

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Rancangan Penelitian

Jenis penelitian ini adalah *quasy eksperiment* dengan pendekatan yang digunakan adalah *Pretest Posttest Group design* (Notoadmojo, 2018: 58). Dalam rancangan penelitian ini dibentuk dua kelompok, yaitu kelompok pertama diberi intervensi Stimulasi Pijat Punggung Atas (*Upper Back Massage*) dan kelompok kedua diberi intervensi Kompres Hangat Payudara. Masing-masing kelompok diberikan pretest untuk menilai pengeluaran ASI sebelum intervensi dan dilanjutkan dengan pemberian intervensi yaitu Pijat Punggung Atas (*Upper Back Massage*) dan Kompres Hangat Payudara. Setelah itu dilakukan posttest pada masing-masing kelompok untuk melihat perbedaan kelancaran ASI sebelum dan sesudah dilakukan intervensi serta membandingkan mana yang lebih efektif dalam meningkatkan kelancaran ASI pada ibu Nifas.

| Pretest | Perlakuan | Posttest |
|----------------|------------------|-----------------|
| 01 | Xa | 02 |
| 01 | Xb | 02 |

(Notoadmojo, 2018: 57).

Keterangan:

01= Kelompok Sebelum dilakukan Kompres Hangat Payudara dan Pijat Punggung Atas (*Upper Back Massage*)

Xa= Kelompok yang diberikan perlakuan Kompres Hangat Payudara

Xb= Kelompok yang diberikan perlakuan Pijat Punggung Atas (*Upper Back Massage*)

02= Kelompok sesudah diberikan Kompres Hangat Payudara dan Pijat Punggung Atas (*Upper Back Massage*)

B. Populasi dan Sampel Penelitian

1. Populasi

Populasi penelitian adalah keseluruhan objek penelitian atau objek yang diteliti (Notoadmojo, 2018: 115). Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu Nifas dimulai dari hari ke-3 sampai hari ke-7 di Wilayah Kerja Puskesmas Banjarsari.

2. Sampel

Sampel merupakan objek yang diteliti dan dianggap mewakili seluruh populasi penelitian (Notoadmojo, 2018: 115).

a. Besar Sampel

Besar sampel dalam penelitian ini adalah ibu nifas di Wilayah Kerja Puskesmas. Untuk penelitian eksperimen yang sederhana jumlah anggota sampel masing-masing kelompok antara 10 sampai dengan 20 (Sugiyono, 2017: 74).

Dalam banyak keadaan peneliti telah mengantisipasi kemungkinan subyek terpilih yang *drop out, loss to follow-up*. atau subyek yang tidak taat. Untuk ini tersedia formula sederhana untuk penambahan subyek sebagai berikut:

Penetapan besar sampel dalam penelitian ini dihitung menggunakan rumus besar sampel untuk data numerik terhadap rerata dua populasi independen adalah sebagai berikut:

$$n = 2 \left[\frac{(Z\alpha + Z\beta) S}{X_1 - X_2} \right]^2$$

Keterangan :

n = Jumlah sampel

S = Standar deviasi kedua kelompok berdasarkan pustaka (0,56)

$X_1 - X_2$ = Perbedaan klinis yang diinginkan

X_1 = rata-rata kelompok perlakuan (3,81)

X_2 = rata-rata kelompok kontrol (3,06)

$Z\alpha$ = Nilai standar dari alpha, tingkat kesalahan tipe I, $\alpha = 1,96$

$Z\beta$ = Nilai standar dari beta, tingkat kesalahan tipe II, $\beta = 1,282$

f = perkiraan proporsi drop out

Sumber : (Sastroasmoro, 2014: 363).

