

BAB III

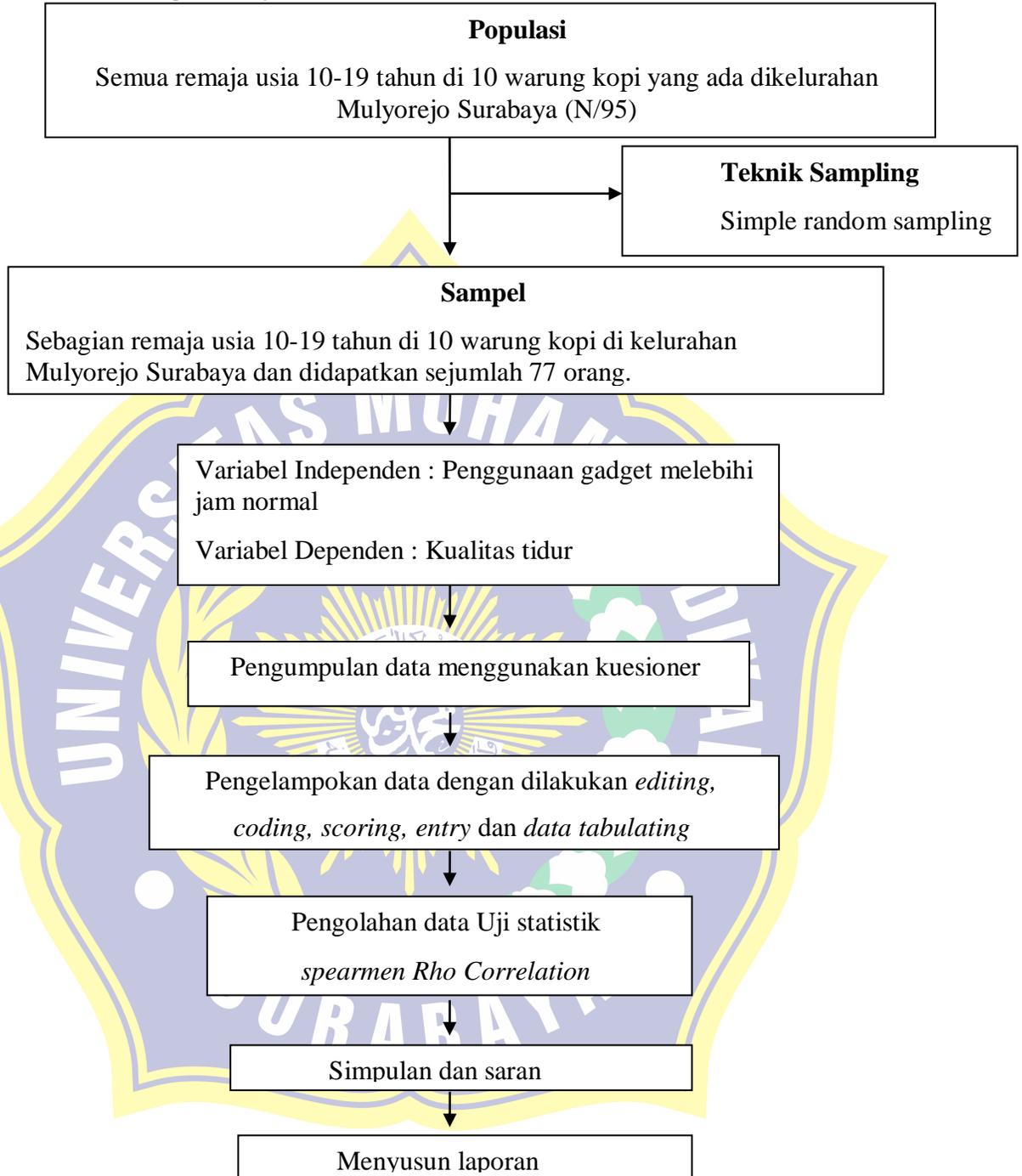
METODELOGI PENELITIAN

3.1 Desain Penelitian

Pada penelitian ini menggunakan desain penelitian analitik korelatif untuk mencari hubungan dua variabel yang bersifat kuantitatif dengan cara pendekatan cross sectional, yang artinya setiap subjek penelitian hanya diobservasi satu kali saja (Notoatmojo, 2012). Adapun yang diamati dalam satu waktu atau bersamaan adalah penggunaan *gadget* dan kualitas tidur pada remaja di wilayah Mulyorejo.



