

BAB 3

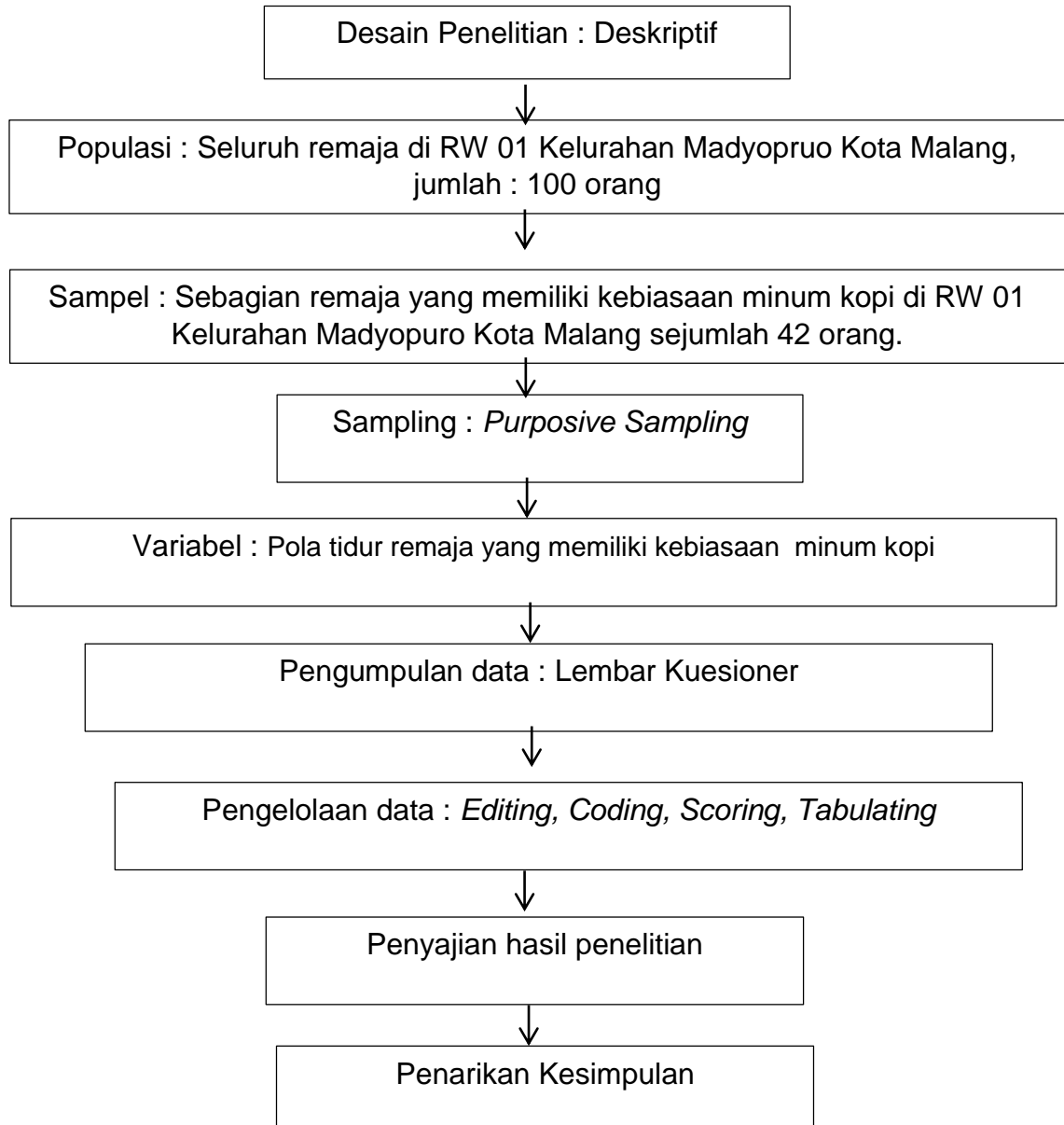
METODE PENELITIAN

3.1 Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan desain penelitian deskriptif, yaitu suatu penelitian yang diarahkan untuk memberikan gejala-gejala, fakta-fakta atau kejadian-kejadian secara sistematis dan akurat, mengenai sifat-sifat atau populasi atau daerah tertentu. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pola tidur remaja yang memiliki kebiasaan minum kopi di RW.01 Kelurahan Madyopuro Kota Malang (Hardani. Ustiawaty 2017).

