

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Penentuan Lokasi, Waktu dan Sasaran Penelitian**

##### 1. Lokasi

Penelitian ini akan dilakukan di Sari Mulia, yang beralamat di Jl. Pramuka, No. 2 Banjarmasin.

##### 2. Waktu

Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Juni 2017.

##### 3. Sasaran

Sasaran penelitian adalah Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan (PSIK) yang Menyusun Skripsi di STIKES Sari Mulia.

#### **B. Metode Penelitian**

Peneliti menggunakan metode penelitian korelasional untuk mengkaji hubungan antara variabel independen dan variabel dependen. Penelitian ini menggunakan pendekatan *cross sectional* dimana penelitian menekankan pada waktu pengukuran atau observasi data variabel independen dan dependen hanya satu kali pada satu saat (Dharma, 2011).

#### **C. Populasi dan Sampel Penelitian**

##### 1. Populasi

Menurut Sugiyono (2010), populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas: objek atau subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang diharapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya.

Populasi pada penelitian ini adalah seluruh mahasiswa semester VIII yang berjumlah 76 orang tidak termasuk peneliti.

## 2. Sampel

Sampel adalah sebagian atau wakil populasi yang akan diteliti dari jumlah karakteristik yang dimiliki oleh populasi (Sugiyono, 2013).

Sugiyono (2013) mengemukakan bahwa ukuran sampel yang layak untuk penelitian yaitu antara 30 hingga 500 sampel, sehingga sampel dalam penelitian ini diambil sampel minimal yaitu sebanyak 30 orang Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan (PSIK) yang Menyusun Skripsi di STIKES Sari Mulia.

Jumlah sampel yang akan diteliti sebanyak 30 orang mahasiswa. Teknik pengambilan sampel digunakan dalam penelitian ini adalah *simple random sampling*. Dikatakan simple (sederhana) karena cara pengambilan sampel dari semua anggota populasi dilakukan secara acak tanpa memperhatikan strata yang ada dalam anggota populasi. Cara demikian dilakukan bila anggota populasi dianggap homogen, sebagai contoh bila populasinya homogen maka diambil secara acak kemudian didapatkan sampel yang representatif (Hidayat, 2007).

Kriteria sampel yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah mahasiswa yang sedang menjalani penyusunan skripsi di Sari Mulia, mahasiswa tersebut masih terdaftar, aktif dan tidak sedang cuti, dan bersedia menjadi responden penelitian.

## D. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional

### 1. Variabel Penelitian

Variabel adalah sesuatu yang digunakan sebagai ciri sifat atau ukuran yang dimiliki atau didapatkan oleh satuan penelitian tentang sesuatu konsep tertentu, misalnya pendidikan, umur, jenis kelamin, pekerjaan, pengetahuan dan sebagainya (Notoatmodjo, 2010). Variabel yang diteliti pada penelitian dibagi menjadi dua, yaitu :

- a. Variabel Independen (bebas), yaitu variabel yang nilainya menentukan variabel lain. Suatu kegiatan stimulus yang dimanipulasi oleh peneliti sehingga menciptakan suatu dampak atau respon pada variabel dependen Nursalam (2011). Variabel independen dalam penelitian ini adalah tingkat stres
- b. Variabel Dependen (terikat), yaitu variabel yang nilainya ditentukan oleh variabel lain. Variable respon akan muncul akibat dari manipulasi variabel lain Nursalam (2011). Variabel dalam penelitian ini adalah Insomnia pada mahasiswa program studi ilmu keperawatan (PSIK) yang menyusun skripsi.

### 2. Definisi Operasional

Definisi operasional adalah mendefinisikan variabel secara operasional berdasarkan karakteristik yang diamati, memungkinkan peneliti melakukan observasi atau pengukuran secara cermat terhadap suatu objek atau fenomena. Definisi operasional ditentukan berdasarkan parameter yang dijadikan ukuran dalam penelitian (Hidayat, 2011).

Pada bagian ini diuraikan mengenai definisi operasional masing-masing variabel penelitian. Penelitian ini terdiri dari dua variabel utama,

berupa variabel dependen yaitu insomnia dan variabel independen yaitu tingkat stres.

