

BAB III METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif. Penelitian kuantitatif adalah penelitian ilmiah, dimana terdapat kriteria metode ilmiah seperti berdasarkan fakta, bebas prasangka, objektif dan menggunakan data kuantitatif atau yang dikuantitatifkan (Notoatmodjo, 2018).

B. Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan rancangan *quasy eksperimen*. *Quasy Eksperimen* merupakan jenis desain penelitian yang memiliki kelompok control dan eksperimen tidak dipilih secara random. Penelitian ini menggunakan rancangan *pretest posttest non equivalent control group design*. Desain ini dilakukan dengan membandingkan kelompok intervensi dengan kelompok control yang serupa, tetapi tidak perlu kelompok yang benar-benar sama. (Notoatmodjo, 2018).

Rancangan penelitian pada penelitian ini dapat digambarkan sebagai berikut:

Kelompok	<i>Pretest</i>	Intervensi	<i>Posttest</i>
A	01	X1	02
B	01	X0	02

Gambar 3.1 Desain Penelitian

Sumber: (Notoatmodjo, 2018).

Keterangan:

A : Kelompok eksperimen

B : Kelompok kontrol

01: Kecemasan diukur sebelum dilakukan relaksasi *self relaxound* pada kelompok intervensi

02: Kecemasan diukur sesudah dilakukan relaksasi *self relaxound* pada kelompok intervensi

X1: Intervensi relaksasi *self relaxound*

X0 : Tidak diberikan intervensi relaksasi *self relaxound*

C. Tempat dan Waktu Penelitian

Tempat dilakukannya penelitian ini adalah Ruang Ranap Bedah di RSUD Dr. H. Abdul Moeloek karena ditemukannya fenomena kecemasan pasien pre operasi dan belum ada intervensi non farmakologis relaksasi *self relaxound* dirumah sakit ini. RSUD Dr. H. Abdul Moeloek merupakan rumah sakit tipe A dan penelitian ini dilaksanakan pada bulan 28 Maret – 28 April 2023.

D. Populasi dan Sampel Penelitian

1. Populasi Penelitian

Populasi merupakan keseluruhan objek penelitian atau objek yang diteliti (Notoatmodjo, 2018). Populasi dalam penelitian ini adalah pasien pre operasi laparatomi di RSUD Dr. H. Abdul Moeloek Lampung 2023. Jumlah populasi pasien pre operasi laparatomi di RSUD Dr. H. Abdul Moeloek Provinsi Lampung pada bulan Januari-Desember 2022 adalah sebanyak 630 pasien dengan rata-rata 52 pasien per bulan.

2. Sampel Penelitian

Sampel penelitian adalah objek yang diteliti dan dianggap mewakili seluruh populasi (Notoatmodjo, 2018).

Kriteria sampel dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

a. Kriteria Inklusi

Kriteria inklusi adalah ciri-ciri atau syarat yang perlu dipenuhi oleh setiap anggota populasi yang akan diambil sebagai sampel penelitian (Notoatmodjo, 2018). Karakteristik inklusi penelitian ini adalah :

- 1) Bersedia menjadi responden
- 2) Tidak mengalami gangguan pendengaran
- 3) Pasien yang mengalami tingkat kecemasan sedang yaitu dengan skor 45-59 dari hasil alat ukur *Zung Self-Rating Anxiety Scale*

b. Kriteria eksklusi

Kriteria eksklusi adalah ciri-ciri anggota populasi yang tidak dapat diambil sampel penelitian (Neotoatmodjo, 2018). Kriteria eksklusi dalam penelitian ini adalah:

