

BAB III

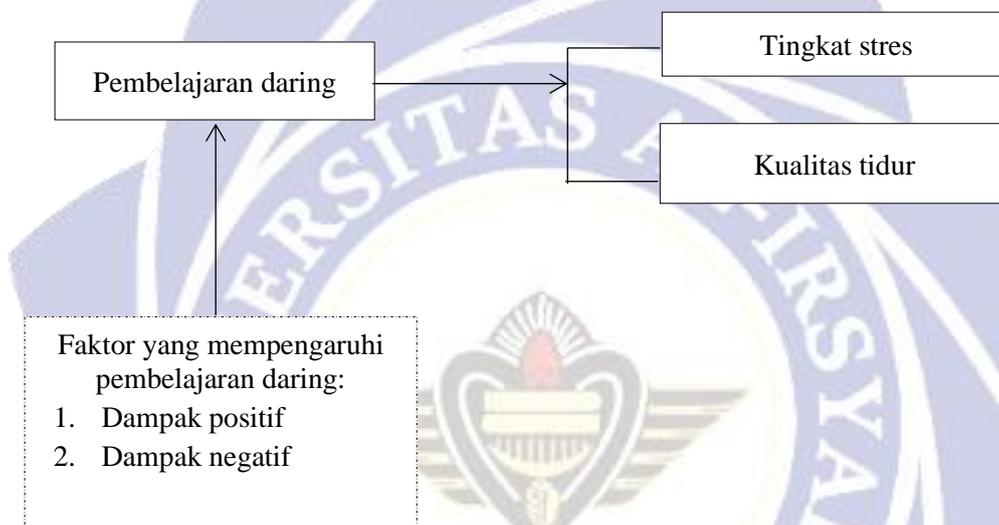
METODE PENELITIAN

A. Kerangka Konsep

Kerangka konsep penelitian ini dapat digambarkan dalam bentuk bagan sebagai berikut :

Variabel Bebas (Independen)

Variabel Terikat (Dependen)

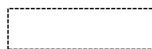


Bagan 3. 1 Kerangka Konsep Penelitian

Keterangan :



: Area yang diteliti



: Area tidak diteliti, tetapi dikontrol dalam kriteria inklusi

B. Hipotesis Penelitian

Hipotesis penelitian adalah hipotesis kerja atau hipotesis alternatif (H_a atau H_o) yang dirumuskan untuk menjawab permasalahan dengan menggunakan teori-teori yang ada hubungannya (relevan) dengan masalah penelitian dan belum berdasarkan fakta serta dukungan data yang nyata di lapangan. Sugiyono (2014) menjelaskan bahwa secara statistik hipotesis diartikan sebagai pernyataan mengenai keadaan populasi (parameter) yang akan diuji kebenarannya berdasarkan data yang diperoleh dari sampel penelitian. Hipotesis nol (H_o) adalah pernyataan tidak adanya hubungan, pengaruh atau perbedaan antara parameter dengan statistik dan hipotesis alternatif (H_a) yang menyatakan adanya hubungan, pengaruh, atau perbedaan antara parameter dan statistik. Hipotesis pada penelitian ini adalah:

1. Hipotesis Alternatif (H_a) : Adanya Hubungan Pembelajaran Daring Dengan Tingkat Stres Dan Kualitas Tidur Saat Pandemi Covid-19 Pada Mahasiswa Di Universitas Al-Irsyad Cilacap.
2. Hipotesis Nol (H_o) : Tidak Ada Hubungan Pembelajaran Daring Dengan Tingkat Stres Dan Kualitas Tidur Saat Pandemi Covid-19 Pada Mahasiswa Di Universitas Al-Irsyad Cilacap.

C. Variabel Penelitian

Sugiyono (2012) menjelaskan bentuk apa saja yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari, sehingga diperoleh informasi tentang hal tersebut, kemudian ditarik kesimpulannya. Penelitian ini terdapat dua variabel yang digunakan, yaitu variabel independen dan variabel dependen.

1. Variabel Bebas (*independent*)

Variabel bebas adalah variabel yang mempengaruhi, yang menyebabkan timbulnya atau berubahnya variabel terikat. Variabel bebas yang digunakan dalam penelitian dalam penelitian ini adalah pembelajaran daring.

2. Variabel Terikat (*dependent*)

Variabel terikat adalah variabel yang dipengaruhi karena adanya variabel bebas. Variabel terikat yang digunakan dalam penelitian ini adalah tingkat stres dan kualitas tidur.

