

### BAB III

## METODE PENELITIAN

#### A. Desain Penelitian

Desain penelitian merupakan sesuatu yang penting bagi peneliti karena pertama kali peneliti menentukan apakah akan melakukan intervensi dalam penelitian tersebut (melakukan studi intervensional eksperimental) ataukah hanya melaksanakan pengamatan saja atau observasional (Arikunto, 2010).

Penelitian ini adalah *Pre Experiment Design* dengan menggunakan rancangan *The One grup Pretest-Posttest Design* (Notoatmodjo, 2010). Penelitian ini digunakan untuk mengetahui Pengaruh mendengarkan Murottal Al-Quran setelah sholat Ashar selama satu minggu terhadap tingkat kecemasan dalam menyusun skripsi pada mahasiswa tingkat akhir di Universitas Sahid Surakarta

Dipilihnya waktu setelah sholat Ashar karena merupakan ketika seseorang tenggelam dalam shalatnya, sibuk mengingat Allah, dan berdoa penuh harap, hati pun menjadi tenteram, dada menjadi lapang, pikiran menjadi tenang, fisik pun segar kembali. Selesai shalat dan mendengarkan murottal Al-Quran dia pun bisa kembali beraktivitas keduniaan dengan baik (Assegaf, 2013).

Segala masalah dan kesulitan yang sebelumnya membebani pun menjadi terasa ringan. Ini terjadi tentunya jika shalat dikerjakan dengan benar, sesuai petunjuk Nabi SAW dan khusyuk, menyerahkan jiwa dan raga sepenuhnya kepada Allah dengan merendahkan diri dan ikhlas di hadapan-Nya (Assegaf, 2013).

Bentuk rancangan ini adalah sebagai berikut:

Pretest	Perlakuan	Posttest
<b>O<sub>1</sub></b>	<b>X</b>	<b>O<sub>2</sub></b>

Sumber : Notoatmodjo (2010)

Gambar 3. 1. Rancangan *The One grup Pretest-Posttest Design*

Keterangan:

- O1 : Tingkat kecemasan mahasiswa sebelum mendengarkan Murottal Al-Quran.
- X : Tindakan atau eksperimen dengan mendengarkan Murottal Al-Quran setelah sholat Azhar selama satu minggu.
- O2 : Tingkat kecemasan mahasiswa setelah mendengarkan Murottal Al-Quran.

## B. Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di Universitas Sahid Surakarta secara *online* melalui *google form*. Waktu penelitian dilakukan pada 24 Agustus – 31 Agustus 2020.

## C. Populasi dan Sampel

### 1. Populasi

Populasi merupakan keseluruhan objek atau subjek yang mempunyai kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2013). Populasi penelitian ini adalah seluruh mahasiswa Fakultas Sains Teknologi Kesehatan Universitas Sahid Surakarta semester 8 (akhir) yang sedang menyusun skripsi, terdiri dari Program Studi Keperawatan 18 orang, Teknik Informatika 29 orang, Teknik Industri 7 orang, Farmasi 19 orang, sehingga total berjumlah 73 orang.

### 2. Sampel

Sampel adalah sebagian yang diambil dari keseluruhan objek yang diteliti dan dianggap mewakili seluruh populasi (Hidayat, 2014).

#### a. Besar sampel

Jumlah sampel diperoleh dengan rumus menurut Notoatmodjo (2013) sebagai berikut :

$$n = \frac{N}{1 + N(d)^2}$$

Keterangan:

$N$  = Jumlah sampel

$N$  = Jumlah populasi

$d$  = Tingkat kesalahan (0,01)

Sampel dalam penelitian ini adalah :

$$\begin{aligned} n &= \frac{73}{1 + 73(0,01)} \\ &= \frac{73}{1 + 0,73} \\ &= 32,62 = 33 \text{ responden.} \end{aligned}$$

b. Teknik sampling

Teknik sampling dalam penelitian ini menggunakan 2 tahap. Tahap pertama menggunakan *propotional sampling* dan dilanjutkan dengan *random sampling*.

