

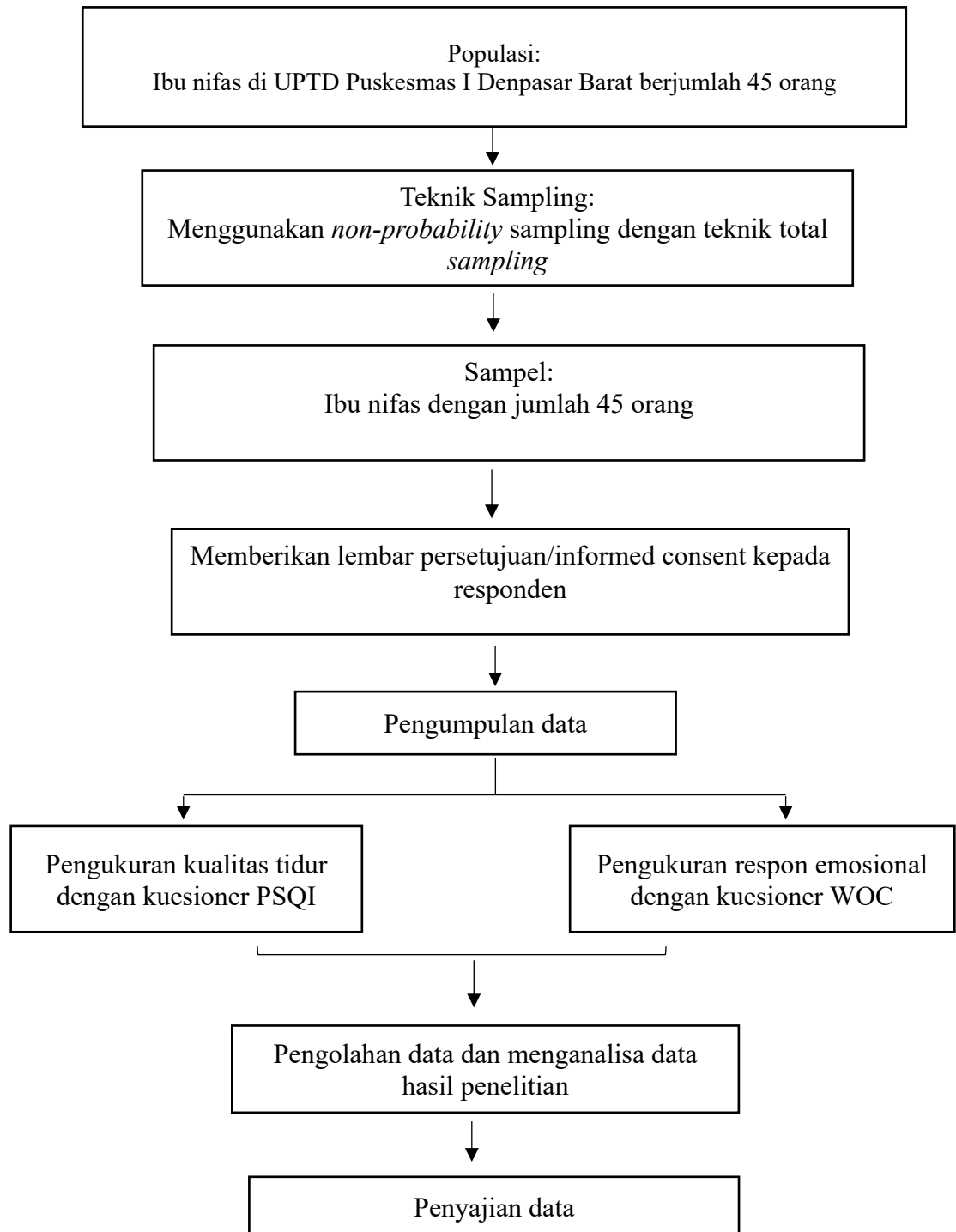
BAB IV

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif non eksperimental melalui rancangan analitik korelasional. Analisis korelasional adalah jenis penelitian yang digunakan untuk melihat apakah ada hubungan antara dua variabel atau lebih. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui seberapa kuat hubungan tersebut (Setyawati dkk, 2023). Penelitian ini dilakukan dengan pendekatan *cross-sectional*, dimana dilakukan dengan cara mengamati suatu kondisi pada satu waktu tertentu saja. Peneliti mengkaji hubungan antara dua variabel dalam suatu kelompok responden untuk mengetahui ada atau tidaknya keterkaitan di antara keduanya. Dalam penelitian ini, tujuan yang ingin dicapai adalah mengetahui hubungan antara kualitas tidur dengan respon emosional pada ibu nifas.

