

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

3.1 Desain Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian observasional analitik dengan metode rancangan *cross sectional* (studi potong lintang). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan dari tingkat stres dengan kualitas tidur pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Lampung.

3.2 Lokasi dan Waktu penelitian

Penelitian dilakukan di Fakultas Kedokteran Universitas Lampung. Penelitian ini dilakukan pada bulan Oktober-November 2015.

3.3 Populasi dan Sampel Penelitian

3.3.1 Populasi

Populasi terjangkau pada penelitian ini adalah seluruh mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Lampung.

3.3.2 Sampel

Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah teknik *proportional random sampling* (Notoadmojo, 2005). mahasiswa yang akan dijadikan sebagai sample pada penelitian ini sebesar 106 sampel berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi lewat penghitungan sampel, yakni :

$$n = \frac{z\alpha^2 PQ}{d^2}$$

n = besar sampel

$z\alpha^2$ = tingkat kemaknaan = 1,96

P = proporsi kualitas tidur buruk yang diduga = 50% = 0,5

Q = 1 – P = 1 – 0,5 = 0,5

d = ketepatan absolut yang dikehendaki = 10% = 0,1

$$n = \frac{1,96^2 \cdot 0,5 \cdot 0,5}{0,1^2}$$

= 96, 04 orang

~ 96 orang

Penambahan sejumlah responden dengan adanya kemungkinan responden yang *drop out* sebesar 10%.

= 96 + (10% x 96)

= 96 + 9.6

=105,6

~106 orang

sampel yang dibutuhkan dalam penelitian ini sebanyak 106 sampel. jumlah angkatan aktif yang ada di Fakultas Kedokteran Universitas Lampung sebanyak 4 angkatan, maka jumlah sampel tiap-tiap angkatan adalah:

Tabel 2. Penghitungan Sampel Mahasiswa

Angkatan	Jumlah mahasiswa	Perhitungan	Jumlah sampel
2012	168	$168/771 \times 106 = 23$	23
2013	179	$179/771 \times 106 = 25$	25
2014	233	$233/771 \times 106 = 32$	32
2015	191	$191/771 \times 106 = 26$	26
Total	771		106

3.4 Kreteria Inklusi dan Eksklusi

3.4.1 Kriteria Inklusi

- Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Lampung
- Bersedia menjadi responden penelitian
- Berbadan sehat.

3.4.2 Kriteria Eksklusi

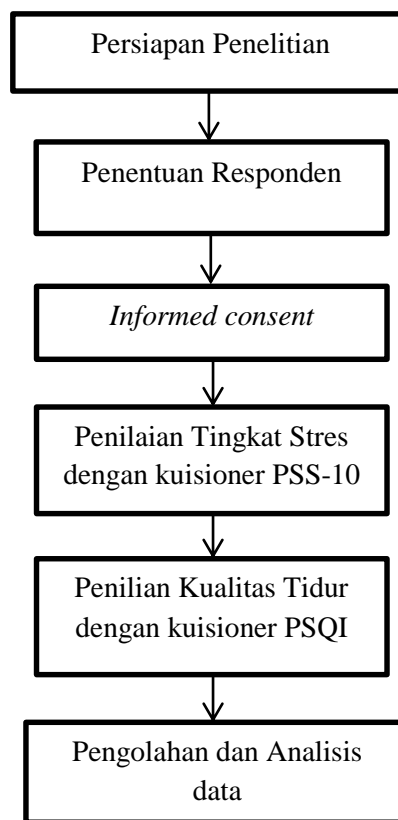
- Kebiasaan meminum kafein lebih dari 4 cangkir perhari
- Kebiasaan meminum alkohol
- Penggunaan obat-obatan yang bersifat stimulan
- Lingkungan tidur yang bising.

3.5 Metode Pengumpulan Data

Pengumpulan data dilakukan dengan pengisian kuesioner oleh responden yang dilakukan secara langsung oleh peneliti terhadap sampel penelitian. Kuesioner yang digunakan untuk menilai tingkat stres pada sample penelitian adalah *perceived stress scale* (PSS-10) yang sebelumnya telah diterjemahkan ke dalam bahasa Indonesia. *Perceived stress scale* telah dinyatakan valid dan reliabel dengan nilai koefisien *cronbach alpha* sebesar 0,85 (Cohen et al., 1983). Untuk PSS-10 dalam bahasa Indonesia, telah diuji dan memiliki nilai koefisien *cronbach alpha* sebesar 0,96 (Pin, 2011). Variabel berskala numerik yang telah diperoleh dari PSS-10 kemudian diubah menjadi skala ordinal dengan titik potong tertentu menjadi 3 kelompok: (1) Stres ringan, total skor 0-13; (2) Stres sedang, total skor 14-26; dan (3) Stres berat, total skor 27-40 (Bhat et al., 2011).