Berdasarkan hasil perhitungan sampel dengan Nurhanifah (2013) didapatkan hasil S (0,56), kemudian dimasukkan ke dalam rumus besar sampel :

$$n = 2 \left[\frac{(Z\alpha + Z\beta) S}{X_1 - X_2} \right]^2$$

$$n = 2 \left[\frac{(1,96+1,282) 0,56}{3,81-3,06} \right]^2$$

$$n = 2 \left[\frac{(3,242) 0,56}{0,75} \right]^2$$

$$n = 11,7$$

Untuk mengantisipasi kemungkinan subjek terpilih tidak taat (*dropout*), maka penambahan subjek menggunakan rumus :

$$n' = n / (1-f)$$

Keterangan :

n : besar sampel yang dihitung

f : perkiraan proporsi *drop out*

Drop Out (do) = 10%

Ndo = $n / (1 - do)$

= $11,7 / (1 - 0,1)$

= $11,7 / 0,9$

= 13 orang

Berdasarkan perhitungan diatas, sampel minimal penelitian ini adalah 13 orang/responden. Sehingga sampel untuk perlakuan terapi Pijat Punggung Atas (*Upper Back Massage*) adalah 13 responden dan kelompok perlakuan Kompres Hangat Payudara adalah 13 responden dengan jumlah sampel adalah 26

responden. Namun karena adanya KLB Pandemi Covid 19 yang membuat peneliti sangat terbatas kontak langsung dengan responden maka peneliti hanya mampu mendapatkan 9 responden untuk masing-masing intervensi dengan jumlah sampel keseluruhan adalah 18 responden.

b. Teknik Sampling

Teknik pengambilan sampel dengan teknik *consecutive sampling*. Teknik *consecutive sampling* merupakan jenis *non-probability sampling* yaitu semua subyek yang datang berurutan dan memenuhi kriteria pemilihan dimasukkan dalam penelitian sampai jumlah subyek yang diperlukan terpenuhi (Sastroasmoro, 2014: 99).

Agar karakteristik sampel tidak menyimpang dari populasinya, maka sebelum dilakukan pengambilan sampel perlu ditentukan kriteria inklusi, maupun kriteria eksklusi. Kriteria inklusi adalah kriteria atau ciri-ciri yang perlu dipenuhi oleh setiap anggota populasi yang dapat diambil sebagai sampel. Sedangkan kriteria eksklusi adalah ciri-ciri anggota populasi yang tidak dapat diambil sebagai sampel (Notoadmojo, 2018: 130)

1) Kriteria inklusi pada penelitian ini adalah:

- a) Ibu Nifas hari ke 3 sampai hari ke-7.
- b) Bentuk puting pada kedua payudara ibu menonjol

2) Sedangkan kriteria eksklusinya adalah :

- a) Ibu yang mengkonsumsi obat yang dapat menghambat pengeluaran ASI
- b) Ibu yang memiliki puting susu lecet.

- c) Bayi yang memiliki kelainan kongenital (kelainan bawaan) berdasarkan diagnosa dokter sehingga selama intervensi tidak dapat menyusu dengan ibunya.

C. Lokasi dan Waktu Penelitian

1. Lokasi

Penelitian ini dilakukan di Wilayah kerja puskesmas Banjarsari, metro Utara dengan alasan karena di puskesmas banjarsari sudah menerapkan tehnik akupresur namun belum ada yang menggunakan Pijat Punggung Atas (*Upper Back Massage*) untuk kelancaran produksi ASI. Dan jumlah ASI tidak lancar mencapai (54,8%) dari ±31 ibu Nifas.

2. Waktu

Penelitian ini dilaksanakan di Wilayah kerja puskesmas Banjarsari, pada Bulan Februari-Maret Tahun 2020 setelah Proposal disetujui.

D. Pengumpulan Data

Pengumpulan data adalah semua bentuk penerima data yang dilakukan dengan cara merekam kejadian, menghitungnya, mengukurnya dan mencatatnya (Arikunto, 2002 : 197).

