

## BAB III

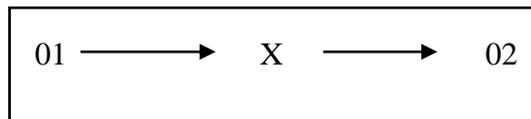
### METODE PENELITIAN

#### A. Rancangan Penelitian

Metode penelitian adalah bagian yang menguraikan tentang metode atau cara yang akan dilakukan dalam penelitian. Oleh sebab itu, dalam uraian tersebut tercermin langkah-langkah teknis dan operasional penelitian yang akan dilaksanakan. Beberapa peneliti menggunakan istilah “desain penelitian”, karena akan tampak rancangan penelitian yang akan dilaksanakan. Beberapa peneliti lain menggunakan istilah “bahan dan cara”. (Notoatmodjo, 2018)

Jenis penelitian ini adalah kuantitatif menggunakan statistik dengan desain *Quasy Eksperimental Design* dan menggunakan pendekatan *One-Group Pretest posttest* artinya rancangan ini tidak ada kelompok pembanding (kontrol) tetapi *pretest* akan dilakukan terlebih dahulu kemudian akan diberikan intervensi (X). Selang beberapa waktu akan diberikan *posttest* pada kelompok ini untuk memungkinkan menguji perubahan- perubahan yang terjadi setelah adanya eksperimen (Notoadmodjo, 2018).

#### Desain Penelitian



Sumber : Notoatmodjo, 2018

**Gambar 3.** Rancangan *One Group Pretest Posttest*

Keterangan :

01 = Observasi Pretest

X = Intervensi atau Perlakuan (*Hypnobreastfeeding*)

02 = Observasi Posttest

## **B. Lokasi dan Waktu Penelitian**

### **1. Lokasi Penelitian**

Penelitian ini akan dilaksanakan di PMB Santi Yuniarti Lampung Selatan.

### **2. Waktu Penelitian**

Penelitian ini dilakukan selama tiga bulan di mulai pada Januari-Maret 2021.

## **C. Subjek Penelitian**

### **1. Populasi**

Populasi penelitian adalah keseluruhan objek penelitian atau objek yang akan diteliti, dalam populasi dijelaskan secara spesifik tentang siapa atau golongan mana yang menjadi sasaran penelitian tersebut (Notoatmodjo, 2018). Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu post partum yaitu berjumlah 31 orang di PMB Santi Yuniarti Lampung Selatan tahun 2021.

## 2. Sampel

Sampel adalah sebagian yang diambil dari keseluruhan objek yang akan diteliti dan dianggap mewakili seluruh populasi penelitian (Notoatmodjo, 2018). Pada penelitian ini sampel yang digunakan adalah seluruh ibu post partum di PMB Santi Yuniarti Lampung Selatan.

- a. Dalam menentukan besarnya sampel jumlah sampel, menurut (Hidayat, 2014) rumus menentukan sampel pada penelitian eksperimen :

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

Sumber : Hidayat, 2010

**Gambar 4.** *Rumus Menentukan Sampel*

Keterangan :

t = Banyak kelompok perlakuan

r = Jumlah replikasi

Besar sampel dari penelitian ini yaitu :

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

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

$$r-1 \geq 15/1$$

$$r \geq 1 + 15$$

$$r \geq 16$$

Berdasarkan hasil perhitungan dengan rumus sampel diatas, maka jumlah sampel yang diperlukan dalam penelitian ini adalah  $\geq 16$  orang ibu post partum bisa mewakili jumlah populasi yang ada.

b. Teknik Sampling

Pemilihan sampel dalam penelitian ini menggunakan *Purposive Sampling*, yaitu dilakukan dengan sengaja mengambil atau memilih kasus atau responden. (Notoadmojo, 2018)

Sampel yang dilakukan dalam penelitian ini yaitu ibu post partum yang datanya tercatat lengkap di PMB Santi Yuniarti Karang Anyar Lampung Selatan

c. Kriteria Sampel Penelitian

Pertimbangan yang dilakukan peneliti dalam pemilihan sampel adalah menentukan kriteria inklusi adalah ciri-ciri yang perlu dipenuhi oleh setiap anggota populasi yang dapat diambil secara sampel, sedangkan kriteria eksklusi adalah ciri-ciri anggota populasi yang tidak dapat diambil sebagai sampel. (Notoadmojo, 2018)

1) Kriteria Inklusi

Karakteristik umum subjek penelitian dari suatu populasi target yang terjangkau yang akan diteliti.

