

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Desain penelitian ini adalah deskriptif korelatif dengan pendekatan *cross sectional*. Penelitian deskriptif korelatif merupakan penelitian yang bertujuan untuk mendeskripsikan variabel *independent* dan *dependent* serta menelaah hubungan antara dua variabel pada suatu situasi atau sekelompok subyek, sedangkan pendekatan *cross sectional* merupakan rancangan penelitian yang dilakukan melalui pendekatan, observasi atau pengumpulan data sekaligus pada suatu saat (*point time approach*) (Notoatmodjo, 2010).

B. Waktu dan Tempat Penelitian

1. Waktu Penelitian

Waktu penelitian dilaksanakan pada tanggal 25 – 29 Agustus Agustus 2018.

2. Tempat Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Panti Wredha Dharma Bhakti Surakarta.

C. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi merupakan keseluruhan suatu variabel menyangkut masalah yang diteliti. Variabel tersebut bisa berupa orang, kejadian, perilaku atau sesuatu yang akan dilakukan penelitian (Notoatmodjo, 2010). Populasi

dalam penelitian ini adalah semua lansia di Panti Wredha Dharma Bhakti Surakarta yang berjumlah 67 orang lansia.

2. Sampel

Sampel merupakan sebagian dari populasi yang akan diteliti atau sebagian jumlah dari karakteristik yang dimiliki oleh populasi (Nursalam, 2011). Menurut Notoatmodjo (2012) penentuan jumlah sampel dengan teknik random (acak) menggunakan rumus Slovin sebagai berikut

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

Keterangan:

n = Jumlah sampel

N = Jumlah populasi

d = Persentase kelonggaran ketelitian kesalahan pengambilan sampel yang masih bisa ditolelir ($d = 0,05 = 5\%$) (Notoatmodjo, 2012).

Hasil perhitungan sampel penelitian dengan menggunakan rumus Slovin diperoleh jumlah sampel sebagai berikut:

$$\begin{aligned} n &= \frac{N}{1 + N(d)^2} \\ &= \frac{67}{1 + 67 (0,05)^2} \\ &= 63,86 \text{ ditambah } 5\% \text{ dari sampel} \\ &= 57,39 + 3,35 \\ &= 60,74 = 61 \text{ responden} \end{aligned}$$

Berdasarkan jumlah sampel di atas, pelaksanaan pengambilan sampel berdasarkan kriteria tertentu yaitu kriteria inklusi dan eksklusi sebagai berikut:

a. Kriteria Inklusi

- 1) Responden bersedia menjadi responden
- 2) Lansia berumur ≥ 60 tahun

b. Kriteria Eksklusi

- 1) Responden mengalami gangguan jiwa atau berada dalam pengawasan dokter jiwa.
- 2) Responden berhalangan hadir atau tidak ada di tempat ketika pengumpulan data dilakukan.
- 3) Responden pindah tempat tinggal atau tidak bertempat tinggal di panti lagi.

3. Teknik Pengambilan Sampel

Menurut Sugiyono (2012) teknik sampling merupakan cara atau teknik untuk menentukan jumlah sampel yang digunakan dalam suatu penelitian. Teknik *sampling* yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan *purposive sampling* yaitu pengambilan sampel berdasarkan kriteria tertentu.

D. Variabel Penelitian

Variabel adalah sesuatu yang digunakan sebagai ciri, sifat, atau ukuran yang dimiliki atau didapatkan oleh satuan penelitian tentang suatu konsep

pengertian tertentu, misalnya umur, jenis kelamin, dan sebagainya (Notoatmodjo, 2010).

Variabel menurut fungsional atau perannya dibedakan menjadi variabel terikat, bebas, dan pengganggu. Dalam penelitian ini variabel terdiri dari dua variabel, yaitu :

1. Variabel Independen

Variabel ini sering disebut sebagai variabel bebas. Variabel bebas merupakan variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variabel *dependent* (terikat) (Sugiyono, 2012). Variabel *independent* (bebas) dalam penelitian ini adalah Faktor-faktor yang berhubungan dengan kualitas tidur, dimana faktor-faktornya adalah gangguan kesehatan, gaya hidup, lingkungan fisik dan kecemasan.

