

BAB IV

METODE PENELITIAN

4.1 Desain Penelitian

Berdasarkan tujuan penelitian, desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah studi observasional dengan jenis penelitian *cross sectional*. Penelitian *cross sectional* merupakan penelitian yang dilakukan hanya satu kali pada satu saat (hanya diobservasi satu kali) (Tampubolon, 2023). Analisis pada penelitian *cross sectional* mempelajari adanya hubungan atau perbedaan antar kelompok yang diobservasi (Pinontoan, Sumampouw, & Nelwan, 2019). Pada penelitian ini variabel yang akan diteliti yaitu gambaran tingkat kecemasan, latensi tidur dan durasi tidur mahasiswa ners 26 UMM sebelum menghadapi uji kompetensi.

4.2 Populasi, Tehnik Sampling dan Sample

4.2.1 Populasi

Populasi dalam penelitian ini adalah 91 mahasiswa profesi angkatan 26 UMM.

4.2.2 Tehnik Sampling

Metode sampling yang digunakan pada penelitian ini adalah accidental sampling yang berarti siapa saja orang yang sesuai dengan data yang diperlukan dan kebetulan bertemu dengan peneliti (Siregar, Susanti, Indriawati 2022)

4.2.3 Sampel

Menurut Sugiyono (2018) sampel diartikan sebagai bagian dari total populasi yang cukup untuk dijadikan sumber penelitian. Karena keseluruhan populasi berjumlah kurang dari 100 maka peneliti dengan

menggunakan tehnik pengambilan sampel berupa total sampling mengambil 90 responden sebagai sampel dalam penelitian ini sehingga jumlah sampel dan populasi yang diteliti sama.

4.3 Variabel Penelitian

Variabel dapat diartikan sebagai konsep yang memiliki berbagai nilai yang didapatkan dari satuan penelitian. Pada penelitian ini yang menjadi variable adalah tingkat kecemasan, latensi tidur dan durasi tidur.

4.4 Definisi Operasional

Definisi operasional merupakan cara mendefinisikan variable secara operasional berdasarkan karakteristik yang diamati berkaitan dengan kerangka konsep penelitian, sehingga memungkinkan peneliti melakukan observasi secara cermat (Setiana, 2018).

Tabel 4.1 Definisi Operasional

No	Variabel	Definisi Operasional	Alat Ukur	Hasil Ukur	Skala
1	Tingkat kecemasan	Kecemasan adalah perasaan ketakutan yang mendalam diikuti perasaan ketidakpastian dan ketidakamanan yang tidak	<i>Depression Anxiety Stress Scale</i> (DASS), pertanyaan no 2,4,7,9,15,19 dan 20	Kategori penilaian 1. Normal: 0-3 2. Ringan: 4-5 3. Sedang: 6-7 4. Berat: 8-9 5. Sangat Berat: >10	Ordinal

		dapat dihindari serta dapat memunculkan respon tubuh (Djafar & Ariska, 2022)			
2	Latensi Tidur	Waktu yang dibutuhkan untuk terlelap sejak memulai tidur (dalam menit) (R. Dewi, 2021).	<i>Pittsburgh sleep quality index</i> (PSQI), Berapa lama (dalam menit) anda perlukan untuk dapat tertidur tiap malam?	Kategori penilaian 1. ≤ 15 menit: 0 2. 16-30 menit: 1 3. 31-60 menit: 2 4. >60 menit: 3	Ordinal
3	Durasi Tidur	Kuantitas atau jumlah kebutuhan tidur tiap individu R. Dewi, 2021).	<i>Pittsburgh sleep quality index</i> (PSQI), Berapa lama anda tidur	Kategori penilaian 1. >7 jam: 0 2. 6-7 jam: 1 3. 5-6 jam: 2 4. <5 jam: 3	Ordinal

			anda di		
			malam hari?		

4.5 Tempat Penelitian

Tempat penelitian dilakukan di Rumah Sakit Universitas Muhammadiyah Malang.

4.6 Waktu Penelitian

Penelitian dilaksanakan pada bulan September-Oktober 2023.

4.7 Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian merupakan alat bantu yang digunakan dalam penelitian untuk mengumpulkan, memeriksa dan menganalisis data dari fenomena yang diteliti (Sofiyana et al., 2022). Pada penelitian ini digunakan kuesioner DASS (*Depression Anxiety Stress Scale*) sebagai alat ukur kecemasan.

