

BAB 3

METODE PENELITIAN

A. Latar Belakang

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif. Penelitian deskriptif bertujuan untuk menggambarkan fenomena secara sistematis, faktual, akurat, dan terencana dengan jelas sejak awal dilakukannya penelitian.

B. Waktu dan Tempat Penelitian

Waktu dilaksanakan penelitian adalah bulan Mei 2025 sampai selesai. Penelitian ini dilakukan di Karang Werda Ismoyo Kelurahan Bendogerit , Kota Blitar dengan responden lansia pensiun

C. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh lansia yang terdaftar di Karang Werda Ismoyo Kelurahan Bendogerit, Kota Blitar selama periode penelitian sebanyak 93 lansia.

2. Sampel dan Besar Sampel

Sampel penelitian ini akan diambil menggunakan teknik purposive sampling. Teknik ini dipilih karena memungkinkan peneliti untuk memilih responden yang memenuhi kriteria tertentu yang relevan dengan tujuan penelitian. Besar sampel didapatkan sebanyak 30 responden.

a. Kriteria Inklusi dan Eksklusi

1) Kriteria Inklusi

- a) Lansia yang telah berusia ≥ 60 tahun.
- b) Lansia pensiunan PNS
- c) Lansia yang mampu berkomunikasi dengan baik, baik secara verbal maupun nonverbal.
- d) Lansia yang bersedia menjadi responden dan menandatangani lembar persetujuan (*informed consent*).

2) Kriteria Eksklusi

- a) Lansia dengan gangguan kognitif berat atau demensia yang terbukti melalui diagnosa atau observasi awal.
- b) Lansia yang sedang mengalami gangguan psikologis berat, seperti depresi berat, gangguan jiwa, atau dalam pengobatan intensif psikiatri.
- c) Lansia yang dalam keadaan sakit berat atau tidak sadar saat waktu pengambilan data.
- d) Lansia yang tidak dapat menyelesaikan pengisian kuesioner karena alasan pribadi atau kondisi fisik / mental.

D. Cara Pengumpulan Data

1. Data Primer

Data primer diperoleh langsung dari responden melalui pengisian kuesioner Perceived Stress Scale (PSS) yang telah divalidasi.

2. Data Sekunder

Data sekunder diperoleh dari ketua dan sekretaris Karang Werda Ismoyo Kelurahan Bendogerit Kota Blitar

E. Alat Pengumpulan Data

Perceived Stress Scale (PSS) merupakan skala yang dirancang untuk mengukur sejauh mana individu merasa situasi dalam hidup mereka tidak dapat diprediksi, tidak dapat dikontrol, dan memberikan beban yang berlebihan. Instrumen psikologis yang paling banyak digunakan untuk mengukur persepsi stress, mencakup sejumlah pertanyaan tentang tingkat stress yang dialami saat ini dengan menanyakan tentang perasaan dan pikiran selama 1 bulan yang lalu. PSS mengukur persepsi subjektif terhadap stres, bukan hanya berdasarkan kejadian objektif. Ini mencakup perasaan tidak terduga, tidak terkontrol, dan kelebihan beban. Versi umum dari PSS adalah PSS-10, yang terdiri dari 10 pertanyaan. Responden diminta untuk menilai seberapa sering mereka mengalami perasaan tertentu dalam satu bulan terakhir. Skor total dapat berkisar dari 0 hingga 40, dengan kategori stres ringan (0-13), sedang (14-26), dan tinggi (27-40) (Purnami & Sawitri, 2019).