B. Alur Penelitian



Gambar 2. Bagan Alur Penelitian Hubungan Kualitas Tidur dengan Respon Emosional pada Ibu Nifas

C. Tempat dan Waktu Penelitian

1. Tempat penelitian

Penelitian ini akan dilaksanakan di UPTD Puskesmas I Denpasar Barat. Pemilihan lokasi penelitian ini didasarkan karena puskesmas dengan jumlah ibu nifas terbanyak. Selain itu, berdasarkan studi pendahuluan ditemukan data skrining kesehatan jiwa pada ibu hamil (ANC) di UPTD Puskesmas I Denpasar Barat terhadap 29 responden, diperoleh bahwa sebagian besar ibu berada pada kategori skor 0–9 yaitu sebanyak 65,5% yang memerlukan edukasi kesehatan jiwa. Namun demikian, terdapat 24,1% responden dengan skor 10–12 yang memerlukan skrining ulang, serta 10,3% responden dengan skor ≥ 13 yang memerlukan konsultasi kesehatan jiwa. Kondisi ini menunjukkan bahwa sebagian ibu telah mengalami gangguan atau perubahan respon emosional sejak masa kehamilan, yang apabila tidak ditangani dengan baik berpotensi berlanjut hingga masa nifas.

2. Waktu penelitian

Waktu pengambilan data dilaksanakan pada bulan 5 Mei-16 Mei 2026.

D. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi adalah keseluruhan subjek atau objek yang menjadi sasaran penelitian dan memiliki karakteristik tertentu sesuai dengan kriteria yang telah ditetapkan peneliti. Populasi ini menjadi dasar generalisasi karena dari kelompok tersebut data dikumpulkan, dipelajari, dan ditarik kesimpulan. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh ibu yang menjalani masa nifas yang berada di UPTD Puskesmas I Denpasar Barat selama periode April hingga Mei. Berdasarkan

pendataan awal dari register KIA Puskesmas, jumlah ibu nifas yang memenuhi kriteria pada periode tersebut sebanyak 45 orang.

2. Sampel

Sampel merupakan bagian dari populasi yang mewakili jumlah serta karakteristik tertentu. Apabila populasi terlalu besar sehingga tidak memungkinkan untuk diteliti secara keseluruhan karena keterbatasan waktu, biaya, dan tenaga, maka penelitian dapat dilakukan dengan menggunakan sampel yang diambil dari populasi tersebut (Setyawati dkk, 2023). Karena jumlah populasi hanya sedikit yaitu 45 orang, maka semua ibu nifas yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi dijadikan sampel.

a. Kriteria inklusi

Kriteria inklusi merupakan karakteristik umum yang dimiliki subjek penelitian dari populasi target yang terjangkau dan akan diteliti. Kriteria inklusi dalam penelitian ini adalah:

- 1) Ibu dalam masa nifas (3- 42 hari)
- 2) Ibu yang tinggal bersama bayinya
- 3) Ibu yang mampu berkomunikasi dengan baik
- 4) Ibu yang bersedia menjadi responden dan menandatangani *informed consent*

b. Kriteria eksklusi

Kriteria eksklusi merupakan kriteria yang ditetapkan untuk mengeluarkan subjek-subjek yang telah memenuhi kriteria inklusi dari kelompok. Kriteria eksklusi dalam penelitian ini adalah:

- 1) Ibu nifas dengan penyakit kronis berat
- 2) Ibu nifas yang tidak kooperatif.

3. Teknik sampling

Teknik sampling merupakan suatu metode yang membahas proses pemilihan unit dari populasi untuk dijadikan sampel serta cara memperkirakan parameter populasi. Dalam istilah statistika, hal ini dikenal sebagai rencana sampling dan metode estimasi (Setyawati dkk, 2023). Dalam penelitian ini, metode pengambilan sampel yang digunakan adalah *non-probability sampling* dengan pendekatan *total sampling*. Total sampling adalah teknik pengambilan sampel di mana seluruh anggota populasi dijadikan sebagai subjek penelitian. Berdasarkan data yang diperoleh, jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 45 orang.

E. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data

1. Jenis data yang dikumpulkan

Jenis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah data primer. Data primer adalah data yang diperoleh secara langsung oleh peneliti dari sumber pertama atau responden melalui proses pengumpulan data seperti wawancara, observasi, atau pengisian kuesioner untuk tujuan penelitian. Dalam penelitian ini, data diperoleh langsung dari responden yaitu ibu nifas melalui pengisian kuesioner yang diberikan oleh peneliti (Setyawati dkk, 2023).

