

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Desain Penelitian

Desain penelitian ini berupa *quasi experimental* dengan menggunakan *pre test post test with control group design* yaitu melibatkan dua kelompok subjek dimana dalam rancangan ini kelompok perlakuan diberikan perlakuan berupa terapi relaksasi benson dan tindakan standar rumah sakit berupa KIE sedangkan kelompok kontrol hanya diberikan tindakan relaksasi benson berupa KIE.

Tabel 3.1 Desain Penelitian

Subjek	<i>Pre Test</i>	Perlakuan	<i>Post Test</i>
Kelompok Eksperimen	01	X	02
Kelompok Kontrol	01'	X'	02'

X : diberi perlakuan

X' : tidak diberi perlakuan

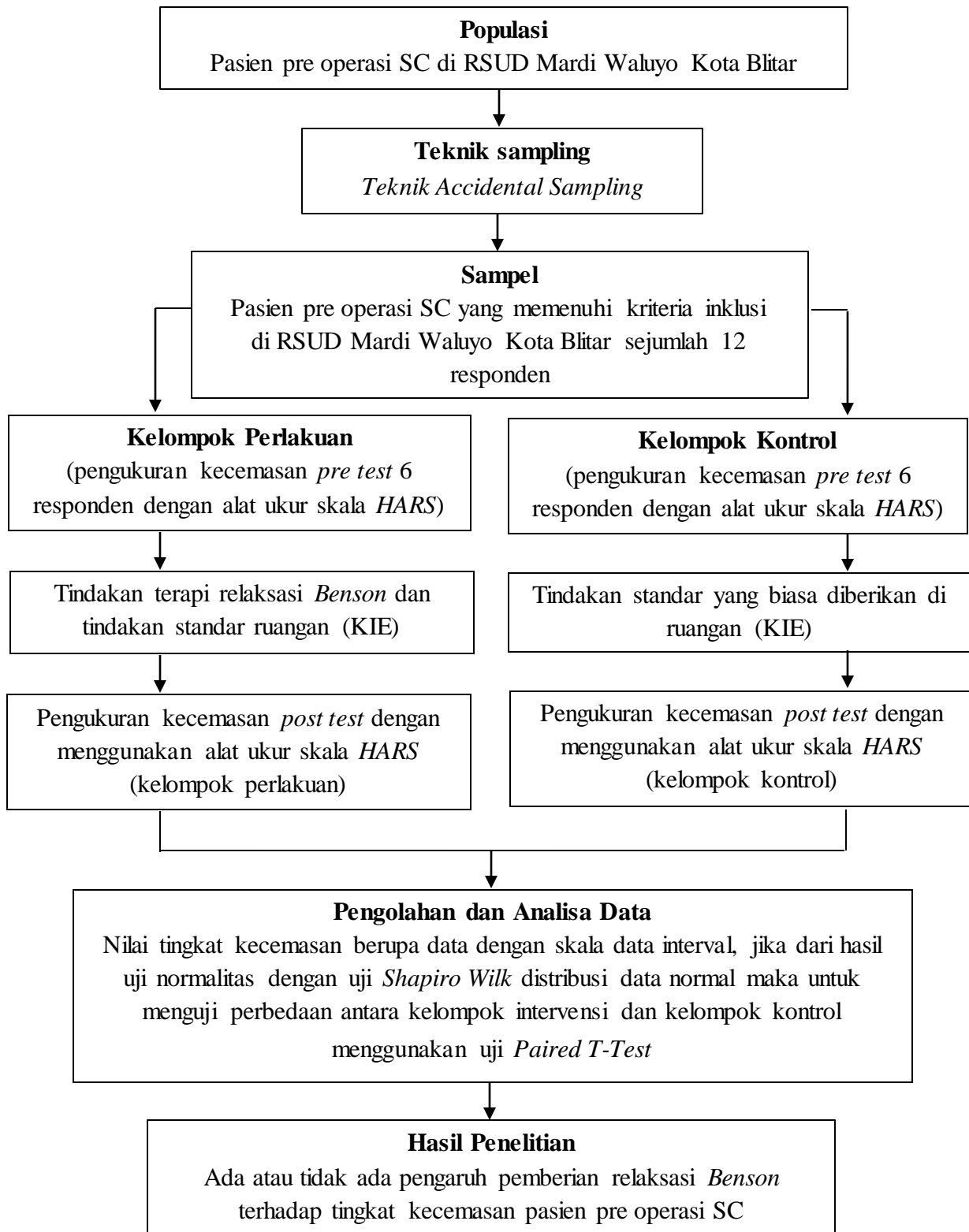
01 : penilaian *pre test* kelompok eksperimen

