

BAB 4

METODE PENELITIAN

4.1 Jenis Dan Desain Penelitian

Desain penelitian adalah desain yang berfungsi sebagai peta jalan untuk penyelidikan. Tujuan proyek penelitian adalah memberikan panduan yang tepat dan terorganisir kepada peneliti saat mereka melakukan penelitian.. (Sina, 2022). Penelitian ini menggunakan metodologi cross-sectional dan teknik kuantitatif dengan desain penelitian analitik korelasional. Sebuah studi cross-sectional menguji hubungan antara tingkat stres dan kualitas tidur pada mahasiswa tingkat akhir dengan mengamati dan menganalisis data dari masing-masing variabel independen dan dependen selama periode waktu tertentu. Penelitian ini dilakukan satu kali. Dengan mengisi kuesioner atau google formulir, untuk penegumpulan data.

4.2 Populasi, Sampel Dan Sampling

4.2.1 Populasi

Populasi sasaran penelitian ini yaitu semua mahasiswa tingkat akhir di Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Gresik dengan jumlah keseluruhan 119 orang mahasiswa.

4.2.2 Sampel

Dalam penelitian ini perhitungan sampel yang digunakan peneliti adalah rumus dari Solvin. Untuk menentukan besar sampel yang dibutuhkan maka rumus yang digunakan adalah sebagai berikut:

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

Keterangan :

N : Besar populasi

n : Besar sampel

d : Tingkat kesalahan yang dipilih (d = 0,05)

$$\begin{aligned} n &= \frac{N}{1 + Nd^2} \\ &= \frac{119}{1 + 119(0,05)^2} \\ &= \frac{119}{1 + 119(0,0025)} \\ &= \frac{119}{1,34} \end{aligned}$$

$$n = 88,8 \quad n = 89$$

4.2.3 Metode Sampling

Metode sampling merupakan suatu metode untuk pengambilan sampel responden, dalam penelitian ini peneliti menggunakan metode penelitian *simple random sampling* atau teknik pendekatan secara acak.

4.2.4 Kriteria Sampel

Sampel yang digunakan pada penelitian ini yaitu:

1. Kriteria Inklusi

- a. Mahasiswa yang berstatus aktif dan sedang berada ditingkat akhir masa studi di Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Gresik
2. Kriteria Ekslusi
 - a. Mahasiswa tingkat akhir yang berstatus non aktif di Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Gresik.