3.2 Kerangka Kerja

Kerangka kerja merupakan pentahapan suatu penelitian. Pada kerangka kerja disajikan alur penelitian terutama variabel yang akan digunakan dalam penelitian.



Gambar 3.1 Kerangka Kerja Penelitian Gambaran Pola Tidur Remaja yang Memiliki Kebiasaan Minum Kopi di RW.01 Kelurahan Madyopuro Kota Malang.

3.3 Populasi, Sampel, dan Sampling

3.3.1 Populasi

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek / subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian dapat ditarik kesimpulannya (sintesis) (Masturoh and Anggita 2018).

Populasi dalam penelitian ini adalah semua remaja di RW.01 Kelurahan Madyopuro Kota Malang sebanyak 100 orang.

3.3.2 Sampel

Sampel adalah sebagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi yang secara nyata diteliti dan ditarik kesimpulan (Masturoh and Anggita 2018).

Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagian remaja yang memiliki kebiasaan minum kopi di RW.01 Kelurahan Madyopuro Kota Malang sejumlah 42 orang.

3.3.3 Sampling

Sampling adalah proses menyeleksi porsi dari populasi untuk dapat mewakili populasi. Teknik sampling merupakan cara-cara yang ditempuh dalam pengambilan sampel, agar memperoleh sampel yang benar-benar sesuai dengan keseluruhan subyek penelitian (Notoadmojo, 2012). Teknik sampling digunakan dalam penelitian ini adalah Purposive

sampling yaitu teknik penentuan sampel dengan kriteria-kriteria atau pertimbangan tertentu (Sugiono, 2012).

1) Kriteria Inklusi

Kriteria Inklusi dalam penelitian ini

- a. Remaja yang memiliki kebiasaan minum kopi
- b. Remaja yang berusia 18 – 24 tahun
- c. Remaja yang bertempat tinggal di RW.01 Kelurahan Madyopuro Kota Malang.

2) Kriteria Eksklusi

Kriteria eksklusi dalam penelitian ini

- a. Remaja yang tidak bersedia menjadi responden
- b. Responden yang tidak mengisi data pribadi
- c. Responden yang tidak tinggal di rumah (diluar kota)

3.4 Identifikasi Variabel dan Definisi Operasional

3.4.1 Identifikasi Variabel

Variabel dalam penelitian ini adalah Gambaran Pola Tidur Remaja yang memiliki kebiasaan minum kopi di RW.01 Kelurahan Madyopuro Kota Malang.

3.4.2 Definisi Operasional

Variabel	Definisi Operasional	Indikator	Alat Ukur	Skala	Kriteria
Pola tidur remaja yang memiliki kebiasaan minum kopi	Pola tidur adalah suatu keadaan dimana remaja melakukan istirahat dengan cara memejamkan mata dan memerlukan rangsangan yang berbeda agar bisa terbangun , meliputi lamanya tidur ,kualitas tidur ,pola tidur ,perasaan segar waktu bangun yang diukur dengan kuisisioner pola tidur PSQI	1. Kualitas tidur subjektif 2. Latensi tidur 3. Durasi tidur 4. Efisiensi tidur 5. Gangguan tidur	Kuisisioner Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI) yaitu untuk mengetahui kualitas tidur seseorang	Ordinal	Skor: 1. Kualitas tidur subjektif Sangat baik = 0 Cukup baik = 1 Cukup buruk = 2 Sangat buruk = 3 2. Latensi tidur Skor latensi tidur 0 = 0 Skor latensi tidur 1-2 = 1 Skor latensi tidur 3-4 = 2 Skor latensi tidur 5-6 = 3 3. Durasi tidur Durasi tidur >7 jam = 0 Durasi tidur 6-7 jam = 1 Durasi tidur 5-6 jam = 2 Durasi tidur <5 jam = 3 4. Efisiensi tidur Efisiensi tidur >85% = 0 Efisiensi tidur 75-84% = 1 Efisiensi tidur 65-74% = 2 Efisiensi tidur <65% = 3 5. Gangguan tidur Skor gangguan tidur 0 = 0 Skor gangguan tidur 1-9 = 1 Skor gangguan tidur 10-18 = 2 Skor gangguan tidur 19-27 = 3

