

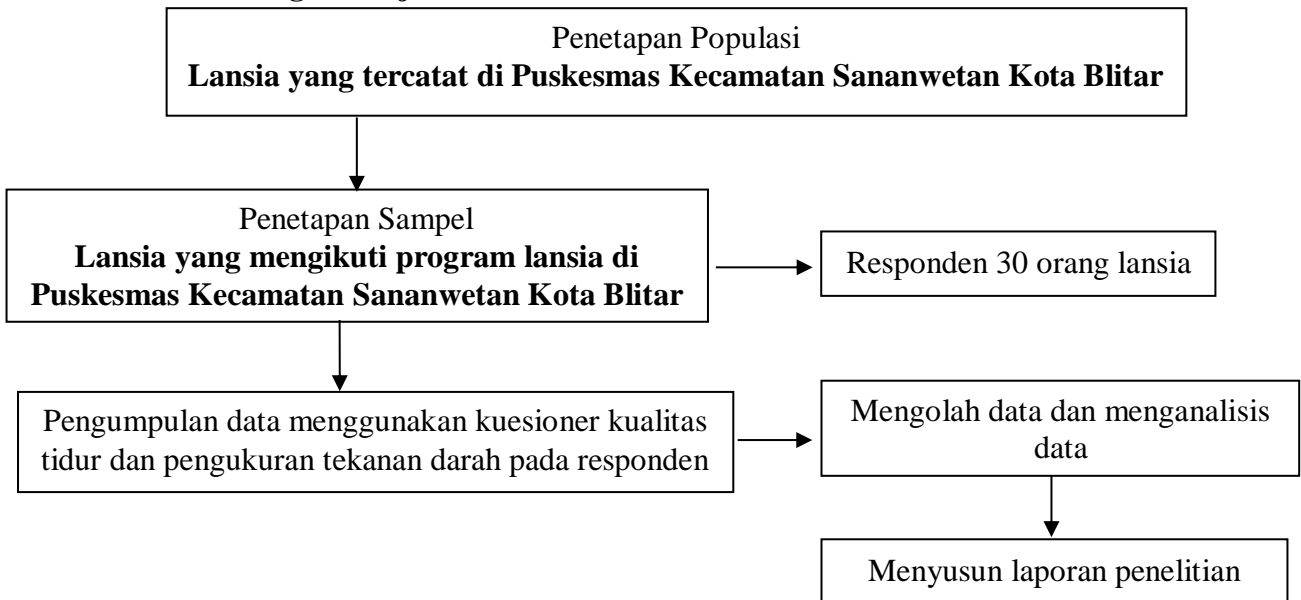
## BAB 3

### METODE PENELITIAN

#### 3.1 Desain Penelitian

Desain penelitian merupakan perencanaan kegiatan yang dirancang untuk memberikan informasi hasil penelitian yang dilakukan (Suprajitno, 2016). Penelitian ditetapkan sebagai pedoman penelitian dalam proses penelitian, metode yang digunakan adalah penelitian deskriptif. Jenis penelitian deskriptif adalah suatu metode penelitian yang dilakukan dengan tujuan utama untuk membuat deskriptif tentang suatu keadaan. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan pendekatan kuantitatif, yang bertujuan untuk menilai tentang kualitas tidur terhadap tekanan darah pada lansia yang mengikuti program lansia di Puskesmas Kecamatan Sananwetan Kota Blitar.

#### 3.2 Kerangka Kerja



Gambar 3. 1 Kerangka Kerja

### **3.3 Populasi, Sampel, dan Sampling**

#### **3.3.1 Populasi**

Populasi atau population dalam riset adalah sekumpulan atau keseluruhan manusia atau benda atau subyek yang menjadi sasaran riset (Suprajitno, 2016). Populasi juga merupakan subjek yang telah memenuhi kriteria atau standar yang telah ditentukan oleh peneliti. Populasi dalam penelitian ini merupakan lansia yang mengikuti program lansia di Puskesmas Sananwetan.

