

BAB III

Metode Penelitian

3.1. Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode penelitian analitik korelatif dengan pendekatan *cross sectional study* dengan tujuan untuk menganalisa hubungan kecemasan dengan kualitas tidur pada mahasiswa yang menyusun skripsi di Universitas Bina Bangsa Getsempena.

3.2. Lokasi dan Waktu Penelitian

3.2.1. Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Universitas Bina Bangsa Getsempena

3.2.2. Waktu Penelitian

Penelitian ini direncanakan pada bulan November hingga Desember 2024 di Universitas Bina Bangsa Getsempena.

3.3. Populasi dan Sampel

3.3.1. Populasi Penelitian

Populasi adalah subjek yang memenuhi kriteria yang telah ditetapkan oleh peneliti (Nursalam, 2019).

Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa keperawatan reguler yang sedang menyusun skripsi di Universitas Bina Bangsa Getsempena, jumlah mahasiswa keperawatan yang sedang menyusun skripsi berjumlah 62 jiwa.

3.3.2. Sampel Penelitian

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dianggap mewakili populasi. Apa yang didapatkan dari sampel, kesimpulannya akan dapat diberlakukan untuk populasi harus betul-betul representative (mewakili) (Sugiyono, 2018). Teknik pengambilan sampel menggunakan *total sampling* yaitu dimana jumlah sampel sama dengan populasi. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 62 mahasiswa.

Namun tidak menutup kemungkinan jumlah sampel tersebut akan berkurang sehubungan dengan kriteria sampel yang diajukan oleh peneliti. Adapun ciri-ciri kriteria sampel yaitu:

- a. Kriteria inklusi pada penelitian:
 - 1) Mahasiswa S1 keperawatan reguler yang sedang menyusun skripsi di Universitas Bina Bangsa Getsempena bersedia menjadi responden
 - 2) Mahasiswa yang terdaftar sebagai mahasiswa keperawatan reguler di Universitas Bina Bangsa Getsempena semester akhir yang akan menghadapi ujian skripsi

b. Kriteria eksklusi pada penelitian:

- 1) Mahasiswa S1 keperawatan reguler di Universitas Bina Bangsa Getsempena yang tidak menyelesaikan pengisian kuesioner

3.4. Variabel Penelitian

Variabel adalah perilaku atau karakteristik yang memberikan nilai beda terhadap sesuatu (benda, manusia, dll) (Nursalam, 2016).

3.4.1. Variabel Independen

Variabel bebas (independen) merupakan variabel yang dapat mempengaruhi atau menjadi sebab perubahan atau timbulnya variabel terkait (dependen). Variabel bebas (independen) penelitian ini adalah kecemasan.

3.4.2. Variabel Dependen

Variabel terkait (dependen) merupakan variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat karena adanya variabel bebas (independen). Variabel terkait (dependen) dalam penelitian ini adalah kualitas tidur.

3.5. Definisi Penelitian

Definisi penelitian merupakan uraian tentang batasan variabel agar dapat diukur dengan menggunakan instrumen atau alat ukur.

No	Variabel	Definisi Operasional	Alat Ukur	Skala	Skor
1.	Independen : Kecemasan	Penilaian kecemasan melalui	HRS-A	Ordinal	Pertanyaan: a. Ringan =

		emosi, depresi, tekanan batin, kekhawatiran berlebih			14-20 b. Sedang = 21-27 c. Berat = 28-41 d. Sangat berat = 42-56
2.	Dependen : Kualitas Tidur	Suatu keadaan tidur yang dialami mahasiswa dalam penyelesaian tugas akhir	PSQI	Ordinal	Pertanyaan: a. Baik = 0-5 b. Buruk = >5

Tabel 3.5 Definisi Penelitian

3.6. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian yang dipergunakan dalam penelitian ini berupa angket atau kuesioner. (Sugiyono, 2014) menyatakan bahwa “instrumen penelitian adalah suatu alat pengumpul data yang digunakan untuk mengukur fenomena alam maupun sosial yang diamati”. Dengan demikian, penggunaan instrumen penelitian yaitu untuk mencari informasi yang lengkap mengenai suatu masalah, fenomena alam maupun sosial.

