

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Rancangan Penelitian

Rancangan penelitian ini menggunakan metode penelitian non eksperimen dengan rancangan penelitian korelasional. Penelitian ini berfokus pada pembahasan hubungan atau kolerasi antara variabel penelitian. Penelitian menggunakan pendekatan *Cross Sectional* yang mana penelitian ini menekankan waktu pengukuran atau observasi dari data variabel independent dan dependen pada satu saat.

B. Lokasi dan Waktu

1. Lokasi penelitian

Penelitian dilakukan di Program Studi Keperawatan Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta, yang berlokasi di Jalan Ring Road Barat Gamping Ambarketawang, Gamping Sleman, Yogyakarta

2. Waktu penelitian

Penelitian dilaksanakan pada bulan Februari sampai dengan bulan Juni tahun 2021

C. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi merupakan wilayah generalis yang mempunyai kualitas dan karakteristik terdiri dari objektif maupun subjektif yang ditetapkan penelitian untuk dipelajari dan ditarik kesimpulan. Populasi adalah jumlah seluruh individu yang dijadikan sampel. (Nursalam, 2013). Dalam penelitian ini menggunakan populasi seluruh Mahasiswa Keperawatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta tahun 2021, yang berjumlah 420 Mahasiswa keperawatan.

2. Sampel

Sampel adalah perwakilan dari Sebagian populasi yang akan diteliti. (Tarjo, 2019)

Teknik pengumpulan sampel dengan *Probability Sampling* yaitu *proportional random sampling*. Pengumpulan sampel secara acak dengan perwakilan setiap tingkatan semester Mahasiswa Keperawatan.

Jumlah besaran sampel dalam penelitian ini ditentukan dengan rumus perhitungan besaran sampel penelitian yang akan digunakan dengan rumus Slovin. (Nursalam, 2013)

$$n = \frac{N}{1 + N(d)^2}$$

Keterangan:

n : jumlah sampel

N : jumlah populasi

d : tingkat signifikan (0,1)

Sehingga didapatkan hasil sebagai berikut :

n: besaran sampel

N: 420 (tahun 2021)

d: 0.1

$$n = \frac{420}{1 + 420(0,1)^2}$$

$$n = \frac{420}{1 + 420 \cdot 0,01}$$

$$n = \frac{420}{5,2}$$

$$= 80 \text{ Mahasiswa.}$$

Berdasarkan perhitungan yang dilakukan, didapatkan 80 Mahasiswa yang akan ditambahkan dengan sampel *drop out* sebesar 10% yang menjadi total keseluruhan sampel menjadi 89 Mahasiswa.

3. Kriteria Inklusi dan Eksklusi

- a. Kriteria Inklusi : kriteria inklusi merupakan kriteria umum subjek penelitian dari suatu populasi yang mempunyai karakteristik umum. kriteria inklusi dalam penelitian ini adalah
 - 1) Seluruh Mahasiswa aktif Keperawatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta
 - 2) Mahasiswa Keperawatan yang akan menghadapi ujian CBT
 - 3) Mahasiswa Keperawatan yang bersedia menjadi responden penelitian ini.
 - 4) Mahasiswa Keperawatan yang sehat secara mental maupun secara fisik.
- b. Kriteria Eksklusi : merupakan kriteria yang mengeluarkan atau menghilangkan subjek dalam penelitian yang memenuhi kriteria inklusi karena beberapa sebab. Kriteria eksklusi dalam penelitian ini sebagai berikut:
 - 1) Mahasiswa Keperawatan yang tidak mengumpulkan atau mengembalikan kuesioner dalam rentang waktu yang telah disepakati antara peneliti dan responden penelitian.