2. Teknik pengumpulan data

Pengumpulan data adalah alat yang digunakan untuk mengukur data yang hendak dikumpulkan. Langkah-langkah pengumpulan data dalam penelitian ini yaitu:

- a. Mengajukan surat permohonan ijin untuk melakukan penelitian kepada Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Denpasar.

- b. Mengajukan surat permohonan ijin untuk melakukan penelitian dari Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Denpasar yang ditujukan ke Direktorat Poltekkes Kemenkes Denpasar.
- c. Mengajukan surat permohonan izin penelitian ke Dinas Kesehatan Kabupaten Denpasar yang kemudian diserahkan kepada Kepala UPTD Puskesmas I Denpasar Barat untuk permohonan izin penelitian.
- d. Setelah mendapatkan izin penelitian, penelitian mulai dilakukan dengan pendekatan formal kepada Kepala UPTD Puskesmas I Denpasar Barat.
- e. Pendekatan secara formal kepada Penanggung Jawab Program KIA di UPTD Puskesmas I Denpasar Barat.
- f. Pengumpulan data dilakukan melalui dua metode, yaitu pengambilan data secara langsung di UPTD Puskesmas I Denpasar Barat serta kunjungan rumah (*home visit*) kepada responden yang berada di puskesmas dengan bantuan informasi dari bidan. Metode ini dilakukan untuk mempermudah peneliti dalam menjangkau responden serta menyesuaikan dengan kondisi dan ketersediaan waktu ibu nifas saat proses pengambilan data.
- g. Melakukan pendekatan secara formal kepada responden dengan menjelaskan maksud dan tujuan penelitian, jika bersedia berpartisipasi untuk mengikuti penelitian maka dilakukan penandatanganan *Informed Consent*.
- h. Memberikan lembar kuesioner kualitas tidur dan respon emosional kepada responden, kemudian mendampingi dan menjelaskan tata cara pengisian lembar tersebut.
- i. Mengumpulkan kuesioner yang telah diisi oleh responden.
- j. Melakukan pengecekan kelengkapan data yang telah diisi dalam kuesioner.

- k. Merekapitulasi dan mencatat data yang diperoleh untuk diolah pada lembar rekapitulasi

3. Instrumen pengumpulan data

Instrumen penelitian merupakan alat yang digunakan oleh peneliti untuk memperoleh atau mengumpulkan data dalam suatu penelitian. Pada penelitian ini, instrumen yang digunakan untuk pengumpulan data adalah lembar kuesioner. Penelitian ini menggunakan kuesioner *The Pittsburgh Sleep Quality Index* (PSQI) untuk mengukur tingkat kepuasan ibu nifas terhadap pengalaman tidurnya sejak melahirkan dan kuesioner *Ways of Coping Scale* (WOC) untuk mengukur reaksi emosional ibu nifas terhadap perubahan fisik, psikologis, dan peran setelah melahirkan.

a. *The Pittsburgh Sleep Quality Index* (PSQI)

Kuesioner *Pittsburgh Sleep Quality Index* (PSQI) dirancang untuk Tingkat kepuasan ibu nifas terhadap pengalaman tidurnya sejak melahirkan yang meliputi durasi tidur, latensi tidur, gangguan tidur, efisiensi tidur, dan disfungsi siang hari. Instrumen ini terdiri dari 18 item yang digabung menjadi 7 komponen utama. Setiap komponen dinilai dengan skala 0–3, dan skor total atau skor global PSQI berkisar antara 0 sampai 21. Instrumen ini telah di uji validitas dan reliabilitas, PSQI memiliki nilai *Cronbach's alpha* sebesar 0,83 yang menunjukkan konsistensi internal yang baik, serta nilai test–retest reliability sebesar $r = 0,85$ yang menunjukkan stabilitas yang tinggi. Dengan nilai sensitivitas 90% dan spesifisitas 87% pada cut-off skor >5 , instrumen ini dinyatakan valid dan reliabel untuk mengukur kualitas tidur (Carpi, 2025).

b. Edinburgh *Ways of Coping* (WOC)