D. Definisi Operasional, Variabel, Penelitian, Skala Pengukuran

Definisi operasional variabel adalah uraian batasan variabel yang dimaksud, atau tentang apa yang diukur oleh variabel yang bersangkutan (Notoatmodjo, 2018 dalam Iii 2018). Definisi Operasional penelitian ini dapat dilihat pada tabel berikut ini.

Tabel 3.2

Definisi Operasional, Variabel, Penelitian, Skala Pengukuran

No	Jenis Variabel	Definisi Operasional	Cara Pengukuran	Hasil Ukur	Skala ukur
1.	Variabel Terikat : a. Tingkat stres	Suatu reaksi tubuh terhadap sesuatu yang menimbulkan tekanan dan ketegangan emosi, ditandai dengan sulit tidur di malam hari, tubuh gemetar, kaki terasa dingin, serta merasa gelisah dan cemas.	Pengukuran dilakukan dengan mengisi kuesioner B menggunakan <i>Depression, Anxiety, and stress (DASS-21)</i> diadopsi dari Pica (2020) Jumlah pertanyaan 21 item dengan jawaban 1 : tidak pernah dialami	Hasil ukur tingkat stres dikategorikan menjadi: Normal : 0-14 Ringan : 15-18 Sedang : 19-25 Berat : 26-33 Sangat berat : >34	Ordinal

			2 : kadang dialami	
			3 : sering dialami	
			4 : sangat sering dialami	
b. Kualitas tidur	Tidur adalah proses yang memberikan istirahat total bagi mental dan aktivitas fisik manusia yang ditandai dengan tidak memperlihatkan perasaan lelah, mudah terangsang gelisah, lesu, apatis, kehitaman disekitar mata, sering menguap atau mengantuk.	Pengukuran dilakukan dengan mengisi kuesioner C menggunakan <i>Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI)</i> diadopsi dari Dendy (2021) terdiri dari 7 komponen penilaian yaitu kualitas tidur, latensi tidur, durasi tidur, efisiensi tidur, gangguan tidur, pemakaian obat tidur, dan disfungsi pada siang hari.	Hasil ukur kualitas tidur dikategorikan menjadi: Kualitas tidur baik jika skor: ≤ 5 Kualitas tidur buruk jika skor : >5	Ordinal
2. Variabel Bebas : Pembelajaran daring	Proses pembelajaran dengan menggunakan jaringan internet maupun rangkaian elektronik lainnya sebagai metode dalam penyampaian isi pembelajaran, interaksi, serta fasilitas yang didukung dengan berbagai bentuk layanan belajar seperti menggunakan media Zoom, Google Meet.	Pengukuran dilakukan dengan mengisi kuesioner D yang diadopsi dari Pajar (2021) jumlah pertanyaan 15 item dengan jawaban :	Hasil ukur dikategorikan menjadi: Buruk : 15-37 Baik : 38-60	Ordinal
		1 :sangat tidak setuju		
		2 :tidak setuju		
		3 : setuju		
		4 : sangat setuju		

E. Desain Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif dengan metode studi analitik (kuantitatif) dan desain studi *cross sectional* yaitu penelitian non eksperimental dengan menggunakan data primer yang diteliti dalam satu waktu yang bersamaan. Dalam penelitian ini, peneliti ingin mengetahui Hubungan Pembelajaran Daring Dengan Tingkat Stres Dan Kualitas Tidur Saat Pandemi Covid-19 Pada Mahasiswa Di Universitas Al-Irsyad Cilacap.

F. Populasi Dan Sampel Penelitian

1. Populasi

Populasi penelitian adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek atau subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang diterapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Berdasarkan pada pendapat diatas, maka yang menjadi populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa prodi sarjana keperawatan, farmasi dan kebidanan kelas alih jenjang Universitas Al-Irsyad Cilacap yang pembelajarannya masih menggunakan metode daring sejumlah 67 mahasiswa (Sugiyono 2016 dalam Nanda 2017).

2. Sampel

Sampel adalah sebagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi, sedangkan teknnik pengambilan sampel disebut dengan sampling. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah *total sampling*. *Total sampling* adalah teknik pengambilan sampel dalam jumlah sampel dimana jumlah sampel sama dengan populasi. Alasan mengambil *total sampling* karena jumlah populasi yang kurang dari 100. Jadi, jumlah sampel dalam

penelitian ini adalah sebanyak 67 orang. (Sugiyono 2016 dalam Nanda 2017).

