

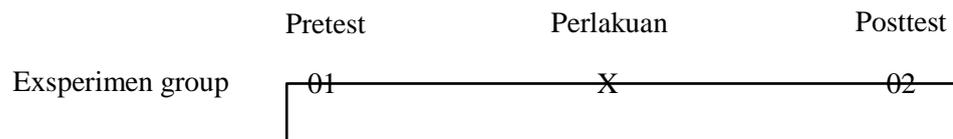
BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Desain penelitian merupakan tahap yang paling penting dalam memberikan arah terhadap masalah penelitian. Penelitian ini menggunakan penelitian Quasi Eksperimen dengan pendekatan one group pre – post test with design. Penelitian ini bertujuan untuk melihat apakah ada pengaruh terapi murottal Al-Qur’an surat Ar-Rahman terhadap kualitas tidur pada lansia di panti sosial tresna werdha natar lampung. (Hastjarjo, 2019)

Gambar 3.1
Penelitian Quasi Eksperimen Dengan pendekatan One Group Pretest Posttest



Keterangan :

- 01 : Pretest pada kelompok eksperimen sebelum diberikan perlakuan / intervensi
- 02 : Posttest pada kelompok eksperimen sesudah diberikan perlakuan / intervensi
- X : Perlakuan / intervensi (Terapi Murottal Al-Qur’an surat Ar-Rahman)

B. Variabel Penelitian

Variabel merupakan suatu ukuran atau ciri ciri yang dimiliki oleh anggota suatu kelompok yang berbeda dengan yang dimiliki oleh kelompok lain. (Andi Ritonga & Aisah Ritonga, 2019)

1. Variabel Independen

Variabel independen / bebas adalah variabel yang menjelaskan atau mempengaruhi variabel lain. Variabel independen disebut juga variabel

yang diduga sebagai sebab atau variabel yang mendahului (Liana, 2009).
Variabel independen pada penelitian ini yaitu Terapi murottal

2. Variabel Dependen

Variabel dependen adalah variabel yang dipengaruhi atau akibat dari adanya variabel bebas, oleh karena itu variabel ini merupakan variabel terikat yang besarnya tergantung dari besaran variabel independen tersebut (Purwanto, 2019). Variabel dependen pada penelitian ini yaitu kualitas tidur.

C. Definisi Operasional

Definisi operasional merupakan penjelasan seluruh variabel dan istilah yang digunakan dalam suatu penelitian secara operasional sehingga akhirnya membantu pembaca dalam mengartikan makna penelitian. (Djollong, 2014)

Tabel 3.1 Definisi Operasional

No	Variabel	Definisi	Alat Ukur	Cara Ukur	Hasil ukur	Skala ukur
1	Independen Terapi Murottal Al-Qur'an	Rekaman suara ayat ayat Al-Qur'an (Ar-Rahman) oleh qori yang dapat memberikan dampak positif bagi tubuh seseorang.	Speaker handphone Dan Sop terapi murratal	Melakukan terapi murottal Al-Qur'an selama kurang lebih 10-15 menit.		
2	Dependen Kualitas Tidur	Kualitas tidur adalah keadaan tidur yang dialami seorang individu yang menghasilkan kesegaran dan kebugaran saat bangun dan mencakup aspek kuantitatif dari tidur, seperti durasi tidur, latensi tidur, serta aspek subjektif dari tidur.	Lembar Kuesioner PSQI (pittsburgh sleep quality index)	Mengisi lembar kuesioner	Baik (1) = bila skor \leq 5 Buruk (2) = bila skor \geq 5	ordinal

D. Populasi Dan Sampel

1. Populasi

Populasi adalah area generalisasi yang ada dalam penelitian, area ini mencakup objek atau subjek yang dapat diambil kesimpulannya (Amin et al., 2023). Populasi dalam penelitian ini yaitu lansia yang berada di Panti Sosial Tresna Werdha Natar Lampung dengan jumlah 80 lansia.

