

BAB IV

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Jenis penelitian merupakan rencana penelitian yang disusun sedemikian rupa sehingga peneliti dapat memperoleh jawaban terhadap pertanyaan penelitiannya Nursalam (2020). Penelitian ini memilih jenis penelitian deskriptif dengan desain kuantitatif yaitu penelitian ini ingin menggambarkan dalam meningkatkan kualitas tidur lansia. Jenis penelitian deskriptif merupakan penelitian yang bertujuan untuk mendeskripsikan atau memaparkan peristiwa-peristiwa yang terjadi pada masa kini penelitian deskriptif adalah “penelitian yang berusaha mendeskripsikan suatu gejala, peristiwa, kejadian yang terjadi pada saat sekarang”. Deskripsi peristiwa dilakukan secara sistematis dan lebih menekankan pada data faktual dari pada penyimpulan.

Penelitian Kuantitatif merupakan penelitian yang menekankan pada fenomena-fenomena objektif dan dikaji secara kuantitatif. Memaksimalisasi objektivitas desain penelitian kuantitatif dilakukan dengan menggunakan angka-angka, pengolahan statistik, struktur dan percobaan terkontrol, metode penelitian kuantitatif bersifat non-eksperimental adalah deskriptif. Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan cross sectional. Pendekatan cross sectional adalah pendekatan penelitian yang digunakan pada suatu waktu tertentu untuk memberikan gambaran kualitas tidur lansia.

B. Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini telah dilaksanakan di Desa Mambang Selemadeg Timur Kabupaten Tabanan kegiatan penelitian ini dilakukan dari bulan Maret sampai

- April 2022.

C. Populasi dan Sampel Penelitian

1. Populasi

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek atau subjek yang mempunyai kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Populasi adalah kumpulan dari individu atau objek atau fenomena yang secara potensial dapat diukur sebagai bagian dari penelitian . Populasi dari penelitian ini adalah lanjut usia di Desa Mambang Selemadeg Timur Kabupaten Tabanan pada tahun 2021 sebanyak 303 lansia dengan rentang umur dari 60-69 tahun.

2. Sampel

Sampel adalah sebagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi yang secara nyata diteliti dan ditarik kesimpulan Masturoh & Anggita (2018). Bila populasi besar, dan peneliti tidak mungkin mempelajari semua yang ada pada populasi, misalnya karena keterbatasan dana, tenaga, dan waktu, maka peneliti dapat menggunakan sampel yang diambil dari populasi itu.

a. Penghitungan sampel

Menurut Nursalam (2020) Jika besar populasi (N) diketahui, maka dapat menggunakan rumus, berikut ini adalah Rumus sampel menggunakan rumus Slovin yaitu :

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

Keterangan:

n = Besar sampel

N = Jumlah populasi

d = Derajat penyimpangan terhadap populasi yang diinginkan : 10% (0,10),5% (0,05). Atau 1% (0,01) Adapun besar sampel pada penelitian ini adalah

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

$$n = \frac{303}{1+303(0,10)^2}$$

$$n = \frac{303}{1+ 303(0,01)}$$

$$n = \frac{303}{1+3,03}$$

$$n = \frac{303}{4,03}$$

$$n = 75 \text{ responden}$$

Berdasarkan perhitungan rumus sampel diatas, sampel yang menjadi responden dalam penelitian ini yaitu sebanyak 75 responden.

Kriteria sampel dari penelitian ini adalah:

1. Kriteria inklusi

Kriteria inklusi merupakan karakteristik umum dari subjek penelitian yang akan diteliti Nursalam (2020). Kriteria inklusi dari penelitian ini, yaitu:

- a. Lansia yang dominan tinggal atau berasal dari Desa Mambang kecamatan selemadeg timur
- b Lansia pria dan wanita usia (45-69) tahun yang memiliki gangguan kualitas tidur.
- c. Lansia yang masih aktif dalam melakukan aktifitas sehari - harinya

1) Kriteria eksklusi

Kriteria eksklusi adalah kriteria subjek yang dihilangkan atau dikeluarkan karena tidak memenuhi kriteria inklusi Nursalam (2017). Kriteria eksklusi dalam penelitian ini, diantaranya:

- a. Lansia dalam keadaan sakit
- b. Lansia tidak mampu mendengar dan berkomunikasi
- c. Lansia yang mengkonsumsi obat tidur

d. Teknik sampling

Teknik Sampling adalah teknik pengambilan sampel Budiarto Eko (2017). Sampling adalah proses menyeleksi unit yang diobservasi dari keseluruhan populasi yang akan diteliti sehingga kelompok yang diobservasi dapat digunakan untuk membuat kesimpulan atau membuat. Pada penelitian ini menggunakan jenis *Probability sampling* dengan teknik *random sampling*. *Simple random sampling* digunakan bila pengambilan dilakukan secara acak dengan memperhatikan strata yang ada. (Nursalam, 2020).