D. Variable Penelitian

Variabel adalah suatu perilaku atau karakteristik dan memiliki suatu perbedaan yang akan di observasi atau diteliti dalam suatu pengamatan (Tarjo, 2019). Dalam penelitian terdapat dua variable yang diteliti antara lain yaitu :

1. Variabel Independen

Variabel independen merupakan variable yang dapat mempengaruhi variabel lainnya. Dalam penelitian ini variabel *Independent* adalah tingkat kecemasan Mahasiswa ketika menghadapi ujian berbasis CBT. (Nursalam, 2013)

2. Variabel Depeden

Variabel *dependent* adalah variable respon yang muncul akibat dipengaruhi oleh variable lainnya. Dalam penelitian ini variable dependen adalah kejadian insomnia pada Mahasiswa ketika menghadapi ujian berbasis CBT. (Nursalam, 2013)

E. Definisi Operasional

Tabel 31. Definisi Operasional Tingkat Kecemasan Dan Insomnia

No	Variabel	Definisi Operasional	Cara Ukur	Hasil Ukur	Skala
1	Kecemasan	Kecemasan merupakan rasa kekhawatiran Mahasiswa Keperawatan yang menimbulkan respon pada tubuh saat menghadapi ujian berbasis CBT. Seperti respon pada fisiologi, perilaku, kognitif dan afektif.	menggunakan kuesioner kecemasan Zung Selfrating Anxiety Scale (ZSAS)	1. Nilai 20-49 Cemas 2. Nilai 50-59 Cemas Ringan 3. Nilai 60-69 Cemas Sedang 4. Nilai 70-80 Cemas Berat	Tidak Ordinal
2	Insomnia	Insomnia yang dialami oleh Mahasiswa Keperawatan merupakan gangguan tidur, memulai tidur, terbangun dimalam hari dan sulit untuk tidur Kembali. Insomnia diakibatkan oleh stress dan cemas, ketika menghadapi ujian berbasis CBT.	Menggunakan kuesioner <i>Pittsburgh Sleep quality index</i> (PSQI)	Nilai ≤ 5 (0-5) Tidak mengalami insomnia Nilai > 5 (6-21) Insomnia	Tidak Ordinal

F. Alat dan Metode Pengumpulan Data

Pengumpulan data dari variable-variabel penelitian menggunakan beberapa alat atau instrument pengumpulan data yaitu:

1. Alat pengumpulan data

a. Instrument kecemasan

Dalam mengukur tingkat kecemasan yang dialami Mahasiswa ketika menghadapi ujian CBT menggunakan instrument pengukuran kecemasan yaitu *Zung Selfrating Anxiety Scale (ZSAS)*. *Zung selfrating anxiety scale* merupakan kuesioner pengukur kecemasan oleh wiliam wk yang dikembangkan sesuai dengan gejala kecemasan dalam diagnostic and statistical manual of mental disorder (DSM-II). Kuesioner ini memiliki 20 butir pertanyaan yang

dibagi menjadi 15 pertanyaan mendukung dan 5 pertanyaan tidak mendukung.

Tabel 3.2. Kisi-kisi variabel kecemasan

Pertanyaan	Indicator	Favourable	Unfavourable	Jumlah
Tingkat Kecemasan	Fisiologi	13	6,7,10,15,16,18,20	8
	Perilaku	17,19	1	3
	Kognitif		11	1
	Afektif	5,9	2,3,4,8,12,14	8
Total				20

Pertanyaan yang dibagi menjadi dua kelompok seperti pertanyaan mendukung atau favourable dan pertanyaan tidak mendukung atau unfavourable memiliki penilaian tersendiri atau berbeda.

Tabel 3.3. Teknik penilaian ZSAS

	Jawaban Responden			
	Sangat jarang	Kadang-kadang	Sering	Selalu
Favourable	4	3	2	1
Unfavourable	1	2	3	4
Jumlah	5	5	5	5

Skor pertanyaan yang sudah didapat melalui penilaian item-item pertanyaan akan dijumlahkan dan kemudian dikategorikan mengalami tingkat kecemasan yang dialami sesuai dengan indikator skor yang ada :

- a) Nilai total 20 – 49 = tidak mengalami kecemasan
- b) Nilai total 50 – 59 = mengalami kecemasan tingkat ringan
- c) Nilai total 60 – 69 = mengalami kecemasan tingkat sedang
- d) Nilai total 70 – 80 = mengalami kecemasan tingkat berat

b. Instrument insomnia

Instrument yang digunakan dalam mengukur kejadian insomnia pada Mahasiswa Keperawatan saat menghadapi ujian CBT, menggunakan instrument pengukuran insomnia PSQI dalam bentuk kuesioner. Kuesioner PSQI terdiri dari 19 pertanyaan.

