

### **BAB III**

#### **METODE PENELITIAN**

##### **A. Desain Penelitian**

Penelitian ini merupakan penelitian *kuantitatif* dengan metode *deskriptif analitik* yang menggunakan pendekatan *cross sectional* yaitu suatu penelitian yang dilakukan untuk menentukan hubungan antar variabel menurut permintaan tanpa intervensi dari peneliti, dimana pengambilan atau pengumpulan data pada tiap subyek penelitian hanya diobservasi sekali saja (Nursalam,2003). Penelitian ini bertujuan untuk mencari pengaruh pola tidur terhadap prestasi belajar mahasiswa FKIK UMY.

##### **B. Populasi dan Sampel**

Populasi adalah setiap subyek atau misalnyan manusia yang memenuhi kriteria yang ditetapkan (Nursalam,2003). Populasi pada penelitian ini adalah mahasiswa FKIK UMY.

Sampel adalah bagian dari populasi terjangkau yang dapat dipergunakan subyek penelitian ini melalui sampling (Nursalam,2003). Teknik sampling yang digunakan pada penelitian ini adalah *proportionate stratified random sampling* yaitu cara pengambilan sampel apabila populasi mempunyai anggota atau unsur yang tidak homogen dan berstrata secara proporsional(Sugiono,2007). Sampel pada penelitian ini adalah sebagian dari Mahasiswa Fakultas kedokteran<sup>55</sup> UMY yang memenuhi kriteria inklusi.

1. kriteria inklusi :
  - a. Merupakan mahasiswa fakultas kedokteran UMY
  - b. Merupakan mahasiswa yang aktif hingga semester sekarang.
  - c. Bersedia mengikuti penelitian.
2. Kriteria Eksklusi
  - a. Mahasiswa menderita suatu penyakit fisik
  - b. Mahasiswa mengalami gangguan jiwa

Perhitungan besar sampel:

$$n = \frac{Z^2 p q}{d^2} = \frac{Z^2 p (1-p)}{d^2} \quad \begin{array}{l} \text{(Snedecor GW \& Cochran WG, 1967)} \\ \text{(Lemeshowb dkk, 1997)} \end{array}$$

Keterangan :

n : Besar sampel

$Z(1-\alpha/2)$  : Nilai Z pada derajat kemaknaan (1,96)

P : Proporsi suatu kasus tertentu terhadap populasi

d : derajat penyimpangan terhadap populasi (0,01)

Berdasarkan data prevalensi pola tidur pada remaja di DIY Yogyakarta yang didapatkan  $p=0,73$ . Jadi jumlah minimal sampel dari perhitungan adalah 70 orang.

### C. Lokasi dan Waktu

Penelitian ini dilakukan di Fakultas kedokteran UMY pada bulan Mei 2016 .

#### **D. Variabel Penelitian**

Variabel adalah fakta dan angka yang dapat dijadikan bahan untuk menyusun suatu informasi sedangkan informasi adalah hasil pengolahan data yang dipakai untuk keperluan penelitian (Arikunto,2006) . Pada penelitian ini menggunakan variabel independen dan variabel dependen.

##### 1. Variabel Independen

Variabel independen dari penelitian ini adalah pola tidur.

##### 2. Variabel Dependen

Variabel Dependen dari penelitian ini adalah prestasi belajar.

#### **E. Definisi Operasional**

1. Mahasiswa fakultas kedokteran adalah mahasiswa yang terdaftar di Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.

2. Pola tidur adalah suatu keadaan dimana remaja melakukan istirahat dengan cara memejamkan mata dan memerlukan rangsangan yang berbeda agar bisa terbangun , meliputi lamanya tidur ,kualitas tidur ,pola tidur ,perasaan segar waktu bangun yang diukur dengan kuisisioner pola tidur yang dimodifikasi dari *Sleep Questionnaire dan Insomnia Rating Scaledan* ditentukan dengan skala ordinal.

##### 3. Prestasi belajar

Adalah hasil yang dicapai oleh seseorang dalam kegiatan belajar atau hasil evaluasi pembelajaran yang dilakukan dengan melewati suatu ujian seperti ujian semester.

## **F. Instrumen Penelitian**

Instrumen yang akan digunakan untuk pengumpulan data penelitian ini adalah kuisisioner .

1. Pola tidur diukur dengan menggunakan kuisisioner *Pittsburgh Sleep Quality Index* (PSQI) yaitu untuk mengetahui kualitas tidur seseorang .
2. Prestasi belajar diukur dengan IPK( Indeks Prestasi Kumulatif)

## **G. Jalannya Penelitian**

Pengumpulan Data dilakukan secara langsung oleh peneliti kepada mahasiswa Fakultas kedokteran UMY dengan cara membagikan kuisisioner dan menjelaskan hal-hal yang kurang dipahami responden. Adapun tehnik dan alat yang dipakai untuk pengumpulan data adalah :

1. Peneliti membuat *informed consent* atau persetujuan kepada responden dengan menuliskan identitas peneliti, tujuan peneliti, permohonan kesediaan untuk berpartisipasi dalam penelitian.hal ini guna sebagai tanggung gugat dikemudian hari.
2. Setelah proposal peneliti telah disetujui oleh dosen pembimbing maka segera dilakukan pengumpulan data yang sesuai dengan populasi dan sampel peneliti dengan kriteria yang telah ditentukan.

Cara pengumpulan data dilakukan setelah didapatkan responden,peneliti mulai menjelaskan kuisisioner dan menjelaskan cara pengisiannya.kemudian kuisisioner disebar.

## **H. Analisis Data**

Data yang diperoleh kemudian dianalisa dengan analisis univariat dan bivariat. Analisis univariat untuk masing-masing variabel digunakan untuk pemusatan data (minimal, maksimal, median, dan modus). Analisis bivariat menggunakan uji *Spearman Correlation Test* untuk menghubungkan tiap variabel pada penelitian ini.