- 1) Pasien yang tidak menyukai musik suara alam

3. Besar Sampel dan Teknik Sampling

Dalam penelitian ini, pengambilan sampel menggunakan Teknik *non random sampling*. *Non random sampling* adalah teknik pengambilan sampel dari populasi dimana setiap anggota populasi tidak mempunyai kesempatan yang sama untuk dijadikan sampel. Teknik *non random sampling* yang digunakan pada penelitian ini ialah teknik *accidental sampling* yaitu pengambilan kasus atau responden yang kebetulan ada atau tersedia di suatu tempat dengan konteks penelitian (Notoatmodjo, 2018). Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen, Menurut (Hidayat, 2017) Apabila desain acak lengkap, acak kelompok atau factorial dapat menggunakan rumus :

$$(t - 1)(r - 1) \geq 15$$

$$r = (2 - 1)(r - 1) \geq 15$$

$$r = (r - 1) \geq 15/1$$

$$r = 15 + 1$$

$$= 16$$

Keterangan:

t = banyak kelompok perlakuan

r = jumlah replikasi

Berdasarkan perhitungan sampe diatas, jumlah responden pada penelitian sampel didapatkan 16 responden, kelompok eksperimen terdiri dari 16 responden dan kelompok control terdiri dari 16 responden. Jadi jumlah responden dalam penelitian ini 32 responden.

E. Variabel Penelitian

Variabel adalah sesuatu yang digunakan sebagai ciri, sifat atau ukuran yang dimiliki atau didapatkan oleh satuan penelitian tentang suatu konsep pengertian tertentu, missal umur, jenis kelamin, Pendidikan, status perkawinan, pekerjaan, pengetahuan, pendapatan, penyakit dan sebagainya (Notoatmodjo, 2018).

Variabel dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Variabel Terikat (Dependen)

Variabel terikat adalah variable yang dipengaruhi oleh variable bebas. Pada penelitian ini variable terikat adalah tingkat kecemasan pasien pre operasi laparatomi.

2. Variabel Bebas (Independen)

Variabel bebas merupakan variable yang menjadi sebab perubahan atau timbulnya variabel dependen (terikat). Variabel independen dalam penelitian ini adalah *self relaxound*.

F. Definisi Operasional Variabel

Definisi operasional sebagai arah pengukuran atau pengamatan variabel dengan instrument alat ukur. Definisi operasional penting dan diperlukan agar pengukuran variabel atau pengumpulan data (variabel)

konsisten antara sumber data (responden) yang satu dengan responden lainnya (Notoatmodjo, 2018).

Tabel 3.2
Definisi Operasional Variabel

No	Variabel	Definisi operasional	Cara ukur	Alat Ukur	Hasil ukur	Skala Ukur
Variabel Dependen						
1.	Kecemasan pre operasi laparatomi	Perasaan ketidaknyamanan, gelisah, takut, dan putus asa yang dialami pasien sebelum pelaksanaan operasi. Dalam penelitian ini hanya mengukur tingkat kecemasan sedang. Pengukuran dilakukan sebelum dan sesudah melakukan intervensi dengan menggunakan kuesioner.	Pengisian Kuisoner	Lembar <i>Zung self-Rating Anxiety Scale (SAS/SRAS)</i>	Rerata score kecemasan pre test dan post test responden	Rasio
	Kelompok Eksperimen	Diberikan intervensi berupa <i>self relaxound</i> selama 15 menit dan diberikan sebanyak 2 kali untuk mengurangi kecemasan.				
	Kelompok Kontrol	Diberikan intervensi berupa tarik nafas daselama 15 menit dan				

		diberikan sebanyak 2 kali.				
Variabel Independen						
2	Relaksasi <i>self relaxound</i>	Terapi komplementer yang diberikan kepada pasien <i>pre</i> operasi laparatomi berupa sugesti diri dengan kalimat pendek sambil mendengarkan suara alam untuk menurunkan kecemasan selama 15 menit dan dilakukan sebanyak 2 kali.	SOP relaksasi <i>self relaxound</i>	Observasi	-	-

G. Teknik Pengumpulan Data

1. Instrumen Pengumpulan Data

Instrumen adalah alat ukur atau alat pengumpulan data pada pre test dan dipakai kembali pada saat post test (Notoatmodjo, 2018). Pada penelitan ini digunakan kuesioner, kuesioner adalah daftar pertanyaan yang sudah tersusun dengan baik, sudah matang, dimana responden tinggal memberikan jawaban atau dengan memberikan tanda-tanda tertentu (Notoatmodjo, 2018). Kuesioner ini menggunakan *Zung Self-Rating Anxiety Scale*. Terdapat 20 pertanyaan, dimana setiap pertanyaan dinilai 1-4.

