

BAB III METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Sebuah penelitian yang diatur atau dibangun agar peneliti dapat memperoleh jawaban atas pertanyaan mereka dikenal sebagai desain penelitian (Putri & Sudhana, 2013). Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana stres dan kualitas tidur yang dialami lansia di Desa Sadeng.

Salah satu pendekatan yang digunakan dalam desain penelitian ini adalah analisis deskriptif korelasional. Peneliti ingin mengetahui hubungan antara stres dengan kualitas tidur pada lansia di Desa Sadeng, oleh karena itu peneliti menggunakan desain penelitian analitik deskriptif korelasional, yang terdiri dari variabel independen dan dependen.

Metode ini bersifat *cross-sectional*. Periode pengukuran atau pengamatan data pada variabel independen dan variabel dependen hanya satu kali menjadi sorotan dari teknik penelitian *Cross sectional* (Nursalam, 2011).

B. Waktu dan tempat peneliti

1. Waktu penelitian

Pada bulan juli 2024.

2. Tempat penelitian

Penelitian ini dilakukan pada Desa Sadeng kecamatan gunung pati.

C. Populasi dan sampel penelitian

1. Populasi

Populasi mengacu pada keseluruhan objek atau subjek yang menurut peneliti memiliki kualitas dan karakteristik tertentu yang ingin dipelajari. Hal ini tidak hanya meliputi objek atau subjek yang diteliti, tetapi juga seluruh karakteristik yang dimiliki,

yang kemudian ditarik kesimpulannya (Melyza & Agus, 2021). Terdapat 325 orang lansia yang menjadi populasi penelitian ini. Responden kurang memahami kuesioner dan dibantu mengisi oleh peneliti.

2. Sampel

Sampel adalah orang atau benda yang akan diteliti, atau bisa juga merupakan bagian dari ukuran dan susunan populasi (Melza & Agus, 2021).

Rumus Slovin berikut ini dapat digunakan untuk menghitung jumlah sampel yang dibutuhkan:

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

Keterangan :

N= besar populasi

n= besar sampel

d= tingkat signifikansi (p)

perhitungan sampelnya sebagai berikut :

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

$$n = \frac{325}{1+325(0,1)^2}$$

$$n = \frac{325}{1+325(0,01)^2}$$

$$n = \frac{325}{4,25}$$

n= 76,4 atau 76 responden

Oleh karena itu, ukuran sampel peneliti terdiri dari 76 responden senior. Pengambilan sampel bertujuan sebagai metode pengambilan sampel.

Purposive sampling adalah pendekatan penentuan sampel dengan sejumlah faktor, menurut Sugiyono (2019). Sementara itu, Notoatmodjo (2010) menyatakan

bahwa penerapan pendekatan Purposive Sampling, berdasarkan pada faktor-faktor tertentu, seperti tergantung pada kualitas dan atribut yang sudah diketahui sebelumnya.

D. Teknik pengambilan sampel

Kriteria pada peneliti ini dibagi menjadi 2 yaitu kriteria inklusi dan kriteria eksklusi, antara lain :

1. Kriteria inklusi

Menurut Nursalam (2008), kriteria inklusi adalah ciri-ciri umum peserta penelitian dari target demografi yang dapat membayar dan akan diteliti.

Berikut ini adalah kriteria inklusi penelitian:

- a. Penduduk lansia di Desa Sadeng, Kecamatan Gunung Pati
- b. Bersedia menandatangani lembar persetujuan (informed consent) untuk berpartisipasi dalam penelitian atau menjadi responden
- c. Lansia yang memiliki keluarga.

2. Kriteria eksklusi

Menurut Nursalam (2008), tujuan dari kriteria eksklusi adalah untuk menolak atau menolak partisipan penelitian yang memenuhi kriteria inklusi karena berbagai alasan.

Berikut ini adalah kriteria eksklusi peneliti:

Lansia yang sulit memahami/mengisi kuesioner dan dibantu mengisi oleh peneliti.

E. Definisi operasional

Variabel penelitian	Definisi operasional	Alat ukur	Katagori	Skala ukur
Tingkat stress	Stress merupakan respon setiap individu sebagai respon psikis terhadap tuntutan yang dihadapi serta akan	Kuesioner DASS (Depression Anxiety Streess Scales)	Normal skor 0-14 :1 Stress ringan skor 15-18 :2 stress sedang skor 19-25 :3 stress berat skor 26-33 :4	Ordinal

	menimbulkan adanya perubahan secara fisik, psikologis dan spiritual.		stress sangat berat skor > 34 : 5	
Kualitas tidur	Ialah suatu kepuasan yang dapat dirasakan oleh seseorang terhadap tidurnya yang dapat diukur dengan beberapa spek	Kuesioner PSQI (Pittsburgh Sleep Quality Index)	Baik ≤ 5 Buruk < 15 + skor pertanyaan.	Ordinal

F. Instrument peneliti dan alat pengumpulan data

1. Instrument penelitian

Instrument penelitian merupakan alat yang dipergunakan untuk mengumpulkan suatu data ataupun suatu objek dari variabel penelitian (Yusup, 2018).