2. Variabel Dependen

Variabel ini sering disebut variabel terikat. Variabel terikat merupakan variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat, karena adanya variabel *independent* (bebas) (Sugiyono, 2012). Dalam penelitian ini variabel terikat adalah kualitas tidur pada lansia.

E. Definisi Operasional

Definisi operasional adalah mendefinisikan variabel secara operasional berdasarkan karakteristik yang diamati, sehingga memungkinkan peneliti untuk melakukan observasi atau pengukuran secara cermat terhadap suatu objek atau fenomena (Alimul, 2007).

Tabel 3.1. Definisi Operasional

Variabel	Definisi Operasional	Alat Ukur	Hasil Ukur	Skala
Penyakit	Gangguan berupa perasaan sakit atau nyeri yang menyebabkan seseorang terbangun dari tidur	Kuesioner	a. Sakit: skor 22-45 b. Tidak sakit: skor 5-21	Ordinal
Gaya hidup	Perilaku yang dilakukan dan dapat berpengaruh pada kenyamanan tidur lansia	Kuesioner	a. Baik: skor 22-45 b. Buruk: skor 5-21	Ordinal
Lingkungan fisik	Kondisi sekitar yang dapat mempengaruhi kenyamanan tidur lansia	Kuesioner	a. Nyaman: skor 5-21 b. Tidak nyaman: skor 22-45	
Kecemasan	Tingkatan kekhawatiran yang berkaitan dengan perasaan tidak pasti dan tidak berdaya.	Kuesioner	a. Kecemasan ringan: skor 0-15 b. Kecemasan sedang: skor 16-30 c. Kecemasan berat: skor 31-45	Ordinal
Kualitas tidur	Kualitas tidur ialah penilaian aktifitas tidur yang dapat digambarkan dengan kriteria baik dan buruk. Kualitas tidur baik yaitu keadaan seseorang yang tidak mengalami gangguan dalam tidurnya dan senantiasa merasa bugar saat bangun di pagi hari, sedangkan kualitas tidur buruk yaitu keadaan seseorang yang mengalami gangguan dalam tidurnya sehingga membuatnya tidak nyaman untuk tidur dan meng-ganggu aktifitasnya di siang hari.	Kuesioner <i>Pittsburgh Sleep Quality Index</i> (PSQI)	a. Baik: skor ≤ 5 b. Buruk: skor > 5	Ordinal

F. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian adalah alat ukur atau fasilitas yang digunakan oleh peneliti dalam mengumpulkan data agar pekerjaannya lebih mudah dan hasilnya lebih baik, dalam arti lebih cermat, lengkap, dan sistematis sehingga mudah di olah (Arikunto, 2012).

Instrumen dalam penelitian ini berupa kuesioner yang berisi daftar pertanyaan yang diberikan kepada orang lain yang bersedia menjadi responden

dengan permintaan peneliti. Peneliti menggunakan kuesioner yang disusun sendiri oleh peneliti, kuesioner yang digunakan antara lain:

1. Kuesioner 1 karakteristik responden

Pertanyaan yang berisi identitas lansia yang menjadi responden. Berdasarkan jenis kelamin lansia laki-laki atau wanita, berdasarkan umur lansia dan berdasarkan riwayat pendidikan terakhir lansia.

2. Kuesioner 2 berisi tentang faktor gangguan kesehatan dimana terdiri dari 15 pertanyaan kuesioner, faktor gaya hidup terdiri dari 15 pertanyaan kuesioner, faktor lingkungan fisik terdiri dari 15 pertanyaan kuesioner, dan faktor kecemasan yang terdiri dari 20 pertanyaan kuesioner. Dari keempat faktor tersebut terdapat pertanyaan *favourable* dan *unfavourable*.