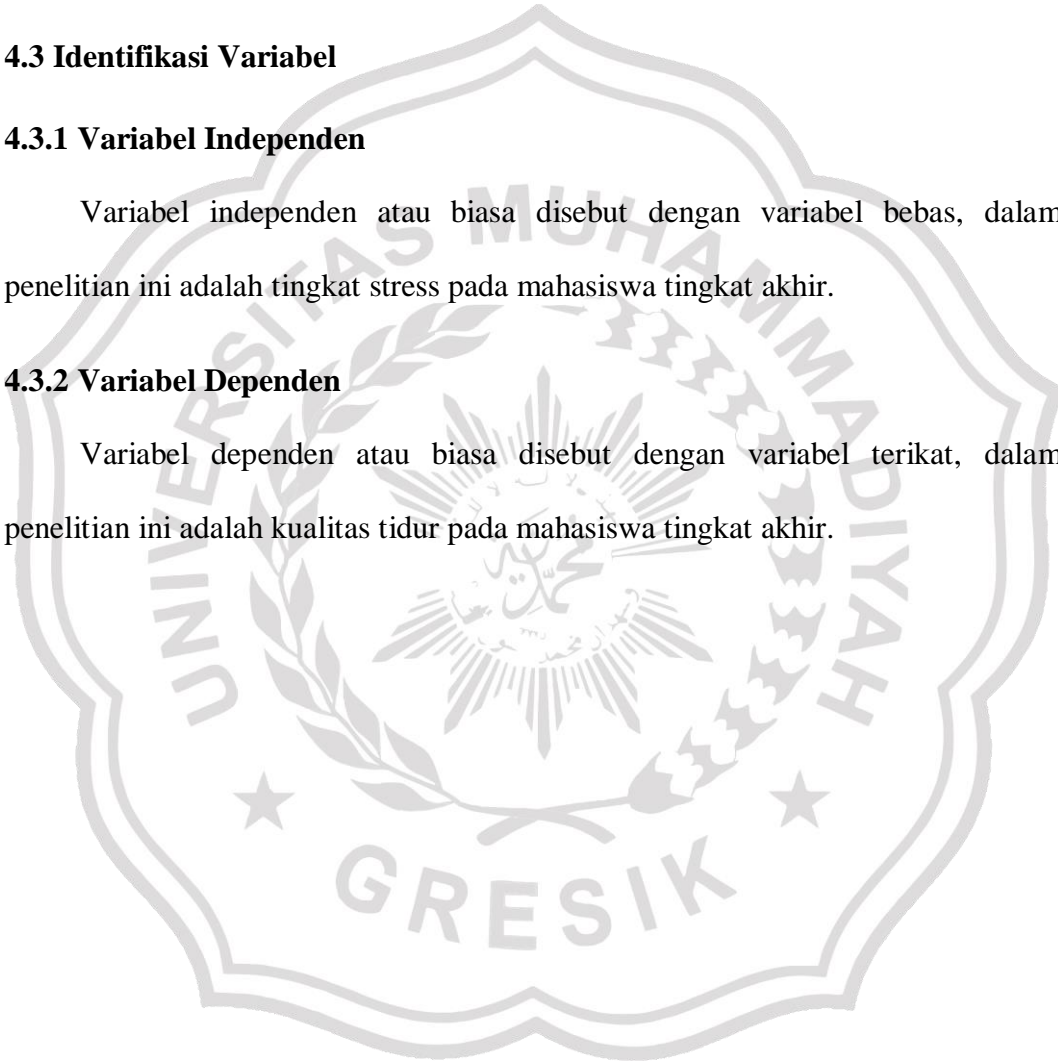
4.3 Identifikasi Variabel

4.3.1 Variabel Independen

Variabel independen atau biasa disebut dengan variabel bebas, dalam penelitian ini adalah tingkat stress pada mahasiswa tingkat akhir.

4.3.2 Variabel Dependen

Variabel dependen atau biasa disebut dengan variabel terikat, dalam penelitian ini adalah kualitas tidur pada mahasiswa tingkat akhir.



4.4 Definisi Operasional

Tabel 4. 1 Definisi operasional hubungan tingkat stress dengan kualitas tidur pada mahasiswa tingkat akhir

No	Variabel	Definisi	Indikator	Alat ukur	Skala	Skor
1.	Independen: tingkat stress pada mahasiswa tingkat akhir	Kondisi Keadaan psikologis dan emosional seorang mahasiswa yang mengalami kesulitan pada saat mengerjakan naskah di fasilitas kesehatan	a. Respon psikologis b. Respon fisiologis c. Tekanan stress yang dirasakan mahasiswa	Kuesioner PSS (<i>Perceived Stress Scale</i>)	Ordinal	Kategori: 1. Ringan : <13 2. Sedang : 14-25 3. Berat : >26
2.	Dependen: kualitas tidur pada mahasiswa tingkat akhir	Kepuasan tidur seseorang, siklus bangun dan tidur pada mahasiswa tingkat akhir	a. permulaan, efisiensi, dan durasi tidur b. kepuasan dan kenyamanan tidur c. kondisi badan setelah tidur	Kuesioner PSQI (<i>Pittsburgh Sleep Quality Index</i>)	Ordinal	kategori a. Baik :1-5 b. Cukup baik : 6 -7 c. Buruk : 8-14 d. Sangat buruk : 15-21

4.5 Pengumpulan Dan Pengolahan Data

4.5.1 Instrumen

Alat untuk mengumpulkan data penelitian disebut instrumen penelitian (Agustina, 2017). Yang mana nantinya hasil data tersebut akan diolah oleh peneliti. Formulir Google dan kuesioner berdasarkan dua variabel berfungsi sebagai alat penelitian. PSQI digunakan untuk mengukur kualitas tidur, dan PSS digunakan

untuk mengukur tingkat stres. Kuesioner dan google formulir yang akan digunakan adalah sebagai berikut:

1. Kuesioner dan google form

Pada kuesioner berisikan data demografi responden, diantaranya nama responden, umur, jenis kelamin responden, program studi, semester, no telepon. Serta kuesioner tentang tingkat stress dan kualitas tidur yang dialami oleh mahasiswa tingkat akhir. Kuesioner PSS (*Percieved Stress Scale*) terdiri dari 10 pertanyaan dengan skor atau kriteria sebagai berikut:

- a. Stress ringan (skor <13)
- b. Stress sedang (skor 14-25)
- c. Stress berat (skor >26)

Kuesioner Pittsburg Sleep Quality Index (PSQI) dengan skor atau kriteria sebagai berikut:

- d. Baik (skor 1-5)
- e. Cukup baik (skor 6-7)
- f. Buruk (skor 8-14)
- g. Sangat buruk (skor 15-21)

4.5.2 Lokasi Dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan pada tanggal 11-20 November 2024 di Universitas Muhammadiyah Gresik.