2. Sampel

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik suatu populasi, sampel yaitu sejumlah individu yang dipilih dari suatu populasi dan merupakan bagian yang mewakili seluruh anggota populasi (Suriani & Jailani, 2023). Pada penelitian ini menggunakan teknik yaitu purposive sampling. Untuk mengetahui jumlah sampel minimal yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan rumus besar perkiraan sampel. Rumus yang digunakan sebagai berikut :

$$\begin{aligned}
 n &= \text{Ukuran perkiraan sampel} \\
 \beta &= \text{Estimasi standar deviasi dari beda mean data pre dan post} \\
 &= \text{Standar normal deviasi} = 1,96 \\
 &= \text{Standar normal deviasi } \beta = 1,28 \\
 &= \text{Estimasi varian kedua kelompok dengan rumus} = \frac{1}{2} \\
 &= \text{nilai mean pre dan post}
 \end{aligned}$$

Berdasarkan penelitian (Oktora et al., 2016) tentang Pengaruh terapi murottal Al-Qur'an terhadap kualitas tidur lansia di unit rehabilitasi sosial dewanata cilacap didapatkan nilai mean sebelum dilakukan terapi murottal Al-Qur'an nilai mean 7,450 dengan standar deviasi 3,000 dan setelah

diberikan terapi murottal nilai mean 5,605 dengan standar deviasi 2,303 sehingga dapat dihitung:

$$\begin{aligned}
 &= 1,96 \\
 &= 1,28 \\
 &= \frac{1}{2} \\
 &= \frac{1}{2} (3,000^2 + 2,303^2) \\
 &= \frac{1}{2} (9 + 5,30) \\
 &= \frac{1}{2} (14,3) \\
 &= 7,15 \\
 n &= \frac{\delta^2(z_1 - z_2 - \beta)^2}{(7,450 + 5,605)^2} \\
 &= \frac{7,15 (1,96 + 1,28)^2}{(7,450 + 5,605)^2} \\
 &= \frac{7,15 (3,24)^2}{(1,84)^2} \\
 &= \frac{7,15 (10,49)}{(3,38)} \\
 &= \frac{7,50}{(3,38)} \\
 &= 22,1
 \end{aligned}$$

Berdasarkan perhitungan diatas maka sampel yang digunakan dalam penelitian ini menjadi 22 responden.

3. Kriteria

Kriteria inklusi merupakan kriteria dimana subjek penelitian dapat mewakili dalam sampel penelitian yang memenuhi syarat sebagai sampel. Kriteria inklusi dalam penelitian ini adalah :

- a. Lansia yang bersedia menjadi responden
- b. Lansia yang bertempat tinggal di Panti Sosial Tresna Werdha Natar lampung
- c. Lansia yang beragama islam

- d. Lansia yang mengalami kualitas tidur buruk
- e. Lansia dengan usia 60 tahun ke atas
- f. Lansia berjenis kelamin pria dan wanita

Kriteria eksklusi merupakan kriteria dimana subjek penelitian tidak dapat mewakili sampel karena tidak memenuhi syarat sebagai sampel penelitian. Kriteria eksklusi dalam penelitian ini adalah :

- a. Lansia yang mengalami gangguan pendengaran
- b. Lansia yang mengalami gangguan nyeri
- c. Lansia yang mengalami gangguan jiwa

E. Tempat dan Waktu Penelitian

1. Tempat Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Panti Sosial Tresna Werdha Natar Lampung

2. Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan pada bulan april-mei tahun 2024

F. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian adalah alat alat yang akan di gunakan untuk pengumpulan data (Theodoridis & Kraemer, n.d.). Dalam penelitian ini instrumen yang akan digunakan berupa lembar kuesioner. Kuesioner adalah daftar pertanyaan yang sudah tersusun dengan baik, dimana responden langsung memberikan jawaban atau dengan memberikan tanda tanda tertentu. Dalam penelitian ini kuesioner yang digunakan adalah kuesioner pittsburgh sleep quality index (PSQI) untuk mengukur kualitas tidur seseorang yang diadopsi dari Rahma, 2023. Kuesioner ini terdiri dari 9 pertanyaan yang mengukur 7 komponen penelitian yaitu kualitas tidur subjektif, latensi tidur (waktu yang dibutuhkan tidur), durasi tidur (waktu saat tertidur hingga terbangun), efisiensi tidur, gangguan tidur, obat tidur yang dikonsumsi, dan disfungsi aktivitas siang hari. Setiap pertanyaan memiliki skor 0 sampai 3, sistem penilaian jawaban jika sangat baik nilai skor 0, baik 1, buruk 2, sangat buruk 3. Total skor di peroleh dengan menjumlahkan skor komponen 1-7