01' : penilaian *post test* kelompok eksperimen

02 : penilaian *pre test* kelompok kontrol

02' : penilaian *post test* kelompok kontrol

3.2 Kerangka Kerja



Gambar 3.1 Kerangka Kerja Penelitian “Pengaruh Terapi Relaksasi *Benson* Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Pre Operasi *Sectio Caesarea* di RSUD Mardi Waluyo Kota Blitar”

3.3 Populasi, Sampel dan Sampling

3.3.1 Populasi

Populasi dalam penelitian ini adalah pasien pre operasi *sectio caesarea* di RSUD Mardi Waluyo Kota Blitar dengan jumlah populasi 54 dalam 3 bulan terakhir yaitu bulan Agustus sampai Oktober 2019 dengan rata-rata pasien per bulan adalah 18 pasien.

3.3.2 Sampel

Sampel yang diambil dalam penelitian ini adalah seluruh pasien pre operasi *sectio caesarea* di RSUD Mardi Waluyo Kota Blitar yang termasuk dalam kriteria inklusi dan tidak termasuk dalam kriteria eksklusi.

Menurut Sugiyono (2014) bahwa jumlah sampel untuk penelitian *Quasi Experiment* adalah minimal 30 responden. Peneliti menentukan sampel dalam penelitian ini adalah 12 responden yang dibagi kedalam 6 kelompok perlakuan dan 6 kelompok kontrol. Ukuran sampel yang digunakan tidak memadai dikarenakan adanya keterbatasan waktu dan kondisi.

3.3.3 Kriteria Inklusi dan Eksklusi

Kriteria inklusi dalam penelitian ini adalah :

- 1) Pasien pre operasi *Sectio Caesarea* di RSUD Mardi Waluyo Kota Blitar
- 2) Pasien pre operasi *Sectio Caesarea* yang bersedia menjadi responden
- 3) Pasien dalam keadaan sadar penuh
- 4) Pasien usia 20-40 tahun
- 5) Pasien dengan tingkat pendidikan minimal SMP
- 6) Pasien kooperatif

- 7) Pasien yang mengalami kecemasan sedang dengan pengukuran HARS

Kriteria Eksklusi dalam penelitian ini adalah :

- 1) Pasien tidak kooperatif dan menolak partisipasi
- 2) Pasien dengan penurunan kesadaran
- 3) Pasien tuli

3.3.4 Teknik Sampling

Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik *Accidental sampling*/sampel teknik penentuan sampel berdasarkan kebetulan. Menurut Arikunto (2006) *accidental sampling* yaitu responden yang secara kebetulan/insidental bertemu dengan peneliti dapat digunakan sebagai sampel, bila dipandang orang yang kebetulan ditemui itu cocok sebagai sumber data.

3.4 Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian dilaksanakan di ruang Flamboyan Rumah Sakit Umum Daerah Mardi Waluyo Kota Blitar pada bulan Januari sampai bulan Februari 2020.