Instrument kuesioner yang akan digunakan meliputi :

Kuesioner 1 :

Pada kuesioner 1 berisi tentang demografi responden, diantaranya nama, jenis kelamin, usia

Kuesioner 2 ;

No	Variabel	Indikator	Jumlah pertanyaan	Kategori
1	Kualitas tidur	Pittsburgh Sleep Quality Index	(1-9)	Kurang lebih 5 : baik Lebih 5 : buruk
2.	Stress	Depression Anxiety Stress Scales	(1-14)	0- >34 : normal-sangat parah

G. Variabel penelitian

1. Variabel independent

Menurut Purwanto (2019), variabel independen adalah variabel yang secara teoritis dapat menyebabkan atau mengakibatkan variabel lain. Tingkat stres adalah variabel independen yang digunakan peneliti.

2. **Variabel dependent**

Menurut Purwanto (2019), variabel dependen adalah variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat karena adanya variabel independen. Kualitas tidur adalah variabel dependen yang digunakan oleh peneliti ini.

H. Metode pengumpulan data

Menurut Nurselam (2018), pengumpulan data adalah suatu pendekatan terhadap topik atau prosedur pengumpulan data dalam rangka pengumpulan informasi berdasarkan ciri-ciri subjek yang mungkin diselesaikan dalam suatu penelitian yang dapat dijadikan landasan untuk penelitian selanjutnya.

Prosedur dan metode pengumpulan data untuk penelitian ini akan dilakukan dengan beberapa cara, seperti:

1. Editing

Proses penyuntingan melibatkan verifikasi informasi yang telah dikumpulkan, memastikan bahwa isi kuesioner sudah lengkap, dan memeriksa setiap kesalahan yang mungkin dilakukan oleh responden saat mengisinya.

2. *Scoring*

Memberikan skor atas jawaban dari responden terhadap kuesioner yang telah diberikan kepada responden.

Stress normal=0 – 14 :1

Stress ringan =15 – 18 :2

Stress sedang =19 – 25 :3

Stress parah=26 – 33 :4

Stress sangat parah =20 > 34 :5

Kualitas tidur

Baik : 1

Buruk : 2

Sangat buruk :3

3. *Coding*

Untuk mempermudah proses pengisian lembar tabel kerja bagi peneliti dalam membaca dan menginput data, data diklasifikasikan dengan cara memberikan tanda pada setiap jawaban berupa kode pada lembar kuesioner.

a) Jenis kelamin

Laki laki :1

Perempuan : 2

b) Usia

60 =1

62 = 2

65 = 3

66 = 4

67 =5

c) Tingkat stress

Normal = 1

Ringan = 2

Sedang = 3

Stress berat] =4

Stress sangat berat =5

d) Kualitas tidur

Baik = 1

Buruk = 2

Sangat buruk = 3

4. *Entry*

Data yang diperoleh dari kuesioner berisi nilai masing-masing indikator dimasukkan pada perangkat lunak komputer yaitu SPSS.

5. *Cleaning*

Proses cleaning merupakan pemeriksaan kelengkapan data yang telah di entry dan seluruh data yang dinyatakan sesuai dengan hasil kuesioner.

I. Analisis Data

Pada peneliti ini, menggunakan dua teknik analisis data yaitu :

1. Analisis univariat

Analisis univariat bertujuan untuk menjelaskan atau mendeskripsikan karakteristik setiap variabel penelitian (Notoatmodjo, 2018). Dalam penelitian analisa univariat dilakukan menggunakan SPSS. Data hasil penelitian dideskripsikan dalam bentuk prosentase dan distribusi frekuensi meliputi karakteristik responden (usia, jenis kelamin).

2. Analisis bivariat

Pemeriksaan hubungan antara dua variabel dikenal sebagai analisis bivariat. Analisis bivariat digunakan untuk menentukan kekuatan hubungan antara variabel independen dan dependen dengan menggunakan chi-square, yang juga disebut kaisquare.

Uji statistik *Chi-square* dengan rumus:

$$x^2 = \sum \frac{(O - E)^2}{E}$$

Dengan DF = (K-1) (B-1)

Keterangan:

O = Nilai observasi

E = Nilai expected / harapan

X² = Uji *Chi-square*

Chi-square, atau yang dikenal dengan kai-square, adalah metode analisis yang digunakan dalam penelitian ini untuk menguji hipotesis ketika data yang diperiksa bersifat kategorikal. Uji Chi-square digunakan untuk menentukan seberapa besar perbedaan proporsi atau persentase di antara banyak kumpulan data. Hipotesis yang menyatakan bahwa terdapat hubungan yang substansial antara stres dan kualitas tidur diuji dalam penelitian ini dengan menggunakan uji chi-square. Persyaratan untuk uji chi-square (kai-square) adalah:

- a. Tidak boleh ada yang mempunyai nilai harapan (nilai E) <1,
- b. Tidak boleh ada sel mempunyai nilai harapan (nilai E) <5, lebih dari 20% dari jumlah keseluruhan sel.

J. Etika peneliti

Masalah etika penelitian merupakan masalah yang signifikan dalam penelitian, menurut etika penelitian keperawatan. Karena penelitian keperawatan selalu dilakukan di dekat manusia, faktor-faktor penelitian harus diperhitungkan dengan cermat.

1. Informed consent (penjelasan dan persetujuan)

Proses penelitian berupa pemberi informed cosent untuk mengavaluasi kesediaan partisipan dalam berpartisipasi selama penelitian.

2. Anonymity (tanpa nama)

Untuk menjaga anonimitas responden, peneliti hanya akan menggunakan inisial bukan nama lengkap

3. Confidentiality (bersifat rahasia)

Peneliti berjanji akan merahasiakan mengenai informasi responden, dan peneliti hanya mempersentasikan pada tertentu untuk hasil laporan penelitian.