

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan penelitian *deskriptif analitik* dengan pendekatan *cross sectional* (potong lintang) yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antar variabel dimana variabel independen dan variabel dependen diidentifikasi pada satuan waktu (Dharma, 2013). Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui hubungan penggunaan media sosial (instagram) Dengan Kejadian Insomnia Pada Siswa di MA Ma'arif Sidoharjo Lampung Selatan tahun 2021.

B. Variabel Penelitian

Variabel Penelitian adalah ukuran atau ciri-ciri yang dimiliki oleh anggota-anggota suatu kelompok yang berbeda dengan yang dimiliki oleh kelompok lain (Notoatmodjo, 2012).

1. Variabel independen (bebas) adalah variabel yang menjadi sebab perubahan dan timbulnya variabel lain (Dharma, 2013). Variabel independen pada penelitian ini penggunaan media sosial (instagram)

2. Variabel dependen

Variabel dependen (terkait) variabel yang dipengaruhi atau menjadi akibat karena variabel independen atau bebas (Dharma, 2013). Variabel dependen pada penelitian ini kejadian insomnia

C. Definisi Operasional

Untuk membatasi ruang lingkup atau pengertian variabel-variabel diamati atau diteliti, perlu sekali variabel-variabel tersebut diberikan batasan atau yang disebut definisi operasional. Definisi operasional ini juga bermanfaat untuk mengarahkan kepada pengukuran atau pengamatan tersebut variabel-variabel bersangkutan serta pembagian instrumen (Notoatmodjo, 2012).

Tabel 3.1
Definisi Operasional

Variabel	Definisi Operasional	Alat Ukur	Cara Ukur	Hasil Ukur	Skala
Independen					
Durasi penggunaan media sosial instagram	Durasi penggunaan Media Sosial adalah lamanya seseorang menggunakan Media Sosial dalam jam perhari.	Kuesioner	Kuesioner (wawancara)	1 = penggunaan durasi rendah <4 Jam 17 menit dalam sehari 2 = penggunaan durasi tinggi ≥4 Jam 17 menit dalam sehari (Hepilita yohana, aprililian agripina, 2015).	Ordinal
Dependen					
Kejadian Insomnia	Insomnia adalah seseorang yang mengalami gangguan mempertahankan tidur.	Kuesioner	Kuesioner (wawancara)	0 = tidak insomnia 11-19 1 = insomnia ringan jika skor 20-27 2 = insomnia sedang jika skor 28-36 3 = insomnia berat jika skor 37-44 (UMY, 2016).	Ordinal

D. Populasi dan Sampel

1. Populasi Penelitian

Populasi adalah keseluruhan objek penelitian atau objek yang akan diteliti (Notoatmodjo, 2012). Populasi yang telah digunakan dalam penelitian ini adalah Siswa kelas X dan XI di MA Ma'arif Sidoharjo Lampung Selatan dengan jumlah sebanyak 84 siswa.

2. Sampel Penelitian

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi. Bila populasi besar dan peneliti tidak mungkin mempelajari semua yang ada pada populasi karena keterbatasan dana, tenaga, dan waktu. Maka peneliti menggunakan sampel yang diambil dari populasi tersebut, untuk itu sampel yang diambil dari populasi harus mewakili seluruh populasi (*representative*) (Irmawaty, 2017). Jumlah sampel adalah banyaknya individu atau subjek dari populasi yang akan diambil sebagai sampel (Nursalam, 2015). Jumlah sampel pada penelitian ini sebanyak 84 siswa.

3. Teknik Sampling

Teknik pengambilan sampel dalam penelitian menggunakan teknik *total sampling*. Pengambilan sampel secara total berdasarkan pada pertimbangan tertentu yang dibuat oleh peneliti sendiri, karena jumlah populasi kurang dari 100. Berdasarkan ciri atau sifat-sifat populasi kemudian peneliti menetapkan berdasarkan pertimbangannya. Sebagian anggota populasi menjadi sampel penelitian sehingga teknik pengambilan sampel secara total berdasarkan oleh pertimbangan pribadi peneliti sendiri (Notoatmodjo, 2012).