F. Variabel Penelitian

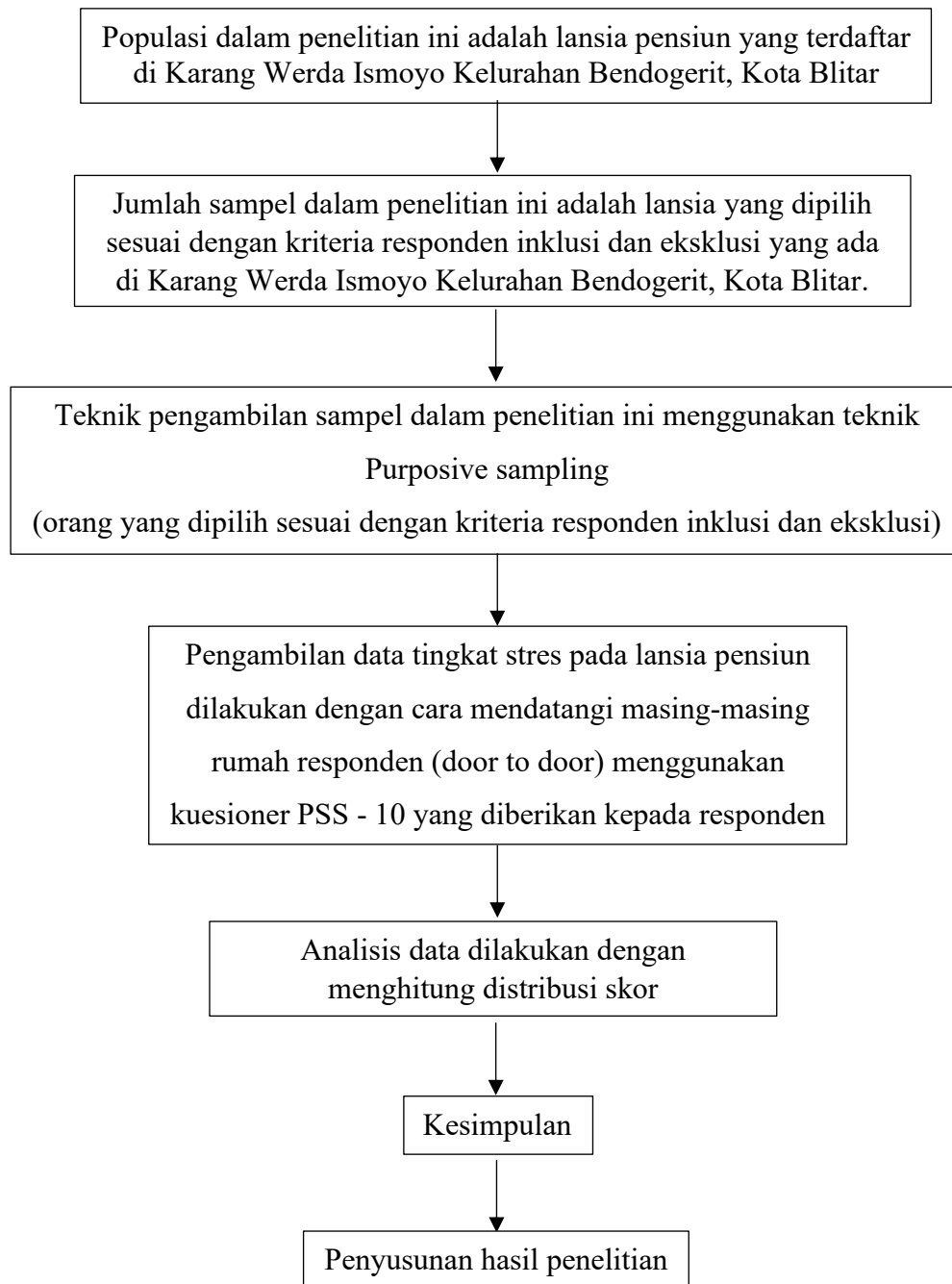
Tingkat stres pada lansia pensiun.

