

BAB III

METODE PENELITIAN

a. Desain Penelitian

Desain pada penelitian ini adalah deskriptif korelasional. Deskriptif korelasional merupakan penelitian yang bertujuan untuk mengetahui ada dan tidaknya hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat. Pada penelitian ini mempunyai tujuan untuk mengetahui hubungan antara tingkat stres (variabel bebas) dengan pola tidur remaja karena pembelajaran daring (variabel terikat) di SMP N 2 Margorejo Kabupaten Pati. Menurut (Syahrudin & Salim, 2012) rancangan deskriptif bertujuan untuk mendapatkan gambaran tentang permasalahan (keadaan) mengenai keberadaan suatu masalah, luasnya masalah, besarnya suatu masalah, dan pentingnya masalah.

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan desain pendekatan *cross sectional*. Dimana pendekatan ini digunakan untuk mempelajari dinamika korelasi antara faktor resiko dengan pendekatan dimana semua variabelnya diukur atau dikumpulkan sekaligus dalam satu waktu.

b. Lokasi dan waktu penelitian

1. Tempat

Penelitian ini dilakukan di SMP N 02 Margorejo, yang terletak di kecamatan Margorejo kabupaten pati

2. Waktu

Untuk pelaksanaan penelitian dilakukan pada tanggal 17 bulan Januari tahun 2021

c. Subjek Penelitian

1. Populasi

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas VIII SMP N 2 Margorejo Kabupaten Pati yang berjumlah 165 siswa yang terbagi dalam 6 kelas. Peneliti memilih kelas VIII karena dari awal masuk sekolah siswa remaja belum pernah mengikuti pembelajaran secara tatap muka.

2. Sampel

Sebagian jumlah dari populasi yang memiliki karakteristik dari populasi tersebut, atau bisa diartikan sebagai bagian kecil dari populasi yang diambil menurut ketentuan prosedur sehingga dapat mewakili populasinya. Pada penelitian ini, sampel yang diambil yaitu seluruh siswa kelas VIII yang mengikuti pembelajaran daring di SMP N 2 Margorejo.

Pada penelitian ini, peneliti menggunakan teknik *proportional random sampling* untuk pengambilan sampel. Merupakan pengambilan sampel yang secara acak, teknik ini biasanya dipilih bila populasi dianggap memiliki karakteristik yang homogen.

Tabel 3.1 Sample Sampel Siswa Kelas VIII

No	Kelas	Jumlah siswa
1	Kelas VIII-A	28 siswa
2	Kelas VIII-B	28 siswa
3	Kelas VIII-C	28 siswa
4	Kelas VIII-D	28 siswa
5	Kelas VIII-E	27 siswa
6	Kelas VIII-F	26 siswa
Total Siswa		165 siswa

Besar sampel dalam penelitian ini dihitung dengan rumus *Taro*

Yamane (Yamane,1967) sebagai berikut:

$$n = \frac{N}{Nd^2 + 1}$$

Keterangan:

n : Jumlah sampel

N : Jumlah populasi

e : Presisi (0,50 atau 0,10)

$$n = \frac{165}{165(0,10^2) + 1}$$

$$n = \frac{165}{2,65}$$

$$= 62,26 \text{ dibulatkan menjadi } 62$$

Untuk pengambilan sampel perkelas peneliti menggunakan rumus proportional random sampling yaitu :

$$ni = (Ni/N)n$$

$$\text{Kelas A } 28/165 \times 62 = 11$$

$$\text{Kelas B } 28/165 \times 62 = 11$$

$$\text{Kelas C } 28/165 \times 62 = 11$$

$$\text{Kelas D } 28/165 \times 62 = 11$$

Kelas E $27/165 \times 62 = 10$

Kelas F $26/165 \times 62 = 10$

64

Jumlah sampel yang diperlukan dalam penelitian ini sebanyak 64 responden dari siswa SMP N 2 Margorejo.

Cara pengambilan sampel *proporsional random sampling* yaitu kelas A terdapat 28 siswa yang akan diambil secara acak sebanyak 11 siswa dengan cara diundi, lalu mengisi kuesioner yang diberikan oleh peneliti. Ada siswa yang menolak, maka peneliti akan mengambil siswa lain dari kelas A tersebut untuk menggantikannya.

a. Teknik Sampling

Teknik pengambilan sampel didalam penelitian ini menggunakan metode *proporsional random sampling* atau bisa disebut dengan metode pengambilan sample secara acak, didalam populasi semua unsur mempunyai peluang yang sama untuk menjadi sampel.

b. Kriteria Sampling

Kriteria terbagi menjadi dua yaitu kriteria inklusi dan kriteria eksklusif. Kriteria inklusi merupakan kriteria yang mana subjek peneliti bisa mewakili dalam sampel penelitian yang memenuhi sampel. Untuk kriteria eksklusif lawan dari kriteria inklusif, yakni subjek penelitian tidak bisa mewakili sampel karena tidak memenuhi syarat penelitian.