Tabel 3.4. Kisi-kisi kuesioner insomnia

Komponen	No item	Respon	Skor
Kualitas tidur subyektif	9	Sangat baik Cukup baik Buruk Sangat buruk	0 1 2 3
Latensi tidur	2	< 15 menit (0) 16-30 menit (1) 31-60 menit (2) >60 menit (3)	Jumlah dari skor no 2 dan 5a 0=0 1-2 = 1 3-4 = 2 5-6 = 3
	5a	Tidak pernah (0) 1 kali seminggu (1) 2 kali seminggu (2) 3 kali/lebih seminggu (3)	
Durasi tidur	4	>7 jam 6-7 jam 5-6 jam <5 jam	0 1 2 3
Efisiensi kebiasaan tidur	4 3 1	<u>Lamanya jam tidur x 100%</u> <u>Lamanya jam di tempat tidur</u>	>85% = 0 75-84% = 1 65-74% = 2 <65% = 3
Gangguan tidur	5b-5j	Tidak pernah (0) 1 kali seminggu (1) 2 kali seminggu (2) 3 kali/lebih seminggu (3)	Jumlah dari skor 5b-5j 0=0 1-9 = 1 10-18 = 2 19-27 = 3
Penggunaan obat tidur	6	Tidak pernah 1 kali seminggu 2 kali seminggu 3 kali/lebih seminggu	0 1 2 3
Disfungsi siang hari	7	Tidak pernah (0) 1 kali seminggu (1) 2 kali seminggu (2) 3 kali/lebih seminggu (3)	Jumlah skor 7 dan 8 0=0 1-2 = 1 3-4 = 2 5-6 = 3
	8		

≤ 5 : Tidak mengalami Insomnia

>5 : Insomnia

2. Meode pengumpulan data

Pengumpulan data merupakan suatu proses yang dilakukan kepada subjek yang dilakukan untuk pengumpulan karakteristik yang

diperlukan dalam suatu penelitian. Dalam penelitian ini pengumpulan dan pengambilan data menggunakan 2 kuesioner *Zung Self-Rating Anxiety Scale* dan *Pittsburgh Sleep Quality Index* dalam bentuk *Google Form* yang masing-masing kuesioner memiliki pertanyaan beserta interpretasi skor total. Sebelum pembagian kuesioner kepada responden, peneliti akan menjelaskan terlebih dahulu tujuan dari penelitian ini, maksud dari kuesioner yang akan di isi, cara melakukan pengisian kuesioner, menjelaskan bahwa kuesioner yang diberikan tidak akan mempengaruhi hasil proses yang akan diperoleh dan memberikan kesempatan untuk bertanya jika ada sesuatu yang masih dibingungkan. Peneliti meminta kepada responden yang telah bersedia untuk mengisi dengan jujur sesuai yang dirasakan pada diri individual. Kuesioner ZSAS untuk tingkat kecemasan dan PSQI untuk insomnia dibagikan kepada responden sebelum melakukan ujian CBT dan OSCE di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta, kuesioner yang diberikan dalam bentuk *Google Form* yang sudah dibuat sesuai dengan fungsi kuesioner biasanya, serta kuesioner dikumpulkan kembali setelah responden mengisi kuesioner. Data yang sudah dikumpulkan dalam penelitian ini merupakan data primer.

G. Validitas dan Realiabilitas

1. Uji validitas

a. *Zung Self-Rating Anxiety Scale*

Kuesioner ZSAS merupakan kuesioner yang dikembangkan oleh WK Zung dalam Bahasa Inggris yang sudah dialih bahasakan dalam Bahasa Indonesia. Kuesioner ini dijadikan alat untuk mengukur kecemasan yang sudah teruji validitas serta realibilitasnya. Berdasarkan dari penelitian yang telah dilakukan oleh menyatakan bahwa, hasil uji validitas pada kuesioner ZSAS didapatkan hasil terendah 0,663 dan tertinggi 0,918 dengan

signifikansi yang digunakan 0,05 atau 5%. (Ramadan & Puspita , 2019)

b. Kuesioner PSQI

Kuesioner PSQI merupakan kuesioner untuk mengukur kualitas tidur dan kejadian insomnia. Berdasarkan uji validitas yang telah dilakukan oleh didapatkan hasil r tabel 0,444 dari pertanyaan kuesioner PSQI adalah valid. (Ramadan & Puspita , 2019)

