

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan desain penelitian kuantitatif, melalui pendekatan *cross-sectional*. Peneliti memilih desain penelitian ini untuk mengkaji hubungan antar variabel secara objektif, yaitu antara kualitas tidur sebagai variabel independen dan fungsi kognitif sebagai variabel dependen, dengan menggunakan instrumen terstandar dan data numerik. Pendekatan kuantitatif memungkinkan peneliti untuk menganalisis data secara statistik guna memperoleh gambaran yang valid dan reliabel terkait kekuatan serta arah hubungan antar variabel.

Sementara itu, pendekatan *cross-sectional* dipilih karena penelitian ini ingin memperoleh data pada satu titik waktu tertentu tanpa melakukan pengamatan jangka panjang. Pendekatan ini sesuai untuk mengetahui korelasi atau asosiasi antara dua variabel dalam populasi lansia yang tinggal di panti werdha secara praktis dan efisien. Selain itu, pendekatan *cross-sectional* juga cocok diterapkan pada studi populasi lansia karena mempertimbangkan keterbatasan mobilitas, kondisi kesehatan, dan waktu penelitian.

3.2 Populasi dan Sampel

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh lanjut usia yang tinggal di dua panti werdha. Sampel yang digunakan berjumlah 32 orang lansia di Panti Werdha 1 dan 28 orang lansia di Panti Werdha 2, sehingga total responden berjumlah 60 orang.

3.2.1 Teknik pengambilan sampel

Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah total sampling, yaitu pengambilan semua responden dari populasi yang dapat dijangkau sesuai kondisi di masing-masing panti werdha. Penentuan jumlah responden dilakukan dengan mempertimbangkan kondisi dan rekomendasi dari pihak panti. Teknik total sampling diterapkan karena jumlah populasi penelitian tidak besar dan memungkinkan peneliti untuk menjangkau serta melibatkan semua responden yang ada di dua lokasi penelitian (Subhaktiyasa, 2024).

3.3 Tempat Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di dua lokasi, yaitu Panti Sosial Tresna Werdha Senjarawi dan Yayasan Tulus Kasih. Panti Sosial Tresna Werdha Senjarawi merupakan panti werdha milik pemerintah yang berada di bawah naungan Dinas Sosial, sedangkan Yayasan Tulus Kasih merupakan panti werdha swasta yang dikelola oleh lembaga non-pemerintah. Pemilihan kedua panti tersebut didasarkan pada pertimbangan bahwa keduanya memiliki jumlah penghuni lanjut usia yang cukup memadai untuk dijadikan sampel penelitian serta memiliki karakteristik penghuni yang bervariasi, baik dari segi latar belakang sosial maupun kondisi kesehatan.

Keberagaman karakteristik ini sejalan dengan temuan beberapa penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa penghuni panti werdha umumnya berasal dari berbagai kondisi sosial, ekonomi, dan kesehatan (Nilamsari & Handayani, 2023). Keberadaan kedua panti ini juga dinilai representatif karena dapat menggambarkan kondisi lansia di lingkungan perawatan institusional dengan pengelolaan yang berbeda, sehingga hasil penelitian diharapkan lebih relevan dan dapat dibandingkan (Gultom et al., 2020). Selain itu, kedua panti tersebut memberikan izin dan akses kepada peneliti untuk melakukan pengumpulan data secara langsung, serta memiliki pengelola yang kooperatif dalam mendukung kelancaran proses penelitian.

Pelaksanaan penelitian dilakukan selama empat hari, yaitu pada tanggal 13–16 Januari 2025. Penelitian di Panti Sosial Tresna Werdha Senjarawi dilaksanakan selama tiga hari, yaitu pada tanggal 13–15 Januari 2025, sedangkan penelitian di Yayasan Tulus Kasih dilaksanakan selama satu hari, yaitu pada tanggal 16 Januari 2025. Selama pelaksanaan penelitian, peneliti melakukan pengumpulan data melalui metode kuesioner dengan membantu pengisian instrumen melalui wawancara terstruktur kepada lansia yang telah ditentukan sebagai responden di masing-masing panti.