3.5 Variabel Penelitian

Variabel adalah karakteristik yang diamati, mempunyai variasi nilai dan merupakan operasionalisasi dari suatu konsep agar dapat diteliti secara empiris atau ditentukan tingkatannya (Setiadi, 2013). Variabel penelitian adalah perilaku atau karakteristik yang memberikan nilai beda terhadap sesuatu (Nursalam, 2017)

3.5.1 Variabel bebas (*independent variable*)

Variabel bebas adalah variabel yang mempengaruhi atau menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variabel dependen (Sugiyono, 2017). Variabel bebas penelitian ini adalah teknik relaksasi *Benson*

3.5.2 Variabel terikat (*dependent variable*)

Variabel terikat adalah variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat, karena adanya variabel bebas (Sugiyono, 2017). Variabel terikat penelitian ini adalah tingkat kecemasan

3.6 Definisi Operasional

Definisi operasional adalah definisi berdasarkan karakteristik yang diamati dari sesuatu yang didefinisikan tersebut. Karakteristik yang dapat diamati (diukur) itulah yang merupakan kunci informasi definisi operasional. Dapat diamati artinya memungkinkan peneliti untuk melakukan observasi atau pengukuran secara cermat terhadap suatu objek atau fenomena yang kemudian dapat diulangi lagi oleh orang lain (Nursalam, 2013). Adapun definisi operasional dalam penelitian ini akan diuraikan dalam tabel 3.2

Tabel 3.2 Definisi Operasional

No.	Variabel	Definisi Operasional	Parameter	Alat Ukur	Skala Ukur	Hasil Ukur
1.	Dependen : Tingkat Kecemasan	Kecemasan adalah reaksi emosional individu terhadap penilaian yang subjektif dan penyebabnya tidak diketahui dan diukur pada pasien pre operasi <i>Sectio Caesarea</i> yang mengalami kecemasan sedang, dengan instrumen kecemasan <i>HARS</i>	Tingkat kecemasan diukur menggunakan kuesioner skala <i>HARS</i>	Skala HARS (Hamilton Rating Scale)	Interval	1. Tidak ada kecemasan, jika skor <14 2. Kecemasan ringan jika skor 14-20 3. Kecemasan sedang, jika skor 21-27 4. Kecemasan berat, jika skor 28-41 5. Panik, jika skor 42-56
2.	Independen : Terapi Relaksasi Benson	Suatu cara mengurangi kecemasan dengan relaksasi yang menggabungkan antara teknik respons relaksasi dan sistem keyakinan individu <i>faith factor</i> (difokuskan pada ungkapan tertentu berupa nama-nama Tuhan, atau kata yang memiliki makna menenangkan bagi pasien itu sendiri) yang diucapkan berulang-ulang dengan ritme teratur disertai sikap pasrah yang diberikan kepada pasien pre operasi <i>Sectio Caesarea</i> dengan durasi 20 menit.	Sesuai Standar Operasional Prosedur Relaksasi Benson	SOP Relaksasi Benson (Solehati, 2015)	-	-

3.7 Pengumpulan Data

Pengumpulan data adalah suatu proses pendekatan kepada subjek dan proses pengumpulan karakteristik subjek yang diperlakukan dalam suatu penelitian (Nursalam, 2017)

3.7.1 Instrumen Pengumpulan Data

Dalam pelaksanaan terapi relaksasi Benson, peneliti menggunakan Standar Operasional Prosedur (SOP) telah terlampir. Sedangkan untuk mengukur tingkat kecemasan menggunakan lembar kuesioner dari skala *HARS (Hamilton Anxiety Rating Scale)*

3.7.2 Metode Pengumpulan Data

Pengumpulan data dilakukan peneliti sendiri dengan menggunakan teknik eksperimen. Langkah pengumpulan data adalah sebagai berikut :

- 1) Peneliti mengurus surat perijinan pengambilan data dari institusi yang ditujukan kepada RSUD Mardi Waluyo Kota Blitar
- 2) Meminta izin kepada pihak RSUD Mardi Waluyo Kota Blitar terkait penelitian, sesuai prosedur dan kebijakan rumah sakit.
- 3) Peneliti menentukan responden yaitu pasien pre operasi *sectio caesarea* yang masih bisa dilakukan relaksasi *Benson* 5 jam sebelum operasi berdasarkan penelitian Suprpto, dkk dalam Puspita, Armiyati, & Arif (2010)
- 4) Peneliti menentukan responden pasien pre operasi *sectio caesarea* sesuai dengan kriteria inklusi dari dokumentasi ruang Flamboyan RSUD Mardi Waluyo Kota Blitar dan dilakukan pengukuran kecemasan dengan skala ukur kecemasan HARS sekaligus untuk *pre*

test. Jika setelah dilakukan pengukuran pasien termasuk kedalam kecemasan sedang seperti yang tertera pada kriteria inklusi maka pasien tersebut bisa dijadikan responden. Apabila pasien setelah dilakukan pengukuran HARS tidak mengalami kecemasan sedang, maka tidak bisa dijadikan responden