2. Uji Realibilitas

a. Kuesioner ZSAS

Uji realibilitas yang dilakukan pada kuesioner ini yang bertujuan untuk mengukur kosistensi sebuah instrument penelitian. Hasil uji yang dilakukan oleh (Ramadan & Puspita , 2019) didapatkan 0,870 yang artinya reliabel.

b. Kuesioner *PSQI*

Berdasarkan uji realibiitas yang dilakukan pada kuesioner *PSQI* didapatkan hasil 0,592 yang artinya reliabel. (Ramadan & Puspita , 2019)

H. Metode Pengolahan dan Analisa Data

1. Metode pengolahan data

a. *Editing*

Merupakan upaya dalam memeriksa kebenaran data Kembali, editing dilakukan setelah data-data terkumpul

b. *Coding*

Pemberian kode terhadap label data kedalam beberapa kategori. Pemberian kode ini sangat penting dalam mengolah data menggunakan bantuan computer. Untuk responden laki-laki diberi kode 1, perempuan 2, kode 1 untuk semester II, kode 2 untuk semester IV, kode 3 untuk semester VI, dan kode 4 untuk semester VIII. Sedangkan tidak mengalami cemas 0, mengalami kecemasan

ringan 1, kecemasan sedang 2, kecemasan berat 3 sedang kan untuk insomnia diberi kode 0 apabila tidak mengalami insomnia dan 1 untuk yang mengalami insomnia.

c. Entri Data

Pengumpulan data responden dalam bentuk kode atau angka, huruf kedalam database computer yang kemudian membuat distribusi frekuensi sederhana

d. *Tabulating*

Penyusunan kekelompokan data dalam bentuk kode yang disusun kedalam tabel-tabel peneliti.

e. *Cleaning*

Proses pengecekan kembali data yang telah dikumpulkan guna untuk mengidentifikasi kesalahan kode, validasi data yang dimasukan serta perbaikan atau pembetulan data yang salah.

2. Analisa data

a. Analisa Univariat

Analisa univariat adalah penyajian analisa dari sebuah data berupa ukuran tendensi sentral, table distribusi frekuensi, atau grafik. Demografi (usia dan jenis kelamin) adalah analisis univariat yang digunakan dalam penelitian ini yaitu dengan menggunakan frekuensi dan persentase. Variable yang diteliti, berupa variabel bebas yaitu tingkat kecemasan maupun variabel terikat yaitu insomnia yang terjadi.

$$P = \frac{f}{N} \times 100\%$$

P = presentase

F = frekuensi

N = jumlah jawaban responden

b. Analisa bivariat

Analisis bivariat adalah analisis yang dilakukan untuk mengetahui hubungan yang terjadi antara variabel bebas dan variabel terikat yaitu ada tidaknya hubungan tingkat kecemasan dengan insomnia yang terjadi pada seluruh Mahasiswa Keperawatanyang berskala ordinal dan ordinal. Uji statistik yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji Somers'd yang dibantu dengan komputer guna untuk menganalisis hubungan korelasi (Hidayat , 2021).

Rumus yang digunakan untuk melihat hubungan antara kedua variabel menggunakan rumus somers'd sebagai berikut:

$$\text{Somers'D}_x - y = \frac{N_S - N_d}{N_S + N_d + T_y}$$

I. Etika Penelitian

Persetujuan etik dalam penelitian ini adalah dengan nomor : Skep/028/KEPK/IV/2020. Untuk mendukung kelancaran penelitian ada tiga etika penelitian yang dilakukan antara lain sebagai berikut (Nursalam, 2013)

1. *Informed Consent* (Lembar Persetujuan)