4.5.3 Prosedur Pengumpulan Data

Teknik atau strategi yang digunakan untuk mengumpulkan data dikenal dengan istilah metode pengumpulan data. Alat untuk mengumpulkan data dikenal dengan

instrumen pengumpulan data. Langkah-langkah berikut diambil untuk melakukan penelitian ini:

1. Peneliti mendapatkan surat pengantar pengambilan data penelitian dari institusi
2. Peneliti menyampaikan surat izin penelitian ketempat penelitian
3. Memilih dan menentukan subjek penelitian yaitu mahasiswa tingkat akhir
4. Menyusun proposal penelitian dan pengajuan etik penelitian
5. Penelitian ini sudah mendapatkan laik etik nomor:
096/KET/II.3.UMG/KEP/A/2024
6. Peneliti menemui responden dari prodi ilmu kebidanan, kesehatan masyarakat, dan ilmu keperawatan secara langsung. Untuk prodi ilmu gizi dan farmasi peneliti menyebarkan google form.
7. Peneliti menjelaskan kepada responden mengenai penelitiannya. Jika responden bersedia dipersilahkan untuk menandatangani surat persetujuan.
8. Melakukan pendataan, mengisi daftar hadir dan responden mengisi kuesioner atau google form, setelah itu kuesioner dikumpulkan kepada peneliti dan peneliti mengecek kuesioner.
9. Peneliti melakukan pengolahan data dan teknik analisa data.
10. Menyusun laporan penelitian

4.5.4 Pengolahan Data

Metode pengumpulan data yang akan digunakan pada penelitian ini yaitu dengan memberikan kuesioner dan google form kepada responden. Proses pengambilan data dan pengumpulan data pada penelitian ini akan dilakukan beberapa cara antara lain:

1. Editing

Pengeditan adalah proses memverifikasi dan menyesuaikan informasi yang dikumpulkan dari partisipan untuk memastikan bahwa tanggapannya lengkap dan untuk menghindari kemungkinan data tidak sesuai atau tidak memenuhi spesifikasi penelitian.

2. Coding

Pengkodean adalah proses mengkategorikan data menggunakan tanda-tanda; setiap respons sering kali diidentifikasi dengan kode, yang biasanya terdiri dari angka.

a. Jenis Kelamin :

Laki-laki :1

Perempuan :2

b. Program Studi :

Ilmu Keperawatan :1

Kebidanan :2

Kesehatan Masyarakat :3

Ilmu Gizi :4

Farmasi :5

c. Semeseter

Semester 5 :1

Semester 7 :2

d. Tingkat Stress

Ringan :1

Sedang :2

Berat :3

e. Kualitas Tidur

Baik :1

Cukup baik :2

Buruk :3

Cukup buruk :4

3. Scoring

Scoring yaitu memberikan skor/nilai ditiap item pertanyaan untuk memudahkan dalam pengolahan data.

a. Scoring tingkat stress

<13 = Ringan

14-25 = Sedang

>26 = Berat

b. Scoring kualitas tidur

1-5 = Baik

6-8 = Cukup baik

8-14 = Buruk

15-21 = Cukup buruk

4. Tabulating

Tabulasi data adalah proses penempatan data ke dalam bentuk tabel sesuai dengan tujuan penelitian atau kebutuhan analisis.

0% : Tidak ada satupun

1% - 25% : Sebagian kecil

26% - 49% : Hampir setengahnya

50% - 75% : Sebagian besar

76% - 99% : Hampir seluruhnya

100% : Seluruhnya (Warsito, 1992)

5. Analisa data

a. Univariat

Keistimewaan masing-masing variabel penelitian dijelaskan dengan menggunakan analisis univariat. Analisis dimensi digunakan dalam penelitian ini untuk memverifikasi distribusi frekuensi karakteristik responden, termasuk variabel independen (tingkat stres), variabel dependen (kualitas tidur), dan data statistik populasi (usia, jenis kelamin, tempat tinggal, dll.) . Dengan menggunakan tabel distribusi frekuensi data dan persentase masing-masing variabel yang diteliti, analisis univariat digunakan dalam penelitian ini untuk menjelaskan tingkat stres dan kualitas tidur pada mahasiswa tingkat akhir.

b. Bivariat

Analisis yang akan diuji untuk memastikan hipotesis antara dua variabel disebut dengan analisis bivariat. Dengan menggunakan uji Spearman Rank, uji statistik berupaya mengukur hubungan dari data ordinal.