G. Definisi Operasional

Variabel	Definisi Operasional	Indikator	Alat dan Cara Ukur	Skala	Skor
Tingkat Stres	Tingkat tekanan psikologis yang dirasakan oleh lansia, yang mencakup perasaan cemas, gelisah, kesulitan mengatasi masalah, dan keterbatasan dalam menghadapi tantangan hidup sehari-hari, yang diukur melalui frekuensi pengalaman stres dalam periode tertentu.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Perasaan gelisah atau cemas 2. Kemampuan mengatasi tekanan 3. Keterbatasan fisik atau sosial 4. Perasaan frustrasi atau marah 5. Kesejahteraan emosional 	<p>Perceived Stress Scale (PSS) – 10, pengisian kuesioner secara langsung oleh responden dengan menggunakan skala Likert</p>	Ordinal	<p>Skoring Jawaban:</p> <p>0 = Tidak Pernah</p> <p>1 = Hampir tidak pernah (1-2 kali)</p> <p>2 = Kadang-kadang (3-4 kali)</p> <p>3 = Hampir sering (5-6 kali)</p> <p>4 = Sangat sering (lebih dari 6 kali)</p> <p>Kategori:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Rendah: Skor 0 – 13 2. Sedang: Skor 14 – 26 3. Tinggi: Skor 27 – 40

Tabel 1 Definisi Operasional

H. Kerangka Operasional



Gambar 2 Kerangka Operasional

I. Cara Pengolahan dan Analisa Data

Data yang diperoleh dalam penelitian ini akan diproses dan dianalisis dengan langkah-langkah sebagai berikut:

1. Pengumpulan Data

Terdapat 4 tahap yang dilakukan untuk mengumpulkan data, antara lain yaitu:

a. Tahap Persiapan

Sebelum melakukan pengambilan data, peneliti mendapatkan surat izin terlebih dahulu dari Akademik Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang Kampus 3 Blitar diberikan kepada Karang Werda Ismoyo Kelurahan Bendogerit Kota Blitar. Setelah peneliti mendapatkan izin penelitian, peneliti melakukan koordinasi dengan ketua Karang Werda Ismoyo untuk menentukan responden sesuai dengan inklusi penelitian.

b. Tahap Pemilihan Responden

Pertama peneliti mengidentifikasi lansia pensiun sesuai kriteria, kemudian memilih sampel. Peneliti mendatangi setiap calon responden yang memenuhi kriteria peneliti (door to door). Didapatkan 30 responden dilibatkan pada penelitian ini. Untuk mencegah terjadinya pengambilan sampel berulang, peneliti membuat daftar responden yang terdiri nomor, nama, umur, dan alamat. Sebelum dilakukan pengambilan data peneliti menjelaskan kepada responden mengenai maksud peneliti,

apakah responden bersedia melanjutkan penelitian ini, dan jika bersedia menjadi responden maka diminta untuk mengisi inform consent.

c. Tahap Penelitian

Setelah calon responden setuju untuk mengikuti penelitian, peneliti memberikan kuesioner dan meminta untuk mengisi dengan lengkap. Pengisian kuesioner dilakukan tiap responden \pm 30-60 menit. Peneliti mengoreksi kembali kelengkapan pengisian kuesioner, jika jawaban kurang lengkap diklarifikasi kembali kepada responden untuk dilengkapi.

2. Pengolahan Data

Data yang sudah terkumpul, di analisa terlebih dahulu dilakukan hal sebagai berikut.

a. Editing

Editing dilakukan untuk memeriksa kelengkapan data. Dilakukan dengan mengoreksi data yang diperoleh meliputi kebenaran pengisian, kelengkapan dan kecocokan data yang dihasilkan. Editing langsung dilakukan setelah responden mengisi kuesioner, jika masih ada yang belum terisi maka peneliti mendatangi responden kembali dan meminta kesediaan responden untuk melengkapi data yang kurang.

b. Coding

Memberikan kode atau simbol untuk setiap jawaban. Hal ini dilakukan untuk mempermudah peneliti untuk melakukan tabulasi data.

c. Tabulating

Pengolahan data dilakukan dengan cara menghitung mean dari jawaban responden, kemudian disajikan dalam bentuk tabel sehingga menjadi lebih ringkas.

d. Entry data

Proses memasukkan data ke dalam paket program komputer. Peneliti melakukan entry data jika sudah yakin bahwa data yang didapatkan sudah benar, baik kelengkapan maupun pengkodeannya.