2. Uji Validitas dan Reabilitas Instrumen

Validitas adalah suatu indeks yang menunjukkan alat ukur itu benar-benar mengukur apa yang diukur (Notoatmodjo, 2018). Reabilitas adalah indeks yang menunjukkan sejauh mana suatu alat pengukur dapat dipercaya atau dapat diandalkan (Notoatmodjo, 2018). Penelitian

kecemasan menggunakan kuesioner dari William W.K Zung yaitu *Zung Self rating Anxiety Scale* pernah dilakukan oleh (Rihiantoro *et al.*, 2019) yang memiliki uji validitas dan reliabilitas nilai *Alpha Cronbach* 0,85 dengan koefisien reabilitas total 0,79. Dalam versi penelitian oleh (Muliani *et al.*, 2020) mendapatkan nilai reabilitas 0,965. Peneliti melakukan uji validitas reliabilitas kembali terhadap 20 orang responden di RSUD soerang. Hasil yang didapatkan adalah semua item pertanyaan valid dengan nilai validitas >0,444. Hasil uji reliabilitas menggunakan nilai *Alpha Cronbach*, dan nilai hasil uji nya adalah 0,887 sehingga dapat dikatakan pertanyaan dari kuesiner tersebut dikatakan reliabel.

3. Alat dan Bahan Penelitian

Alat pengumpulan data adalah alat-alat yang akan digunakan untuk mengumpulkan data (Notoatmodjo, 2018). Alat yang digunakan dalam penelitian ini adalah:

- a. *Speaker/mp3* berisi *nature sound*
- b. Lembar *informed consent*
- c. Lembar observasi *Zung Self Rating Scale*
- d. Standar Operasional Prosedur (SOP) *self relaxound*
- e. Pena dan buku catatan

4. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data merupakan langkah yang paling strategis dalam penelitian, karena tujuan utama dari penelitian adalah mendapatkan data (Notoatmodjo, 2018). Tahapan pengumpulan data dalam penelitian ini yaitu:

- a. Tahap Persiapan Penelitian
 - 1) Peneliti mempersiapkan rencana penelitian serta alat dan bahan yang digunakan dalam penelitian dengan mengajukan proposal penelitian
 - 2) Peneliti mengajukan layak etik penelitian dan mengajukan surat izin penelitian di RSUD Dr. H Abdul Moeloek Provinsi Lampung.
 - 3) Peneliti meminta izin kepada pihak rumah sakit untuk

mengumpulkan subjek penelitian di ruang poliklinik untuk melaksanakan penelitian

b. Tahap Pelaksanaan

- 1) Peneliti memperkenalkan diri dan melakukan identifikasi pasien yang memenuhi kriteria inklusi kemudian menjelaskan kepada pasien yang memenuhi kriteria inklusi mengenai tujuan penelitian dan prosedur penelitian menggunakan lembar penjelasan penelitian dan jika pasien setuju peneliti meminta pasien menandatangani *informed consent*.
- 2) Kemudian peneliti melakukan *pretest* pada responden dengan cara meminta responden mengisi kuesioner *Zung Self-Rating Anxiety Scale* untuk mengukur tingkat kecemasan responden
- 3) Setelah dilakukan *pretest*, penelitian akan menanyakan perasaan pasien lalu peneliti mengidentifikasi tingkat kecemasan responden, peneliti membuat kontrak kepada responden yang mengalami kecemasan untuk dilakukan intervensi *self relaxound*
- 4) Peneliti memberikan intervensi *self relaxound* sesuai dengan Standar Prosedur Operasional (SOP)
- 5) Intervensi dilakukan selama 15 menit
- 6) Setelah diberikan intervensi peneliti menanyakan bagaimana perasaan responden dan meminta responden untuk mempraktikkan kembali serta memberikan *feedback* kepada responden
- 7) Selanjutnya peneliti membuat kontrak pertemuan kedua. Peneliti akan melakukan intervensi kembali lalu melakukan *posttest* pada responden dengan mengukur kembali tingkat kecemasan menggunakan lembar kuesioner *Zung Self-Rating Anxiety Scale*
- 9) Setelah data terkumpul peneliti memeriksa kembali kelengkapan data yang telah diperoleh.