E. Tempat dan Waktu Penelitian

1. Tempat penelitian

Penelitian ini telah dilakukan di MA Ma'arif Sidoharjo Lampung Selatan

2. Waktu penelitian

Penelitian ini telah dilakukan pada bula Mei-Juni tahun 2021

F. Etika Penelitian

Etika penelitian merupakan pedoman etika yang berlaku untuk setiap kegiatan peneliti yang melibatkan antara pihak peneliti, pihak yang diteliti, dan masyarakat yang akan diperoleh dampak hasil peneliti tersebut (Notoatmodjo, 2014). Beberapa prinsip dalam pertimbangan etika meliputi :

1. Hak untuk ikut / tidak menjadi responden (*right to self determination*)

Memberikan kesempatan kepada responden untuk memilih ikut atau tidak untuk mengikuti penelitian.

2. lembar persetujuan penelitian (*informend consen*)

Inform consent adalah persetujuan untuk berpartisipasi sebagai subjek peneliti setelah mendapatkan penjelasan yang lengkap dan terbuka tentang penelitian yang akan dilakukan dengan pemberian kuesioner untuk pengambilan data serta tentang keseluruhan pelaksanaan penelitian. Peneliti memberikan lembar persetujuan penelitian kepada responden yang menjadi subjek penelitian dengan memberikan penjelasan tentang maksud dan tujuan dari penelitian serta menjelaskan akibat-akibat yang akan terjadi bila bersedia menjadi subjek penelitian.

3. Hak untuk mendapatkan jaminan dari perlakuan yang diberikan (*right to full dislose*)

Peneliti menjelaskan kuesioner yang diisi dengan hasil penggunaan media sosial instagram rendah sebanyak 50 responden dan kategori tinggi sebanyak 34 responden, yang mengalami insomnia ringan 23 siswa, insomnia sedang 37 siswa, insomnia berat 24 siswa. Sehingga peneliti memberikan informasi dalam mencegah atau mengatasi insomnia.

4. Privasi (*privacy*)

Peneliti menjaga informasi responden, tentang jawaban yang telah dipilih oleh responden, serta responden dalam pengisian kuesioner responden tidak mencantumkan nama lengkap namun hanya menuliskan dengan inisial saja.

5. Keadilan (*Justice*)

Peneliti memberikan keuntungan dan beban secara merata sesuai dengan kebutuhan dan kemampuan subjek. sebelum melakukan pengisian kuesioner peneliti memberikan informasi tentang insomnia mulai dari pengertian, ciri-ciri insomnia, penyebab insomnia, cara mengatasi insomnia. Tidak lupa peneliti memberi informasi dampak baik dan buruk bagi pengguna media sosial salah satunya media sosial instagram.

6. Memperhitungkan manfaat dan kerugian yang ditimbulkan (*balancing harms and benefits*)

Penelitian yang dilakukan tidak menimbulkan kerugian bagi responden, peneliti ini tidak dilakukan perlakuan yang membahayakan responden, siswa hanya mengisi kuesioner tentang media sosial instagram dengan insomnia yang dibagikan kepada responden dan pengisian didampingi peneliti.

7. Menghormati harkat dan martabat manusia (*Respech humordignity*) Dalam penelitian memberikan informasi penelitian kepada responden untuk mendapatkan persetujuan menjadi responden tanpa merugikan responden serta memberikan ucapan terimakasih berupa bingkisan.

G. Instrumen penelitian

1. Instrumen

Instrumen penelitian merupakan suatu alat yang digunakan oleh peneliti untuk mengobservasi, mengukur atau menilai suatu fenomena. Data yang diperoleh dari suatu pengukuran kemudian dianalisis dan dijadikan sebagai bukti (*evidence*) dari suatu penelitian (Dharma, 2013).

a. Durasi Penggunaan Media Sosial

Lembar kuesioner penggunaan media sosial instagram yang berisi 19 pernyataan dibuat secara mandiri oleh peneliti dengan menggunakan skala likert dan diisi dengan 4 jawaban alternative yaitu skor 1: sangat tidak setuju (sts), skor 2: tidak setuju (ts), skor 3: setuju (s), skor 4: sangat setuju (ss)

b. Kejadian Insomnia

Dalam penelitian ini instrumen yang digunakan berupa kuesioner yang menggunakan alat ukur Studi Psikiatri Biologi Jakarta-*Insomnia Rating Scale* (KSPBJ-IRS). Kuesioner ini terdiri dari 11 pertanyaan, mencakup 3 pertanyaan tahapan tidur, 4 pertanyaan akibat insomnia, dan 4 pertanyaan tanda dan gejala. Kuesioner ini menggunakan skala ordinal yaitu jawaban diberi nilai 1,2,3,4. Dimana jumlah total dapat dikategorikan sebagai berikut: tidak insomnia: bila skor 11-19, insomnia ringan : bila skor 20- 27, insomnia berat: bila skor 28-36, dan insomnia sangat berat: bila skor 37-44.