1. Instrumen Pengumpulan Data

Instrumen pengumpulan data adalah suatu alat yang digunakan untuk pengumpulan data, alat ini tergantung pada macam dan tujuan penelitian serta data yang akan diambil (dikumpulkan), untuk penelitian ilmu-ilmu/eksakta

(*natural sciences*) tentu diperlukan instrumen yang lain dengan penelitian ilmu-ilmu sosial (*sosial sciences*). Dan juga alat-alat pengumpulan data untuk ilmu-ilmu sosial bermacam-macam, sesuai dengan cara dan tujuan dari pengumpulan data tersebut, dan ada beberapa contoh alat instrumen, “Kuisisioner” yang biasanya dipakai dalam wawancara (sebagai pedoman wawancara yang berstruktur) dan angket terstruktur. Dan ada macam-macam bentuk pertanyaan dalam kuisisioner adalah, Kuisisioner (Formulir), Kuisisioner untuk Observasi (*Check list*), kuisisioner untuk wawancara (*Form for questioning*)/*Interview* (Notoadmojo, 2018: 153) .

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah checklist, checklist ini mencakup hal-hal yang diselidiki, diamati atau diobservasi (Notoadmojo, 2018: 153). Checklist adalah sebuah daftar untuk men”cek” yang berisi nama subyek dan beberapa gejala serta identitas lainnya dari sasaran pengamatan. Pengamat hanya tinggal memberi tanda check (v) pada daftar tersebut yang menunjukkan adanya gejala atau ciri dari sasaran pengamatan. Check list ini dapat bersifat individual dan juga bersifat kelompok (Notoadmojo, 2018: 137).

2. Pengukuran Variabel Penelitian

Pelaksanaan evaluasi terhadap Kelancaran Pengeluaran ASI dilaksanakan oleh peneliti setelah melakukan observasi dan penelitian pada pertama, kedua, ketiga, keempat, kelima, keenam, dan ketujuh. Pengukuran variabel dilakukan dengan memberikan nilai masing-masing variabel, pengukuran variabel pada penelitian sebagai berikut:

a. Pengukuran Kelancaran Pengeluaran ASI

Pengukuran kelancaran Pengeluaran ASI dengan menggunakan lembar Observasi, yang berisi point-point sebagai berikut :

1. Sebelum menyusui bayi, Apakah payudara ibu terasa penuh, seperti tegang namun tidak nyeri?
2. Apakah ASI merembes keluar melalui puting?
3. Ketika bayi menyusui, apakah terdengar suara bayi menelan?
4. Apakah bayi menyusui 8 kali atau lebih dalam sehari?
5. Apakah bayi buang air kecil 6-8 kali dalam sehari? Atau apakah ibu mengganti popok bayi 6-8 kali dalam sehari?

Setelah itu diberi kode sebagai berikut:

- 1) Kode 0 bila ASI keluar Lancar atau 5 point terdapat pada Ibu
- 2) Kode 1 bila ASI keluar tidak lancar atau < 5 point terdapat pada ibu

b. Pengukuran Variabel Pijat Punggung Atas (*Upper Back Massage*) dan Kompres Hangat Payudara

Pengukuran variabel pijat punggung atas (*Upper Back Massage*) dan kompres hangat payudara dilakukan dengan cara pemijatan dan dicatat kedalam lembar observasi dan checklist. Pengukuran dilakukan pada hari pertama dan dilihat kembali pada hari ke tujuh. Pemijatan dilakukan selama seminggu. Pijat punggung atas (*Upper Back Massage*) dan kompres hangat payudara dilakukan masing-masing 1 hari sekali dengan lama pemijatan ± 10 menit dan lama kompres selama ± 15 menit, dilakukan pada pukul 09.00 WIB. Kemudian diberikan kode sebagai berikut:

- 1) Kode 0 dilakukan Pijat punggung Atas (*Upper Back Massage*)
- 2) Kode 1 dilakukan Kompres Hangat Payudara.