3.4 Definisi Operasional

Tabel 3. 1 Definisi Operasional

Variabel Penelitian	Definisi Operasional	Alat ukur	Kriteria	Skala Ukur
Independen: Kualitas tidur	Kualitas tidur merupakan kondisi yang mencerminkan kemampuan individu lanjut usia untuk memperoleh tidur yang cukup, nyaman, dan tidak terganggu	Lembar kuesioner yang terdiri dari 6 pertanyaan	<16 menunjukkan kualitas tidur yang baik, >16 menunjukkan kualitas tidur yang buruk	Interval
Dependen: Fungsi Kognitif	Fungsi kognitif adalah kemampuan mental individu yang mencakup memori, pemahaman, penalaran, dan pengambilan keputusan, serta dapat mengalami penurunan seiring bertambahnya usia	Lembar kuesioner yang terdiri dari 16 pertanyaan	tidak ada penurunan (<3,00), penurunan kognitif ringan (3,01–3,50), penurunan sedang (3,51–4,00), hingga penurunan berat (4,01–5,00)	Interval

3.5 Instrumen Penelitian

Penelitian ini menggunakan dua instrumen utama untuk mengukur variabel yang diteliti, yaitu kualitas tidur dan fungsi kognitif pada lanjut usia. Instrumen-instrumen yang digunakan telah melalui pengujian validitas dan reliabilitas secara internasional, dengan penyesuaian tertentu dalam konteks lokal. Instrumen pertama yang digunakan adalah *Geriatric Sleep Questionnaire* (GSQ-6) yang dikembangkan oleh Van de Water pada tahun 2011. GSQ-6 merupakan kuesioner singkat yang terdiri atas enam item dengan skala Likert, yang dirancang untuk mengukur kualitas tidur pada populasi lanjut usia. Instrumen ini memiliki tingkat reliabilitas yang baik, dengan koefisien *Cronbach's α* sebesar 0,79 (Espirito-Santo et al., 2021).

Skor total dari GSQ-6 digunakan untuk menentukan kualitas tidur, di mana skor <16 menunjukkan kualitas tidur yang baik, sedangkan skor ≥ 16 mengindikasikan kualitas tidur yang buruk. Hingga saat ini, belum terdapat studi yang menguji validitas GSQ-6 secara khusus dalam konteks populasi Indonesia. Oleh karena itu, penelitian ini merujuk pada temuan internasional terkait validitas konstruk GSQ-6 yang telah dibuktikan melalui uji validitas konvergen dan divergen dengan hasil

yang signifikan secara statistik ($p < 0,01$), sebagai dasar pemilihan instrumen ini. Instrumen kedua adalah *Informant Questionnaire on Cognitive Decline in the Elderly* (IQCODE) yang dikembangkan oleh Jorm pada tahun 1991.

IQCODE terdiri atas 16 item yang juga menggunakan skala Likert untuk menilai penurunan fungsi kognitif lansia berdasarkan informasi dari orang terdekat (informan). Instrumen ini telah menunjukkan konsistensi reliabilitas yang baik, dengan nilai *Cronbach's α* sebesar 0,75 (Burton et al., 2021). Skor fungsi kognitif dihitung dari rata-rata skor total respon, dan dikategorikan menjadi lima tingkat, yaitu: tidak ada penurunan ($<3,00$), penurunan kognitif ringan ($3,01-3,50$), penurunan sedang ($3,51-4,00$), hingga penurunan berat ($4,01-5,00$).