3.2 Kerangka Kerja



Gambar 3.1 Kerangka kerja penelitian Hubungan Penggunaan Gadget Melebihi Jam Normal dengan Kualitas Tidur pada Remaja di wilayah Mulyorejo Surabaya

3.3 Populasi, Sampel, dan Teknik Sampling

3.3.1 Populasi

Populasi dalam penelitian ini adalah semua remaja usia 10-19 tahun di 10 warung kopi yang ada kelurahan Mulyorejo, Surabaya dan ditemukan sebanyak 95 remaja yang biasa berada diwarung tersebut. Remaja yang menjadi subjek harus memiliki karakteristik yang sesuai dengan karakteristik subjek penelitian.

3.3.2 Sampel dan Besar Sampel

Sampel dalam penelitian ini adalah sebagian remaja usia 10-19 tahun di 10 warung kopi yang berada di kelurahan Mulyorejo, Surabaya. Adapun beberapa kriteria yang dapat diambil untuk menjadi sampel adalah sebagai berikut :

kriteria inklusi:

1. Remaja usia 10-19 tahun
2. Remaja yang gemar bermain gadget diwarung hingga dini hari
3. Belum menikah
4. Bermain *gadget*

kriteria Ekslusi:

1. Anak-anak usia dibawah 10 tahun
2. Yang hanya mampir tidak lebih dari 1 jam

Besar sampel dalam penelitian ini dihitung menggunakan rumus Slovin dan didapatkan hasil sebagai berikut :

$$n = \frac{N}{1 + Ne^2}$$

$$n = N / (1 + (N \times e^2))$$

$$n = 95 / (1 + (95 \times 0.05^2))$$

$$n = 76,7 = 77 \text{ orang}$$

Keterangan :

n= besarnya sampel

N= Populasi

e²= tingkat eror yang digunakan

Dengan demikian banyaknya sampel yang akan diambil dalam penelitian ini adalah 77 responden.

3.3.3 Teknik Sampling

Sampling adalah proses menyeleksi porsi dari populasi untuk dapat mewakili populasi (Nursalam, 2008). Teknik sampling merupakan cara-cara yang ditempuh dalam pengambilan sampel, agar memperoleh sampel yang benar-benar sesuai dengan keseluruhan subjek penelitian (Nursalam, 2008). Pemilihan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Probability sampling* dengan metode *simple random sampling*. *Simple random sampling* digunakan jika populasi tidak terlalu

bervariasi (homogen) dan secara geografis tidak terlalu menyebar, dan terdapat daftar populasi (*sampling frame*) (Rachmat, 2012).

3.4 Variabel Penelitian

3.4.1 Variabel Bebas (*Independen*)

Variabel bebas yaitu Variabel yang menjadi sebab atau berubah/mempengaruhi variabel lain (variabel dependen) (Siregar, 2014). Variabel bebas dalam penelitian ini yaitu penggunaan gadget melebihi jam normal.

1.4.2 Variabel Tergantung (*Dependen*)

Variabel tergantung adalah variabel yang dipengaruhi atau menjadi akibat, karena variabel lain (Siregar, 2014). Variabel tergantung dalam penelitian ini adalah kualitas tidur pada remaja.

3.5 Definisi Operasional

Definisi operasional adalah proses perumusan atau pemberian arti atau makna pada masing-masing variabel untuk kepentingan akurasi, komunikasi, dan replikasi agar memberikan pemahaman yang sama pada setiap orang mengenai yang diangkat dalam penelitian (Nursalam, 2008). Perumusan definisi operasional pada penelitian diuraikan dalam table berikut :

Tabel 3.1 Definisi Operasional Penelitian

Variabel	Definisi Operasional	Indikator	Alat Ukur	Skala	Skor
Variabel <i>Independen</i> (Variabel bebas) : Penggunaan gadget melebihi jam normal pada remaja	Memakai gadget yang berlebihan sehingga melalaikan banyak hal yang perlu dilakukan oleh remaja.	-Penggunaan berlebihan lebih dari 60 menit -Interaksi sosial terganggu - Konsentrasi Terganggu	Lembar kuesioner	Ordinal	Pertanyaan positif (Favorable) yaitu : sangat setuju=4, setuju=3, Tidak setuju=2, sangat tidak setuju=1 Pertanyaan negatif (unfavorable) : sangat setuju =1, setuju = 2, tidak setuju =3, sangat tidak setuju=4 Skor: <42 : Rendah 42-63 : Sedang >63: Tinggi
Variabel <i>Dependent</i> (Variabel terikat) Kualitas tidur pada remaja	Kepuasan serta terpenuhinya kebutuhan tidur secara adekuat	-Tidak dapat tidur dengan nyenyak -Saat bangun tidur masih merasa letih -Sulit untuk memulai tidur	Kuesioner <i>Pittsburgh Sleep Quality Index</i> (PSQI)	Ordinal	Skor total 0-21 1.>5 kualitas tidur buruk 2.≤5 kualitas tidur baik

3.6 Pengumpulan dan Pengolahan Data

3.6.1 Instrumen Penelitian

Instrumen pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan instrument lembar kuesioner dalam bentuk *check list* (√) .