c. Tahap Evaluasi

- 1) Peneliti memproses data dengan menggunakan bantuan komputer

2) setelah analisa statistik selesai kemudian dibuat pembahasan dan kesimpulan yang disusun ke dalam laporan hasil penelitian.

5. Pengelolaan Data

Pengolahan data merupakan salah satu bagian rangkaian kegiatan penelitian setelah pengumpulan data. Setelah data dikumpulkan, data kemudian diolah dengan tahap-tahap sebagai berikut:

a. *Editing*

Peneliti melakukan pengecekan dan perbaikan data yang telah dikumpulkan melalui lembar kuesioner. Data yang diisi responden semuanya dipastikan sudah lengkap saat diterima oleh peneliti.

b. *Coding*

Coding merupakan kegiatan merubah data berbentuk kalimat atau huruf menjadi data berbentuk angka dan bilangan. Setelah dilakukan editing, selanjutnya peneliti memberikan kode tertentu pada setiap data untuk memudahkan dalam melakukan analisis.

Pada penelitian ini coding yang digunakan sebagai berikut:

Usia	: Remaja Akhir (17 - 25 Tahun) = 1 Dewasa Awal (26 - 35 Tahun) = 2 Dewasa Akhir (36 - 45 Tahun) = 3 Lansia Awal (46 - 55 Tahun) = 4
Jenis Kelamin	: Laki-laki = 1, Perempuan = 2
Pendidikan	: SD = 1 SMP = 2 SMA = 3 SARJANA = 4
Riwayat Operasi	: Tidak Pernah = 1 Pernah = 2

d. Memasukkan Data (*Data Entry*) atau *Processing*

Setelah dilakukan *coding* pada lembar jawaban responden, kemudian data di *entry* ke dalam program komputer sesuai data yang sudah di *coding* sebelumnya.

e. Pembersihan Data (*Cleaning*)

Peneliti mengecek kembali data yang telah di *entry* valid atau tidak, ternyata data valid dan tidak terdapat kesalahan data (*missing*) pada data yang telah di *entry*, kemudian data dilakukan analisis.

H. Analisis Data

Menurut (Notoatmodjo, 2018), analisis data ada dua jenis yaitu univariat dan bivariat yaitu sebagai berikut:

1. Analisis Univariat

Analisa univariat digunakan untuk menjelaskan atau mendeskripsikan karakteristik setiap variabel penelitian dan dimaksudkan untuk mengetahui distribusi frekuensi atau besarnya proporsi menurut variabel yang diteliti (Notoatmodjo, 2018). Analisa univariat yang digunakan dalam penelitian ini untuk mencari statistic yang meliputi *mean*, *median*, *modus* dan standar deviasi pada tingkat kecemasan pasien pre operasi laparatomi sebelum dan sesudah diberikan kombinasi relaksasi autogenic dan nature sound dengan *Zung Rating Scale Anxiety*.