Instrumen IQCODE dalam penelitian ini diterjemahkan langsung oleh peneliti dan telah diuji validitasnya menggunakan metode *Item Content Validity Index* (I-CVI), dengan hasil nilai I-CVI sebesar 0,85 dan nilai *Scale Content Validity Index* (S-CVI) sebesar 0,87, yang menunjukkan bahwa instrumen ini memiliki validitas isi yang baik.

3.6 Prosedur Penelitian

1. Tahap Persiapan

- a. Mengobservasi fenomena serta permasalahan yang muncul di lingkungan panti yang berkaitan dengan topik kualitas tidur dan fungsi kognitif.

- b. Menentukan permasalahan yang terjadi

Permasalahan yang peneliti ambil yaitu terkait hubungan antara kualitas tidur dengan fungsi kognitif pada lanjut usia.

- c. Menentukan judul penelitian

Judul penelitian yang peneliti ambil yaitu hubungan antara kualitas tidur dengan fungsi kognitif pada lanjut usia.

- d. Menentukan lokasi penelitian

Penelitian dilaksanakan di dua panti yang mewakili populasi yaitu Panti Tresna Werdha Senjarawi dan Yayasan Tulus Kasih.

- e. Menyusun proposal dan melakukan bimbingan proposal penelitian.

- f. Mengajukan surat permohonan rekomendasi untuk mendapat izin studi pendahuluan kepada pihak Akademik Kemahasiswaan Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Indonesia. Pengajuan disetujui pada tanggal 21 november 2024 dengan nomor surat B-5880/UN40.A6/PK.03.08/2024.
 - g. Mengajukan surat permohonan izin penelitian kepada pihak Akademik Kemahasiswaan Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Indonesia. Pengajuan disetujui pada tanggal 21 november 2024 dengan nomor surat B-5874/UN40.A6/PK.03.08/2024.
 - h. Mengajukan surat permohonan uji etik kepada pihak Akademik Kemahasiswaan Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Indonesia. Pengajuan disetujui pada tanggal 22 November 2024 dengan nomor surat B-5881/UN40.A6/PK.03.08/2024.
 - i. Mengajukan surat permohonan izin uji etik penelitian kepada Komite Etik Penelitian Kesehatan Sekolah Tinggi Ilmu Keperawatan PPNI Jawa Barat. Pengajuan disetujui dan ditetapkan pada tanggal 30 November 2024 dengan nomor surat III/099/KEPK-SLE/STIKEP/PPNI/JABAR/XI/2024.
 - j. Mengajukan surat permohonan izin penelitian kepada pihak Akademik Kemahasiswaan Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Indonesia. Pengajuan disetujui pada tanggal 2 januari 2025 dengan nomor surat B-21/UN40.A6/PK.03.08/2025.
2. Tahap Pelaksanaan
- a. Mengajukan surat permohonan rekomendasi dan izin penelitian kepada pihak Akademik Kemahasiswaan Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan untuk Pimpinan Bala KeselamatanKota Bandung dengan nomor surat B-5880/UN40.A6/PK.03.08/2024, Kepala Panti Sosial Tresna Werdha Senjarawi dengan nomor surat B-5874/UN40.A6/PK.03.08/2024 yang dibuat pada tanggal 21

november 2025, serta Ketua Yayasan Tulus Kasih dengan nomor surat B-21/UN40.A6/PK.03.08/2025 yang dibuat pada tanggal 2 januari 2025.

- b. Peneliti terlebih dahulu memberikan penjelasan kepada calon responden dan informan mengenai tujuan, manfaat, serta prosedur penelitian. Penjelasan ini disampaikan secara lisan dengan menggunakan bahasa yang mudah dipahami oleh lansia maupun pihak pendamping, untuk memastikan bahwa mereka memahami dan bersedia berpartisipasi dalam penelitian. Setelah itu, peneliti memperoleh *informed consent* secara lisan maupun tertulis dari setiap responden sebagai bentuk persetujuan untuk mengikuti proses penelitian secara sukarela.

3. Tahap Akhir

- a. Melakukan pemasukan data.
- b. Pengolahan data.