1. Kuesioner Kecemasan

Kuesioner DASS (*Depression Anxiety Stress Scale*) digunakan untuk mengukur tingkat depresi, kecemasan dan stres yang memiliki dua versi yaitu DASS-42 dan versi singkatnya DASS-21 dimana diambil tujuh item dari 3 item skala penilaian yang dipilih untuk menjadi representative, kuesioner ini dibuat oleh Lovibond & Lovibond (1995) dan diadaptasi ke dalam Bahasa Indonesia oleh Damanik (Arjanto, 2022). Memiliki 21 item pertanyaan, terdiri dari 7 pertanyaan terkait depresi, 7 pertanyaan terkait kecemasan dan 7 pertanyaan terkait stress. Pertanyaan tentang depresi terdapat pada nomor 3,5,10,13,16,17,21 dan pertanyaan terkait stress berada di nomor 1,6,8,11,12,14,18. Pada penelitian ini peneliti hanya berfokus mengenai kecemasan dengan total item 7, yaitu item nomor 2,4,7,9,15,19,20 dengan

keterangan hasil 1)Normal artinya tidak menggambarkan kecemasan, 2) Ringan artinya sesekali menggambarkan kecemasan, 3)Sedang artinya kadang menggambarkan kecemasan, 4)Berat artinya cukup menggambarkan kecemasan, 5)Sangat berat artinya paling menggambarkan kecemasan (Ibrahim & Rizka, 2023). Kuesioner yang digunakan menggunakan Skala Likert. Pada kuesioner DASS-21 pemberian skor dilakukan sebagai berikut:

Keterangan:

1. Skor 0: Tidak pernah dialami (Tidak sama sekali)
2. Skor 1: Kadang-kadang dialami (Dialami oleh saya pada taraf tertentu/beberapa waktu)
3. Skor 2: Sering dialami (Dialami oleh saya pada tingkat tertentu/ sebagian waktu)
4. Skor 3: Sangat sering dialami (Dialami oleh saya hamper setiap waktu)

Tabel 4. 2 Interpretasi hasil kuesioner DASS-21

Kategori	Depresi	Kecemasan	Stres
Normal	0-4	0-3	0-7
Ringan	5-6	4-5	8-9
Sedang	7-10	6-7	10-12
Berat	11-13	8-9	13-16
Sangat Berat	>14	>10	>17

2. Kuesioner Latensi dan Durasi Tidur

Kuesioner yang digunakan dalam mengukur latensi dan durasi tidur pada penelitian ini adalah kuesioner PSQI (*Pittsburgh Sleep Quality Index*), semakin rendah nilai PSQI maka semakin meningkat kualitas tidur dan begitu sebaliknya (Sagiran, 2018). Pada kuesioner PSQI yang dibuat oleh Buysee (1988) terdapat 7 komponen penilaian yang diukur, yaitu latensi tidur, lama tidur, kualitas tidur, efisiensi tidur, gangguan saat tidur, penggunaan obat tidur, terganggu aktifitas di siang hari (Septadina et al., 2021). Penilaian berdasarkan skala *Likert* dimana

setiap komponen memiliki skala 0-3, total skala berkisar dari 0 s.d 21 dengan kategori penilaian ≤ 5 kualitas tidur dinyatakan baik dan hasil > 5 kualitas tidur dikatakan buruk (Romadhon & AP, 2022).

1. Latensi tidur

Total skor dari pertanyaan nomor 2 dan 5a.

Pertanyaan nomor 2 “Berapa lama anda biasanya berbaring di tempat untuk bisa memulai tidur?”.

- a. ≤ 15 menit : 0
- b. 16-30 menit : 1
- c. 31-60 menit : 2
- d. >60 menit : 3

2. Durasi tidur

Pertanyaan nomor 4 “Berapa lama anda tidur anda di malam hari?”

- a. >7 jam : 0
- b. 6-7 jam : 1
- c. 5-6 jam : 2
- d. <5 jam : 3

4.7.1 Uji Validitas

Uji validitas merupakan salah satu langkah yang dilakukan sebelum kuesioner dapat disebarkan kepada responden, melalui uji validitas dapat diketahui apakah kuesioner memiliki unsur stabil, akurat dan layak sehingga mampu mengukur dengan tepat fenomena yang diteliti (Asmarina, Yasa, & Ekawati, 2022). Pengujian dilakukan dengan mencari nilai korelasi dari skor setiap item pertanyaan dengan total skor dari seluruh pertanyaan, apabila

nilai koefisien korelasi kurang dari 0,3 maka dinyatakan tidak valid dan jika nilai koefisien korelasi lebih besar dari 0,3 maka dinyatakan valid (Asidah, 2022). Pada penelitian ini peneliti tidak melakukan uji validitas karena kuesioner yang digunakan untuk mengukur kecemasan yaitu DASS-21 merupakan kuesioner baku yang sudah berstandar internasional. Penelitian sebelumnya telah melakukan uji validitas terhadap kuesioner DASS-21 dan didapatkan hasil 0,83-0,94 untuk skala depresi, 0,70-0,87 untuk skala kecemasan dan 0,82-0,91 untuk skala stress (Arjanto, 2022).

