan isian formulir (Notoatmodjo., 2018)

2. *Coding*

Peneliti memberikan coding pada 2 variabel yakni

a. Variabel insomnia

- | | |
|--------------------------|---------------|
| 1) Tidak insomnia | diberi kode 1 |
| 2) Insomnia ringan | diberi kode 2 |
| 3) Insomnia berat | diberi kode 3 |
| 4) Insomnia sangat berat | diberi kode 4 |

b. Varibel tingkat stress

- | | |
|------------------------|---------------|
| 1) Normal | diberi kode 1 |
| 2) Stress Ringan | diberi kode 2 |
| 3) Stress Sedang | diberi kode 3 |
| 4) Stress Berat | diberi kode 4 |
| 5) Stress sangat berat | diberi kode 5 |

3. Skoring

Peneliti memberikan skore pada setiap jawaban

a. variabel stress

- | | |
|-----------------|---------|
| 1) tidak pernah | skore 0 |
| 2) kadang | skore 1 |
| 3) sering | skore 2 |
| 4) selalu | skore 3 |

b. variabel insomnia

- | | |
|-----------------|---------|
| 1) tidak pernah | skore 1 |
| 2) kadang | skore 2 |
| 3) sering | skore 3 |
| 4) selalu | skore 4 |

4. Tabulasi

Peneliti membuat tabel data sesuai dengan tujuan peneliti

5. Processing

Peneliti memasukkan data dalam bentuk kode ke program SPSS

6. Cleaning

Peneliti melakukan pengecekan kembali

I. Analisis Data

Data yang sudah diolah kemudian dilakukan analisis secara bertahap sesuai tujuan penelitian, meliputi :

1. Analisis Univariat

Analisa univariat bertujuan untuk menjelaskan atau mendiskripsikan karakteristik setiap variabel penelitian (Notoatmodjo., 2018). Analisa univariat dilakukan untuk melihat :

- a. Gambaran tingkat stress pada lansia di Desa Jolontoro Kecamatan Sapuran Kabupaten Wonosobo
- b. Gambaran insomnia pada lansia di Desa Jolontoro Kecamatan Sapuran Kabupaten Wonosobo

2. Analisis Bivariat

Analisis bivariat dilakukan terhadap 2 variabel yang diduga berhubungan atau berkorelasi (Notoatmodjo.,2018). Uji yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah *Uji Spearman Rank*.

Tabel 3.4 Intrepetasi uji hipotesis korelatif Spearman Rho

No	Parameter	Nilai	Interpretasi
1	Kekuatan Korelasi	0,0 - < 0,2	Sangat lemah
		0,2 - < 0,4	Lemah
		0,4 - < 0,6	Sedang
		0,6 - < 0,8	Kuat
		0,8 - < 1,00	Sangat kuat
2	Nilai P	p < 0,05	Terdapat korelasi yang bermakna antara dua variabel yang diuji.
		p > 0,05	Tidak terdapat korelasi yang

			bermakna antara dua variabel yang diuji.
3	Arah korelasi	+ (Positif)	Searah, semakin besar nilai satu variabel semakin besar pula nilai variabel lainnya.
		- (Negatif)	Berlawanan arah, semakin besar nilai suatu variabel, semakin kecil nilai variabel lainnya.

Sumber: (Sopiyudin Dahlan, 2013)