Kuisisioner untuk menilai kualitas tidur sampel penelitian adalah *pittsburgh sleep quality index* (PSQI). Kuisisioner PSQI ini telah diuji validitas dengan menggunakan teknik korelasi “*product moment*” dan uji Cronbach (*cronbach alpha*) dengan menggunakan program statistik. Hasil spesifitas = 86,5%, sensitifitas 89,6%, dengan nilai validitas dari uji *cronbach alpha* yaitu 0,83 (Angkat, 2010).

3.6 Prosedur Penelitian



Gambar 5. Alur Penelitian

3.7 Identifikasi Variabel

Variabel pada penelitian ini ada dua jenis, yaitu :

1. Variabel Bebas (Independen)

Variabel Independen yang diteliti adalah tingkat stres mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Lampung.

2. Variabel Terikat (Dependen)

Variabel terikat dalam penelitian ini adalah kualitas tidur mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Lampung.

3.8 Definisi Operasional

Tabel 3. Definisi Operasional

Variabel	Definisi Operasional	Alat Ukur	Hasil Ukur	Skala
Kualitas Tidur	Kepuasan seseorang terhadap tidurnya, yang mencakup aspek kuantitatif tidur dan kualitatif tidur yang dinilai dan disimpulkan sebagai kualitas tidur	Kuesioner PSQI	Kualitas tidur baik jika nilai <5 Kualitas tidur buruk jika nilai >5	Ordinal
Tingkat Stres	Tingkatan stres yang dialami mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Lampung	<i>Perceived Stress Scale</i> (PSS-10)	Stres ringan jika nilai ≤ 13 stres sedang jika nilai = 14-26 stres berat jika nilai = 27- 40	Ordinal

3.9 Pengolahan dan Analisis Data

3.9.1. Pengolahan Data

Data yang telah diperoleh dari proses pengumpulan data diubah ke dalam bentuk tabel kemudian data diolah menggunakan perangkat lunak. Proses pengolahan data menggunakan program komputer ini terdiri dari beberapa tahap, yaitu:

a. *Editing*

Editing adalah proses pengecekan dan perbaikan isian formulir atau kuesioner. Pada proses ini dipastikan semua pertanyaan kuesioner sudah terjawab, jawaban relevan dengan pertanyaan, dan jawaban konsisten dengan jawaban pertanyaan yang lain.

b. *Coding*

Setelah semua kuesioner di edit, kemudian dilakukan *coding*, yaitu mengubah data yang berbentuk huruf atau kalimat menjadi data angka. *Coding* sangat berguna untuk proses memasukkan data (*data entry*).

c. *Data Entry* atau *Processing*

Jawaban-jawaban yang sudah diubah dalam bentuk kode disebut dengan data. Data ini kemudian dimasukkan ke dalam program komputer.

d. *Cleaning*

Setelah semua data dimasukkan ke dalam program komputer, proses selanjutnya adalah pembersihan data (*data cleaning*) yaitu pengoreksian data sehingga tidak ada kesalahan kode atau ketidaklengkapan (Notoatmodjo, 2012).

3.9.2. Analisis Data

Pada awalnya seluruh kuesioner diperiksa kelengkapan dan ketepatannya. Kemudian data yang telah lengkap dan tepat diberi tanda secara manual sebelum diolah di komputer. Data yang telah diberi

tanda diubah menjadi kode kode untuk memudahkan analisis data, kemudian data dimasukkan secara lengkap ke komputer.

Data yang sudah terkumpul dikomputer akan dilakukan analisis dengan menggunakan *software* komputer, analisis yang dilakukan yaitu analisis univariat dan bivariat sebagai berikut:

1. Analisis univariat

Analisis univariat dilakukan untuk melihat gambaran distribusi frekuensi pada variabel independen dan dependen yang diteliti.

2. Analisis bivariat

Analisis bivariat dilakukan untuk melihat adanya hubungan antara variabel dependen dan variabel independen dan untuk melihat kemaknaan antara variabel. Uji statistik yang digunakan adalah *Chi Square* dengan menggunakan derajat kemaknaan $\alpha = 0,05$ (derajat kepercayaan 95%).

3.10 Ethical Clearance

Penelitian ini telah dikaji dan memenuhi kaidah etik penelitian oleh KEPK Fakultas Kedokteran Universitas Lampung dengan surat keterangan lolos kaji etik nomor 2775/UN26/8/DT/2015, adapun ketentuan etik yang telah ditetapkan sebagai berikut:

- a. Persetujuan riset (*informed consent*)

Informed consent merupakan proses pemberian informasi yang cukup dan dapat dimengerti oleh responden mengenai keikutsertaan dalam suatu penelitian. Hal ini meliputi pemberian informasi kepada responden

mengenai hak dan kewajiban dalam suatu penelitian, serta mendokumentasikan sifat kesepakatan dengan cara menandatangani lembar persetujuan bila responden bersedia diteliti.

b. Tanpa nama (*Anonymity*)

Tidak mencantumkan nama responden dan hanya menuliskan inisial atau pada lembar pengumpulan data atau hasil penelitian yang akan disajikan.

c. Kerahasiaan (*Confidentiality*)

Tanggung jawab peneliti untuk melindungi semua informasi ataupun data yang dikumpulkan selama dilakukannya penelitian.