- a. Ibu post partum dengan kesadaran penuh
- b. Ibu post partum yang melahirkan dengan berat badan bayi normal
- c. Ibu post partum yang berusia  $\geq 20$  tahun
- d. Ibu post partum dalam waktu 24-48 jam saat pengambilan data awal

## 2) Kriteria Eksklusi

- a. Ibu post partum yang mengalami trauma persalinan yang berlebihan (perdarahan pervaginam, infeksi masa nifas, dll)
- b. Ibu post partum yang tidak dengan perawatan dalam waktu 24-48 jam

## **D. Pengumpulan Data**

### 1. Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah data primer yang diukur menggunakan lembar ceklist untuk dilakukan observasi dan lembar kuisioner yang diberikan kepada responden. Sumber data yang digunakan adalah data primer yang diperoleh langsung melalui sumber utamanya. Cara pengumpulan data penelitian ini dengan menggunakan lembar kuisioner.

### 2. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian adalah alat-alat yang akan digunakan untuk mengumpulkan data. Instrumen penelitian ini dapat berupa kuesioner (daftar pertanyaan), formulir observasi atau formulir lain yang berkaitan dengan pencatatan data dan sebagainya. (Notoatmodjo, 2018)

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan 6 indikator yang dilihat dari bayi, meliputi:

- 1) Frekuensi BAK (dimana bayi yang cukup produksi ASInya maka dalam 24 jam paling sedikit bayi akan BAK sebanyak 6-8 kali)
- 2) Karakteristik BAK (warnanya kuning jernih)

- 3) Frekuensi BAB (pola eliminasi bayi tergantung dari asupan bayi yang didapatkan, bayi yang minum ASI umumnya pola BAB 2-5 kali perhari)
- 4) Karakteristik BAB (tidak terlalu encer tidak terlalu padat dengan warna BAB kuning keemasan)
- 5) ASI cukup setelah menyusui maka bayi akan tertidur dengan tenang (selama 2-3 jam)
- 6) Adanya kenaikan berat badan bayi (ideal kenaikan berat badan bayi 0-1 bulan adalah 900gram)

Produksi ASI dikatakan lancar jika minimal 4 dari 6 indikator yang terdapat pada bayi ( $\geq 4$ ) sedangkan jika kurang dari 4 ( $< 4$ ) dikatakan tidak lancar. (Budiati dkk, 2010)

### 3. Proses Pengumpulan Data

Penelitian dilakukan secara langsung dikarenakan pada PMB Santi Yuniarti diadakan kunjungan nifas 24-48 jam pasca salin sampai dengan pupus tali pusat. Kunjungan masa nifas dilakukan dengan sesuai protokol COVID 19 dan melakukan PHBS. Hal yang dipakai dan dibawa peneliti pada saat bertemu dengan responden adalah masker, handsanitizer dan alat yang akan dilakukan untuk penelitian yaitu speaker, alat tulis dan kuesioner. Sebelum dan sesudah melakukan kontak dengan pasien wajib cuci tangan begitupun dengan responden dan orang sekitarnya wajib memakai masker dan mencuci tangan atau menggunakan handsanitizer. Proses pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan teknik teknik observasi dengan alat ukur kuisisioner.

Peneliti menentukan sampel penelitian sesuai dengan kriteria inklusi dan kriteria yang sudah ditetapkan. Jika responden memenuhi kriteria, kemudian peneliti memberikan surat permohonan menjadi responden dan menjelaskan maksud dan tujuan dari penelitian serta memberikan informed consent.