3. Analisa Data

Analisis data dalam penelitian ini dilakukan untuk memahami karakteristik responden serta melihat hubungan antara variabel penelitian. Analisis digunakan untuk mendeskripsikan distribusi frekuensi dan karakteristik masing-masing variabel. Data akan disajikan dalam bentuk tabel dan diagram serta dianalisis menggunakan distribusi frekuensi, persentase, rata-rata, dan standar deviasi.

4. Interpretasi Data

- a. Hasil analisis akan diinterpretasikan untuk mengetahui gambaran tentang tingkat stres di kalangan lansia pensiun.
- b. Temuan akan dipresentasikan dalam bentuk grafik untuk memudahkan pemahaman dan komunikasi hasil kepada pemangku kepentingan.

J. Etika Penelitian

Dalam melakukan penelitian ini, peneliti memperhatikan etik penelitian yang meliputi *Autonomy*, *Beneficence*, *Maleficence*, dan *Anonymity*. Berikut adalah etika penelitian:

1. *Autonomy*

Peneliti memberikan kebebasan bagi klien menentukan keputusan sendiri apakah bersedia ikut dalam penelitian atau tidak, tanpa adanya paksaan atau pengaruh dari peneliti. Peneliti menjelaskan maksud dan tujuan dari penelitian, serta menyampaikan bahwa penelitian ini tidak merugikan responden. Penelitian menanyakan kesediaan calon responden untuk ikut dalam penelitian ini. Setelah responden setuju dan menandatangani surat persetujuan, peneliti menyerahkan lembar kuesioner untuk diisi oleh responden.

2. *Beneficence*

Sebelum pengisian kuesioner dilakukan, peneliti memberikan penjelasan tentang manfaat penelitian serta keuntungan bagi responden dan peneliti. Keuntungan penelitian bagi responden adalah responden dapat mengetahui tentang dukungan keluarga yang bermanfaat dalam pengontrolan penyakit.

3. *Maleficence*

Penelitian ini memperhatikan kondisi yang akan menimbulkan bahaya bagi responden misalnya responden merasakan kelelahan sewaktu mengisi

kuesioner. Selanjutnya, jika tidak masalah, peneliti mempersilahkan responden untuk melanjutkan pengisian kuesioner.

4. *Anonymity* (Tanpa Nama)

Peneliti tidak mencantumkan nama responden hanya menuliskan kode atau inisial nama pada lembar pengumpulan data. Peneliti menjamin kerahasiaan informasi yang telah dikumpulkan.

K. Rencana Kegiatan

No	Tahapan	Kegiatan	Waktu
1.	Penyusunan Laporan	<ul style="list-style-type: none"> • Penyusunan proposal penelitian • Seminar proposal 	Maret 2025
2.	Persiapan	<ul style="list-style-type: none"> • Penyusunan kuesioner • Pemilihan lokasi penelitian • Pelatihan enumerator untuk wawancara dan pengisian kuesioner 	Maret 2025
3.	Pengumpulan Data	<ul style="list-style-type: none"> • Melakukan wawancara langsung dengan responden • Pengisian kuesioner oleh responden untuk mengumpulkan data primer 	April 2025
4.	Pengolahan Data	<ul style="list-style-type: none"> • Pencatatan dan penyusunan data yang telah dikumpulkan ke dalam format database • Pembersihan data untuk memastikan akurasi dan kelengkapan 	April 2025
5.	Analisis Data	<ul style="list-style-type: none"> • Melakukan analisis statistik deskriptif untuk karakteristik demografis • Melakukan analisis inferensial untuk mengeksplorasi hubungan antara variabel 	April 2025

6.	Penyusunan Laporan	<ul style="list-style-type: none">• Menyusun laporan hasil penelitian yang mencakup hasil analisis, kesimpulan, dan rekomendasi• Review dan revisi laporan berdasarkan masukan dari pembimbing	April 2025
7.	Penyampaian Laporan Hasil	<ul style="list-style-type: none">• Presentasi hasil penelitian kepada pemangku kepentingan• Publikasi hasil penelitian di jurnal atau forum yang relevan	Mei 2025

Tabel 2 Rencana Kegiatan