dengan rentang 0-21. Semakin tinggi nilai skor maka semakin buruk kualitas tidur seseorang. Selain kuesioner penelitian ini menggunakan Standar Operasional Prosedur (SOP) terapi murottal Al-Qur'an dan lembar observasi.

G. Validitas dan Realibilitas Instrumen

Validitas adalah pengukuran suatu instrumen untuk mengukur apa yang harusnya diukur (Abang & Karangasem, 2019). Lembar kuesioner yang digunakan oleh Rahma, 2023 telah dilakukan Uji validitas dan realibilitas kuesioner PSQI versi bahasa Indonesia menggunakan uji konsistensi internal Cronbach (Alpha = 0,79) menghasilkan validitas isi sebesar 0,89. Validitas konstruk menunjukkan korelasi komponen dengan skor global PSQI yang baik, known group validity bermakna ($p < 0.001$), nilai sensitivitas 1, spesifitas 0,81 nilai cut off 5. Hal tersebut menunjukkan PSQI terbukti valid yang dapat digunakan untuk menilai kualitas tidur. Dalam penelitian ini pengukuran kualitas tidur menggunakan instrumen kuesioner PSQI.

H. Metode Pengolahan Data dan Analisa Data

1. Metode Pengolahan Data

a. Editing

Pada penelitian hasil kuesioner yang diperoleh atau di kumpulkan disunting (edit) terlebih dahulu untuk melihat informasi lengkap atau tidak lengkap. Peneliti telah melakukan intervensi semua data yang diperoleh melalui lembar kuesioner akan dimasukkan ke dalam program komputer untuk dilakukan pengolahan data

b. Coding

Dalam pengolahan data dan pengisian dilakukan berdasarkan kode yang dibuat oleh peneliti:

a) Usia

Kode 1 untuk usia 60-74

Kode 2 untuk usia 75-90

b) Jenis kelamin

Kode 1 untuk laki-laki

Kode 2 untuk perempuan

c. Processing (memasukan data)

Processing yaitu kegiatan memasukan data yang telah dikumpulkan kedalam database computer, kemudian pada data yang di peroleh dari isi kuesioner terisi dengan benar jika sudah dilakukan perkodingan serta pemberian skor terhadap item, selanjutnya akan diproses data agar yang sudah di entry dapat dianalisis, pemrosesan data dilakukan dengan meng-entry data dan kuesioner ke komputer, sebelum pengolahan data dimasukan ke exel kemudian penelitian melakukan pengolahan data dengan uji yang telah ditentukan.

d. Cleaning data

Apabila semua data pada penelitian ini telah selesai di masukan, maka perlu dicek kembali untuk melihat kemungkinan adanya kesalahan kesalahan atau kode, ketidaklengkapan dan sebagainya, maka dilakukan pembenaran atau koreksi.

2. Analisa data

a. Analisa univariat

Analisis univariat merupakan analisis variabel dengan tujuan untuk mengetahui dan mengidentifikasi karakteristik variabel (yuvalianda, 2020). Pada penelitian ini karakteristik responden meliputi umur dan jenis kelamin

b. Analisa bivariat

Analisis bivariat merupakan analisis yang menggunakan dua variabel untuk menghubungkan atau berkorelasi (academia, 2023). Analisa bivariat dilakukan untuk membuktikan hipotesis penelitian. Adakah pengaruh terapi murrotal Al-Qur'an terhadap kualitas tidur pada lansia di Panti Tresna Werdha Natar Lampung. Penelitian ini menggunakan uji T yaitu uji T- dependen dengan tingkat kemaknaan

atau dapat pula dengan perbandingan nilai p-value. Uji T-dependen untuk melihat kualitas tidur sebelum dan sesudah diberikan terapi murottal Al-Qur'an, hasil analisis dikatakan bermakna bila nilai p-value $\leq 0,05$.