3. Kriteria Sampel

1. Kriteria Inklusi

Kriteria inklusi merupakan kriteria dimana subyek penelitian mewakili sampel penelitian yang memenuhi syarat sebagai sampel (Notoatmodjo,2012) dalam (H Kara 2014). Kriteria inklusi dalam penelitian ini meliputi:

1. Mahasiswa Universitas Al-Irsyad Cilacap program studi alih jenjang Keperawatan, Farmasi dan Kebidanan.
2. Mahasiswa yang sedang melaksanakan pembelajaran kuliah daring
3. Mahasiswa yang bersedia menjadi responden

2. Kriteria Eksklusi

Kriteria eksklusi merupakan kriteria dimana subyek penelitian tidak dapat mewakili sampel karena tidak memenuhi syarat sebagai sampel karena tidak memenuhi syarat sebagai sampel penelitian,seperti halnya adanya hambatan etis, menolak menjadi responden atau suatu keadaan yang tidak memungkinkan untuk dilakukan penelitian (Notoatmodjo, 2012 dalam H Kara 2014). Kriteria eksklusi dalam penelitian ini adalah:

1. Mahasiswa yang tidak kuliah di Universitas Al-Irsyad Cilacap
2. Mahasiswa yang sedang melaksanakan praktek
3. Mahasiswa yang sudah menggunakan metode pembelajarannya luring

G. Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian sudah dilaksanakan di Universitas Al-Irsyad Cilacap pada bulan Mei-Juni 2022 secara online.

H. Etika Penelitian

Melindungi hak dan kewajiban responden maupun peneliti merupakan tujuan dari etika penelitian. Menurut Notoatmodjo (2012) ada beberapa pertimbangan etika yang harus diperhatikan yaitu :

1. Menghormati harkat dan martabat manusia (*respect for human dignity*)

Peneliti perlu mempertimbangkan hak-hak subjek penelitian untuk mendapatkan informasi tentang tujuan peneliti melakukan penelitian tersebut. Disamping itu, peneliti juga memberikan kebebasan kepada subjek untuk memberikan informasi atau tidak memberikan informasi (berpartisipasi). Dalam penelitian ini peneliti telah memberikan lembar *informed consent* kepada calon responden untuk dipelajari/dibaca terlebih dahulu dan ditandatangani oleh calon responden jika menyetujui menjadi responden.

2. Menghormati privasi dan kerahasiaan subjek penelitian (*respect for privacy and confidentiality*)

Manusia sebagai objek peneliti mempunyai hak-hak dasar individu termasuk privasi dan kebebasan individu dalam memberikan informasi. Setiap orang berhak untuk tidak memberikan apa yang diketahuinya kepada orang lain. Peneliti tidak boleh menampilkan informasi mengenai identitas dan kerahasiaan identitas subjek. Dalam penelitian ini peneliti tidak akan mencantumkan nama lengkap calon responden melainkan hanya mencantumkan inisial nama saja.

3. Keadilan dan *inklusivitas* atau keterbukaan (*respect for justice an inclusivness*)

Prinsip keterbukaan dan adil perlu dijaga oleh peneliti dengan kejujuran, keterbukaan, dan kehati-hatian. Lingkungan penelitian perlu dikondisikan sehingga memenuhi prinsip keterbukaan, yakni dengan menjelaskan prosedur penelitian. Prinsip keadilan ini menjamin bahwa semua

subjek peneliti memperoleh perlakuan dan keuntungan yang sama, tanpa membedakan gender, agama, etnis, dan sebagainya. Dalam penelitian ini peneliti telah menjelaskan mengenai tujuan, manfaat dan prosedur pengisian kuesioner yang telah diberikan kepada responden.

4. Mempertimbangkan manfaat dan kerugian yang ditimbulkan (*balancing harms and benefits*)

Penelitian ini dilaksanakan dengan objek penelitian yaitu manusia sehingga diharapkan penelitian ini dapat memberikan manfaat bagi kelangsungan hidup responden dan meminimalkan kerugian.