Kuesioner WOC digunakan untuk mengetahui bagaimana individu merespon dan menghadapi situasi yang menimbulkan stres melalui berbagai strategi koping. Kuesioner *Ways of Coping* (WOC) yang digunakan dalam penelitian ini merupakan hasil modifikasi dari instrumen asli yang dikembangkan oleh peneliti sebelumnya yang telah melalui uji validitas dan reliabilitas dengan nilai *Cronbach's Alpha* sebesar 0,72 yang menunjukkan bahwa instrumen memiliki reliabilitas yang baik dan layak digunakan dalam penelitian (Tambunan and Malau, 2025). Instrumen terdiri dari 25 item, yaitu 5 item untuk stres ibu, 7 item untuk dimensi koping berorientasi masalah, dan 13 item untuk dimensi koping berorientasi emosi, dengan menggunakan skala Likert 0–4. Modifikasi dilakukan dengan menyesuaikan jumlah item, redaksi pertanyaan, serta konteks penelitian agar sesuai dengan karakteristik ibu nifas. Oleh karena itu, instrumen ini akan dilakukan uji validitas dan reliabilitas sebelum digunakan dalam pengumpulan data. Dalam penelitian ini, instrumen diuji validitas dan reliabilitas yang dilaksanakan di Puskesmas II Denpasar Barat pada tanggal 17 April sampai 22 April 2026, dengan melibatkan 30 sampel ibu nifas.

- 1) Uji validitas berarti instrumen tersebut dapat digunakan untuk mengukur apa yang seharusnya diukur. Validitas dapat menggambarkan ketepatan dan relevansi alat ukur terhadap konsep yang diteliti (Sugiyono, 2023). Metode yang umum digunakan dalam uji validitas adalah korelasi *Pearson Product Moment*. Hasil perhitungan kemudian dibandingkan dengan nilai *r* tabel berdasarkan jumlah responden dan tingkat signifikansi yang digunakan. Suatu kuesioner dinyatakan valid apabila nilai *r* hitung lebih besar daripada *r* tabel.

Pada penelitian dengan jumlah responden sebanyak 30 orang dan taraf signifikansi 5% ($\alpha = 0,05$), diperoleh nilai r tabel sebesar 0,361, sedangkan nilai r hitung diperoleh melalui pengolahan data menggunakan komputer. Berdasarkan hasil uji validitas, seluruh 25 butir pertanyaan dinyatakan valid dengan nilai r hitung paling rendah sebesar 0,364 dan paling tinggi sebesar 0,753.

- 2) Uji reliabilitas digunakan untuk mengetahui tingkat konsistensi instrumen penelitian melalui pertanyaan atau pernyataan yang digunakan dalam kuesioner. Pengujian reliabilitas dilakukan dengan membandingkan nilai *Cronbach's alpha* dengan tingkat signifikansi yang digunakan. Apabila nilai *Cronbach's alpha* lebih besar dari tingkat signifikansi, maka kuesioner dinyatakan reliabel. Sebaliknya, jika nilai *Cronbach's alpha* lebih kecil dari tingkat signifikansi, maka kuesioner dinyatakan tidak reliabel. Instrumen penelitian dikatakan memiliki reliabilitas yang tinggi apabila nilai r hitung lebih besar dari r tabel dan koefisien reliabilitas yang diperoleh $> 0,7$ (Sugiyono, 2023). Berdasarkan hasil uji reliabilitas, diperoleh nilai *Cronbach's alpha* sebesar 0,883, sehingga kuesioner memiliki tingkat reliabilitas yang sangat baik dan layak digunakan dalam penelitian.

F. Pengolahan dan Analisis Data

1. Teknik pengolahan data

a. Editing

Editing adalah proses peneliti melakukan pengecekan isian alat ukur pengumpulan data (misalnya formulir atau kuesioner). Tahapan ini peneliti memeriksa alat ukur penelitian apakah jawaban yang diisi sudah lengkap diisi, terbaca dengan jelas, setiap jawaban relevan dengan pertanyaan, dan konsisten antara beberapa pertanyaan yang jawabannya saling berkaitan.

b. Coding

Coding adalah kegiatan peneliti dalam merubah data berbentuk huruf (kategorik) menjadi data berbentuk angka/bilangan (numerik), atau mengkategorikan data numerik yang ada menjadi kategori baru. Pada penelitian ini, berikut adalah coding untuk masing-masing indikator:

1) Kualitas tidur

- a) Baik dengan kode 1 (PSQI dengan score ≤ 5)
- b) Buruk dengan kode 2 (PSQI dengan score > 5)

2) Respon emosional

- a) Respon emosional adaptif dengan kode 1 (WOC dengan score ≤ 58)
- b) Respon emosional maladaptif dengan kode 2 (WOC dengan score > 58).

c. Cleaning

Cleaning yaitu pembersihan data dilaksanakan dengan pengecekan kembali data yang sudah dimasukkan dalam program komputer, peneliti memeriksa apakah terdapat kesalahan, seperti missing data, variasi data, atau konsistensi data. Salah satu cara dalam pembersihan data dengan membuat tabel

distribusi frekuensi, akan terlihat apakah data yang sudah terinput terdapat kesalahan.

d. *Processing*

Processing yaitu peneliti memproses data agar data yang telah terkumpul dan dilakukan koding dapat dianalisis. Caranya dengan menginput data tersebut ke software komputer untuk olah data, seperti SPSS, STATA, Lisrel, dan lain-lain. Penelitian ini menginput data menggunakan SPSS (Setyawati dkk, 2023).