- a. Kuesioner data demografi responden yang berisi karakteristik alamat, umur, jenis kelamin, lama menggunakan gadget, frekuensi penggunaan gadget, alasan penggunaan gadget, alasan menggunakan gadget menggunakan instrument lembar kuesioner dalam bentuk *check list* (√) .
- b. Kuesioner penggunaan gadget

Alat ukur yang digunakan untuk mengukur penggunaan gadget menggunakan alat ukur yang sudah dilakukan modifikasi dan *try out* oleh penelitian Nurdiani (2015) dari penelitian zahrani (2014) berdasarkan aspek *addiction* dari Griffiths (Terry, 2004). Alat ukur dari penelitian Zahrani (2014) terdiri dari 30 item *Favorable*, yang kemudian dilakukan modifikasi dan *try out* oleh penelitian Nurdiani (2015) menjadi 21 soal terdiri dari 14 item *Favorable* dan 7 item *Unfavorable* dengan hasil uji nilai *alpha cronbch* sebesar 0,88. Menggunakan skala likert pertanyaan positif (*favorable*) yaitu, sangat setuju = 4, setuju = 3, tidak setuju = 2, sangat tidak setuju = 1 dan pertanyaan negative (*Unfavorable*) yaitu, sangat setuju = 1, setuju = 2, tidak setuju = 3, sangat tidak setuju = 4. Interpretasi hasil yang diperoleh adalah <42 : rendah, 42-63 : sedang, >63 : tinggi. Semakin tinggi skor yang diperoleh dari skala *smarthphone addiction* maka semakin tinggi tingkat

smarthphone addiction subjek dan semakin rendah skor yang diperoleh dari *smarthphone addiction* ini maka semakin rendah tingkat *smarthphone addiction* subjek.

- c. Kuesioner kualitas tidur dalam bentuk *check list* (\surd) dan pertanyaan terbuka dengan menggunakan kuesioner PSQI yang diadopsi dari penelitian Nova Indrawati (2012) yang sudah dilakukan uji =validitas dan reliabilitasnya dengan nilai *Cronbach Alpha* ≥ 0.6 yang artinya *reliable*. Kuesioner *Pittsburgh Sleep Quality Index* (PSQI), terdiri dari 7 (tujuh) komponen, yaitu kualitas tidur subyektif (*subjective sleep quality*), letensi tidur (*sleep latency*), durasi tidur (*sleep duration*), efisiensi tidur sehari-hari (*sleep efficiency*), gangguan tidur (*sleep disturbance*), penggunaan obat tidur (*using medication*), dan disfungsi aktivitas siang hari (*daytime dysfunction*) (Buysse et al., 1988). Letensi tidur yaitu waktu yang dibutuhkan untuk jatuh tidur atau memulai tidur.

Kuesioner PSQI terdiri dari Sembilan pertanyaan yang masing-masing mempunyai skor 0 sampai dengan 3 dimana 0 menunjukkan kesulitan tidur yang berat (Majid, 2014). Skor dari ketujuh komponen tersebut dijumlahkan menjadi satu dengan kisaran 0-21 kemudian skor tersebut disesuaikan dengan kriteria penilaian PSQI dimana kualitas tidur baik ≤ 5 dan kualitas buruk > 5 (Busye et al., 1988).

3.6.2 Lokasi Penelitian

Lokasi penelitian ini dilaksanakan di 10 warung kopi yang berada di wilayah Mulyorejo Surabaya.

3.6.3 Prosedur Pengumpulan data

Setelah peneliti mengajukan subyek penelitian yang telah disetujui oleh pembimbing. Peneliti mengumpulkan data dalam penelitian ini dengan cara mencari no *handphone* responden, kemudian setelah mendapatkan no *handphone* responden peneliti memberikan kuesioner melalui *google form*. Setelah kuesioner diisi oleh responden peneliti melakukan pengolahan data.