3.7 Analisis Data

Analisis dalam penelitian ini dilakukan dengan mengacu pada pendekatan kuantitatif sebagaimana dijelaskan oleh Balaka (2022). Data yang diperoleh dari kedua instrumen, yaitu *Geriatric Sleep Questionnaire* (GSQ-6) dan *Informant Questionnaire on Cognitive Decline in the Elderly* (IQCODE), dicatat dan diolah secara sistematis. Seluruh data yang telah dikodekan kemudian dimasukkan ke dalam perangkat lunak *Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS) untuk dianalisis secara kuantitatif. Proses analisis data dilakukan melalui dua tahap, yaitu analisis univariat dan analisis bivariat.

Analisis univariat dilakukan untuk mendeskripsikan karakteristik demografis responden dan distribusi data dari masing-masing variabel utama. Hasilnya disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi dan persentase, untuk menggambarkan pola umum dari data yang diperoleh. Selanjutnya, dilakukan analisis bivariat untuk menguji hubungan antara kualitas tidur dan fungsi kognitif pada lansia. Sebelum melakukan uji korelasi, normalitas distribusi data dari skor GSQ-6 dan skor IQCODE diuji menggunakan uji Kolmogorov-Smirnov, karena

jumlah responden lebih dari 50 orang. Berdasarkan hasil uji normalitas, uji korelasi Spearman digunakan untuk mengetahui hubungan antara kedua variabel utama tersebut, karena didapatkan bahwa distribusi data kedua variabel tersebut tidak normal.

3.8 Etika Penelitian

Penelitian ini sudah mendapatkan persetujuan etik dari Komite Etik Penelitian Kesehatan Sekolah Tinggi Ilmu Keperawatan PPNI Jawa Barat dengan nomor III/099/KEPK-SLE/STIKEP/PPNI/JABAR/XI/2024 yang ditetapkan pada tanggal 30 November 2024. Untuk menjadi pertimbangan etika, peneliti memastikan bahwa responden mendapatkan hak sebagai berikut:

1. Prinsip Otonomi (*Respect for Persons*)

Peneliti menjunjung tinggi hak partisipan untuk membuat keputusan secara sadar dan mandiri. Sebelum penelitian dimulai, seluruh partisipan diberikan penjelasan mengenai tujuan, manfaat, prosedur, serta hak untuk menolak atau mengundurkan diri tanpa konsekuensi apa pun. Setelah mendapatkan informasi secara jelas, partisipan diminta memberikan persetujuan tertulis (*informed consent*) sebagai bentuk partisipasi sukarela.

2. Prinsip Keadilan (*Justice*)

Penelitian ini dilakukan dengan memperlakukan seluruh partisipan secara adil dan setara, tanpa diskriminasi berdasarkan jenis kelamin, status sosial, kondisi fisik, atau latar belakang lainnya. Pemilihan partisipan dilakukan berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi yang objektif dan telah ditentukan sebelumnya, serta mendapatkan rekomendasi dari pihak panti secara profesional.

3. Prinsip Kebaikan (*Beneficence*)

Penelitian ini bertujuan untuk memberikan manfaat ilmiah dalam bentuk pemahaman yang lebih baik mengenai hubungan kualitas tidur dengan fungsi kognitif pada lansia. Selama proses wawancara, peneliti menciptakan suasana yang nyaman, ramah, dan menghormati kondisi psikis maupun fisik lansia.

4. Prinsip Tidak Merugikan (*Non-Maleficence*)

Peneliti memastikan bahwa seluruh proses tidak menimbulkan risiko atau dampak negatif baik secara fisik maupun psikologis. Wawancara dilakukan secara langsung dengan durasi yang disesuaikan dengan kemampuan responden, dan responden diberikan kebebasan penuh untuk menghentikan wawancara kapan saja apabila merasa tidak nyaman.