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini dimaksudkan untuk menghasilkan data yang akurat yaitu dengan menggunakan skala Likert.

(Sugiyono, 2014) menyatakan bahwa “Skala Likert digunakan untuk mengukur suatu sikap, pendapat dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang suatu fenomena sosial”.

Untuk memperoleh informasi dari responden, peneliti menggunakan instrumen penelitian yaitu kuesioner. Kuesioner merupakan alat ukur dengan beberapa pertanyaan dan alat ukur digunakan bila responden jumlahnya besar dan tidak buta huruf (Hidayat, A.A, 2012). Kuesioner dalam penelitian ini menggunakan jenis kuesioner *Checklist* atau daftar cek yang merupakan daftar yang berisi pertanyaan yang akan diamati responden memberikan jawaban dengan tanda (√) sesuai hasil yang diinginkan.

1. Kuesioner A

Kuesioner yang digunakan adalah *skala likert*. Skala ini, bertujuan untuk mengetahui bagaimana tingkat kecemasan pada mahasiswa. Caranya responden memilih salah satu jawaban dengan kondisi yang dialami responden, dengan skor 0 = tidak ada, 1 = ringan, 2 = sedang, 3 = berat, 4 = berat sekali, dimana dikatakan kecemasan ringan jika nilainya 14-20, dikatakan kecemasan sedang jika nilainya 21-27, dikatakan kecemasan berat jika nilainya 28-41, dan jika nilainya lebih dari 42 dikatakan panik.

2. Kuesioner B

Kuesioner yang digunakan adalah *skala likert*, bertujuan untuk mengetahui bagaimana pola tidur pada mahasiswa. Caranya

responden memilih salah satu jawaban dengan kondisi yang dialami responden, dengan penilaian 0 = sangat baik, 1 = cukup baik, 2 = buruk, 3 = sangat buruk. Untuk menentukan skor akhir yang menyimpulkan kualitas tidur keseluruhan, jumlahkan semua hasil skor dari komponen 1 sampai 7, dengan hasil ukur ≤ 5 dikatakan baik dan > 5 dikatakan buruk.

3.6.1. Uji Validitas

Uji validitas merupakan uji guna mengetahui sebuah keaslian dari suatu instrumen penelitian, instrumen dikatakan valid ketika sebuah alat ukur dapat menyebutkan atau mengukur suatu data yang diteliti secara tepat (Nur salam, 2016). Di dalam penelitian ini, peneliti menggunakan kuesioner HARS untuk mengetahui tingkat kecemasan dan menggunakan kuesioner PSQI untuk kualitas tidur. Kuesioner PSQI telah dilakukan uji 49 validitas pada penelitian (Nur Salam, 2016) dengan uji coba kepada 30 responden dengan hasil r hitung (0,410-0,831) $>$ r table (0,361) sehingga kuesioner bisa digunakan mengukur kualitas tidur.

3.6.2. Uji Reabilitas

Uji reabilitas digunakan untuk instrumen penelitian agar dapat digunakan dan diperiksa dalam pengumpulan sebuah data. Instrumen dikatakan reabilitas apabila dapat mengetahui besar kemampuan dan mengukur secara tepat sasaran yang akan diukur (Nur Salam, 2016).

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan kuesioner HARS dan kuesioner PSQI untuk mengetahui tingkat kecemasan dan kualitas tidur. Kuesioner HARS telah diuji teabilitas dan dinyatakan reliabel sehingga tidak perlu diuji reabilitas. Pada kuesioner PSQI telah diuji reabilitas juga dilakukan oleh (Notoatmodjo, 2011).