- 5) Peneliti membagi responden dalam 2 kelompok yaitu 6 responden kelompok perlakuan dan 6 responden kelompok kontrol dengan metode *accidental sampling*.
- 6) Peneliti memberikan penjelasan kepada calon responden tentang maksud dan tujuan, teknik pelaksanaan, manfaat dan kerugian dalam penelitian ini.
- 7) Kemudian peneliti meminta ketersediaan calon responden untuk menjadi partisipan atau responden dalam penelitian dengan menandatangani lembar *informed consent*.
- 8) Peneliti mendata identitas responden sesuai dengan apa yang dibutuhkan peneliti.
- 9) Selanjutnya peneliti melakukan tindakan terapi relaksasi *Benson* sesuai dengan SOP Relaksasi *Benson* dan tindakan standar rumah sakit berupa KIE pada kelompok perlakuan. Untuk kelompok kontrol peneliti mengobservasi sesuai dengan tindakan yang dilakukan perawat RS. Tindakan dilakukan selama 20 menit
- 10) Setelah dilakukan terapi relaksasi *Benson*, peneliti mengobservasi tindakan relaksasi *Benson* yang telah dilakukan responden.

- 11) Responden diminta untuk beristirahat selama 5 menit kemudian peneliti melakukan observasi terhadap skala kecemasan pada responden (*post test*) dengan menggunakan skala kecemasan HARS (*post test*)
- 12) Mencatat hasil dan melakukan evaluasi kepada responden kelompok perlakuan maupun kelompok kontrol dan menyarankan responden untuk melakukan terapi relaksasi *benson* sampai akan dilakukan pembiusan.
- 13) Melakukan uji homogenitas untuk mengetahui bahwa dua atau lebih kelompok data sampel berasal dari populasi yang memiliki varians sama (homogen)
- 14) Setelah data terkumpul dilakukan pengolahan data menggunakan uji normalitas terlebih dahulu yaitu *Shapiro Wilk* untuk mengetahui data berdistribusi normal atau tidak dan sebagai syarat melakukan uji beda
- 15) Melakukan uji beda apabila data berdistribusi normal menggunakan uji *Paired T-Test* dan apabila data tidak berdistribusi normal menggunakan uji *Wilcoxon Sign Rank Test*

3.8 Metode Pengolahan dan Analisa Data

Pengolahan data merupakan suatu proses untuk memperoleh data atau data ringkasan berdasarkan suatu kelompok data mentah dengan menggunakan rumus tertentu sehingga menghasilkan informasi yang diperlukan (Setiadi, 2013). Ada beberapa kegiatan yang dilakukan oleh peneliti dalam pengolahan data dibagi menjadi 6 tahap, yaitu :

1) *Editing*

Adalah memeriksa daftar pertanyaan yang telah diserahkan oleh para pengumpul data. Pemeriksaan daftar pertanyaan yang telah selesai ini dilakukan terhadap :

- (1) Kelengkapan jawaban, apakah tiap pertanyaan sudah ada jawabannya, meskipun jawaban hanya berupa tidak tahu atau tidak mau menjawab
- (2) Keterbacaan tulisan, tulisan yang tidak terbaca akan mempersulit pengolahan data atau berakibat pengolah data salah membaca
- (3) Relevansi jawaban, bila ada jawaban yang kurang atau tidak relevan maka editor harus menolaknya

Dalam penelitian ini peneliti melakukan pemeriksaan dengan memastikan apakah semua lembar pengukuran skala kecemasan sudah terisi atau belum.