Informed Consent Peneliti dalam prinsip ini telah tertuang dalam pelaksanaan informed consent yaitu persetujuan untuk berpartisipasi sebagai subjek penelitian setelah mendapatkan penjelasan dari peneliti. Sebagai subjek penelitian memiliki privasi dan hak untuk mendapatkan kerahasiaan informasi. Prinsip ini dapat diterapkan dengan cara meniadakan identitas subjek seperti nama, alamat, yang dapat diganti menggunakan kode tertentu merupakan suatu proses cara penyampaian sebuah informasi persetujuan yang dilakukan antara peneliti dengan calon responden dengan memberikan lembar persetujuan kepada calon responden.

2. *Anonymity* (Kerahasiaan Identitas)

Anonymity adalah etika penelitian yang dilakukan oleh peneliti dengan cara tidak mencantumkan identitas dari responden seperti nama dan tanda tangan responden yang ada pada lembar alat ukur, tetapi pada lembar pengumpulan data hanya mencantumkan kode. Kode yang digunakan berupa angka no responden.

3. *Confidentiality (Kerahasiaan Informasi)*

Hasil penelitian akan dijamin kerahasiaannya oleh peneliti baik informasi atau masalah pribadi yang menyangkut *privacy* responden. Hasil penelitian yang dilaporkan hanyalah beberapa kelompok data penelitian tertentu.

4. *Beneficence (Manfaat)*

Dalam membuat sebuah penelitian diharapkan untuk bisa menghasilkan manfaat yang banyak dan mengurangi terjadinya kerugian maupun resiko bagi yang menjadi subjek penelitian. Oleh karena itu desain penelitian diharuskan untuk memperhatikan betul keselamatan dan kesehatan dari subjek penelitian. Peneliti harus melaksanakan penelitian sesuai dengan prosedur sehingga hasil penelitian dapat bermanfaat semaksimal mungkin bagi responden dan dapat digeneralisasikan ditingkat populasi.

5. *Non Malaficence (Tidak membahayakan subjek penelitian)*

Seperti yang sudah dijelaskan diatas bahwa peneliti harus meminimalkan kerugian maupun resiko bagi subjek penelitian. Ini sangatlah penting bagi peneliti untuk memperkirakan kemungkinan-kemungkinan yang bisa terjadi dalam melakukan penelitiannya sehingga bisa untuk mencegah terjadinya resiko yang dapat membahayakan subjek penelitian. Prinsip dalam penelitian ini adalah memberikan perlindungan terhadap penyalahgunaan dalam bentuk identitas responden tidak disajikan pada hasil penelitian.

6. *Justice (Keadilan)*

Arti dari keadilan dalam hal ini adalah tidak membeda-bedakan subjek. Perlu diperhatikan bahwa penelitian itu harus seimbang antara manfaat dengan resiko yang ditimbulkan. Peneliti telah bersikap adil terhadap masing-masing responden tanpa membedakan jenis kelamin, usia, bahasa, dan suku. Peneliti tidak membedakan subyek penelitian, serta subyek melakukan dengan suka rela tanpa ada unsur paksaan dari peneliti maupun pihak lainnya. Setiap populasi dalam sampel memiliki hak untuk menjadi responden

J. Pelaksanaan Penelitian

1. Persiapan

- a. Pada tahap persiapan peneliti akan mendapatkan fenomena (masalah), gambaran tentang tempat, populasi, dan sampel penelitian melalui studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti.
- b. Peneliti ke bagian LPPM untuk menyerahkan judul yang sudah disetujui oleh dosen pembimbing.
- c. Surat izin studi pendahuluan dibuat oleh peneliti untuk diserahkan ke LPPM.
- d. Setelah mendapat respon mengenai surat izin tersebut, peneliti melakukan studi pendahuluan di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta, guna mendapatkan informasi mengenai populasi Mahasiswa Keperawatanyang ada di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.
- e. Setelah itu, judul skripsi hubungan tingkat kecemasan dengan kejadian insomnia pada Mahasiswa Keperawatan saat menghadapi ujian CBT di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta disusun dalam bentuk proposal yang terdiri dari tiga BAB oleh peneliti.
- f. Konsultasi antara peneliti dengan dosen pembimbing skripsi mengenai setiap BAB yang ada pada proposal peneliti.