I. Teknik Pengumpulan Data

a. Jenis Data

Menurut Sugiyono , (2018) data dibedakan menjadi dua jenis sebagai berikut:

a. Data Primer

Data primer adalah data yang berasal dari subjek penelitian melalui lembar kuesioner atau angket. Data primer dalam penelitian ini yaitu data yang diperoleh peneliti secara langsung dari responden dengan memberikan kuesioner tentang pembelajaran daring, tingkat stres dan kualitas tidur.

b. Data Sekunder

Data sekunder adalah data yang didapat peneliti berdasarkan sumber lain. Selain mengumpulkan data primer peneliti juga melaksanakan pengumpulan data sekunder yang didapat dari bagian administrasi kemahasiswaan Universitas Al-Irsyad Al- Cilacap.

b. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian merupakan alat yang digunakan untuk mengukur nilai variabel yang diteliti. Instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner (angket). Kuesioner adalah suatu cara pengumpulan data yang dilakukan dengan mengadakan suatu daftar pertanyaan yang berupa formulir, diajukan secara online kepada sejumlah subyek untuk mendapatkan tanggapan. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah berbentuk kuesioner (Sugiyono, 2018 dalam Sapti 2019). Kuesioner dalam penelitian ini meliputi karakteristik responden, tingkat stres, kualitas tidur dan pembelajaran daring dan dibagikan berupa link berikut:

1. Link inform consent :

<http://bitly.ws/t8QB>

2. Link kuesioner :

<http://bitly.ws/t8QM>

- a. Kuesioner A adalah data responden yang meliputi nama, jenis kelamin, usia, program studi, instalasi bekerja, alamat.
- b. Kuesioner B adalah alat ukur pembelajaran daring yang diadopsi dari Siregar (2021) terdiri dari 15 pertanyaan. pilihan jawaban sangat setuju nilai 1, setuju nilai 2, tidak setuju nilai 3, sangat tidak setuju nilai 4. Hasil dikategorikan menjadi 2 yaitu: buruk jika skor 15-37 dan baik jika skor 38-60.
- c. Kuesioner C adalah alat ukur untuk tingkat stres yang di adopsi dari Sari (2020) terdiri dari 21 pertanyaan. Pilihan jawaban nilai 1 tidak pernah dialami, nilai 2 kadang dialami, nilai 3 sering dialami, nilai 4

sangat sering dialami. Nilai tertinggi untuk tiap pertanyaan adalah 4 dan nilai terendah adalah 1. Dikatakan normal jika nilai 0-14, stres ringan nilai 15-18, stres sedang nilai 19-25, stres berat nilai 26-33, stres sangat berat nilai 34+.

d. Kuesioner D adalah alat ukur untuk kualitas tidur yang di adopsi dari Kharisna (2021) terdiri dari 7 komponen penilaian yaitu kualitas tidur, latensi tidur, durasi tidur, efisiensi tidur, gangguan tidur, pemakaian obat tidur, dan disfungsi pada siang hari.. Hasil dikategorikan menjadi 2 yaitu kualitas tidur Baik jika skor ≤ 5 dan kualitas tidur Buruk jika skor >5 .

c. Uji Instrumen

Instrument yang valid berarti alat ukur yang digunakan untuk mendapatkan data. Valid berarti instrument tersebut dapat digunakan untuk mengukur apa yang seharusnya diukur, sedangkan instrument yang *reliable* adalah instrument yang bila digunakan beberapa kali untuk mengukur obyek yang sama akan menghasilkan data yang sama (Sugiyono, 2014).

1. Kuesioner Pembelajaran Daring

Kuesioner yang dipergunakan untuk mengukur pembelajaran daring di adopsi dari Siregar (2021), terdiri dari 15 pertanyaan. Kuesioner ini telah dilakukan uji validitas dan reliabilitas dengan nilai korelasi validitas 0,96 dan nilai *Cronbach's Alpha* 0,782.

2. Kuesioner Tingkat Stres

Kuesioner yang dipergunakan untuk mengukur tingkat stres adalah *Depression Anxiety Stress Scale* (DASS) 21 yang diadopsi dari

Sari (2020) yang berisi 21 pertanyaan. Kuesioner ini telah dilakukan validitas dan reliabilitas dengan nilai korelasi validitas 0,71 dan nilai *Cronbach's Alpha* 0,93.

3. Kuesioner Kualitas Tidur

Kuesioner yang dipergunakan untuk mengukur kualitas tidur adalah PSQI (*Pittsburgh Sleep Quality Index*) yang di adopsi dari Kharisna (2021) yang berisi 7 kpmponen penilaian. Kuesioner ini telah dilakukan uji validitas dan reliabilitas dengan nilai korelasi validitas berkisar 0,474-0,607 dan nilai *Cronbach's Alpha* 0,830.