2. Uji validitas

Uji validitas adalah suatu indeks yang menunjukkan alat ukur itu benar-benar mengukur apa yang diukur (Notoatmodjo, 2012). Validitas adalah syarat mutlak bagi suatu alat ukur agar dapat digunakan dalam suatu pengukuran (Dharma, 2013). Pada kuesioner penggunaan media sosial instagram telah dilakukan uji validitas di MA Al-Khairiyah Agom Lampung Selatan, MA yang terdekat dengan tempat penelitian yaitu di MA Ma'arif Sidoharjo Lampung Selatan. Perhitungan validitas kuesioner penggunaan media sosial instagram diberikan kepada 22 responden dengan 19 item pertanyaan, di peroleh 19 pertanyaan yang valid dengan r -hitung 0,466-0,714 > r -tabel 0,444. Hasil uji validitas yang dilakukan oleh (UMY, 2016) dalam kuesioner yang menggunakan alat ukur Studi Psikiatri Biologi Jakarta-*Insomnia Rating Scale* (KSPBJ-IRS) adalah r hitung 0,426-0,745 > r table 0,312 dengan 40 responden. Peneliti tidak melakukan uji validitas di klarenakan kuesioner ini sudah baku.

3. Uji Reliabilitas

Reliabilitas adalah yang berguna untuk menunjukkan sejauh mana alat ukur dapat di percaya (Notoatmodjo, 2012). Reliabilitas memiliki skor menunjukkan proporsi total varian hasil kuesioner yang merupakan varian skor yang sebenarnya (Dharma, 2013). Hasil uji validitas penggunaan media sosial instagram dengan Alpha Cronbach $0,942 > r$ tabel $0,0444$. Hasil uji reliabilitas dalam penelitian (UMY, 2016) adalah dengan *Alpha Cronbach* $0,787 > r$ table $0,312$ jadi penelitian ini tidak dilakukan uji *reliable* karena sudah baku dan hasilnya sesuai dengan penelitian terkait.

H. Metode Pengelohan data Analisis Data

Menurut (Notoatmodjo, 2012), pengolahan data dikomputer melalui empat tahap yaitu:

1. *Editing*

Editing yang dilakukan ialah tentang hasil wawancara. Secara umum *editing* merupakan kegiatan untuk mengecek dan memperbaiki isian formulir atau kuisisioner. Secara khusus *editing* dalam penelitian ini dilakukan dari hasil kuesioner.

2. *Coding*

Setelah semua kuesioner disunting, selanjutnya dilakuan pengkodean, yakni mengubah data-data huruf menjadi kode angka. Pengkodean data usia (0= 15-16, 1= 17-18), suku (0= Jawa, 1= Sunda, 2= Lampung), Jenis Kelamin (1= Perempuan, 0= Laki-laki), penggunaan media sosial instagram (1 = penggunaan durasi rendah $\leq 4,17$ menit dalam sehari, 2= penggunaan durasi tinggi $\geq 4,17$ menit dalam sehari), insomnia (0 = tidak insomnia jika skor 11-19, 1 = insomnia ringan jika skor 20-27, 2= insomnia sedang jika skor 28-36, 3= insomnia berat jika skor 37-44).

3. *Data Entry*

Setelah semua data selesai sampai pengkodean, selanjutnya peneliti melakukan entry data untuk dianalisis. Mengecek daftar pertanyaan yang telah dilengkapi dengan pengisian kode jawaban selanjutnya dimasukan kedalam progam software komputer berupa kode-kode. Melalui memasukan data semua variabel yang telah dilakukan coding terutama diperhatikan value (nilai coding) berdasarkan hasil ukur pada definisi operasional.