Tabel 3.2. Pernyataan *Favourable* dan *Unfavourable* Kualitas Tidur

No	Aspek	Nomor Item		Jumlah
		<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>	
1	Gangguan kesehatan	1, 2, 3, 4, 5, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 15	6, 13, 14	15
2	Gaya hidup	1, 3, 4, 6, 8, 10, 11, 12, 13	2, 5, 7, 9, 14, 15	15
3	Lingkungan fisik	1, 3, 4, 5, 7, 8, 9, 11, 12, 14	2, 6, 10, 13, 15	15
4	Kecemasan	5, 9, 13, 17, 19	1, 2, 3, 4, 6, 7, 8, 10, 11, 12, 14, 15, 16, 18	20
5	Kualitas tidur	5, 9, 1, 3, 2, 4, 5a, 5b, c, d, e, f, g, h, i, j, 6, 7, 8	-	19

3. Kuesioner 3 berisi tentang kualitas tidur di mana kuesionernya menggunakan PSQI (*Pirtzburgh Sleep Quality Index*) yang terdapat 19 pertanyaan yang telah dimodifikasi dari pernyataan menjadi pertanyaan sehingga memudahkan lansia untuk memahaminya.

Tabel 3.3. Indikator Kuesioner Penelitian

Indikator	Pernyataan	Jumlah
1. Kualitas tidur		
a. Kualitas tidur	5, 9	2
b. Latensi tidur	1, 3	2
c. Durasi tidur	2, 4	2
d. Kebiasaan tidur	5a	1
e. Gangguan tidur	5b, c, d, e, f, g, h, i, j	9
f. Penggunaan obat tidur	6	1
g. Disfungsi siang hari	7, 8	2
2. Gangguan kesehatan		
a. Gangguan tidur	1	1
b. Gangguan pernafasan	2	1
c. Gangguan pencernaan	4,10,11,15	4
d. Penggunaan obat tidur	3	1
e. Gangguan jantung	5,6,8,14	4
f. Nyeri sendi	7,9	2
g. Gangguan urologi	12,13	2
3. Gaya hidup		
a. Waktu istirahat	1,2	2
b. Olahraga	3,4,5,6,7	5
c. Merokok, kafein dan obat-obatan	8,9,10,11	4
d. Makanan	12,13,14,15	4
4. Lingkungan fisik		
a. Ketenangan lingkungan	1,2,5,6	4
b. Suhu ruangan	3,4	2
c. Kebersihan ruangan	7,9,10,11,15	5
d. Penerangan	8	1
e. Kegiatan panti	12,13,14	3
5. Kecemasan		
a. Perasaan	1,2,3,4,5	5
b. Keluhan	6,7,8,9,10,11,12,13 14,15,16,17,18,19,20	15
Total		84

G. Uji Validitas dan Reliabilitas

Uji validitas dan reliabilitas dilaksanakan di Panti 'Aisyiyah Surakarta dengan menggunakan 30 responden, dilaksanakan pada tanggal 9 Agustus 2018.

1. Uji Validitas

Uji validitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat-tingkat kevalidan suatu instrumen. Instrumen dikatakan valid jika nilai validitasnya tinggi, sedangkan instrumen dikatakan tidak valid jika nilai validitasnya rendah (Arikunto, 2012).

Uji validitas dilakukan dengan menghitung korelasi antara masing-masing pertanyaan menggunakan skor total dengan rumus korelasi *Product Moment* menggunakan program SPSS versi 21 yang merupakan versi terbaru. Rumus korelasi *Product Moment*:

$$r = \frac{N(\sum XY) - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{[N \sum X^2 - (\sum X)^2][N \sum Y^2 - (\sum Y)^2]}}$$

Keterangan :

r = korelasi *Product moment*

N = jumlah sampel

X = nomor pertanyaan

XY = skor nomor pertanyaan dilakukan

Kriteria valid dan tidak valid berdasarkan nilai r_{hitung} . Dimana apabila nilai $r_{hitung} > r_{tabel}$ berarti valid demikian sebaliknya, jika nilai $r_{hitung} < r_{tabel}$ tidak valid.