Tabel 3.1 Definisi Operasional

No	Variabel	Definisi Operasional	Alat Ukur	Hasil Ukur	Skala
1.	Tingkat Stres	Suatu kondisi keadaan yang mempengaruhi emosi, proses berfikir dan kondisi mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan (PSIK) yang menyusun skripsi di STIKES Sari Mulia	Kuesioner	- Tidak Stres (Normal) jika nilai 0 – 14 - Stres Ringan jika nilai 15 – 18 - Stres Sedang jika nilai 19 – 25 - Stres Parah jika nilai 26 – 33 - Stres sangat parah jika nilai > 34 (DASS 42, 1995)	Ordinal
2.	Insomnia	Suatu keadaan dimana seseorang mengalami kesulitan tidur, terutama tidur malam hari dan merasa tidak cukup atau merasakan kualitas tidur yang buruk dan tidak bugar setelah bangun dari tidur pada mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan (PSIK) yang menyusun skripsi di STIKES Sari Mulia	Kuesioner	- Tidak insomnia jika nilai 0-12 - Insomnia jika nilai >12 (Cronlein et al, 2013)	Ordinal

## E. Jenis dan Sumber Data

### 1. Jenis Data

Jenis data dalam penelitian ini menggunakan jenis data kuantitatif, karena data yang diperoleh nantinya berupa angka. Dari angka yang diperoleh dianalisis lebih lanjut dalam analisis data.

### 2. Sumber Data

#### a. Data Primer

Menurut Saryono (2010), data primer merupakan data yang diperoleh dan dikumpulkan secara langsung oleh peneliti. Kelebihan data primer adalah tingkat akurasi yang lebih tinggi. Data primer penelitian ini didapatkan dari hasil penelitian oleh peneliti kepada responden dengan menggunakan alat ukur kuesioner kepada mahasiswa PSIK Sari Mulia Banjarmasin yang sedang skripsi.

b. Data Sekunder

Menurut Saryono (2010), Data sekunder merupakan data yang diperoleh melalui pihak lain, di mana data ini tidak langsung diperoleh oleh peneliti dari subjek penelitian. Data sekunder penelitian ini didapatkan dari bagian kemahasiswaan PSIK Sari Mulia Banjarmasin

## **F. Pengumpulan Data**

### 1. Cara Pengumpulan Data

Pengumpulan data dilakukan dengan cara membagikan kuesioner yang pengisiannya dilakukan sendiri oleh responden.

### 2. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian adalah alat-alat yang akan digunakan untuk pengumpulan data dapat berupa lembar observasi, wawancara, dan angket/kuesioner Notoatmodjo (2010). Instrumen penelitian ini menggunakan kuesioner berupa daftar pertanyaan terkait tingkat stres dan daftar pertanyaan insomnia yang digunakan adalah sebagai berikut:

#### a. Kuesioner Tingkat Stres

Instrumen yang digunakan untuk mengukur tingkat stres dengan menggunakan kuesioner yang sudah tervalidasi yaitu *Depression Anxiety Stress Scale 42 (DASS)* yang diterbitkan oleh *Lovibond* pada tahun 1995, sehingga tidak perlu dilakukan uji validasi

dan reliabilitas karena memiliki nilai validasi dan reliabilitas sebesar 0,91 yang diolah berdasarkan penilaian *Cronbach's Alpha*.

Kategori berupa data ordinal dan digolongkan menjadi tingkatan sebagai berikut :

1. Tidak Stres (Normal) jika nilai 0 – 14
2. Stres Ringan jika nilai 15 – 18
3. Stres Sedang jika nilai 19 – 25
4. Stres Parah jika nilai 26 – 33
5. Stres sangat parah jika nilai > 34

(DASS 42, 1995)

b. Kuesioner Insomnia

Kuesioner Regensburg Insomnia Scale (RIS) berupa skala likert yang terdiri dari 10 komponen berupa 2 pertanyaan dan 8 pernyataan yang dilakukan penelitian oleh Cronlein et al pada tahun (2013). Di mana responden diminta untuk mengidentifikasi derajat: selalu, sering, jarang, kadang-kadang dan tidak pernah. Penilaian skala menggunakan skala likert, jawaban diberi bobot atau disamakan dengan nilai, pilihan jawaban skala likert dengan 5 alternatif jawaban yaitu: selalu, sering, jarang, kadang-kadang dan tidak pernah.

Tabel 3.2 Daftar 10 komponen pertanyaan Kuesioner *Regensburg Insomnia Scale* (RIS)

Komponen	No pertanyaan
Waktu memulai tidur	1
Durasi tidur	2
Kuantitas tidur	3
Bangun lebih cepat	4
Tidur nyenyak/tidur dalam	5
Pengalaman tidur malam	6
Fokus untuk tidur	7
Takut akan insomnia	8
Gangguan kebugaran pada siang hari	9
Penggunaan obat tidur untuk memulai tidur	10

Kategori berupa data ordinal dan digolongkan menjadi tingkatan sebagai berikut :

1. Tidak insomnia jika nilai 0-12
2. Insomnia jika nilai >12

(Cronlein et al, 2013)

#### G. Uji Validitas dan Reliabilitas

Uji validitas dan reliabilitas bertujuan untuk mengetahui ketepatan kuesioner dalam mengukur data yang ingin diteliti dan untuk mengetahui konsistensi pengukuran jika kuesioner digunakan kembali secara berulang (Dharma, 2011).