1) *Propotional sampling* adalah pengambilan sampel yang memperhatikan pertimbangan unsur-unsur atau kategori di dalam populasi penelitian. (Sugiono, 2016). Pengambilan sampel menggunakan *propotional sampling* karena peneliti mengambil sampel dari salah satu Fakultas yang ada di Universitas Sahid Surakarta.

Cara menghitung sampel dengan *propotional sampling*

$$ni = \frac{Ni}{N} \times n$$

Keterangan :

$ni$  : besar sampel untuk stratum,

$n$  : besar sampel.

$N$  : total populasi.

$Ni$  : total sub populasi dari stratum.

Tabel 3.1 Distribusi jumlah Responden Tiap Program Studi

Program Studi	Jumlah Mahasiswa yang semester 8 mengambil skripsi (orang)	Jumlah sampel penelitian
Keperawatan	18	$\frac{18}{73} \times 33$
Teknik informatika	29	$\frac{29}{73} \times 33$
Teknik industri	7	$\frac{7}{73} \times 33$
Farmasi	19	$\frac{19}{73} \times 33$
Jumlah	73	33

2) Kemudian peneliti mengambil sampel secara *random sampling*. *Random sampling* adalah teknik pengambilan sampel dimana semua individu dalam populasi baik secara sendiri-sendiri atau bersama-sama diberi kesempatan yang sama untuk dipilih sebagai anggota sampel. Cara *random sampling* dilakukan dengan program komputer.

c. Kriteria sampel

1) Kriteria Inklusi

Adalah sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah sampel dengan ciri – ciri khusus yang ditemui saat dilakukan penelitian dengan kriteria sebagai berikut :

- a) Responden adalah mahasiswa aktif semester 8 (akhir) Universitas Sahid Surakarta.
- b) Responden adalah mahasiswa aktif yang sedang menyusun skripsi.
- c) Belum pernah mendengarkan Murottal Al-Quran untuk tujuan terapi.

## 2) Kriteria Eksklusi

Kriteria dimana subjek penelitian tidak layak dijadikan sampel karena tidak memenuhi syarat sampel penelitian, yaitu :

- a) Responden beragama non muslim
- b) Tidak dapat mengikuti jalannya penelitian sampai selesai

## D. Variabel Penelitian

Menurut Sugiyono (2013), pengertian variabel adalah segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi tentang hal tersebut, kemudian ditarik kesimpulannya. Pada penelitian ini terdapat beberapa variabel, yaitu :

1. Variabel bebas adalah variabel yang nilainya mempengaruhi variabel lainnya, yaitu variabel terikat (Sugiyono, 2013). Variabel bebas dalam penelitian ini adalah terapi mendengarkan murotal Al Quran
2. Variabel terikat adalah variabel yang nilainya tergantung dari nilai variabel lainnya (Sugiyono, 2013). Variabel terikat dalam penelitian ini adalah tingkat kecemasan.
3. Variabel pengganggu (*confounding variable*) Variabel pengganggu merupakan variabel yang berhubungan variabel bebas dan variabel terikat, tetapi bukan variable antara (Sugiyono, 2013). Variabel pengganggu yang muncul dalam penelitian adalah sebagai berikut :
  - a) Internal :
    - 1) Menyesuaikan diri dengan tatanan sosial
    - 2) Mendapatkan peran dan tanggung jawab sebagai mahasiswa
  - b) Eksternal :
    - 1) Mempunyai beban belajar dan konsep-konsep pendidikan yang berbeda dengan masa sekolah sebelumnya
    - 2) Kegiatan/beban akademik
    - 3) Masalah keuangan
    - 4) Kurangnya kemampuan mengelola waktu

- 5) Harapan terhadap pencapaian akademik
- 6) Perubahan gaya hidup
- 7) Perkembangan konsep diri

### E. Definisi Operasional

Definisi operasional adalah definisi berdasarkan karakteristik yang diamati dengan sesuatu yang didefinisikan tersebut (Nursalam, 2011).