2. Analisis Bivariat

Analisis bivariat merupakan kelanjutan dari analisis data univariat. Analisis data bivariat dilakukan terhadap dua variabel yang diduga berhubungan atau berkorelasi (Notoatmodjo, 2018). Analisis bivariat dilakukan untuk mengetahui pengaruh *self relaxound* terhadap tingkat kecemasan pasien pre operasi laparatomi. Analisis dalam penelitian ini adalah mengetahui antara dua variabel skor kecemasan sebelum dan sesudah pemberian intervensi dengan menggunakan uji *Paired Sample T*

Test dan *Independen Sample T Test* untuk mengetahui kemaknaan dari hasil pengujian dilihat dari *p-value* yang dibandingkan dengan nilai α 0,05 apabila probabilitas $p\text{-value} \leq 0,05$ artinya ada pengaruh relaksasi *self relaxound* terhadap kecemasan pasien pre operasi laparatomi. Berdasarkan hasil perhatian statistik dapat dilihat kemaknaan pengaruh antara dua variabel, yaitu:

- 1) Jika ($p\text{-value}$) < α (0.05) maka terdapat pengaruh yang bermakna sebelum dan sesudah diberikan terapi *self relaxound* terhadap kecemasan pasien pre operasi laparatomi.
- 2) Jika ($p\text{-value}$) > α (0.05) maka tidak ada pengaruh yang bermakna sebelum dan sesudah terapi *self relaxound* terhadap kecemasan pasien pre operasi laparatomi.

1. Etika Penelitian

Dalam melakukan penelitian, peneliti melakukan pengajuan surat permohonan izin kepada pihak RSUD Dr. H. Abdul Moeloek Provinsi Lampung untuk melakukan penelitian. Setelah mendapatkan izin, peneliti melakukan penelitian dengan menekankan masalah etika yang meliputi:

1. Menghormati harkat dan martabat manusia (*autonomy*)

Peneliti perlu mempertimbangkan hak-hak subjek penelitian untuk mendapatkan informasi tentang tujuan peneliti melakukan penelitian tersebut. Disamping itu, peneliti juga memberikan kebebasan kepada subjek untuk memberikan informasi atau tidak memberikan informasi (berpartisipasi) dengan mempersiapkan formulir persetujuan subjek (*inform concent*).

2. Menghormati privasi dan kerahasiaan subjek penelitian (*confidentiality*)

Setiap orang mempunyai hak-hak dasar individu termasuk privasi dan kebebasan individu dalam memberikan informasi. Setiap orang berhak untuk tidak memberikan apa yang diketahuinya kepada orang lain. Oleh sebab itu, peneliti tidak menampilkan informasi mengenai identitas dan menjaga kerahasiaan identitas subjek. Peneliti menggunakan inisial sebagai

pengganti identitas responden.

3. Keadilan dan inklusivitas/keterbukaan (*justice*)

Prinsip keterbukaan dana adil perlu dijaga oleh peneliti dengan kejujuran, keterbukaan, dan kehati-hatian. Untuk itu, lingkungan penelitian perlu dikondisikan sehingga memenuhi prinsip keterbukaan, yakni dengan menjelaskan prosedur penelitian. Prinsip keadilan ini menjamin bahwa semua subjek penelitian memperoleh perlakuan dan keuntungan yang sama, tanpa membedakan gender, agama, etnis, dan sebagainya.

4. Memberikan manfaat (*beneficence*)

Peneliti melaksanakan penelitian sesuai dengan prosedur penelitian dan tindakan yang dilakukan pada saat penelitian diberikan dilakukan semata-mata untuk memberikan manfaat yang baik bagi responden.

5. Tidak merugikan (*non maleficence*)

Sebuah penelitian hendaknya memperoleh manfaat semaksimal mungkin bagi masyarakat pada umumnya, dan subjek penelitian pada khususnya. Peneliti hendaknya berusaha meminimalisasi dampak yang merugikan bagi subjek. Oleh sebab itu, pelaksanaan penelitian harus dapat mencegah atau paling tidak mengurangi rasa sakit, cedera, stres, maupun kematian subjek penelitian.

6. Kejujuran (*veracity*)

Prinsip *veracity* berarti penuh dengan kebenaran. Prinsip *veracity* berhubungan dengan kemampuan seseorang untuk mengatakan kebenaran. Peneliti akan memberikan informasi yang sebenar-benarnya yang responden alami sehingga hubungan antara peneliti dan responden dapat terbina dengan baik dan penelitian ini dapat berjalan dengan baik.