1. Uji validitas dilakukan tiga tahap, yaitu tahap validitas rupa (*face validity*), validitas isi (*content validity*), dan validitas konstruk (*construct validity*) menggunakan rumus *pearson product moment* (Dharma, 2011; Hidayat, 2010). Tahap pertama dimulai dengan melakukan validitas rupa (*face validity*) dimana seluruh pertanyaan

dan pernyataan dinilai oleh pengisi kuesioner mengenai kesesuaian pertanyaan instrumen yang digunakan dengan data yang ingin diperoleh. Validitas isi (*content validity*) dilakukan dengan diskusi dengan dosen pembimbing mengenai kesesuaian isi instrumen dengan konsep penelitian. Hasil kedua validitas tersebut dinyatakan kuesioner dapat dilakukan validitas konstruk (*construct validity*) menggunakan rumus *pearson product moment* berdasarkan perhitungan dengan rumus dimana nilai  $r_{hitung}$  untuk seluruh pernyataan dibandingkan dengan nilai  $r_{tabel}$  dinyatakan valid bila  $r_{hitung} > r_{tabel}$  maka alat penelitian handal dengan nilai  $\alpha$  signifikan 0,05 (Hidayat, 2010), yaitu sebagai berikut :

$$r_{xy} = \frac{n(\sum XY) - (\sum X \sum Y)}{\sqrt{[n \sum X^2 - (\sum X)^2][n \sum Y^2 - (\sum Y)^2]}}$$

Keterangan:

- $r_{xy}$  : Koefisien korelasi  
 X : Jumlah skor item pertanyaan  
 Y : Jumlah skor total (item)  
 n : Jumlah responden yang di uji

Penentuan kategori dari validitas instrumen mengacu pada pengklasifikasian validitas yang di kemukakan oleh Arikunto (2010) adalah sebagai berikut :



Tabel 3.3 klasifikasi validitas

<b>0,80-1,00</b>	<b>Validitas sangat tinggi (sangat baik)</b>
<b>0,60-0,80</b>	Validitas tinggi (baik)
<b>0,40-0,60</b>	Validitas sedang (cukup)
<b>0,20-0,40</b>	Validitas rendah (kurang)
<b>0,00-0,20</b>	Validitas sangat rendah (jelek atau tidak valid)

Sumber : Arikunto (2010)

Jika nilai  $r_{hitung} > r_{tabel}$  berarti butir-butir pertanyaan tersebut valid dan sebaiknya jika  $r_{hitung} < r_{tabel}$  tetapi masih dalam rentang  $> 0,20$  berarti butir-butir pertanyaan harus dilakukan revisi dan jika nilai realibitasnya  $< 0,20$  berarti item soal harus dilakukan atau dibuang.

## 2. Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas adalah suatu indeks yang menunjukkan sejauh mana suatu alat ukur tersebut dapat dipercaya atau dapat diandalkan. Kuesioner dapat dikatakan reliabel jika jawaban atas pernyataan tersebut konsisten. Pengukuran reliabel dapat dilakukan dengan metode Perhitungan nilai *Cronbach alpha* (Dharma, 2011), yaitu:

$$r = \left[ \frac{k}{(k-1)} \right] \left[ 1 - \frac{\sum \sigma_b^2}{\sigma_t^2} \right]$$

Keterangan:

$r$  : Reliabilitas instrument

$k$  : Banyaknya butir pernyataan

$\sum \sigma_b^2$  : Total varians butir pernyataan

$\sigma_t^2$  : Total varians

Kategori koefisien reliabilitas menurut Arikunto (2010) adalah sebagai berikut :

Tabel 3.4 Klasifikasi Reliabilitas

0,80-1,00	Reliabilitas sangat tinggi
0,60-0,80	Reliabilitas tinggi
0,40-0,60	Reliabilitas sedang
0,20-0,40	Reliabilitas rendah

Sumber: Arikunto (2010)

Instrument memiliki tingkat reliabilitas yang tinggi jika koefisien alpha yang diperoleh  $> 0,60$  Sastroasmoro & Ismail (2010). Koefisien *Alpha Cronbach* dapat diketahui jika  $r_{\alpha} > r_{\text{tabel}}$ , maka dapat juga dikatakan sebagai item pertanyaan *reliabel* (Hastono, 2007).