Definisi operasional penelitian ini adalah:

Tabel 3.2 Definisi Operasional

Variabel	Definisi Operasional	Alat Penelitian	Hasil Ukur	Skala Ukur
<b>Tingkat Kecemasan</b>	Ansietas adalah suatu perasaan takut akan terjadinya sesuatu yang disebabkan oleh antisipasi bahaya dan merupakan sinyal yang membantu individu untuk bersiap mengambil tindakan untuk menghadapi bahaya. Tingkat kecemasan yaitu hasil penilaian derajat cemas yang dialami individu. Tingkat kecemasan dapat digolongkan menjadi ansietas ringan, ansietas sedang, ansietas berat, dan panik (Sutejo, 2017).	Kuesioner Skala HARS ( <i>Hamilton Anxiety Rating Scale</i> )	Hasil Ukur 1. Skor < 6 : Tidak ada kecemasan 2. Skor 7 – 14 : Kecemasan ringan 3. Skor 15 – 27 : Kecemasan sedang 4. Skor > 27 : Kecemasan berat	Ordinal
<b>Murottal Al-Quran</b>	Murottal adalah lantunan ayat-ayat suci Al-Quran yang dilagukan oleh seorang qori (pembaca Al-Quran), direkam dan diperdengarkan dengan tempi yang lambat serta harmonis (Purna,	<i>Audio Mp3</i> , dan <i>Headphone</i>	-	-

---

2016).

---

## F. Instrumen Penelitian

Alat pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

### 1. Variabel mendengarkan Murottal Al-Quran setelah sholat Ashar

Instrumen penelitian memakai lagu dari *genre* Rohani Murottal Al-Quran yang dipakai Mirbagher dalam risetnya yaitu Surah Al Hasyr Qori Syekh Ismail An Nouri, Surah ke 59 Juz 28, dengan durasi 10 menit (Mirbagher dkk, 2010). Alat yang digunakan adalah *audio mp3* dan *headphone*, dengan cara yaitu:

- a) Menyiapkan *audio mp3* dan memasang *headphone*.
- b) Menyesuaikan volume suara musik.
- c) Responden dipersilahkan memulai mendengarkan.

### 2. Variabel Tingkat Kecemasan

Tingkatan kecemasan ini diukur dengan menggunakan cara penilaian kecemasan Skala HARS (*Hamilton Anxiety Rating Scale*) adalah dengan memberikan nilai dengan kategori:

- 0 = tidak ada gejala sama sekali (Tidak Pernah)
- 1 = Satu dari gejala yang ada (Jarang)
- 2 = Sedang/ separuh dari gejala yang ada (Kadang – Kadang)
- 3 = berat/lebih dari ½ gejala yang ada (Sering)
- 4 = sangat berat semua gejala ada (Selalu)

Penentuan derajat kecemasan dengan cara menjumlah nilai skor dan item 1- 14 dengan hasil:

Skor kurang dari 6 = tidak ada kecemasan.

Skor 7 – 14 = kecemasan ringan.

Skor 15 – 27 = kecemasan sedang.

Skor lebih dari > 27 = kecemasan berat

Komponen dari pertanyaan kuesioner, yaitu:

- a) Adanya subjek, yaitu individu atau lembaga yang melaksanakan penelitian
  - b) Adanya ajakan, yaitu permohonan dari peneliti untuk turut serta mengisi secara aktif dan objektif pertanyaan maupun pertanyaan yang tersedia.
  - c) Adanya petunjuk pengisian kuesioner, dimana petunjuk yang tersedia harus mudah dimengerti.
  - d) Adanya pertanyaan maupun pernyataan beserta tempat mengisi jawaban, baik secara tertutup, semi tertutup, ataupun terbuka.
- Dalam membuat pertanyaan dengan isian untuk identitas responden.