4. *Cleaning* pembersihan data

Setelah itu peneliti melakukan pengecekan kembali pada data yang sudah diinput kedalam komputer mencegah kesalahan dalam pemasukan data, serta melihat kemungkinan-kemungkinan adanya kesalahan-kesalahan data yang sudah dientry, tentang ketidaklengkapan dan yang lainnya, kemudian dilakukan pembetulan atau kolerasi, pada penelitian mendeteksi adanya missng pada data pada data yang telah dimasukan.

I. Analisa Data

1. Analisa Univariat

Analisa univariat bertujuan untuk menjelaskan atau mendeskripsikan karakteristik setiap variabel (Notoatmodjo, 2012). Analisis ini digunakan untuk memperoleh gambaran distribusi frekuensi dan presentase dari semua variabel penelitian yang meliputi variabel penggunaan media sosial (instagram) (variabel independen) serta kejadian insomnia (variabel dependen), pada responden.

2. Analisis bivariat

Analisa bivariat merupakan analisis yang telah dilakukan terhadap dua variabel yang diduga berhubungan atau korelasi (Notoatmodjo, 2012). Analisis bivariat dilakukan untuk membuktikan hipotesis penelitian yaitu adakah hubungan kebutuhan lama penggunaan media sosial instagram dengan kejadian insomnia pada siswa di MA Ma'arif Sidoharjo Lampung Selatan tahun 2020. Penelitian ini menggunakan uji statistik *Rank spearman* dapat dilihat kemaknaan hubungan dua variabel.

Keputusan tentang hipotesis yang diajukan diterima atau ditolak dapat dilihat dari nilai *P value* dengan ketentuan

- a. Bila *P value* lebih < dari 0,05 maka ada hubungan antara variabel independen dengan variabel dependen
- b. Bila *P value* lebih > dari 0,05 maka tidak ada hubungan antara variabel independen dengan variabel dependen.

J. Jalanya penelitian

Jalanya penelitian ini yang dilakukan penelitian ini pada dasarnya adalah :

1. Tahap persiapan

- a. Mengajukan masalah penelitian kepada pembimbing satu, mengajukan judul ke prodi S1 Keperawatan dengan judul “hubungan durasi penggunaan media sosial (instagram) dengan kejadian insomnia pada siswa di MA Ma’arif Sidoharjo Lampung Selatan tahun 2021”.
- b. Mengurus perizinan kepada pembimbing institusi dan tempat penelitian
- c. Melakukan pra survey pendahuluan dilokasi penelitian
- d. Pemilihan masalah dan membuat rumusan masalah
- e. Penyusunan dan pengusulan penelitian
- f. Proses bimbingan BAB I, BAB II, BAB III, BAB IV, BAB V.
- g. Penyusunan skala penilaian dengan observasi dan ceklist
- h. Melakukan perbaikan dari seminar hasil.

2. Tahap pelaksanaan

Proses dimana pengambilan data dan pengolahan data dengan menggunakan langkah-langkah:

- a. Menyerahkan surat izin dan menetapkan penelitian
- b. Memberikan lembar persetujuan menjadi responden dan lembar kuisisioner
- c. Peneliti melakukan penelitian pada saat akan dibagikannya raport, karena dihari itu semua siswa kelas X dan XI berangkat semua tanpa ada yang izin. Peneliti mengambil data dengan di bantu oleh guru sebagai *enumerator* yang sudah izin dengan kepala sekolah untuk melakukan penelitian sebelum di bagikan raport. Setelah mendapat izin melakukan penelitian, peneliti menjelaskan cara pengisian kuesioner dan peneliti memasuki kelas X,

sedangkan guru masuk di kelas XI untuk menjelaskan serta membagikan kuesioner. Setelah siswa selesai mengisi kuesioner, peneliti kembali mengecek kuesioner yang diisi oleh responden apakah ada item kuesioner yang belum diisi. Apabila belum lengkap dalam pengisian maka peneliti mengkonfirmasi responden untuk melengkapi pertanyaan dalam kuesioner. Setelah selesai peneliti mengecek kembali kuesioner yang diisi setelah lengkap maka peneliti selanjutnya memberikan cendra mata pada responden sebagai apresiasi sudah mengikuti penelitian ini.

- d. Mengumpulkan, memproses dan menganalisis serta membahas permasalahan
- e. Setelah data terkumpul, selanjutnya dilakukan pengolahan dan analisis data dirumuskan kesimpulan penelitian kemudian disajikan dalam bentuk tabel.