Kriteria Inklusi :

1) Remaja yang bersedia menjadi responden dalam penelitian ini

2) Siswa sedang mengikuti pembelajaran daring

Kriteria Eksklusi

- 1) Siswa remaja yang tidak berkompeten atau menolak untuk menjadi responden
- 2) Siswa yang berhalangan hadir atau tidak masuk sekolah
- 3) Siswa yang sakit ketika pengambilan data

d. Definisi Operasional

Tabel 3.2 Definisi Operasional

Variabel	Defisi Operasional	Alat Ukur	Hasil Ukur	Skala Ukur
Tingkat Stress	Reaksi individu saat menerima tekanan di luar kemampuannya	<i>Depression Amxiety Stres Scale</i> (DASS42) Terdapat 14 pertanyaan	Tingkat stres normal : 0-14 Tingkat stres ringan : 15-18 Tingkat stres sedang : 19-25 Tingkat stres parah : 26-33 Tingkat stres sangat parah : > 34	Ordinal
Pola Tidur	Pola tidur merupakan pola istirahat dgn tidur di waktu siang dan malam hari	Kuesioner Pola tidur Terdapat 13 pertanyaan	Kategori Baik : < 26 Kategori Cukup : 26 – 38 Kategori Kurang Baik : 39 – 52	Ordinal

e. Variabel Penelitian

1. Variabel Independen

Variabel independen (variabel bebas) dalam penelitian ini adalah tingkat stres

2. Variabel Dependen

Variabel dependen (variabel terikat) dalam penelitian ini adalah pola tidur pada remaja.

f. Pengumpulan data

1. Teknik pengumpulan data

Pada penelitian ini peneliti mengumpulkan data dengan menggunakan angket atau kuesioner yang di isi langsung oleh responden siswa kelas VIII. Peneliti datang ke lokasi SMP N 2 Margorejo dan memberikan kuesioner yang sudah di cetak oleh peneliti. Berikut proses pengumpulan data dilalukan dalam beberapa langkah, antara lain :

- a. Peneliti meminta surat dari kampus Universitas Ngudi Waluyo Ungaran
- b. Peneliti mengajukan surat yang diberikan oleh kampus untuk melakukan penelitian di SMP N 2 Margorejo
- c. Surat sudah diterima maka peneliti menunggu persetujuan dari kepala sekolah SMP N 2 Margorejo
- d. Mendapat persetujuan dari pihak sekolah maka peneliti melakukan penelitian kepada siswa yang mengikuti pembelajaran daring

- e. Peneliti bertemu dengan para siswa kelas VIII yang mengikuti pembelajaran daring pada saat pengumpulan raport sehingga seluruh siswa masuk kelas yang dibagi menjadi dua
- f. Peneliti menjelaskan maksud dan tujuan kedatangan peneliti dilakukannya penelitian
- g. Peneliti memberikan lembar informed consent kepada responden
- h. Responden setuju dijadikan sample dalam penelitian, selanjutnya responden diminta untuk mengisi kuesioner dengan waktu ± 10 menit
- i. Tidak setuju maka akan diganti oleh siswa lain yang satu kelas
- j. Selesai mengisi dicek kembali lembar kuesioner setelah itu dikumpulkan

2. Instrumen pengumpulan Data

Alat untuk pengumpulan data yang digunakan oleh peneliti yaitu kuesioner DASS-42. Dimana DASS-42 merupakan kuesioner yang mengukur tingkat stres pada responden remaja selama mengikuti pembelajaran daring di masa pandemic ini. Peneliti juga mengadopsi dari penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Pajar Haryanto ,kuesioner yang digunakan untuk penelitian ini yaitu kuesioner untuk mengukur gangguan pola tidur yang dialami oleh remaja SMP N 2 Margorejo.

Tabel 3.3 Kisi-Kisi Kuesioner Tingkat Stres

Variabel	Kisi-Kisi Soal	Nomor Soal
Stres	Jengkel pada hal kecil	1, 4
	Reaksi berlebih	2, 5, 9
	Sulit rileks	3, 10
	Tidak sabaran	6
	Mudah tersinggung	7
	Sulit mentoleransi gangguan	11,13
	Sulit istirahat	8
	Gelisah	14
	Tegang	12

Sumber : Khalifah (2013)

3. Uji Validitas dan Reliabilitas

Validitas merupakan daftar angka yang dimana menunjukkan bahwa suatu instrumen tersebut benar-benar mengukur variabel yang telah ditetapkan oleh peneliti. Uji validitas digunakan untuk menentukan nilai valid pada kuesioner atau instrumen yang akan dijadikan sebagai alat ukur untuk penelitian.