2) *Coding*

Adalah mengklasifikasikan jawaban-jawaban dari para responden kedalam bentuk angka atau bilangan. Biasanya klasifikasi dilakukan dengan cara memberi tanda atau kode berbentuk angka pada masing-masing jawaban. Tanda-tanda kode ini dapat disesuaikan dengan pengertian yang lebih menguntungkan peneliti, jadi tanda-tanda tersebut bisa dibuat oleh peneliti sendiri. Kegunaan dari *coding* adalah untuk mempermudah pada saat analisi data dan juga mempercepat pada saat *entry* data. Setelah data kelompok perlakuan dan kontrol terkumpul kemudian dilakukan pengodean dengan kode :

1 = kelompok perlakuan

2 = kelompok kontrol

3) *Processing*

Setelah semua kuesioner terisi penuh dan benar, serta sudah melewati perkodean, maka langkah selanjutnya adalah memproses data agar data yang sudah di-*entry* dapat dianalisis. Pemrosesan data dilakukan dengan cara meng-*entry* data dari kuesioner ke paket program komputer. Dalam penelitian ini pemrosesan data menggunakan program SPSS 20

4) *Scoring*

Mensortir dengan memilih atau mengelompokkan data menurut jenis yang dikehendaki. Misalnya, menurut daerah sampel, menurut tanggal, dan sebagainya. Dalam penelitian ini skoring tingkat kecemasan yaitu

1. Tidak ada kecemasan, jika skor <14
2. Kecemasan ringan, jika skor 14-20
3. Kecemasan sedang, jika skor 21-27
4. Kecemasan berat, jika skor 28-41
5. Panik, jika skor 42-56

5) *Entry data*

Data entri adalah kegiatan memasukkan data yang telah dikumpulkan dalam master tabel atau data base komputer, kemudian membuat distribusi frekuensi sederhana dan dianalisa dengan program SPSS (*Statistical Program for Social Science*) (Setiadi,2013). Data dimasukkan dengan cara manual ataupun dengan menggunakan cara melalui pengolahan komputer yaitu dengan SPSS 20.

6) *Cleaning data*

Cleaning data merupakan kegiatan memeriksa kembali data yang sudah dientri, apakah ada kesalahan atau tidak. Kesalahan mungkin terjadi pada saat meng-*entry* data ke komputer. Cara untuk memeriksa data adalah dengan mengetahui data yang hilang (*missing data*), mengetahui variasi dan konsistensi data. Dalam penelitian ini pengecekan data dilakukan setelah data seluruhnya sudah masuk SPSS

Analisa data merupakan kegiatan yang sangat penting dalam suatu penelitian. Karena dengan analisis data dapat mempunyai arti atau makna yang berguna untuk memecahkan masalah penelitian (Setiadi, 2013)

3.8.1 Analisa Univariat

Analisa univariat adalah analisa yang digunakan untuk menggambarkan data dalam bentuk distribusi frekuensi (Hidayat, 2009). Pada penelitian ini, analisa univariat digunakan untuk mendeskripsikan nilai rata-rata tingkat kecemasan sebelum dan sesudah dilakukan terapi relaksasi Benson dan data deskriptif tingkat kecemasan sebelum dan sesudah terapi relaksasi Benson. Pada penelitian ini peneliti juga mendeskripsikan karakteristik umum responden seperti usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan dan tingkat kecemasan yang dideskripsikan dalam bentuk persentase

Selanjutnya untuk mengetahui prosentase responden untuk tiap kategori didalam suatu variabel atau dimensi maka digunakan rumus perhitungan distribusi frekuensi sebagai berikut :

$$P = \frac{f}{n} \times 100\%$$

Keterangan :

- P : Persentase
 f : jumlah kategori jawaban
 n : jumlah keseluruhan responden

Hasil perhitungan diinterpretasikan dengan kriteria sebagai berikut :

- 1) 100% : seluruhnya
- 2) 76-99% : hampir seluruhnya
- 3) 51-75% : sebagian besar
- 4) 50% : setengahnya
- 5) 26-49% : hampir setengah
- 6) 1-25% : sebagian kecil
- 7) 0% : tidak satupun (Arikunto, 2006)

3.8.2 Analisa Bivariat

Analisa bivariat merupakan analisa yang dilakukan terhadap dua variabel yang diduga berhubungan atau pengaruh (Notoatmodjo, 2010). Untuk menganalisis perbedaan tingkat kecemasan sebelum dan sesudah perlakuan pada kelompok perlakuan dan kontrol, uji yang digunakan adalah *Paired T-Test*.