4.6 Masalah Etik

4.6.1 Ketersediaan Responden

Ketersediaan responden (*informed consent*) dalam penelitian merupakan bentuk persetujuan yang diberikan kepada responden untuk ikut serta dalam penelitian. Informed consent adalah pernyataan yang dibuat oleh partisipan

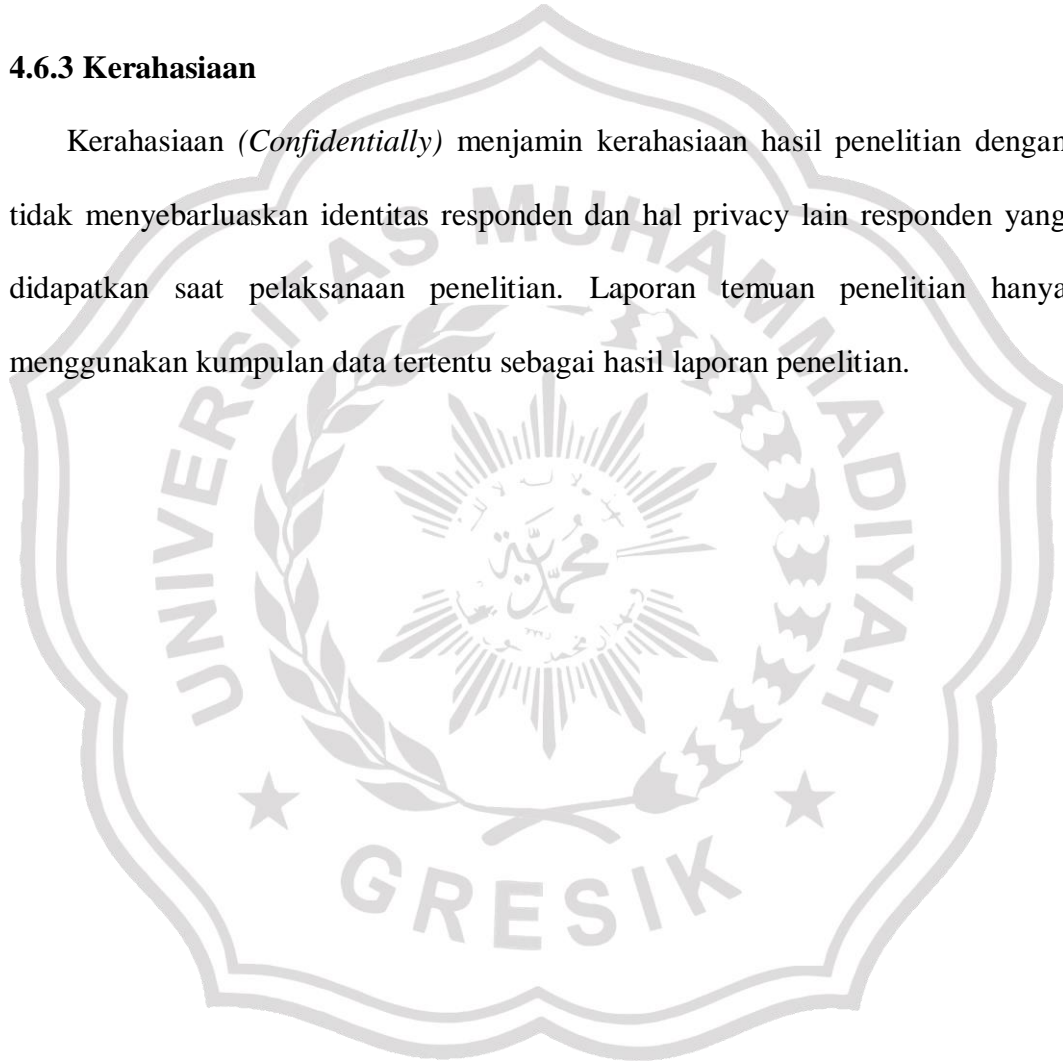
mengenai kesediaannya untuk menjadi responden, yang dilakukan secara sukarela tanpa adanya paksaan dari pihak manapun.