Kuesioner yang digunakan peneliti dalam penelitian ini sudah tervalidasi, dimana nilai validitas dan reliabilitasnya 0,91 yang di oleh berdasarkan penilaian *cronbach's alpha*, sedangkan uji validitas dan realibilitas DASS-42 Stres 0,790, DASS-42 Kecemasan 0-781, DASS-42 Depresi 0,794 (Kholifah, 2013)

Instrumen Kuesioner pola tidur dinyatakan memenuhi syarat reliabilitas dengan korelasi item total $>0,2$ dan Alpha Cronback $>0,6$ yaitu 0,79 sebanyak 13 item.

g. Pengolahan data

1. Editing (pemeriksaan Data)

Dalam tahap editing ini data yang telah dikumpulkan oleh peneliti akan dikoreksi kembali untuk mengetahui kesalahan yang ada.

2. Coding (pengkodean)

Merupakan cara untuk mengelompokkan data dengan menyamakan variabel penelitian yang ada. *Coding* ini dapat digunakan untuk mempermudah proses tabulasi, analisa data dan mempercepat entry data. Peneliti bisa merubah data bentuk huruf menjadi data dalam bentuk angka atau bilangan. Kode diberikan pada semua variabel.

a. Jenis Kelamin

Laki-laki = 1

Perempuan = 2

b. pilihan jawaban untuk SASS 42

Skor 0 = Tidak Pernah

Skor 1 = Kadang-kadang

Skor 2 = Sering

Skor 3 = Selalu

c. pilihan jawaban untuk kuesioner pola tidur

Tidak Pernah = 1

Kadang-kadang = 2

Sering = 3

Selalu = 4

3. Prosesing

Kuesioner yang telah terisi semua, melewati proses koding, maka langkah berikutnya adalah memproses data supaya dapat di analisis. Proses data dilakukan dengan cara mengentry data kuesioner dengan menggunakan program komputer

4. Cleaning

Merupakan proses kegiatan untuk mengecek kembali data yang telah dientry apakah ada kesalahan atau tidak.

h. Analisis Data

1. Analisis Univariat

a. Rata-Rata atau *Mean*

$$\bar{X} = \frac{\sum X}{N}$$

Keterangan \bar{X} = rata-rata (*mean*)

$\sum X$ = jumlah nilai x ke I sampai ke n

N = Jumlah individu

b. Nilai tengah atau *Median*

$$M_e = b + p \left[\frac{\frac{1}{2} n - F}{f} \right]$$

Keterangan: b : batas bawah

p : panjang kelas median

n : jumlah sampel

F : frekuensi kumulatif

f : frekuensi

c. Nilai yang sering muncul (*Modus*)

$$M_o = b + p \left[\frac{b_1}{b_1 + b_2} \right]$$

Keterangan: b : batas bawah

p : panjang kelas median

b_1 : f kelas modus dikurangi f kelas sebelumnya

b_2 : f kelas modus dikurangi f kelas sesudahnya

2. Analisis Bivariat

Peneliti menganalisis dua macam variabel yang terdiri dari dependen dan independen yang dianggap memiliki hubungan. Peneliti menggunakan analisis bivariate melalui uji *Chi Square* untuk menguji hubungan tingkat stres dengan pola tidur pada remaja di SMP N 2 Margorejo. Uji *Chi Square* digunakan karena data yang digunakan bersifat kategorik dan berskala ordinal, dengan tabel 5x3.

Berikut adalah rumus uji *Chi Square*:

$$x^2 = \sum \frac{(fo - fe)^2}{fe}$$

Keterangan

x^2 = nilai *chi square*

fo = frekuensi yang diobservasi

fe frekuensi yang diharapkan

nilai probabilitas dengan tingkat kepercayaan 95% ($p=0,05$) untuk mengetahui hubungan antara variabel. Interpretasi hasil apabila nilai $p < \alpha$ (0,5) maka H_0 ditolak. Diinterpretasikan ada hubungan antara tingkat stres

dengan pola tidur. Jika nilai $p > \alpha$ (0,5) maka H_1 di terima jadi di interpretasikan tidak ada hubungan antara tingkat stres dengan pola tidur.

Ketentuan uji *chi Square*

- a. Tabelnya lebih 2x2, gunakan *Prson Chi Square*
- b. Tabelnya 2x2, tidak ada sel yang nilai E-nya < 5 , digunakan *Continuity Correction*
- c. Tabelnya 2x2, ada sel yang nilai E-nya < 5 , digunakan *Fisher Exact*
- d. Tidak memenuhi syarat, maka diupayakan untuk melakukan transformasi data supaya sebaran menjadi normal
- e. Variabel hasil trenasformasi berdistribusi normal, maka dipilih uji korelasi person
- f. Variabel hasil transformasi berdistribusi tidak normal maka alternatifnya dipilih uji korelasi Spearman