

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode *cross-sectional* analitik, yaitu pengambilan sampel hanya dilakukan sekali terhadap subjek penelitian dan mencari hubungan antara insomnia dengan kualitas hidup pada lansia.

B. Populasi dan Sampel

1. Populasi:

a. Populasi Target

Lansia yang tinggal di Propinsi Daerah Istimewa Yogyakarta.

b. Populasi Terjangkau

Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Luhur Unit Kasongan, Kasihan, Bantul, Yogyakarta.

2. Sampel:

Penelitian yang akan dilakukan adalah penelitian analitik korelatif. Dengan demikian rumus besar sampel yang dipilih adalah

$$N = \left\{ \frac{z\alpha + z\beta}{0.5 \ln[(1+r)/(1-r)]} \right\}^2 + 3$$

Keterangan:

N: besar sampel

Z α : deviat baku alpha

Z β : deviat baku beta

r : korelasi

Kesalahan tipe II=10%, maka $Z\beta = 1.28$

$R=0,53$ (dari penelitian sebelumnya)

Perhitungan:

$$N = \left\{ \frac{z\alpha + z\beta}{0.5 \ln[(1+r)/(1-r)]} \right\}^2 + 3$$

$$N = 27,49$$

Dengan demikian besar sampel minimal adalah 27,49 orang.

Besar sampel adalah sampel minimal + 10% sampel minimal

Perhitungan: $27,49 + 2,75 = 30,24 = 30$ orang.

Maka besar sampel adalah 30 orang.

3. Tempat dan Waktu penelitian

Panti Sosial Tresna Werdha Budi Luhur, Kasongan, Kasihan, Bantul, D.I.

Yogyakarta, November 2008-Februari 2009.

4. Kriteria Inklusi :

- a. Lansia pria dan wanita di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Luhur, Kasongan, Kasihan, Bantul, D.I. Yogyakarta.
- b. Kooperatif.
- c. Bersedia menjadi responden (bersedia mengisi *informed consent*).

5. Kriteria Eksklusi :

Lansia dengan riwayat gangguan jiwa berat.

C. Variabel dan Definisi Operasional

1. Variabel

- a. Variabel Tergantung (*dependent*) : variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat karena adanya variabel bebas. Variabel tergantung dalam penelitian ini yaitu kualitas hidup.
- b. Variabel Bebas (*independent*) : variabel yang mempengaruhi. Variabel bebas dalam penelitian ini yaitu insomnia.
- c. Faktor Perancu :
 - (a). kondisi fisik yang lemah.
 - (b). penyakit lain yang diderita subyek penelitian.

2. Definisi Operasional :

- a. Insomnia adalah suatu pengalaman dari kualitas tidur yang buruk atau kurang memadai yang ditandai dengan satu atau lebih gejala berikut: kesulitan untuk jatuh tertidur, kesulitan mempertahankan tidur, bangun terlalu dini di pagi hari dan tidur yang tidak menyegarkan. Insomnia dapat diukur dengan skor yang didapat dari subyek penelitian dengan menggunakan KSPBJ (Kelompok Studi Psikiatri Biologik Jakarta) *Insomnia Rating Scale*.
- b. Kualitas hidup adalah derajat *well-being* yang dirasakan seseorang ataupun sekelompok manusia yang dapat diukur dengan *World Health Organization Quality of Life bref Questioner (WHOQOL BREF)*..
- c. Lansia adalah seseorang dengan usia 60 tahun atau lebih.

D. Instrumen Penelitian

1. *WHOQOL BREF questioner* adalah salah satu instrument pengukuran kualitas hidup yang dikembangkan oleh WHO yang mencakup 4 domain

yaitu *physical, psychological, social relationships and environment*. Dan terdiri atas 2 item dari *Overall Quality of Life and General Health* dan 1 item dari 24 facet dari *WHOQOL 100*, serta terdiri dari 26 pertanyaan. Kuisioner ini telah diuji secara luas dan telah digunakan di berbagai negara seperti Indonesia. Kuisioner ini telah diubah ke dalam bahasa Indonesia oleh Dr Ratna (Staf WHO Indonesia), Satya Joewana (Universitas Katholik Atmajaya Jakarta), Dr. Hartati Kurniadi, Riza Sarasvita (Staf RS. Fatmawati, Jakarta).

2. *KSPBJ Insomnia Rating Scale*, dikembangkan oleh Kelompok Studi Psikiatri Biologik Jakarta, dengan tujuan praktis agar dapat mengetahui skor dari insomnia, sehingga dapat dinilai secara obyektif. Skala pengukuran insomnia ini tersusun atas 8 item pertanyaan yang terdiri dari: lamanya tidur, mimpi-mimpi, kualitas tidur, masuk tidur, bangun malam hari, waktu untuk tidur kembali setelah bangun malam hari, bangun dini hari dan perasaan segar di waktu bangun. Jumlah skor maksimum untuk *rating scale* ini adalah 25. Seseorang dikatakan insomnia apabila skornya lebih atau sama dengan 10. *Rating scale* ini telah diuji realibilitasnya dengan hasil yang tinggi, baik antar psikiater dengan psikiater ($r=0,95$) maupun antar psikiater dan dokter non psikiater ($r=0,94$) (Yul Iskandar & Kusumanto, 1985).

E. Cara Pengumpulan Data

Pengumpulan data dilakukan dengan wawancara pada lansia mengenai identitas, pengisian kuesioner KSPBJ *Insomnia Rating Scale* dan pengisian kuesioner *WHOQOL bref*.

F. Cara Kerja

1. Membawa surat ijin penelitian Karya Tulis Ilmiah, peneliti mendatangi, Panti Sosial Tresna Werdha Budi Luhur, Kasongan, Kasihan, Bantul, D.I. Yogyakarta.
2. Melakukan pengumpulan data Panti Sosial Tresna Werdha Budi Luhur, Kasongan, Kasihan, Bantul, D.I. Yogyakarta, subyek yang memenuhi kriteria inklusi dimasukkan dalam penelitian ini.
3. Subyek diberi penjelasan mengenai maksud dan tujuan penelitian.
4. Peneliti meminta persetujuan subyek penelitian untuk berpartisipasi dalam penelitian dengan mengisi *informed consent*.
5. Subyek penelitian diwawancarai dengan menggunakan kuesioner KSPBJ *Insomnia Rating Scale*, dan kuisisioner *WHOQOL Bref*.
6. Peneliti melakukan penghitungan skor kualitas hidup subyek penelitian.

G. Analisa Data

Hasil yang diperoleh akan dianalisa menggunakan perangkat lunak komputer dengan menggunakan uji statistik korelasi Pearson untuk mengetahui apakah ada hubungan insomnia dengan kualitas hidup pada lansia.