- g. Setelah proposal penelitian yang dikonsultasikan disetujui dan ditanda tangani oleh dosen pembimbing, maka selanjutnya peneliti akan mempresentasikan proposal penelitian.
 - h. Memperbaiki proposal penelitian sesuai masukan dan saran dari pembimbing dan penguji
 - i. Mengurus *ethical clearance*
 - j. Mengurus surat izin penelitian
 - k. Melakukan pengambilan data
2. Pelaksanaan

Pengambilan data penelitian dimulai pada Bulan April sampai Mei 2021 dengan melakukan pengumpulan data yang meliputi:

- a. Mengumpulkan surat izin penelitian kepada kepala program studi keperawatan
- b. Berkoordinasi dengan kepala program studi keperawatan terkait jadwal pelaksanaan ujian CBT pada mahasiswa keperawatan.
- c. Sempel ditentukan dengan cara proportional random sampling dengan di undi menggunakan fitur yang ada di browser atau google yang berjudul *wheelofnames.com*. pada fitur ini peneliti memasukan nama-nama mahasiswa keperawatan sesuai dengan tingkatan semester yang kemudian akan di undi secara otomatis, nama mahasiswa yang keluar akan di undi lagi sampai dengan keluar nama mahasiswa lain dengan jumlah sesuai proporsi untuk menjadi responden.
- d. Peneliti mendapatkan kontak asisten penelitian di setiap tingkatan semester untuk dilakukan presepsi terkait waktu dan cara pengisian kuesioner.
- e. Kuesioner menggunakan *Google form* dengan menggunakan asisten penelitian untuk mengumpulkan data pada beberapa tingkatan semester, setelah kuesioner diisi, akan otomatis terkirim pada peneliti melalui via *Gmail* atau *Google form*.

- f. Peneliti mengirimkan kuesioner dalam bentuk *google form* pada calon responden langsung pada semester 8 sedangkan kan pada semester 2, 4, 6, dibantu asisten penelitian di setiap perwakilan semester.
 - g. Pengambilan data menggunakan dua kuesioner pengukuran (kecemasan dan insomnia), responden mengisi identitas dan kebersedian menjadi responden, bagi mahasiswa yang setuju mengisi kuesioner akan otomatis bisa mengisi item pertanyaan kuesioner sedangkan pada responden teknis pengisian kuesioner ini, untuk kuesioner kecemasan pilihan opsional kebersedian menjadi responden sehari sebelum ujian CBT dilaksanakan.
 - h. Responden mengisi kuesioner sesuai dengan petunjuk yang sudah diberikan oleh peneliti. Teknik pengisian kuesioner kecemasan dengan cara memilih salah satu pilihan ganda dari item pertanyaan kuesioner sebanyak 20 item pertanyaan, sedangkan untuk kuesioner insomnia mengisi item pertanyaan yang terdiri dari pertanyaan esay dan pilihan ganda.
 - i. Setelah responden mengisi kuesioner yang diberikan, kuesioner dalam bentuk Google form dan dikembalikan maksimal satu hari setelah ujian CBT dilaksanakan.
 - j. Setelah semua kuesioner terkumpul, peneliti mengecek kembali lampiran Google form yang dikumpulkan responden dan mengurutkan berdasarkan nomor induk Mahasiswa yang menjadi responden. Terdapat dua responden yang mengisi kuesioner tidak lengkap sehingga tidak dimasukkan kedalam data yang di analisis.
 - k. Setelah mendapatkan data yang sudah di periksa Kembali, peneliti membuat koding yang akan di olah menggunakan SPSS.
3. Penyusunan Laporan Penelitian

Menganalisa dan mengolah data menggunakan komputerisasi adalah tahap akhir dari penelitian ini, selanjutnya yang akan dilakukan oleh peneliti adalah :

4. Menyusun laporan hasil penelitian
5. Seminar hasil penelitian
6. Revisi laporan sesuai saran
7. Koreksi pembimbing

UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI YOGYAKARTA
PERPUSTAKAAN