Hasil uji validitas diperoleh pada variabel faktor gangguan kesehatan yang terdiri dari 15 butir pertanyaan diperoleh bahwa butir pertanyaan nomor 8 dengan nilai koefisien korelasi sebesar $0,238 < 0,361$, pada variabel faktor gaya hidup yang terdiri dari 15 butir pertanyaan diperoleh butir pertanyaan nomor 6 dengan nilai koefisien sebesar $0,189 < 0,361$,

sedangkan pada variabel faktor lingkungan yang terdiri dari 15 butir pertanyaan diperoleh bahwa butir pertanyaan nomor 3 dengan nilai koefisien sebesar $0,225 < 0,361$, sehingga ketiga nomor pertanyaan dinyatakan tidak valid dan selanjutnya *didropout* atau dihilangkan.

2. Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas digunakan untuk mengetahui tingkat keandalan suatu angket dalam mengukur variabel. Reliabel berarti hasil pengukuran relatif konsisten apabila pengukuran diulang dua kali atau lebih (Arikunto, 2012). Dalam penelitian ini menggunakan teknik koefisien *Alpha Cronbach* sebagai berikut:

$$r_{11} = \left[\frac{n}{n-1} \right] \left[1 - \frac{\sum \sigma b^2}{\sigma t^2} \right]$$

Keterangan :

r_{11} = reliabilitas instrumen

K = banyaknya butir pertanyaan/banyaknya item angket

$\sum \sigma b^2$ = jumlah *varians* total

σb^2 = *varians* total

Suatu konstruk atau variabel dikatakan reliabel atau handal jika memberikan nilai *Cronbach Alpha* $> 0,70$ (Nunnally, 1997 dalam Ghozali, 2014).

Hasil uji reliabilitas diperoleh nilai *Cronbach alpha* untuk variabel faktor gangguan kesehatan 0,901, faktor gaya hidup sebesar 0,924, faktor lingkungan fisik sebesar 0,901, ketiga nilai *Cronbach Alpha* $> 0,70$, sehingga dapat disimpulkan kuesioner penelitian handal atau reliabel.

H. Sumber Data

Sumber data yang digunakan untuk menganalisis permasalahan dalam penelitian ini adalah:

1. Data Primer

Data primer merupakan data yang didapatkan secara langsung oleh peneliti dengan menggunakan alat bantu kuesioner yang telah dipersiapkan terlebih dahulu oleh peneliti. Data dikumpulkan secara langsung dari responden melalui pengisian kuesioner terkait dengan kualitas tidur dan faktor-faktor yang berhubungan dengan kualitas tidur pada lansia di Panti Wredha Dharma Bhakti Surakarta.

2. Data Sekunder

Data sekunder merupakan data yang didapatkan secara tidak langsung oleh peneliti. Peneliti mendapatkan data jumlah lansia di Panti Wredha Dharma Bhakti Surakarta melalui kunjungan ke panti oleh peneliti. Data sekunder berupa jumlah lansia digunakan untuk menentukan besarnya sampel penelitian, yang terlebih dahulu dihitung berdasarkan rumus Slovin dengan tingkat kesalahan 0,05.

I. Pengumpulan Data dan Analisis Data

1. Pengumpulan Data

Pengumpulan data penelitian dilakukan dengan melalui tahap-tahap sebagai berikut:

- a. *Editing* merupakan upaya untuk memeriksa kembali kebenaran data yang diperoleh maupun yang diukur
- b. *Coding* merupakan kegiatan pemberian kode *numeric* (angka terhadap data yang terdiri atas beberapa kategori).
- c. *Tabulating* yaitu kelanjutan dari *coding* yaitu kegiatan memasukan data-data yang telah dikoding ke dalam tabel dengan tujuan untuk mempermudah penyajian data dalam bentuk distribusi frekuensi.
- d. *Entry Data* yaitu memasukkan data ke komputer dengan menggunakan aplikasi program SPSS (*Statistical Package for Social Science*) (Hidayat, 2012).

2. Analisa Data

Analisis data dalam penelitian ini menggunakan dua cara yaitu analisa univariat dan bivariat.

a. Analisa Univariat

Analisis univariat bertujuan menjelaskan atau mendeskripsikan karakteristik setiap variabel penelitian (Notoatmodjo, 2010). Hasil analisis distribusi frekuensi disajikan dalam tabel distribusi frekuensi.