I. Etika Penelitian

Dalam melakukan sebuah penelitian terdapat prinsip-prinsip yang harus dipegang oleh peneliti yaitu :

1. Informed consent

Informed consent adalah lembar persetujuan untuk subjek penelitian sebagai bentuk dokumentasi setelah di jelaskan informasi penelitian atau menyatakan keinginannya untuk berpartisipasi dalam penelitian, setelah dikasih informasi atau di jelaskan keseluruhan ruang lingkup, serta resiko dari penelitian tersebut. (Hansen et al., 2023)

2. Prinsip etika keadilan (Justice)

Prinsip ini memberikan perlakuan dan perhatian yang sama kepada semua responden sesuai dengan kenutuhan dan kemampuan dari responden tanpa membedakan umur, status ekonomi maupun kondisi lainnya. (Mappaware, 2016)

3. Menghormati harkat martabat manusia (respect for persons)

bentuk penghormatan terhadap harkat martabat manusia sebagai pribadi (personal) yang memiliki kebebasan berkehendak dan memilih sekaligus bertanggung jawab secara pribadi atas keputusannya sendiri. (Handayani, 2018)

4. Confidentiality

Persyaratan untuk melindungi privasi responden juga merupakan bagian penting dalam menghormati responden dalam proses etika penelitian. Persoalan kerahasiaan identitas responden berhubungan dengan nilai memberikan yang terbaik, perhatian terhadap martabat dan ketaatan. Kerahasiaan dan privasi pasien merupakan aspek penting dalam penelitian. (Bela, 1992)

J. Jalannya Penelitian

Jalannya penelitian ini yang di lakukan penelitian pada dasar nya yaitu:

1. Tahap persiapan
 - a. Mengajukan judul penelitian ke pembimbing satu, kemudian mengajukan judul ke prodi dengan judul “pengaruh terapi murottal Al-Qur“an terhadap kualitas tidur pada lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Natar Lampung”
 - b. Peneliti meminta surat permohonan izin dari pihak institusi Universitas Muhammadiyah Pringsewu untuk melakukan pra survey dan pengumpulan data
 - c. Peneliti menyerahkan surat permohonan izin kepada pimpinan institusi ke tempat penelitian yaitu Panti Sosial Tresna Werdha Natar Lampung
 - d. Peneliti melakukan pra survey ke panti Tresna Werdha Natar Lampung
 - e. Peneliti menyediakan SOP yang akan digunakan untuk melakukan intervensi
 - f. Breafing dengan enumerator sebelum melakukan penelitian

2. Tahap pelaksana
 - a. Peneliti meminta izin dari institusi untuk melakukan penelitian, setelah mendapatkan izin peneliti terlebih dahulu memperkenalkan diri lalu menjelaskan maksud dan tujuan penelitian, kemudian membagi lembar informed consent kepada responden
 - b. Selanjutnya peneliti melakukan pengukuran kualitas tidur dengan menggunakan kuesioner PSQI kepada semua responden
 - c. Setelah itu peneliti mengambil responden yang mengalami kualitas tidur yang buruk.
 - d. Selanjutnya peneliti memberikan perlakuan terapi murottal Al-Qur“an selama kurang lebih 15 menit dalam waktu 7 hari berturut-turut
 - e. Peneliti melakukan penelitian di bantu oleh enumerator

- f. Selanjutnya peneliti menilai hasil dari perlakuan tersebut apakah ada peningkatan kualitas tidur setelah di berikan intervensi
- g. Setelah data yang di peroleh sudah terkumpul maka peneliti memproses dan menganalisis data menggunakan computer. Hasil pengolahan data dan analisa data disimpulkan dan data disajikan dalam bentuk tabel
- h. Selanjutnya peneliti menyusun laporan dari hasil penelitian yang telah di lakukan dan dikonsulkan ke pembimbing.