		<p>6. Penggunaan obat tidur</p> <p>7. Disfungsi aktivittas siang hari</p>		<p>6. Penggunaan obat tidur Tidak pernah sama sekali = 0 Kurang dari 1 kali dalam seminggu = 1 1 atau 2 kali seminggu = 2 3 kali atau lebih seminggu = 3</p> <p>7. Disfungsi aktivitas siang hari Skor disfungsi aktivitas siang hari 0 = 0 Skor disfungsi aktivitas siang hari 1-2 = 1 Skor disfungsi aktivitas siang hari 3-4 = 2 Skor disfungsi aktivitas siang hari 5-6 = 3</p> <p>Kriteria: Baik = 0-5 Buruk = 6-21</p>
--	--	---	--	---

3.5 Prosedur Pengumpulan Data

3.5.1 Proses Perizinan

1. Peneliti mengajukan surat izin kepada Rektor Institut Teknologi Sains dan Kesehatan RS dr.Soepraoen Malang.
2. Selanjutnya surat izin penelitian ditujukan kepada ketua RW.01 Kelurahan Madyopuro Kota Malang.
3. Setelah mendapatkan izin dari ketua RW.01 Kelurahan Madyopuro Kota Malang, peneliti menerapkan protokol kesehatan sebelum pemilihan responden.
4. Menerapkan protokol kesehatan standar covid
5. Peneliti menggunakan kuisisioner untuk mendata sebagian remaja yang memiliki kebiasaan minum kopi di RW.01 Kelurahan Madyopuro Kota Malang.
6. Peneliti memberikan penjelasan tentang penelitian ini, kemudian menanyakan kesediaan remaja menjadi responden penelitian. Remaja yang bersedia menjadi responden diminta untuk menanda tangani lembar persetujuan.

3.5.2 Proses Pengumpulan Data

1. Tahapan Pengumpulan Data
 - a. Peneliti meminta surat pengantar penelitian dari Institut Teknologi Sains dan Kesehatan RS dr.Soepraoen Malang.

- b. Peneliti menggunakan kuisisioner untuk mendata seluruh remaja yang memiliki kebiasaan minum kopi di RW.01 Kelurahan Madyopuro Kota Malang
 - c. Peneliti memberikan penjelasan tentang penelitian ini, kemudian menanyakan kesediaan remaja yang bersedia menjadi responden penelitian. Remaja yang bersedia menjadi responden diminta untuk menandatangani lembar persetujuan.
 - d. Peneliti menjelaskan responden tentang kuisisioner yang diisi melalui lembar kuisisioner.
 - e. Kuisisioner yang telah diisi dikirim melalui email peneliti.
 - f. Peneliti mengecek kembali kelengkapan isi dari kuisisioner.
 - g. Peneliti mengolah data yang sudah terkumpul.
2. Instrumen Pengumpulan Data

Instrumen yang digunakan adalah Lembar Kuesioner. Kuesioner merupakan alat ukur berupa angket atau kuesioner dengan beberapa pertanyaan. Alat ukur ini digunakan bila responden jumlah besar dan dapat membaca dengan baik yang dapat mengungkapkan hal-hal yang bersifat rahasia (Aziz, 2012).