3.7. Prosedur Pengumpulan Data

Pengumpulan data adalah suatu proses pendekatan kepada subjek dan proses pengumpulan karakteristik subjek yang diperlukan dalam suatu penelitian (Nursalam, 2013). Dalam melakukan penelitian ini prosedur yang dilakukan adalah sebagai berikut:

1. Setelah proposal disetujui oleh pembimbing dan penguji, peneliti mengajukan permohonan ijin kepada Ketua Prodi Sarjana Keperawatan, Fakultas Sains, Teknologi dan Ilmu Kesehatan Universitas Bina Bangsa Getsempena
2. Setelah mendapatkan ijin dari Ketua Prodi Sarjana Keperawatan, kemudian peneliti menemui calon responden untuk memberi penjelasan kepada calon responden mengenai penelitian yang akan dilakukan.
3. Kemudian, menanyakan kesediaan responden dengan memberikan surat pernyataan kesediaan menjadi responden berupa *inform consent*.
4. Kemudian peneliti menjelaskan teknis bagaimana pengisian kuesioner penelitian kepada responden.

5. Peneliti mendapatkan data melalui kuesioner kepada setiap mahasiswa S1 keperawatan reguler yang sedang menyusun skripsi di Universitas Bina Bangsa Getsempena yang melakukan skripsi

3.8. Pengolahan dan Analisa Data

3.8.1. Pengolahan Data

Setelah dilakukan pengumpulan data, langkah selanjutnya adalah melakukan pengolahan data. Teknik pengolahan data-data tersebut dilakukan sesuai dengan langkah-langkah kerja yang sistematis. Adapun langkah-langkah yang dilakukan untuk pengolahan data, meliputi:

1. *Editing* (Memeriksa)

Merupakan kegiatan untuk melakukan pengecekan isian formulir atau kuesioner apakah jawaban yang ada di kuesioner sudah:

- a. Lengkap : semua pertanyaan sudah terisi jawabannya
- b. Jelas : jawaban pertanyaan apakah cukup jelas
- c. Relevan : jawaban yang tertulis apakah relevan dengan pertanyaan
- d. Konsisten : apakah antara beberapa pertanyaan yang berkaitan isi jawaban konsisten

2. *Scoring*

Memberikan skor pada jawaban responden terhadap kuesioner yang diberikan (Hidayat, 2014).

3. *Coding* (Pengkodean)

Coding merupakan kegiatan mengubah data berbentuk huruf menjadi data berbentuk angka. Peneliti memberikan kode angka secara berurutan dari responden pertama hingga responden akhir.

4. *Transferring* (Transfer Data)

Pemberian kode yang disusun secara berurutan dari responden pertama sampai dengan responden terakhir untuk dimasukkan kedalam tabel sesuai dengan variabel dan sub variabel yang diteliti.

5. *Tabulating* (Tabelkan Data)

Tabulating adalah membuat tabel-tabel data, sesuai dengan tujuan penelitian atau yang diinginkan oleh peneliti.

6. *Cleaning*

Apabila data dari setiap sumber data atau responden selesai dimasukkan, perlu di cek kembali untuk melihat kemungkinan-kemungkinan adanya kesalahan-kesalahan kode, ketidaklengkapan dan sebagainya, kemudian dilakukan pembetulan atau koreksi. Proses ini disebut pembersihan data (*data cleaning*).

3.8.2. Analisa Data

Analisis ini dilakukan terhadap tiap variabel dari hasil penelitian. Pada umumnya dalam analisis ini hanya menghasilkan distribusi dan presentasi dari tiap variabel (Notoatmodjo, 2018). Data yang sudah terkumpul kemudian

dianalisis dengan analisis univariat dan analisis bivariat dengan menggunakan statistik komputer SPSS (*Statistical Program for Social Science*).

1. Analisa Univariat

Analisis univariat dilakukan untuk mendapatkan gambaran karakteristik masing-masing variabel penelitian dengan menyajikan distribusi frekuensi. Variabel kecemasan dan kualitas tidur (Nursalam, 2015).

2. Analisis Bivariat

Analisa data ditunjukkan untuk menjawab tujuan penelitian dan menguji hipotesis penelitian untuk mengetahui adanya hubungan variabel dependen dengan menggunakan uji statistic *Chi Square* (X^2) dengan nilai kemaknaan ($\alpha = 0,05$) (Hastono, 2016).