J. Prosedur Pengumpulan Data

Prosedur pengumpulan data dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Persiapan
 - a. Peneliti mempersiapkan materi dan konsep yang mendukung dalam penelitian. Selanjutnya menyusun proposal penelitian yang terlebih dulu dikonsultasikan kepada dosen pembimbing I dan II. Setelah mendapatkan izin dari pihak Universitas Al-Irsyad Cilacap untuk melakukan studi pendahuluan. Peneliti kemudian melakukan koordinasi dengan pihak terkait yaitu bagian administrasi kemahasiswaan untuk mengidentifikasi jumlah siswa. Tahap selanjutnya adalah melaksanakan uji proposal penelitian dan merevisi proposal penelitian.
 - b. Peneliti meminta surat ijin penelitian ke ketua Universitas Al-Irsyad Cilacap setelah seminar penelitian.
 - c. Berdasarkan surat pengantar dari ketua Universitas Al-Irsyad Cilacap kemudian peneliti melakukan pengambilan data penelitian.

2. Pelaksanaan

- a. Peneliti berkoordinasi dengan ketua kelas alih jenjang prodi keperawatan, farmasi dan kebidanan untuk memberikan link *inform consent* dan kuesioner penelitian. Link kuesioner terdiri dari karakteristik responden, tingkat stres, kualitas tidur dan pembelajaran daring.
- b. Peneliti meminta kesediaan responden untuk terlibat dalam penelitian secara online. Peneliti menjelaskan tujuan dan maksud dari penelitian yang akan dilakukan. Apabila calon responden, selanjutnya responden dipersilahkan untuk mengisi lembar *informed consent*. Terdapat link *inform consent* sebagai berikut:
<http://bitly.ws/t8QM>
- c. Setelah lembar kuesioner di isi oleh responden peneliti mengecek kembali kelengkapannya.
- d. Peneliti mengucapkan terimakasih kepada responden yang telah mengisi kuesioner.

K. Analisa Data

1. Pengolahan Data

a. *Editing*

Editing merupakan kegiatan untuk pengecekan dan perbaikan formulir atau kuesioner (Notoatmojo 2015 dalam Linda, 2021). Pada penelitian ini peneliti memeriksa kuesioner yang telah diisi maka peneliti akan meminta kembali kepada responden untuk melengkapi jawaban lembar kuesioner.

b. *Scoring*

Scoring dilakukan untuk mengetahui total skor dari jawaban

responden atas kuesioner B, C dan D mengenai kuesioner tingkat stres kuesioner kualitas tidur dan kuesioner pembelajaran daring pada mahasiswa di Universitas Al-Irsyad Cilacap tahun 2022, yaitu :

Tabel 3.3

Pedoman *Scoring*

No	Kuesioner	Kriteria jawaban	Scoring
1.	Pembelajaran daring	a. Sangat tidak setuju b. Tidak setuju c. Setuju d. Sangat setuju Kategori pembelajaran daring adalah : 1. Buruk jika skor 15-37 2. Baik jika skor 38-60	1 2 3 4
2.	Tingkat stres	a. Tidak pernah dialami b. Kadang dialami c. Sering dialami d. Sangat sering dialami Kategori tingkat stres adalah : 1. Normal 0 -14 2. Stres ringan 15-18 3. Stres sedang 19-25 4. Stress berat 26-33 5. Stres sangat berat >34	1 2 3 4
3.	Kualitas tidur	a. Komponen 1 b. Komponen 2 c. Komponen 3 d. Komponen 4 e. Komponen 5 f. Komponen 6 g. Komponen 7 Kategori kualitas tidur adalah : 1. Baik skor = ≤ 5 2. Buruk skor = >5	1 2 3 4 5 6 7

c. *Coding*

Coding adalah mengubah data berbentuk kalimat atau huruf menjadi data angka atau bilangan (Notoatmodjo 2015 dalam Linda, 2021). *Coding* pada penelitian ini adalah sebagai berikut :

Tabel 3.4

Pengkodean Variabel Independent dan Dependen

No.	Variabel	Kategori	Koding
1.	Pembelajaran Daring	Baik	1
		Buruk	2
2.	Tingkat stres	Normal	0
		Ringan	1
		Sedang	2
		Berat	3
		Sangat Berat	4
3.	Kualitas Tidur	Buruk = >5	1
		Baik = ≤ 5	2

d. *Tabulating*

Tabulasi adalah membuat tabel-tabel data, sesuai dengan tujuan penelitian atau yang diinginkan oleh peneliti (Notoadmodjo, 2015 dalam Linda, 2021). Pada penelitian data akan dikelompokkan sesuai dengan kategori yang telah ditentukan.