Kuisisioner yang digunakan adalah kuisisioner *Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI)*. Dari beberapa kuisisioner peneliti membagi berdasarkan indikator-indikator yang sudah ditentukan, adapun uraiannya seperti berikut :

1. Kualitas tidur secara subjektif : pertanyaan no 8
2. Durasi Tidur : pertanyaan nomor 4
3. Latensi Tidur : pertanyaan nomor 2, 5a,
4. Efisiensi Tidur : pertanyaan nomor 1, 3 dan 4
5. Gangguan tidur : pertanyaan nomor 5b, 5c, 5d, 5e, 5f, 5g, 5h, 5i, 5j
6. Penggunaan obat Tidur : pertanyaan nomor 6
7. Disfungsi siang hari : pertanyaan nomor 7 dan 9

3.6 Pengolahan dan Analisa Data

3.6.1 Pengolahan Data

Dalam proses pengolahan data terdapat langkah-langkah yang akan ditempuh diantaranya :

1) Editing

Setelah semua data terkumpul, peneliti melakukan koreksi ulang untuk memastikan bahwa data yang masuk sudah terisi semua agar tidak terjadi kesalahan dalam proses selanjutnya.

2) Coding

Proses pemberi kode pada jawaban responden, kode ini berguna untuk memudahkan pengolahan data sehingga harus ditetapkan terlebih dahulu oleh peneliti. Pemberian kode dalam penelitian ini dilakukan untuk mengubah identitas responden dengan pengkodean sebagai berikut :

a. Responden

- Responden 1 dikode R1 dan seterusnya

b. Jenis kelamin

- Laki-laki dikode 1
- Perempuan dikode 2

c. Usia

- 18-20 tahun dikode 1
- 21-24 tahun dikode 2

d. Tingkat pendidikan

- SMP dikode 1
- SMA dikode 2
- Kuliah dikode 3

e. Jenis kopi yang diminum

- Kopi Hitam dikode 1
- Kopi Instan dikode 2
- Kopi Jenis Lain dikode 3

f. Jumlah kopi yang diminum

- < 3 gelas dikode 1
- 3-5 gelas dikode 2
- > 5 gelas dikode 3

g. Riwayat minum kopi sejak tahun

- < 1 tahun dikode 1
- 1-3 tahun dikode 2
- > 3 tahun dikode 3

h. Perokok atau bukan

- Tidak dikode 1

3. Durasi tidur

>7 jam = 0

6-7 jam = 1

5-6 jam = 2

<5 jam = 3

4. Efisiensi Tidur

>85 % = 0

75-84 % = 1

65-74 % = 2

<65 % = 3

5. Gangguan Tidur

Skor gangguan tidur 0 = 0

Skor gangguan tidur 1-9 = 1

Skor gangguan tidur 10-16 = 2

Skor gangguan tidur 19-27 = 3

6. Penggunaan Obat Tidur

Tidak pernah sama sekali = 0

Kurang dari 1x dalam seminggu = 1

1 atau 2 kali seminggu = 2

3 atau lebih seminggu = 3

7. Disfungsi aktivitas siang hari

Skor disfungsi aktivitas siang hari 0 = 0

Skor disfungsi aktivitas siang hari 1-2 = 1

Skor disfungsi aktivitas siang hari 3-4 = 2

Skor disfungsi aktivitas siang hari 5-6 = 3

4) Tabulating

Memindahkan kode dalam bentuk tabel yang telah ditetapkan, peneliti memindahkan kode dengan memasukkan data ke dalam tabel setelah mengetahui jumlah skor masing-masing responden. Setelah semua data terkumpul, langkah

selanjutnya yaitu menganalisis data sehingga data-data tersebut dapat diambil kesimpulannya.