#### **3.3.2 Sampel**

Sampel dalam penelitian ini adalah lansia yang mengikuti program lansia berjumlah 30 responden di Puskesmas Sananwetan pada bulan Januari-Maret 2024. Adapun kriteria yang di terapkan oleh peneliti adalah sebagai berikut :

- 1) Lansia yang memiliki masalah kesulitan tidur
- 2) Lansia yang tercatat mengikuti program lansia di Puskesmas Sananwetan
- 3) Lansia yang bersedia mengikuti penelitian dibuktikan dengan penandatanganan lembar informed consent.

#### **3.3.3 Sampling**

Sampling adalah suatu kegiatan (proses) memilih sebagian anggota populasi untuk dijadikan sampel (teladan) (Suprajitno, 2016). Pada penelitian ini peneliti mnggunakan teknik sampling judgement (purposive) didasarkan pada alasan peneliti. Hal ini terjadi karena beberapa alasan seperti terbatasnya waktu dan tenaga. Maka dari itu sampel dari penelitian ini berjumlah 30 orang.

### **3.4 Waktu dan Tempat Penelitian**

#### **3.4.1 Waktu Penelitian**

Pengambilan data akan dilaksanakan pada bulan Januari-April 2024.

#### **3.4.2 Tempat Penelitian**

Penelitian dilaksanakan di UPT Puskesmas Kecamatan Sananwetan Kota Blitar.

### **3.5 Variabel Penelitian**

#### **3.5.1 Definisi Operasional**

Operasional variabel adalah batasan dan cara pengukuran variabel yang akan diteliti. Definisi operasional variabel disusun dalam bentuk matrik, yang berisi nama variabel, deskripsi variabel, alat ukur, dan skala ukur yang digunakan (nominal, ordinal, interval, dan rasio). Definisi operasional dibuat untuk memudahkan dan menjaga konsistensi pengumpulan data, menghindari perbedaan interpretasi serta membatasi ruang lingkup variabel (Purwanto, 2019).

### 3.6 Definisi Operasional

Tabel 3. 1 Definisi Operasional

No.	Variabel	Definisi Operasional	Alat Ukur	Skala Ukur	Skoring
1.	Variabel Independen : Kualitas Tidur	Kemampuan seseorang untuk mempertahankan keadaan tidur, untuk mendapatkan tahapan tidur <i>REM</i> dan <i>NREM</i> yang tepat.	<i>The Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI)</i> .	Ordinal	1. Skor 1-5 = kualitas tidur baik 2. Skor >5 = kualitas tidur buruk
2.	Variabel Dependen : Tekanan Darah	Suatu tekanan yang terdapat di dalam pembuluh darah yang terjadi saat jantung memompakan darah ke seluruh tubuh.	stetoskop dan tensimeter atau <i>Sphygmomanometer</i> .	Interval	1. Tekanan Darah Rendah Jika, < 90/60 mmHg 2. Tekanan Darah Normal Jika, 90/60 mmHg – 120/80 mmHg 3. Tekanan Darah Tinggi = Jika, >120 mmHg

### 3.7 Prosedur Penelitian

#### 3.7.1 Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data merupakan proses pendekatan kepada suatu subjek dan suatu proses pengumpulan karakteristik subjek yang digunakan dalam penelitian (Nurbaeti et al., 2022). Pengumpulan data dalam penelitian ini, diawali dengan :

1. Meminta surat rekomendasi penelitian kepada Ketua Program Studi D-III Keperawatan Blitar.
2. Selanjutnya surat tersebut diserahkan kepada pihak UPTD Puskesmas Kecamatan Sananwetan Kota Blitar.
3. Setelah mendapatkan izin dari Kepala Puskesmas dan yang mengelola program lansia di Puskesmas Sananwetan peneliti akan melakukan pengambilan data selama 3 bulan dengan menjelaskan maksud serta tujuan penelitian yang akan dilakukan kepada responden.
4. Lansia yang bersedia menjadi responden akan menandatangani lembar *informed consent*.
5. Kemudian responden dapat mengisi kuesioner yang telah dibagikan oleh peneliti dan melakukan pemeriksaan tekanan darah.
6. Setelah melakukan pemeriksaan kepada seluruh responden, peneliti akan melakukan pengecekan ulang, pengolahan data, dan dilanjutkan analisis data.