3. Cara Pengumpulan Data

Cara atau metode yang digunakan untuk pengumpulan data. Dalam suatu penelitian kadang-kadang tidak hanya menggunakan satu cara pengumpulan data, Misalnya: disamping metode wawancara (*interview*), kadang-kadang perlu dilengkapi dengan observasi (pengamatan), atau sebaliknya. Metode angket juga kadang-kadang perlu dilengkapi dengan wawancara dan sebagainya (Notoadmojo, 2018: 87).

Dalam pengumpulan data, agar data yang didapatkan berhubungan dengan penelitian yang akan dilakukan, penulis menggunakan data primer yang diperoleh secara langsung terhadap subjek yang diteliti. Untuk memperoleh data yang akurat maka cara yang dilakukan adalah dengan mengobservasi dan melakukan intervensi langsung terhadap responden dan dikumpulkan menggunakan Lembar Observasi yang telah dibuat oleh peneliti.

4. Prosedur Penelitian

Prosedur pengumpulan data pada penelitian ini adalah sebagai berikut:

a. Tahap Persiapan

- 1) Menyusun proposal penelitian bulan Agustus sampai bulan Desember 2019
- 2) Mendapatkan surat izin penelitian secara akademis untuk dilakukan penelitian di puskesmas
- 3) Menyerahkan surat izin penelitian kepada kepala puskesmas

- 4) Membuat dan memperbanyak lembar checklist untuk semua data yang dibutuhkan.
- 5) Sebelum penelitian dimulai peneliti memperkenalkan cara melakukan Pijat Punggung Atas (*Upper Back Massage*) dan Kompres Hangat Payudara dengan baik dan benar dengan menggunakan buku panduan.

b. Tahap Pelaksanaan

- 1) Menjelaskan kepada responden tentang tujuan, manfaat, prosedur penelitian, hak dan kewajiban sebagai responden.
- 2) Meminta kesediaan calon responden untuk menjadi responden dalam penelitian dengan menandatangani lembar informed consent.
- 3) Menanyakan biodata dan melakukan penapisan kepada responden sesuai kriteria inklusi dan eksklusi.
- 4) Melakukan perlakuan membagi dua kelompok untuk menetapkan kelompok intervensi sehingga diperoleh jumlah sampel kelompok Pijat Punggung Atas (*Upper Back Massage*) dan Kompres Hangat Payudara pada ibu Nifas.
- 5) Melakukan observasi untuk pengukuran Kelancaran Pengeluaran ASI pada ibu Nifas.
- 6) Melakukan tabulasi data kemudian melakukan analisis statistik menggunakan komputer
- 7) Membuat pembahasan dan kesimpulan ke dalam laporan penelitian.

E. Pengolahan Data dan Analisis Data

1. Pengolahan Data

Pengolahan data merupakan salah satu langkah penting dalam suatu penelitian. Hal ini karena data yang diperoleh langsung dari penelitian masih mentah, belum memberikan informasi dan belum siap untuk disajikan (Notoadmojo, 2018: 171). Langkah-langkah pengolahan data yang dipakai adalah Pengolahan Data Dengan Komputer adalah sebagai berikut:

a. *Editing*

Editing atau Penyuntingan Data hasil wawancara, angket, atau pengamatan dari lapangan dilakukan penyuntingan (*editing*) terlebih dahulu. Secara umum editing adalah merupakan kegiatan untuk pengecekan dan perbaikan isian formulir atau kuisisioner tersebut untuk dilengkapi (Notoadmojo, 2018: 176).

b. *Coding*

Setelah semua kuisisioner diedit atau disunting, selanjutnya dilakukan pengkodean atau “coding”, yakni mengubah data berbentuk kalimat atau huruf menjadi data angka atau bilangan (Notoadmojo, 2018: 177).

c. *Processing (Data Entry)*

Data, yakni jawaban-jawaban dari masing-masing responden yang dalam bentuk “kode” (angka atau huruf) dimasukkan ke dalam program atau “*software*” komputer. Software komputer ini bermacam-macam, masing-masing mempunyai kelebihan dan kekurangannya. Salah satunya paket program yang paling sering digunakan untuk “*entry data*” penelitian adalah paket program SPSS for window