Dalam penelitian ini ($\alpha = 0,05$). Hasil analisa dapat diinterpretasikan sebagai berikut :

Apabila $p \text{ value} \geq \alpha (0,05)$ maka data berdistribusi normal

Apabila $p \text{ value} \leq \alpha (0,05)$ maka data tidak berdistribusi normal

Hasil uji statistik akan menghasilkan *p-value*. Cara menyimpulkan hasil *p-value* berdasarkan analisa data yang dilakukan menurut Sugiyono (2017:145) adalah sebagai berikut :

Apabila harga p value $< \alpha$ (0,05), maka kesimpulan adalah H_0 diterima dan H_1 ditolak sehingga tidak ada perbedaan pengaruh terapi relaksasi *benson* terhadap tingkat kecemasan pasien pre operasi *sectio caesarea*.

Apabila harga p value $> \alpha$ (0,05), maka kesimpulan adalah H_0 ditolak dan H_1 diterima sehingga ada perbedaan pengaruh terapi relaksasi *benson* terhadap tingkat kecemasan pasien pre operasi *sectio caesarea*.

3.9 Penyajian Data

Data statistik perlu disajikan dalam bentuk yang mudah dibaca dan dimengerti. Tujuannya adalah memberikan informasi dan memudahkan interpretasi hasil analisis. Secara garis besar ada 3 cara yang sering dipakai untuk penyajian data, yaitu: tulisan, tabel dan diagram (Setiadi, 2013)

3.10 Etika Penelitian

Secara umum prinsip etika dalam penelitian/pengumpulan data dapat dibedakan menjadi tiga bagian, yaitu prinsip manfaat, prinsip menghargai hak-hak subjek, dan prinsip keadilan (Nursalam, 2013).

3.10.1 Prinsip Manfaat

1) Bebas dari penderitaan

Penelitian harus dilaksanakan tanpa mengakibatkan penderitaan kepada subjek, khususnya jika menggunakan tindakan khusus.

2) Bebas dari eksploitasi

Partisipasi subjek dalam penelitian, harus dihindarkan dari keadaan yang tidak menguntungkan.

3) Risiko (*benefit ratio*)

Peneliti mempertimbangkan risikodan keuntungan yang akan berakibat kepada subjek setiap tindakan.

3.10.2 Prinsip Menghargai Hak Asasi Manusia (*respect human dignity*)

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

Subjek mempunyai hak memutuskan apakah mereka bersedia menjadi subjek ataupun tidak, tanpa adanya sanksi apapun atau akan berakibat terhadap kesembuhannya, jika mereka seorang klien.

2) Hak untuk mendapatkan jaminan dari perlakuan yang diberikan (*right to full disclosure*)

Peneliti memberikan penjelasan secara rinci serta bertanggung jawab jika ada sesuatu yang terjadi kepada subjek

3) *Informed Consent*

Subjek mendapatkan informasi secara lengkap tentang tujuan penelitian yang akan dilaksanakan, mempunyai hak untuk bebas berpartisipasi atau menolak menjadi responden

3.10.3 Prinsip Keadilan (*right to justice*)

1) Hak untuk mendapatkan pengobatan yang adil (*right in fair treatment*)

Subjek diperlakukan secara adil baik sebelum, selama dan sesudah keikutsertaannya dalam penelitian tanpa adanya diskriminasi apabila ternyata mereka tidak bersedia atau dikeluarkan dari penelitian.

2) Hak dijaga kerahasiaannya (*right of privacy*)

Subjek mempunyai hak untuk meminta bahwa data yang diberikan harus dirahasiakan, untuk itu perlu adanya tanpa nama (*anonymity*) dan rahasia (*confidentiality*)