e. *Entry Data*

Entry Data adalah kegiatan memasukan data yang telah dikumpulkan ke dalam master tabel atau database komputer, kemudian membuat distribusi frekuensi sederhana atau bias juga dengan membuat tabel. *Entry data* dalam penelitian ini adalah jawaban-jawaban dari masing-masing responden yang

dalam bentuk kode (angka atau huruf) dimasukkan kedalam program atau *software computer* (Notoatmodjo, 2010 dalam Linda, 2021).

f. *Cleaning*

Cleaning merupakan kegiatan pengecekan kembali data yang sudah di *entry* apakah ada kesalahan atau tidak. Kesalahan tersebut dimungkinkan terjadi pada saat mengentry ke komputer (Hastono, 2016 dalam Linda, 2021).

g. *Processing*

Processing merupakan langkah memproses data agar data yang sudah di *entry* dapat dianalisis. Pemrosesan data dilakukan dengan cara mengentry data dari kuesioner ke paket program komputer (Hastono, 2016 dalam Linda, 2021).

2. Analisa Data

Analisa data adalah proses pengolahan dan menganalisis data dari hasil penelitian untuk mendapatkan penyajian data sebagai hasil yang berarti dan kesimpulan yang baik (Notoatmodjo, 2015 dalam Linda, 2021). Pada penelitian ini analisis data menggunakan statistik inferensial sebagai berikut:

a. Analisa *univariat*

Analisa *univariat* adalah analisis yang dilakukan terhadap tiap variabel dari hasil penelitian. Pada umumnya dalam analisis ini hanya menghasilkan distribusi frekuensi dan presentase dari tiap variabel (Notoadmojo, 2015 dalam Linda, 2021). Analisis ini bertujuan untuk menjelaskan dan mendeskripsikan karakteristik masing-masing variabel yang diteliti, sehingga akan terlihat distribusi dan presentasi dari tingkat stres, kualitas tidur dan pembelajaran daring saat pandemi covid-19 pada mahasiswa

Universitas Al-Irsyad Cilacap tahun 2022.

b. Analisa Bivariat

Analisa Bivariat merupakan analisa yang dilakukan terhadap dua variabel yang diduga memiliki hubungan atau berkorelasi (Notoatmodjo, 2015 dalam Linda,2021). Skala pengukuran pembelajaran daring dengan tingkat stres dan pembelajaran daring dengan kualitas tidur menggunakan skala ordinal yang merupakan jenis data kategorik. Analisa data menggunakan Uji Korelasi *Spearman's Rank* dengan tingkat signifikansi 0,05. Dalam penelitian ini, analisa yang digunakan untuk mengetahui hubungan antara pembelajaran daring dengan tingkat stres dan kualitas tidur pada saat pandemi covid-19 pada mahasiswa di Universitas Al-Irsyad Cilacap. Selanjutnya analisa data dilakukan dengan komputerisasi.

Suharto (2015 dalam Linda, 2021) menjelaskan bahwa interpretasi korelasi *Spearman Rank* adalah sebagai berikut:

1. H_0 ditolak bila nilai $\text{sig} \leq 0,05$. Artinya terdapat hubungan yang signifikan antara pembelajaran daring dengan tingkat stres dan kualitas tidur saat pandemi covid-19 pada mahasiswa di Universitas Al-Irsyad Cilacap.
2. H_0 diterima bila nilai $\text{sig} > 0,05$, artinya tidak terdapat hubungan antara pembelajaran daring dengan tingkat stres dan kualitas tidur saat pandemik covid-19 pada mahasiswa di Universitas Al-Irsyad Cilacap.

Suharto (2015 dalam Linda ,2021) menjelaskan bahwa untuk mengetahui interpretasi korelasi hubungan, maka digunakan tabel interpretasi sebagai berikut:

Tabel 3.5
Pedoman Interpretasi Korelasi

Interval	Tingkat Hubungan
0,00 – 0,199	Sangat Rendah
0,20 – 0,399	Rendah
0,40 – 0,599	Sedang
0,60 – 0,799	Kuat
0,80 – 1,00	Sangat Kuat

Sumber : Suharto (2015)