Menggunakan rumus distribusi frekuensi:

$$P = \frac{f}{n} \times 100$$

Keterangan :

P = Persentase

f = Frekuensi

n = Jumlah responden

b. Analisa Bivariat

Analisis data dilakukan untuk menguji hipotesis dan menjawab rumusan masalah yang diajukan. Uji hipotesis bivariat dilakukan dengan uji *Chi Square* dengan taraf signifikansi 5% (0,05). Uji *Chi Square* dilakukan mengingat data variabel bebas dan variabel terikat dengan skala nominal (Dahlan, 2012).

Rumus *Chi Square*:

$$\chi^2 = \sum_{i-j}^k \frac{(fo-fh)^2}{fh}$$

Keterangan:

χ^2 = Chi Kuadrat

fo = frekuensi yang diobservasi

fh = frekuensi yang diharapkan

Intepretasi hasil pengujian

- 1) Bila hasil uji diperoleh nilai $\chi^2_{hitung} > \chi^2_{tabel}$ maka disimpulkan terdapat hubungan antara faktor gangguan kesehatan, gaya hidup, lingkungan fisik, kecemasan terhadap kualitas tidur lansia.
- 2) Bila hasil uji diperoleh nilai $p > 0,05$, maka tidak terdapat hubungan antara faktor gangguan kesehatan, gaya hidup, lingkungan fisik, kecemasan terhadap kualitas tidur lansia.

c. Analisa Multivariat

Bertujuan untuk mengetahui hubungan lebih dari satu variabel *independent* dengan variabel *dependent*. Dalam penelitian ini menggunakan data kuesioner skala nominal, sehingga uji multivariat

yang digunakan adalah menggunakan regresi logistik (*regression logistic*).

J. Etika Penelitian

Prinsip etika penelitian menurut ANA (*American Nurses Association*) yang dikutip oleh Hidayat (2012) yang berkaitan dengan peran perawat sebagai seorang peneliti adalah sebagai berikut:

1. *Otonomy*

Prinsip ini berkaitan dengan kebebasan seseorang untuk menentukan nasibnya sendiri. Hak untuk memilih apakah ia disertakan atau tidak dalam suatu proyek penelitian dengan memberikan persetujuannya atau tidak memberikan persetujuannya dalam *informed consent*.

2. *Beneficence*

Berkaitan dengan perawat selalu berupaya agar segala tindakan keperawatan yang diberikan kepada pasien mengandung prinsip kebaikan. Prinsip berbuat yang terbaik bagi pasien ini tentu saja dalam batas-batas terapeutik antara perawat-pasien. Penelitian yang dilakukan dengan melibatkan pasien sebagai responden mengandung konsekuensi bahwa semuanya demi kebaikan pasien, guna mendapatkan metode dan konsep yang baru.

3. *Nonmalficence*

Berkaitan dengan penelitian yang dilakukan oleh perawat hendaknya tidak mengandung unsur bahaya atau merugikan pasien apalagi sampai

mengancam jiwa pasien. Penelitian adalah upaya baik untuk mengembangkan profesi. Namun, jika sampai mengorbankan pasien atau mendatangkan bahaya bagi pasien sebaiknya penelitian tersebut dihentikan.

4. *Confidentiality*

Berkaitan dengan rahasia, dalam penelitian maka peneliti harus merahasiakan identitas responden dan data-data didapatkan dari responden hanya diperlukan untuk penelitian saja. Oleh karena itu jawaban tanpa nama dapat dipakai dan sangat dianjurkan subjek penelitian tidak menyebutkan identitasnya. Apabila sifat penelitian memang menuntut peneliti mengetahui identitas subjek, maka harus memperoleh persetujuan terlebih dahulu serta mengambil langkah-langkah dalam menjaga kerahasiaan dan melindungi jawaban tersebut.