Hasil uji reliabilitas didapatkan untuk kuesioner insomnia yang sudah baku. Instrument tersebut merupakan instrument Regensburg Insomnia Scale (RIS) adalah instrumen yang valid dan layak untuk menilai psychophysiological dan parameter tidur sedangkan untuk mengukur tingkat stres tidak melakukan uji reliabilitas dikarenakan kuesioner tingkat stres sudah baku dengan alat ukur *Depression Anxiety Stress Scale 42 (DASS)* yang diterbitkan oleh *Lovibond* pada tahun 1995, sehingga tidak perlu dilakukan uji validasi dan reliabilitas karena memiliki nilai validasi dan reliabilitas sebesar 0,91 yang diolah berdasarkan penilaian *Cronbach's Alpha*.

## H. Metode Analisa Data

1. Tahap pengolahan data dilakukan agar analisis penelitian menghasilkan informasi yang benar. Data diolah sebelum dilakukan analisis sehingga informasi dapat digunakan untuk menjawab tujuan penelitian (Haston, 2010). Terdapat empat tahapan dalam

melakukan pengolahan data, yaitu *editing*, *coding*, *processing*, dan *cleaning*.

a. *Editing*

*Editing* adalah tahap memeriksa kebenaran data yang telah terkumpul (Hidayat 2011). Peneliti memeriksa kelengkapan jawaban dan memastikan jawaban sudah jelas, relevan, dan konsisten. *Editing* ini dilakukan setelah kuesioner yang telah diisi diterima oleh peneliti.

Data dimasukkan kedalam exel kemudian dipindahkan ke SPSS untuk mengetahui analisis univariat dan Bivariat.

b. *Coding*

Setelah semua data diedit atau disunting, selanjutnya dilakukan pengkodean atau "*coding*" yakni mengubah data berbentuk kalimat atau huruf menjadi data angka atau bilangan.

c. *Entry*

*Entry* adalah memasukkan data kuesioner yang telah terisi dan mengalami pengkodean ke program komputer

d. *Cleaning*

*Cleaning* adalah hasil yang sudah dimasukkan ke dalam program komputer diperiksa kembali ada kesalahan atau tidak. Setelah diperiksa kembali, data yang sudah didapatkan kemudian di analisis.

2. Analisa Data

Data yang telah diolah kemudian dianalisis. Jenis analisis yang digunakan pada penelitian ini adalah analisis univariat dan bivariat. Tujuan dari analisis univariat adalah untuk menjelaskan tingkat stres

dan insomnia yang dialami responden (Notoatmodjo, 2010). Analisis bivariat bertujuan untuk mengetahui hubungan antara tingkat stres dengan insomnia pada mahasiswa skripsi.

a. Analisis *univariat*

Analisis *univariat* bertujuan untuk menjelaskan atau mendeskripsikan karakteristik setiap variabel penelitian (Notoatmodjo, 2010). Hal ini variabel independen tingkat stres dan variabel dependen insomnia pada mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan (PSIK) yang menyusun skripsi di STIKES Sari Mulia

b. Analisis *bivariat*

Menurut Notoatmodjo (2010) analisa *bivariat* merupakan analisa yang dilakukan terhadap dua variabel yang diduga berhubungan atau berkorelasi. Analisa *bivariat* pada penelitian ini dilakukan untuk menganalisa adanya hubungan antara variabel independen (tingkat stres) dan variabel dependen (kejadian insomnia pada mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan (PSIK) yang menyusun skripsi di STIKES Sari Mulia). Menguji signifikan apakah variabel kedua variabel ada hubungan yang signifikan atau tidak maka dapat diuji dengan menggunakan rumus *Spearman Rank* (Rho). Analisa data pada uji korelasi *Spearman Rank* ini adalah jenis skala ordinal (Sugiyono, 2010).

Rumus *Spearman Rank* (Rho) :

- 1) Membuat hipotesis
- 2) Membuat tabel penolong untuk menghitung ranking
- 3) Menghitung r hitung dengan rumus :

$$r_s = 1 - \frac{6 \sum d^2}{n(n^2-1)}$$

keterangan :

$r_s$  = nilai korelasi *Spearman Rank*

$d^2$  = selisih setiap pasangan *Rank*

$n$  = jumlah pasangan *Rank* untuk Spearman

4) Membuat kesimpulan

Membandingkan  $r_{shitung}$  dengan  $r_{stable}$  maka :

- a) Apabila  $r_{shitung} > r_{stable}$  atau  $p \text{ value} < 0,05$  maka  $H_0$  ditolak artinya ada perbedaan yang signifikan antara tingkat stres dengan kejadian insomnia pada mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan (PSIK) yang menyusun skripsi di STIKES Sari Mulia.
- b) Apabila  $r_{shitung} < r_{stable}$  atau  $p \text{ value} > 0,05$  maka  $H_0$  diterima artinya tidak ada perbedaan yang signifikan antara tingkat stres dengan kejadian insomnia pada mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan (PSIK) yang menyusun skripsi di STIKES Sari Mulia.