Peneliti mengukur presentase produksi ASI sebelum responden dilakukan intervensi sebagai pretest. Sebelum intervensi, peneliti menjelaskan teknik *hypnobreastfeeding* kepada responden, *hypnobreastfeeding* ini dilakukan 2 kali dalam sehari selama 14 hari (2minggu). Setelah 14 hari dilakukan intervensi, maka peneliti mengukur kembali presentase produksi ASI sebagai posttest.

Ketika pertama kali dilakukan intervensi, peneliti membantu ibu dan menjelaskan kepada ibu cara dilakukannya afirmasi *hypnobreastfeeding* tersebut dengan menggunakan speaker atau headset. Kemudian di hari selanjutnya sampai hari ke 14 responden melakukannya sendiri dengan bantuan suami atau keluarga.

Berikut merupakan isi dari audio *hypnobreastfeeding* pada ibu nifas dengan waktu kurang lebih tujuh menit menurut Asih, 2020:

”Assalamualaikum wr.wb...

Saat ini anda sedang mendengarkan rekaman seri relaksasi dan afirmasi *hypnobreastfeeding* bagi ibu menyusui dari Yusari Asih Bidan *Hypnoterapis* Pringsewu, Lampung.

#### 1) Relaksasi Otot

Ibu menyusui yang berbahagia “Alhamdulillah” pada saat ini ibu sangat bersyukur kepada allah karena allah telah melimpahkan kesehatan dan kelancaran pada proses persalinan ibu sehingga ibu dapat memeluk bayi yang telah 9 bulan bersama ibu didalam rahim ibu, bayi yang saat ini berada dipangkuan ibu membutuhkan tuntunan untuk selalu dekat pada sang pencipta, karenanya ibu harus mengajarkannya bersyukur dengan mengucapkan “Alhamdulillah”.

Bayi yang saat ini ada dipelukan ibu sangat membutuhkan ketenangan dan kenyamanan, karena itu berikanlah ia ketenangan dengan cara menenangkan diri relaks dan pasrah kepada sang pencipta. Saat batin ibu merasa tenang bayi yang ada dipelukan ibu akan merasa sangat nyaman.

#### 2) Relaksasi Pernafasan

Sekarang saya akan membimbing ibu untuk berlatih mengatur nafas agar ibu semakin relaks dan bayi yang ada disamping ibu merasa semakin nyaman dengan terlebih dulu mengucapkan “Bismillahirrohmanirrohim” ibu mulai berbaring dengan santai jika saat

ini ibu sedang bersama suami ajaklah ia turut serta mengikuti latihan mengatur nafas seperti yang ibu lakukan agar bayi yang ada dipelukan ibu dapat merasakan kehadiran ayahnya saat ini.

Baik sekarang biarkan kepala ibu bersandar pada bantal, letakkan telapak tangan kiri diperut dan telapak tangan kanan didada. Mulailah bernafas dengan santai dan lembut, saat menarik nafas perut akan mengembang sehingga tangan kiri akan terasa naik dan tangan kanan akan terasa turun dan saat menghembuskan nafas tangan kanan akan terasa naik dan tangan kiri akan terasa turun.

Saat menarik nafas katakanlah didalam hati “Alhamdulillah” dan saat menghembuskan nafas katakanlah didalam hati “Alhamdulillahirobilalamin”. Lanjutkan lagi tarik nafas dengan lembut dan hembuskan perlahan.. baguss sekali... Saat menarik nafas katakanlah didalam hati “Alhamdulillah” dan saat menghembuskan nafas katakanlah didalam hati “Alhamdulillahirobilalamin”

Sambil menarik nafas bayangkan dan rasakan bahwa ASI didalam payudara ibu mulai berproduksi dengan baik dan akan keluar dengan lancar... buah hati ibu begitu senang mendengarkan alunan nafas ibu yang sangat lembut... ia begitu nyaman merasakan detak jantung ibu yang sangat teratur...