2. Teknik analisis data

a. Analisis univariat

Analisis univariat merupakan analisis yang bertujuan untuk memberikan gambaran karakteristik dari variabel yang sedang diteliti. Penyajiannya melalui bentuk tabel pendistribusian frekuensi yang mencakup frekuensi dan presentase variabel. Pada penelitian ini, analisis univariat digunakan untuk mendeskripsikan karakteristik responden serta distribusi variabel kualitas tidur dan respon emosional pada ibu nifas di UPTD Puskesmas I Denpasar Barat. Hasil analisis disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi dan persentase sehingga dapat memberikan gambaran mengenai karakteristik dan distribusi data penelitian.

b. Analisis bivariat

Analisis bivariat merupakan analisis antara dua variabel dalam penelitian. Analisis ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan antara dua kelompok sampel. Analisis ini dilaksanakan melalui penggunaan uji chi-square, bertujuan untuk menguji perbedaan presentase antara dua variabel. Syarat uji chi-square yaitu, sampel/kelompok bersifat independen, jenis data yang digunakan kategorik dengan kategorik. Uji hipotesis kajian studi ini H_a diterima dan H_o

ditolak apabila $p\text{-value} < \alpha$ (0,05), sedangkan H_a ditolak dan H_o diterima apabila $p\text{-value} > \alpha$ (0,05). Pada penelitian ini, analisis bivariat dilakukan untuk mengetahui hubungan antara kualitas tidur dengan respon emosional pada ibu nifas di UPTD Puskesmas I Denpasar Barat. Kedua variabel penelitian dikategorikan dalam skala nominal, sehingga analisis statistik yang digunakan adalah uji *Chi-Square*. Uji *Chi-Square* digunakan untuk mengidentifikasi ada atau tidaknya hubungan yang signifikan antara kualitas tidur dan respon emosional pada ibu nifas.

G. Etika Penelitian

1. Menghargai subjek penelitian (*respect for persons*)

Prinsip *respect for persons* menekankan penghormatan terhadap otonomi individu, yaitu hak seseorang untuk secara bebas menentukan keikutsertaannya dalam penelitian, baik untuk berpartisipasi atau menolak, serta melanjutkan atau menghentikan keikutsertaan pada setiap tahap penelitian. Pada penelitian ini, peneliti memberikan penjelasan kepada responden mengenai tujuan, manfaat, prosedur penelitian, serta hak responden untuk menolak atau menghentikan keikutsertaan tanpa adanya konsekuensi apa pun. Responden yang bersedia berpartisipasi diminta memberikan persetujuan (*informed consent*) sebelum pengisian kuesioner dilakukan.

2. Bermanfaat (*beneficence*) dan tidak merugikan (*non-maleficence*)

Prinsip *beneficence* merupakan prinsip yang bertujuan meningkatkan kesejahteraan manusia tanpa menimbulkan bahaya. Prinsip ini menekankan kewajiban untuk memberikan manfaat sebesar-besarnya dengan risiko atau kerugian sekecil mungkin. Pengumpulan data dilakukan melalui pengisian

kuesioner sehingga tidak mengganggu kondisi kesehatan ibu nifas. Selain itu, identitas responden dijaga kerahasiaannya dan data yang diperoleh hanya digunakan untuk kepentingan penelitian. Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan manfaat sebagai sumber informasi mengenai hubungan kualitas tidur dengan respon emosional pada ibu nifas.

3. Keadilan (*justice*)

Prinsip ini menegaskan kewajiban untuk memperlakukan individu secara adil dan layak dalam pemenuhan hak-haknya, serta tidak membebankan hal-hal di luar tanggung jawabnya. Prinsip ini berkaitan dengan keadilan distributif, yaitu pembagian beban dan manfaat penelitian secara seimbang dan proporsional bagi setiap subjek atau responden yang terlibat. Pada penelitian ini, peneliti memberikan kesempatan dan perlakuan yang sama kepada seluruh responden tanpa mempertimbangkan perbedaan suku, agama, ras, serta latar belakang sosial ekonomi (Setyawati dkk, 2023)