Selanjutnya hasil tabulasi diinterpretasikan dengan menggunakan skala :

0-5 = baik

6-21 = buruk

3.6.2 Analisa Data

Analisa Univariat

Analisa univariat adalah suatu teknik analisa data terhadap satu variabel secara mandiri, tiap variabel dianalisis tanpa dikaitkan dengan variabel lainnya. Analisis univariat bertujuan untuk menjelaskan karakteristik setiap variabel penelitian (Notoatmojo P, 2018). Penelitian ini menggunakan analisis deskriptif atau statistik deskriptif yang bertujuan menggambarkan suatu kondisi fenomena yang dikaji (Cahyono, 2018).

Analisa univariat bertujuan untuk menganalisis tiap variabel dari hasil penelitian dan meringkasnya menjadi suatu informasi yang berguna. Analisis univariat gambaran pola tidur remaja yang memiliki kebiasaan minum kopi bertujuan untuk mendeskripsikan karakteristik data yang dikaji. Dalam penelitian ini responden secara umum dan khusus. Model analisa univariat dapat berupa angka hasil pengukuran berupa presentase dan frekuensi (Nursalam, 2017).

Setelah diskoring hasil skoring tiap lembar jawaban responden tentang pola tidur selanjutnya dijumlahkan dan kemudian diklasifikasikan bila kurang dari 5 pola tidur baik sedangkan bila lebih dari 5 pola tidur buruk. Untuk mendapatkan hasil distribusi dihitung menggunakan rumus :

$$N = \frac{f}{STotal} \times 100$$

Keterangan :

N = nilai yang dicari

f = frekuensi

Stotal = jumlah seluruh responden

100 = bilangan tetap

Kemudian interpretasi data sebagai berikut :

- 100% : Seluruhnya
- 76-99% : Hampir seluruhnya
- 51-75% : Sebagian besar
- 50% : Setengahnya
- 26-49% : Hampir setengahnya
- 1-25% : Sebagian kecil
- 0% : Tidak satupun

3.7 Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian telah dilaksanakan pada tanggal 04-08 Juli 2022, di RW.01 Kelurahan Madyopuro Kota Malang.

3.8 Etika Penelitian

Langkah-langkah yang digunakan untuk memenuhi etika penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. *Informed Consent* (surat persetujuan)

Peneliti meminta pada setiap calon responden yang bersedia menjadi partisipan penelitian untuk menandatangani lembar *informed consent* yang telah disediakan setelah diberi penjelasan yang lengkap tentang penelitian ini.

2. *Anonymity* (tanpa nama)

Peneliti mengganti setiap identitas responden dengan menggunakan kode angka pada saat proses pengumpulan data sehingga responden tidak merasa khawatir.

3. *Confidentiality* (kerahasiaan)

Kerahasiaan informasi responden dijamin oleh peneliti karena hanya data kelompok tertentu saja yang disajikan atau dilaporkan sebagai hasil dokumentasi penelitian.

4. Bebas dari Penderitaan

Peneliti menjaga dan memantau responden agar tidak terjadi penderitaan selama penelitian berlangsung.

5. *Bebas dari Eksploitasi*

Pada saat penelitian dilaksanakan peneliti memastikan bahwa partisipasi responden tidak digunakan untuk hal-hal yang dapat merugikan dalam bentuk apapun.

6. *Self Determination*

Responden diberi kebebasan dalam menentukan hak kesediaannya untuk terlibat dalam penelitian ini secara sukarela.

7. *Privacy*

Data yang diperoleh dari responden terjaga kerahasiaannya.

3.9 Keterbatasan Penelitian

Penelitian ini disadari bahwa selama proses berlangsungnya pasti terjadi banyak kendala dan hambatan. Hal tersebut bukan karena factor kesengajaan, akan tetapi karena adanya keterbatasan dalam penelitian.

Keterbatasan dalam penelitian ini yaitu :

1. Peneliti tidak mengetahui apakah responden menjawab pertanyaan dengan jujur dan benar atau tidak pada kuisisioner.
2. Pertanyaan yang terdapat pada kuisisioner menggunakan kalimat dengan kata-kata yang tidak mudah dipahami oleh responden, sehingga jawaban yang diberikan belum tentu sesuai dengan keadaan yang ada.