4.6.2 Tanpa Nama

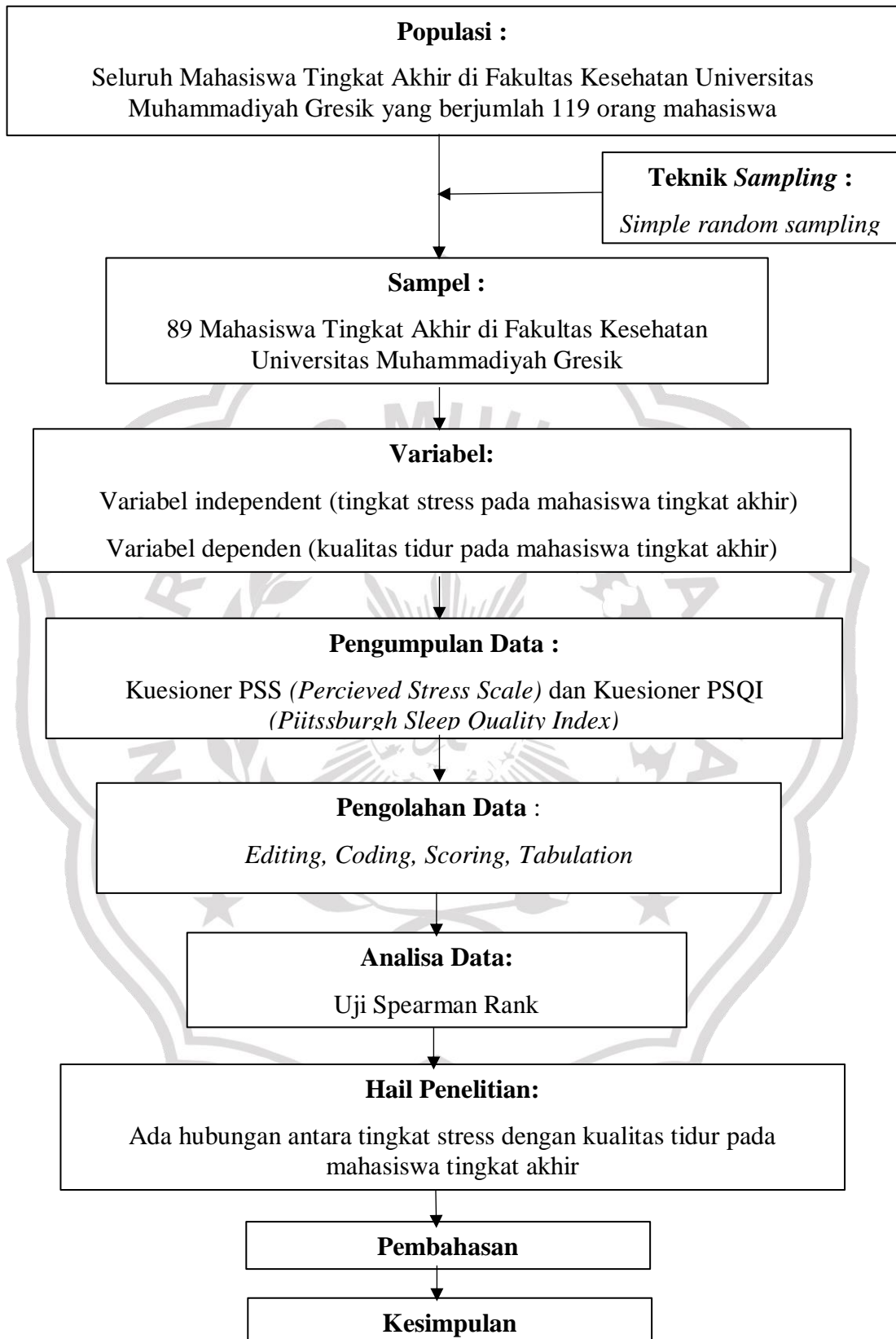
Tanpa nama digunakan agar anonimitas responden tetap terjaga. Peneliti hanya akan menggunakan inisial namanya saja bukan nama lengkap.

4.6.3 Kerahasiaan

Kerahasiaan (*Confidentially*) menjamin kerahasiaan hasil penelitian dengan tidak menyebarkan identitas responden dan hal privacy lain responden yang didapatkan saat pelaksanaan penelitian. Laporan temuan penelitian hanya menggunakan kumpulan data tertentu sebagai hasil laporan penelitian.



4.7 Kerangka Operasional



Gambar 4. 1 Kerangka Operasional Hubungan Tingkat Stress Dengan Kualitas Tidur Pada Mahasiswa Tingkat Akhir