5. *Veracity*

Berkaitan dengan penelitian yang dilakukan hendaknya dijelaskan secara jujur dengan manfaatnya, dengan efeknya dan apa yang didapat jika pasien dilibatkan dalam penelitian tersebut. Penjelasan seperti ini harus disampaikan karena mereka mempunyai hak untuk mengetahui segala informasi kesehatan.

6. *Justice*

Berkaitan dengan kewajiban berlaku adil kepada semua orang, dalam hal ini keputusan yang diambil tidak berdampak buruk bagi semua pihak yang terkait.

K. Jalannya Penelitian

Penelitian dilaksanakan melalui beberapa tahap penelitian, yaitu tahap awal, pelaksanaan dan tahap akhir.

1. Tahap Awal

- a. Mencari perijinan untuk studi pendahuluan
- b. Melakukan studi pendahuluan
- c. Mencari perijinan penelitian
- d. Menyusun proposal penelitian
- e. Merevisi proposal penelitian sesuai arahan dan bimbingan dosen pembimbing
- f. Melaksanakan seminar proposal
- g. Merevisi hasil seminar proposal sesuai arahan dan bimbingan pembimbing dan penguji seminar proposal.
- h. Melaksanakan ujicoba instrumen penelitian. Pelaksanaan ujicoba pada tanggal 9 Agustus 2018 di Panti Wredha 'Aisyiyah Surakarta dengan sampel ujicoba berjumlah 30 lansia.

Pelaksanaan ujicoba instrumen penelitian meliputi beberapa tahap, yaitu antara lain:

- 1) Mengajukan surat pengantar ijin penelitian ke Universitas Sahid Surakarta.
- 2) Mengajukan penelitian ujicoba instrumen ke Panti Wredha 'Aisyiyah Surakarta.

- 3) Menyebar kuesioner yang meliputi kuesioner faktor gangguan kesehatan, faktor gaya hidup, faktor lingkungan.
- 4) Melakukan pengecekan data ujicoba dan selanjutnya data diinput ke dalam program *Microsoft Excell*.
- 5) Melakukan analisis data ujicoba instrumen penelitian dengan bantuan program SPSS Versi 21 menggunakan uji validitas dan reliabilitas.
- 6) Mengajukan hasil ujicoba instrumen kepada pembimbing I maupun II.

2. Tahap Pelaksanaan

Penelitian dilaksanakan tanggal 24 – 25 Agustus 2018. Pelaksanaan penelitian meliputi beberapa tahap, yaitu:

- 1) Tahap pertama, mencari data berdasarkan data responden yang di peroleh dari data panti.
- 2) Tahap kedua, menuliskan identitas responden meliputi: nama, umur, jenis kelamin dan riwayat penyakit.
- 3) Tahap ketiga, mengecek data responden.

Pengecekan data responden bertujuan untuk melihat kelengkapan pengisian data oleh responden sudah terpenuhi atau belum, dengan cara mengumpulkan semua responden di Aula Panti dibantu beberapa pengurus panti dan mahasiswa keperawatan Universitas Sahid Surakarta.

- 4) Tahap keempat, memberikan kuesioner untuk diisi oleh responden.
 - a) Menjelaskan terlebih dahulu sistem pengisian kuesioner agar responden paham dan tidak terjadi kesalahan yang fatal dalam pengisian jawaban kuesioner.
 - b) Setelah responden paham, kuesioner diisi responden.
 - c) Setelah kuesioner diisi, peneliti meneliti kuesioner penelitian, jika kurang lengkap responden disarankan untuk melengkapinya jika sudah lengkap, peneliti mengucapkan terima kasih.
 - d) Setelah kuesioner terkumpul selanjutnya dikoding dan direkap ke dalam program *Microsoft Excell*.

3. Tahap Akhir

- a. Membuat laporan hasil penelitian
- b. Mengajukan ke Pembimbing I dan II.
- c. Mengadakan seminar hasil penelitian
- d. Merevisi seminar hasil penelitian sesuai arahan dan bimbingan dosen pembimbing dan dosen penguji.
- e. Mempersiapkan hal-hal yang berhubungan dengan penyelenggaraan wisuda.