D. Jenis Dan Teknik Pengumpulan Data

1. Jenis Data

Jenis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah jenis Data primer. Data primer adalah data yang diperoleh sendiri oleh peneliti dari hasil penelitian, pengukuran Setiadi (2018). Pada penelitian ini menggunakan data yang didapat langsung dari responden tentang kualitas tidur pada lansia

2. Cara Pengumpulan data

Cara pengumpulan data merupakan cara peneliti untuk mengumpulkan data dalam penelitian Hidayat (2014). Pengumpulan data adalah suatu proses pendekatan kepada subjek dan proses pengumpulan karakteristik subjek yang diperlukan dalam suatu penelitian (Nursalam, 2020).

Langkah – langkah pengumpulan data yang dilakukan dalam penelitian ini yaitu:

a. Tahap persiapan

- 1).Mengajukan surat permohonan ijin penelitian kepada ketua jurusan keperawatan Poltekkes Denpasar.
- 2).Mengajukan surat permohonan ijin penelitian kepada ketua jurusan D-III keperawatan Poltekkes Denpasar.
- 3). Mengajukan surat permohonan ijin melakukan penelitian ke Badan Perizinan Penanaman Modal (BPPM) Provinsi Bali. Badan perijinan penanaman modal (BPPM) Tabanan .
- 4). Peneliti mempersiapkan lembar persetujuan untuk menjadi responden saat penelitian (*inform Consent*).
- 5). Peneliti memepersiapkan kuisoner yang digunakan dalam penelitian.

b. Tahap Pelaksanaan

- 1). Melakukan pendekatan dan kerjasama dalam pengumpulan data dengan warga Desa Mambang,Selemadeg Timur
- 2). Melakukan pemilihan populasi dengan cara mencari data identitas responden di Kantor Desa Mambang Selemadeg Timur
- 3). Melakukan pendekatan dengan responden dan memberikan penjelasan tentang maksud dan tujuan dari penelitian yang dilakukan secara luring dengan mematuhi protocol kesehatan. Setelah responden bersedia diteliti, responden diberikan lembar persetujuan menjadi responden untuk di tanda tangani. Calon responden yang tidak setuju tidak akan dipaksa dan tetap dihormati haknya (*inform consent*).
- 4). Memberikan kuisoner kepada responden kemudian memberikan

penjelasan kepada responden mengenai cara pengisian kuisioner.

- 5). Mengumpulkan kuisioner yang telah diisi oleh responden
- 6). Data yang telah terkumpul kemudian dilakukan pengolahan data

3. Instrumen Pengumpulan Data

Instrumen penelitian adalah alat pengumpulan data yang digunakan untuk mengukur fenomena alam maupun sosial yang diamati. Sugiyono (2017). Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah instrumen yang telah tersedia dan dibakukan yaitu instrumen *Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI)* oleh Athur (2018). Instrumen ini tersedia dalam Bahasa Inggris kemudian diterjemahkan dalam Bahasa Indonesia. PSQI ini dikembangkan untuk mengukur kualitas tidur lansia pada 1 bulan terakhir dan membedakan individu yang memiliki kualitas tidur yang baik dan buruk. Instrumen ini dikelompokkan ke dalam 7 komponen skor yaitu kualitas tidur subjektif, penggunaan obat tidur. Tiap itemnya dibobotkan dengan bobot seimbang dalam rentang skala 0-3 (Skala Likert). Penentuan kualitas tidur yang baik atau buruk dilakukan dengan mengukur tujuh komponen tersebut di atas, yang akhirnya dijumlahkan untuk mendapatkan skor global PSQI yang memiliki rentang skor 0-21.

Pada akhir penjumlahan skor dari seluruh pertanyaan dan hasilnya diklasifikasikan menjadi dua kategori. Jika skor akhir < 5 dikategorikan ke dalam kualitas tidur baik dan jika skor akhir > 5 dikategorikan ke dalam kualitas tidur yang buruk. Ketujuh komponen skor PSQI memiliki koefisien reliabilitas keseluruhan (Cronbach's α) 0,83, menunjukkan tingkat konsistensi internal yang tinggi.

Peneliti tidak melakukan uji validitas pada penelitian ini, sehingga validitas instrumen hanya mengandalkan dari penelitian sebelumnya. Kuisioner

telah dilakukan uji coba validitas pada penelitian Agustin (2016) dengan melakukan uji coba kepada 30 orang responden dengan nilai *Cronbach's alpha* 0,766 sehingga kuisioner ini layak digunakan untuk mengukur kualitas tidur. Uji validitas dan reliabilitas juga dilakukan oleh Indrawati (2012) pada 30 mahasiswa reguler fakultas ilmu keperawatan universitas Indonesia dan diperoleh hasil koefisien alfa sebesar 0,73.