3.6.4 Pengolahan Data

Variabel data yang terkumpul dengan metode pengumpulan data dan observasi yang telah dikumpulkan kemudian diolah dengan tahapan sebagai berikut :

a. Pemeriksaan Data (*editing*)

Memeriksa data pertanyaan yang telah diserahkan oleh responden apakah pertanyaan yang diberikan sudah lengkap terjawab atau belum. Bila belum lengkap peneliti akan menyerahkan kembali kepada responden untuk melengkapi kembali.

b. Memberikan tanda kode (*coding*)

Mengklasifikasi jawaban dari para responden kedalam kategori. Biasanya klasifikasi dilakukan dengan cara memberikan tanda atau kode berbentuk angka pada masing-masing jawaban.

c. Memberikan Skor (Skoring)

Mengklasifikasi jawaban berdasarkan kriteria skor yang telah ditentukan peneliti.

d. Pengolahan data (*processing*)

Pengolahan data pada dasarnya merupakan suatu proses yang memperoleh data atau ringkasan berdasarkan suatu kelompok data mentah dengan menggunakan rumus tertentu sehingga menghasilkan informasi yang diperlukan.

e. *cleaning*

Data diteliti kembali agar pada pelaksanaan analisa data bebas dari kesalahan

f. Tabulating (tabulasi data)

Penyusunan tabulasi data pada penelitian ini meliputi data umum dan data khusus yang dipresentasikan menggunakan daftar table.

3.6.5 Analisa Data

a. Analisis univariat merupakan distribusi dan presentasi dari tiap variabel.

Penelitian menggambarkan setiap variabel yang diteliti secara terpisah dengan membuat table frekuensi dari masing-masing variabel. Variabel yang diteliti

dalam kuesioner pertama data demografi yaitu nama responden (inisial), usia, jenis kelamin, penggunaan smarhphone dalam sehari, posisi saat bermain gadget, aplikasi ynag sering digunakan.

b. Analisis bivariat merupakan dua variabel yang diduga berhubungan atau kolerasi.

Analisa bivariat pada penelitian ini menghubungkan antara penggunaan *gadget* melebihi jam normal dengan kualitas tidur pada remaja. Analisis penelitian ini menggunakan uji kolerasi *Spearmen* yaitu untuk mencari hubungan atau untuk membuktikan hipotesis korelatif jika variabel dependen dan independennya berskala ordinal dan sumber data antar variabel adalah homogen. Dengan teknik komputerisasi menggunakan SPSS 16 dengan derajat kemaknaan $p < 0,05$. Maka apabila uji statistik *Spearmen* menghasilkan $p \leq 0,05$ maka H_0 dan H_1 diterima. Hal ini berarti ada hubungan penggunaan gadget melebihijam normal dengan kualitas tidur pada remaja di wilayah Mulyorejo Surabaya.

3.7 Etika Penelitian

Penelitian ini melibatkan masyarakat remaja sebagai objek penelitian. Maka setelah mendapatkan persetujuan dari Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Prodi S1 Keperawatan Universitas Muhammadiyah Surabaya dan mendapatkan izin dari pihak daerah setempat peneliti memperhatikan dan menekankan etik yang meliputi sebagai berikut:

1. *Informed consent* (lembar persetujuan)

Lembar persetujuan diberikan kepada responden yang akan diteliti yang telah memenuhi kriteria inklusi, disertai judul penelitian dan manfaat

penelitian. Jika responden bersedia diteliti esponden harus bersedia menandatangani lembar persetujuan tersebut, bila responden menolak maka peneliti tidak memaksa dan tetap menghormati hak-hak responden.

2. *Anonimity* (tanpa nama)

Untuk menjaga kerahasiaan peneliti tidak akan mencantumkan nama responden cukup diberi kode tertentu pada masing-masing lembar tersebut.

3. *Confidentiality* (kerahasiaan)

Kerahasiaan informasi responden dijamin peneliti. Hanya kelompok data tertentu yang dilaporkan pada hasil riset untuk kepentingan penelitian.

4. *Benfience and non-nalefience*

Penelitian yang dilakukan memberikan keuntungan atau manfaat dari penelitian. Proses penelitian yang dilakukan juga diharapkan tidak menimbulkan kerugian yang mungkin ditimbulkan. Responden merasa nyaman dengan adanya peneliti mendampingi ketika responden mengisi data ynag disajikan, tidak mengurangi waktu responden ketika mengisi data kuesioner.

5. *Justice*

Dalam penelitian yang dilakukan harus bersifat adil tanpa membedakan subyek maupun perlakuan yang diberikan. Peneliti memberikan penjelasan kepada subyek responden (sampel penelitian).