4.7.2 Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas digunakan untuk mengetahui tingkat konsistensi atau kestabilan responden terhadap kuesioner sehingga data yang dikumpulkan akan memberikan hasil yang sama (Handini, Sukaai, & Astuti, 2019). Teknik analisis formula *Cronbach's Alpha* digunakan dalam melakukan uji reliabilitas dan kuesioner dikatakan *reliable* jika nilai koefisien *Cronbach's Alpha* $\geq 0,6$ (Asmarina, Yasa, & Ekawati, 2022). Uji reabilitas kuesioner DASS-21 yang dilakukan peneliti sebelumnya memperoleh hasil uji reliabilitas 0,9475 dinyatakan reliabel karena nilainya lebih besar dari 0,6 (Warella et al., 2021).

4.8 Prosedur Pengumpulan Data

a. Tahapan Persiapan

1. Mempersiapkan proposal penelitian dari bab 1-4 dengan judul Gambaran Tingkat Kecemasan, Latensi Tidur dan Durasi Tidur pada Mahasiswa Ners 26 UMM Sebelum Menghadapi Uji kompetensi.
2. Mempersiapkan kuesioner dalam bentuk google formulir.
3. Mengurus surat perijinan penelitian pada ruang tata usaha Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Malang.

b. Tahapan Pelaksanaan

1. Sebelum memulai penelitian kepada responden, peneliti telah mengetahui jadwal uji kompetensi mahasiswa ners Angkatan 26 UMM.
2. Peneliti membagikan kuesioner secara online melalui link google formulir dengan bantuan teman ke dalam grup *whatsapp* mahasiswa ners 26 UMM.
3. Hasil pengisian kuesioner yang dilakukan oleh responden kemudian dikumpulkan untuk dilakukan pengolahan data.
4. Setelah mendapatkan data hasil penelitian melalui lembar kuesioner, peneliti membuat laporan hasil penelitian.

4.9 Analisis Data

4.9.1 Tehnik Pengolahan Data

Langkah-langkah pengolahan data setelah dikelompokkan agar menghasilkan informasi yang tepat terdapat empat tahap, yaitu:

1. *Editing*

Proses pembersihan data yang telah terkumpul sehingga terhindar dari kesalahan input agar dapat dilanjutkan ke tahap selanjutnya (Septadina, Prananjaya, Roflin, Rianti, & Shafira, 2021).

2. *Scoring*

Pemberian skor pada jawaban yang diberikan responden terkait kuesioner yang diberikan, hal tersebut bertujuan untuk mempermudah proses perhitungan (Hidayat, 2015).

3. *Coding*

Pemberian kode pada data yang telah terkumpul menjadi kode numerik atau angka, sehingga memudahkan peneliti dalam melihat lokasi dan arti kode pada setiap kategori (Hidayat, 2015).

4. *Entry*

Proses memasukkan data yang sudah dikumpulkan melalui kuesioner berupa kode ke dalam data base komputer atau *software* (Hidayat, 2015). Pada penelitian ini tanggapan responden yang telah melewati *editing*, *scoring* dan *coding* dilakukan proses entri ke dalam *software* menggunakan SPSS.

4.9.2 Tehnik Analisa Data

1. Analisa Univariat

Analisa univariat disebut juga sebagai analisa deskriptif karena bertujuan untuk mendeskripsikan karakteristik masing-masing variable yang diteliti (Notoatmodjo, 2018). Analisa univariat yang dianalisis dalam penelitian ini, yaitu:

- a. Data umum: Umur, jenis kelamin, riwayat penyakit, kebiasaan olahraga, kebiasaan merokok, minum kafein, minum obat, latensi tidur dan durasi tidur.
- b. Data khusus: Tingkat kecemasan, latensi tidur, dan durasi tidur.

Penyajian data analisa univariat dalam penelitian ini akan dituangkan dengan tabel distribusi frekuensi.

4.10 Etika Penelitian

Penelitian ini dinyatakan layak pada tanggal 2 Oktober 2023 dengan nomor surat **E.6.j/1124/PSIK/FIKES-UMM/X/2023**. Etika dalam penelitian

merupakan prinsip dan norma yang harus diikuti oleh peneliti dengan memperhatikan hak dan kesejahteraan responden melalui cara sebagai berikut:

1. Lembar Persetujuan Menjadi Responden (*Informed Consent*)

Sebelum terlibat dalam penelitian responden memiliki hak untuk memilih bersedia atau tidak menjadi subjek penelitian. Lembar persetujuan diletakkan pada halaman pertama kuesioner, sehingga responden diberi kesempatan untuk menentukan pilihan sebelum dilanjutkan ke tahap berikutnya. *Informed consent* memastikan bahwa keikutsertaan responden berdasarkan kehendak mereka tanpa paksaan dan tekanan serta dapat menarik diri kapan saja.

2. Tanpa Nama (*Anonymity*)

Menjaga identitas subjek penelitian agar tetap rahasia dan tidak teridentifikasi dalam publikasi penelitian dengan cara pemberian kode atau nomor menggantikan nama responden setelah hasil penelitian terkumpul.

3. Kerahasiaan (*Confidentiality*)

Kerahasiaan identitas dan data yang dikumpulkan dari responden selama penelitian berlangsung hingga mencegah kebocoran informasi yang dapat merugikan responden atau mempengaruhi hasil penelitian.