E. Pengolahan Dan Analisa Data

1. Pengolahan data

Pengolahan data merupakan suatu upaya untuk memprediksi data dan menyiapkan data sedemikian rupa agar dapat dianalisis lebih lanjut dan mendapat data yang siap untuk disajikan (Hidayat, 2018). Metode pengolahan data dilakukan dengan langkah – langkah sebagai berikut

a. Editing

Mengumpulkan semua hasil perhitungan dan pengecekan kelengkapan data. Pada tahap ini peneliti memeriksa kelengkapan setelah seluruh data dikumpulkan, yaitu data kualitas tidur pada lansia dari 75 sampel.

b. Coding

Coding merupakan proses mengklasifikasi data sesuai dengan klasifikasinya dengan cara memberikan kode tertentu. Dengan cara memberi tanda atau kode berbentuk angka pada masing - masing jawaban. Klasifikasi data dilakukan atas pertimbangan peneliti sendiri. Coding dalam penelitian ini yaitu :

Umur :

Kode 1 : 45 – 55

Kode 2 : 56 - 64

Kode 3 : 65 – 69

Jenis Kelamin:

Kode 1: Laki - laki

Kode 2: Perempuan

Pekerjaan:

Kode1:Petani

Kode2: PNS

Kode3:Pedagang

Kode4:Wiraswasta

Kode5:Tidak Bekerja

c. Entry

Entry merupakan upaya memasukkan data yang sudah terkumpul dari lembar kuisioner ke dalam computer untuk diproses. Peneliti pada tahap ini akan memasukkan data yang sudah terkumpul dari lembar kuisioner ke dalam computer untuk diproses.

d. Cleaning

Pembersihan data melalui pengecekan kembali data yang akan di *entry* apakah data sudah benar atau belum. Data yang telah di *entry* dicocokkan dan diperiksa kembali dengan data yang didapat di kuisioner. Pengecekan kesalahan - kesalahan dengan menghubungkan jawaban satu sama lain ntuk mengetahui adanya konsisten jawaban. Bila ada perbedaan hasil , maka akan segera dilakukan pengecekan ulang. Data kemudian disajikan dalam bentuk tabel distribusi.

e. Tabulasi

Mengelompokkan data sesuai dengan tujuan penelitian kemudian memasukkannya kedalam tabel. Hal ini dimaksudkan untuk memudahkan pad saat memasukkan data ke dalam tabel yang telah ditentukan nilai atau kategori factor cepat dan tepat.

2. Analisa data

Analisa data yang dilakukan setelah seluruh data terkumpul dan diolah. Penelitian ini menggunakan teknik analisa univariat. Analisa univariate adalah analisa yang digunakan pada tiap tabel dari hasil penelitian dan pada umumnya dalam analisa ini dapat menghasilkan distribusi dan presentase dari tiap variabel (Nursalam 2018). Analisa ini dimaksudkan untuk mengetahui distribusi

dari variabel – variabel yang diamati sehingga dapat mengetahui gambaran tiap variabel. Dalam penelitian ini data yang dikumpulkan kemudian disajikan secara ilmiah dalam bentuk tabel atau gambar.

3. Etika Studi Kasus

Menurut , etika dalam penelitian ini dapat berupa :

1. Informed consent (lembar persetujuan menjadi responden)

Consent atau persetujuan untuk berpartisipasi dalam penelitian merupakan suatu bentuk persetujuan subjek penelitian setelah mendapat penjelasan tentang perlakuan dan dampak yang timbul dari penelitian yang dilakukan. Informed consent dimulai dengan pertanyaan dari salah satu pihak (peneliti) untuk mengikat dirinya atau menawarkan suatu perjanjian yang disebut dengan penawaran. Kemudian diikuti dengan pernyataan dari pihak lain (subjek penelitian) untuk menerima penawaran tersebut atau disebut penerimaan.

2. *Anonymity* (tanpa nama)

Penelitian memberikan jaminan kepada subjek penelitian dengan tidak memberikan atau mencantumkan nama responden pada lembar alat ukur dan hanya menuliskan kode pada lembar pengumpulan data atau hasil penelitian yang akan disajikan. Tidak boleh ada paksaan atau penekanan tertentu agar subjek bersedia ikut dalam penelitian. Subjek dalam penelitian juga berhak mendapatkan informasi yang terbuka dan lengkap tentang pelaksanaan penelitian meliputi tujuan dan manfaat penelitian, prosedur penelitian, resiko penelitian, keuntungan yang mungkin didapat dan kerahasiaan informasi.

3. *Confidentiality* (Kerahasiaan)

Masalah ini memberikan jaminan kerahasiaan hasil penelitian, baik informasi maupun masalah – masalah lainnya. Semua informasi yang sudah dikumpulkan dijamin kerahasiaannya oleh peneliti, hanya kelompok data tertentu yang akan dilaporkan pada hasil riset. Manusia sebagai subjek penelitian memiliki privasi dan hak asasi untuk mendapatkan kerahasiaan informasi. Namun tidak bisa dipungkiri bahwa penelitian menyebabkan terbukanya informasi tentang subjek, sehingga segala informasi yang akan menyangkut identitas subjek tidak terekspos secara luas.