### 3) Relaksasi Pikiran

Untuk selanjutnya dengarkan sugesti saya... saat ini hingga bayi ibu berusia 2 tahun atau lebih... ibu mampu menyusui bayi ibu dengan nyaman dan menyenangkan. Ibu sangat percaya bahwa ibu mampu menyusui bayi ibu, ibu yakin produksi ASI ibu cukup untuk memenuhi kebutuhan bayi ibu... produksi ASI ibu melimpah dan berkualitas... produksi ASI ibu melimpah dan berkualitas... saat ini dan seterusnya ibu dapat menyusui dengan nyaman dan menyenangkan... Ibu menjadi orang tua yang sangat berbahagia...

Saat ini dan seterusnya sampai bayi ibu berusia 2 tahun atau lebih ibu mampu menyusui bayi ibu dengan nyaman dan menyenangkan. Ibu sangat percaya bahwa ibu mampu menyusui bayi ibu... ibu yakin produksi ASI ibu cukup untuk memenuhi kebutuhan bayi ibu. Produksi ASI ibu melimpah dan berkualitas... produksi ASI ibu melimpah dan berkualitas... ibu dapat menyusui bayi ibu dengan nyaman dan menyenangkan... ibu menjadi orang tua yang sangat berbahagia. Bayi ibu tumbuh dan berkembang dengan optimal.

Bila ibu mengantuk biarkan mata ibu terpejam sampai tertidur hingga kemudian “Insyallah” ibu akan terbangun dengan kondisi pikiran yang jernih, tenang, bahagia, penuh syukur pada sang pencipta dan produksi ASI ibu semakin lancar. Aamiin yaa robbal aallamin..”

## E. Pengolahan dan Analisis Data

### 1. Pengolahan Data

Pengolahan data merupakan salah satu langkah yang penting. Hal ini digunakan untuk memperoleh penyajian data sebagai hasil yang berarti dan kesimpulan yang baik, diperlukan pengolahan data. (Notoatmodjo, 2018). Menurut Notoatmodjo (2018), tahapan dalam mengolah data yaitu:

#### a. Editing

Hasil wawancara, angket, atau pengamatan dari lapangan harus dilakukan penyuntingan (editing) terlebih dahulu. Secara umum editing merupakan kegiatan untuk pengecekan dan perbaikan kuisisioner tersebut yaitu pertanyaan terisi semua, jawaban masing-masing, pertanyaan cukup jelas, jawaban relevan dengan pertanyaan dan jawaban dari pertanyaan konsisten dengan jawaban pertanyaan yang lainnya.

#### b. Coding

Setelah semua *check list* diedit atau disunting, selanjutnya dilakukan pengkodean atau *coding*, yakni mengubah data berbentuk kalimat atau huruf menjadi data angka atau bilangan. Pada penelitian ini, peneliti memberi skor angka pada pengukuran produksi ASI menggunakan 6 indikator yang dilihat dari bayi, yaitu:

- 1) Frekuensi BAK (dimana bayi yang cukup produksi ASInya maka dalam 24 jam paling sedikit bayi akan BAK sebanyak 6-8 kali)
- 2) Karakteristik BAK (warnanya kuning jernih)

- 3) Frekuensi BAB (pola eliminasi bayi tergantung dari asupan bayi yang didapatkan, bayi yang minum ASI umumnya pola BAB 2-5 kali sehari)
- 4) Karakteristik BAB (tidak terlalu encer tidak terlalu padat dengan warna BAB kuning keemasan)
- 5) ASI cukup setelah menyusui maka bayi akan tertidur dengan tenang (selama 2-3 jam)
- 6) Adanya kenaikan berat badan bayi (ideal kenaikan berat badan bayi 0-1 bulan adalah 900gram)

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

Data entry merupakan jawaban dari masing-masing responden dalam bentuk kode (angka atau huruf) dimasukkan kedalam program atau *software* komputer. Dalam tahap ini, peneliti memasukkan data dari lembar observasi kedalam program komputer.

d. Pembersihan Data (*Cleaning*)

Apabila semua data dari setiap sumber data atau responden selesai dimasukkan, perlu dicek kembali untuk melihat kemungkinan-kemungkinan adanya kesalahan-kesalahan kode, ketidaklengkapan, dan sebagainya kemudian dilakukan pembetulan atau koreksi. Jika data sudah benar kemudian data dapat dianalisis dan dibahas pada pembahasan.