### 3.7.2 Instrumen Pengumpulan Data

Instrumen atau alat ukur merupakan langkah penting dalam pola prosedur penelitian. Instrumen berfungsi sebagai bantu dalam mengumpulkan data yang diperlukan (Nurbaeti et al., 2022). Peneliti menggunakan instrument pengumpulan data berupa kuesioner terdiri dari pertanyaan-pernyataan tertulis yang di tunjukan kepada responden untuk dijawab.

## 3.8 Pengolahan, Analisa Data, Penyajian Data

### 3.8.1 Pengolahan Data

- Persiapan

Peneliti akan melakukan persiapan untuk melanjutkan pengolahan data secara lebih mudah dan terarah dengan rincian sebagai berikut :

1. Peneliti memeriksa identitas responden.
2. Peneliti memeriksa kelengkapan isi data instrument untuk pengumpulan data.
3. Peneliti akan melakukan pemeriksaan ulang pada data untuk mencegah terjadinya kekeliruan data dalam pengisian yang dilakukan oleh responden.

Tahapan analisis data secara manual adalah sebagai berikut :

1. *Editing*

*Editing* merupakan proses penelitian untuk memeriksa kembali mengenai kebenaran data yang telah diisi oleh responden yang diperoleh dan dikumpulkan jadi satu.

## 2. *Coding*

*Coding* merupakan kegiatan pemberian kode. Kode yang diberikan dapat memiliki arti sebagai data kuantitatif (berbentuk angka).

## 3. *Data Entry*

*Data Entry* adalah mengisi kolom dengan kode sesuai dengan jawaban masing-masing pertanyaan.

## 4. *Processing*

*Processing* adalah proses setelah semua kuesioner terisi penuh dan benar serta telah dikode jawaban responden pada kuesioner ke dalam aplikasi pengolahan data di komputer.

## 5. *Cleaning Data*

*Cleaning Data* adalah pengecekan kembali data yang sudah dientry apakah sudah betul atau masih ada kesalahan pada saat pemasukan data di aplikasi.

### **3.8.2 Analisa Data**

Kualitas tidur dinilai dengan cara melihat skor dari jawaban kuesioner yang telah diberikan, dengan nilai skor 1-5 yang berarti kualitas tidur baik, >6 yang berarti kualitas tidur tidak baik/buruk. Skor yang didapat dari kuesioner yang diberikan akan dijumlahkan dan dipresentasikan.

### **3.8.3 Penyajian Data**

Data yang telah terkumpul diolah dan disajikan dalam bentuk tabel dan diberikan penjelasan.

### **3.9 Etika Penelitian**

#### **3.9.1 Lembar Persetujuan (*Informed consent*)**

Merupakan bentuk persetujuan antara peneliti dan responden penelitian dengan memberikan lembar persetujuan sebelum penelitian dilakukan. Tujuannya adalah agar subyek mengerti dan memahami tujuan penelitian serta mengetahui dampak dari dilakukannya penelitian.

#### **3.9.2 Tanpa Nama (*Anonimity*)**

Penelitian memberikan jaminan dalam penggunaan subjek penelitian dengan cara tidak memberikan atau mencantumkan nama responden pada lembar alat ukur dan hanya menulis kode sebagai pengganti nama responden.

#### **3.9.3 Kerahasiaan (*Confidencially*)**

Penelitian memberikan jaminan kerahasiaan hasil penelitian, baik maupun masalah-masalah lainnya. Semua informasi yang telah dikumpulkan dijamin kerahasiaannya oleh penulis. Setelah dilakukan tabulasi dan perhitungan, data yang ada akan di musnahkan oleh penulis dengan dibakar.