(Notoadmojo, 2018: 177). Pada penelitian ini digunakan analisis dengan bantuan program komputer.

d. Cleaning

Cleaning atau pembersihan data dari sumber data atau responden selesai memasukkan, perlu dicek kembali, setelah pembersihan data selesai selanjutnya mulai proses analisis data yang dilakukan oleh pakar program komputer sendiri (Notoadmojo, 2018: 180)

2. Analisis Data

Pada penelitian ini, analisis data dilakukan dengan menggunakan program komputerisasi melalui tahapan sebagai berikut:

a. Analisis Univariat

Analisis univariat dilakukan bertujuan untuk menjelaskan atau mendeskripsikan karakteristik setiap variabel penelitian. Bentuk analisis univariate tergantung dari jenis datanya. Contohnya mean atau rata-rata, median dan standar deviasi. Pada umumnya dalam analisis ini hanya menghasilkan distribusi frekuensi dan presentase dari setiap variabel. (Notoadmojo, 2018: 182). Analisis dilakukan dengan tujuan menggambarkan mean atau rata-rata dari variabel penelitian antara lain lamanya pengeluaran ASI, terapi pijat punggung atas (*Upper Back Massage*) dan Kompres hangat payudara. Apabila telah dilakukan analisis univariat, hasilnya akan diketahui mean atau rata-rata setiap variabel, dan dapat dilanjutkan analisis bivariat.

b. Analisis Bivariat

Analisis bivariat merupakan analisis yang digunakan terhadap dua variabel yang diduga berhubungan atau berkorelasi (Notoadmojo, 2018: 183). Analisis bivariat dilakukan untuk mengidentifikasi hubungan antara dua variabel, yaitu mengidentifikasi perbedaan Kelancaran Pengeluaran ASI pada ibu Nifas sesudah dilakukan Pijat Punggung Atas (*Upper Back Massage*) dan Kompres Hangat Payudara .

Dalam menganalisis secara bivariat dilakukan Uji Normalitas berguna untuk menentukan data yang telah di kumpulkan berdistribusi normal. Jika data berdistribusi normal maka analisa data menggunakan uji *T-Test Independent* didapatkan data normal. Tetapi jika data berdistribusi tidak normal maka analisa data dilakukan dengan *Uji Mann Whitney*. Uji ini untuk melihat rata-rata Kelancaran Pengeluaran ASI sesudah diberikan perlakuan Pijat Punggung Atas (*Upper Back Massage*) dan Kompres Hangat Payudara. Pada penelitian ini analisis yang digunakan adalah uji *T-Test Independent* dan *Mann Whitney U-Test*, *Uji Mann Whitney U-Test* adalah ini digunakan untuk menguji hipotesis kooperatif dua sampel independen bila datanya ordinal. Bila dalam suatu pengamatan data berbentuk interval, maka perlu dirubah dulu kedalam data ordinal. Bila data masih berbentuk interval, sebenarnya dapat menggunakan t-test untuk pengujianya, tetapi bila asumsi *t-test* tidak dipenuhi (misalnya data harus normal) maka test ini dapat digunakan (Sugiyono, 2017: 153).

Berdasarkan rumus dan pengolahan data yang dilakukan, maka jika didapatkan $p \text{ value} \leq \alpha (0,05)$ maka H_a diterima dan H_o ditolak yang artinya ada

perbedaan efektifitas antara Pijat Punggung Atas (*Upper Back Massage*) dengan Kompres Hangat Payudara terhadap kelancaran Pengeluaran ASI pada ibu Nifas. Sedangkan jika nilai p value $> \alpha$ 0,05 maka H_a ditolak dan H_0 diterima yang artinya tidak ada perbedaan antara Pijat Punggung Atas (*Upper Back Massage*) dan Kompres Hangat Payudara terhadap pengeluaran ASI.