## 2. Analisis Data

Data yang telah diolah baik pengolahan secara manual maupun menggunakan bantuan komputer, tidak akan ada maknanya tanpa dianalisis. Menganalisis data tidak sekedar mendeskripsikan dan menginterpretasikan data yang telah diolah. Keluaran akhir dari analisis data kita harus memperoleh makna atau arti dari hasil penelitian tersebut. (Notoatmodjo, 2018). Analisa data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisa kuantitatif. Analisa kuantitatif digunakan untuk mengolah data yang berbentuk perhitungan dan pengukuran (Notoadmojo, 2012 : 181). Analisa data penelitian yang digunakan adalah sebagai berikut:

### a. Analisa Univariat

Analisa univariat bertujuan untuk menjelaskan atau mendeskripsikan setiap variabel penelitian. Adapun variabel yang dianalisis adalah produksi ASI sebelum dan sesudah diberikan *hypnobreastfeeding*.

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

Keterangan :

P = Persentase

F = Jumlah pertanyaan yang dijawab benar oleh responden

N = Jumlah skor maksimal dari seluruh pertanyaan

100 = Bilangan tetap (Arikunto, 2010)

## b. Analisa Bivariat

Analisa bivariat dilakukan terhadap dua variabel yang diduga berhubungan atau berkorelasi (Notoadmodjo, 2018). Untuk menentukan pengujian apa yang dapat digunakan, peneliti perlu melakukan uji normalitas untuk mengetahui data berdistribusi normal atau tidak. Pada penelitian ini menggunakan metode *Shapiro Wilk Test* karena jumlah sampel <30 sampel. Dasar pengambilan keputusan dalam uji normalitas dengan *Shapiro Wilk Test* adalah sebagai berikut :

- 1) Jika nilai Sig. > 0.05 maka data berdistribusi normal
- 2) Jika nilai Sig. < 0.05 maka data tidak berdistribusi normal.

Ketika hasil pengujian menunjukkan data berdistribusi normal, maka analisis yang digunakan adalah uji *dependen t-test*, sedangkan jika data tidak berdistribusi normal maka pengujian yang dapat digunakan adalah *wilcoxon matched pairs test*. Pada penelitian ini hasil uji normalitas dengan menggunakan metode *Shapiro Wilk Test* didapatkan hasil data tidak berdistribusi normal, oleh karena itu dalam penelitian ini peneliti menggunakan uji *Wilcoxon Matched Paires Test*.

Uji *Wilcoxon Matched Paires Test* yakni uji statistik yang digunakan dalam hubungan dengan variabel bebas nominal variabel terikat ordinal serta untuk menguji hipotesis komperatif dua sampe berpasangan (Sugiyono, 2014).

Rumus Uji *Wilcoxon Matched Paires* adalah sebagai berikut:

$$Z = \frac{T - \left[ \frac{1}{4N(N+1)} \right]}{\sqrt{\frac{1}{24N(N+1)(2N+1)}}$$

Keterangan:

N= Jumlah pasangan yang dijenjangan

T= Jumlah jenjang minoritas yang tandanya sama

#### **F. Ethical Clearance**

1. Peneliti memberikan *informed consent* agar responden mendapatkan informasi tentang prosedur penelitian ini dan menentukan keputusan untuk berpartisipasi atau tidak dalam penelitian, apabila bersedia maka responden diminta untuk menandatangani lembar tanda tangan yang tersedia.
2. Penelitian dilakukan dengan mencatat data yang diperoleh dari hasil wawancara dengan menggunakan lembar observasi terhadap responden.
3. Penelitian ini tidak mengancam atau membahayakan jiwa serta privasi responden.
4. Penelitian ini dilaksanakan setelah mendapat izin dari instansi terkait.
5. Peneliti menjelaskan manfaat dan efek peneliti yang melibatkan responden dengan jujur kepada responden.