## **G. Uji Validitas dan Reliabilitas**

### **1. Validitas**

Validitas menurut Arikunto (2014) adalah suatu hukum yang menunjukkan tingkat kevalidan atau kesahihan suatu instrumen. Validitas juga merupakan indeks yang menunjukkan bahwa alat ukur itu benar-benar mengukur apa yang diukur. Suatu instrumen dikatakan valid atau sah mempunyai validitas yang tinggi, sebaliknya instrumen yang kurang valid berarti mempunyai validitas rendah (Notoadmojo, 2013). Dalam penelitian ini tidak dilakukan uji instrumen kuesioner stres dari HRSA dimana instrumen indeks HRS-A telah baku. HRS-A sudah dikembangkan oleh kelompok 36 Psikiatri Biologi Jakarta (KPBJ) dalam bentuk *Anxiety Analog Scale* (AAS). Validitas AAS sudah diukur pada tahun 1984 mendapat korelasi yang cukup dengan HRS A ( $r = 0.57 - 0.84$ ) (Iskandar, 1984).

### **2. Reliabilitas**

Uji reliabilitas menggunakan *Alpha Cronbach 'stest* karena merupakan teknik yang handal untuk mengukur konsistensi internal



pertanyaan, keputusan dinyatakan reliabilitas jika koefisien alpha lebih besar dari 0,6 maka alat tersebut *reliable* (Arikunto (2014)).

Skala HARS telah dibuktikan memiliki validitas dan reliabilitas cukup tinggi untuk melakukan pengukuran kecemasan pada penelitian trial clinic yaitu 0.93 dan 0.97 pertama kali pada tahun 1983 di Tulia. Kondisi ini menunjukkan bahwa pengukuran kecemasan dengan menggunakan skala HARS akan diperoleh hasil yang valid dan reliable (Nursalam, 2013).

#### **H. Pengumpulan Data dan Analisa Data**

1. Pengolahan data penelitian menurut Arif (2011) dilakukan dengan melalui tahap-tahap sebagai berikut:
  - a. *Editing* merupakan upaya untuk memeriksa kembali kebenaran data yang diperoleh atau dikumpulkan
  - b. *Coding* merupakan kegiatan pemberian kode *numeric* (angka terhadap data yang terdiri atas beberapa kategori).
  - c. *Scoring* yaitu menghitung skor jawaban dari tiap item pertanyaan dari masing-masing variabel.
  - d. *Tabulating* yaitu kelanjutan dari coding yaitu kegiatan memasukan data-data yang telah dikoding ke dalam tabel dengan tujuan untuk mempermudah penyajian data dalam bentuk distribusi frekuensi.
  - e. *Entry Data* yaitu memasukkan data ke komputer dengan menggunakan aplikasi program data SPSS (*Statistical Package for Social Science*).
  - f. *Processing* yaitu memproses data setelah semua kuesioner terisi penuh dan benar, serta sudah melewati pengkodean, agar data yang sudah dimasukan dapat dianalisis. Program yang digunakan yaitu SPSS Versi 20.0 (*Statistical Package for Social Science*).
  - g. *Cleaning* merupakan pembersihan data yang bertujuan untuk pengecekan kembali data yang sudah dimasukan apakah ada kesalahan atau tidak. Kesalahan yang dimaksud yaitu saat memasukan data kedalam komputer.

## I. Analisis Data

### 1. Analisa Univariat

Analisis univariat yaitu analisis yang digunakan untuk mendapatkan gambaran distribusi dari responden meliputi data usia dan jenis kelamin tingkat kecemasan mahasiswa sebelum dan setelah mendengarkan Murottal Al-Quran setelah sholat Ashar.

### 2. Analisa Bivariat

Analisis ini digunakan untuk mengetahui adanya pengaruh antara variabel bebas (mendengarkan Murottal Al-Quran) dan variabel terikat (tingkat kecemasan mahasiswa Universitas Sahid Surakarta).

#### a. Uji normalitas

Uji normalitas variabel tingkat stress mahasiswa baik data pre test maupun post test dilakukan uji Normalitas. Uji normalitas data bertujuan untuk mengetahui kenormalan distribusi data. Uji normalitas data menggunakan uji *Shapiro-Wilk* pada aplikasi SPSS dengan dasar besar sampel <50 orang (Arikunto, 2016).

#### b. Uji hipotesa

Uji hipotesa dilakukan untuk membuktikan apakah hipotesa penelitian dapat dibuktikan kebenarannya atau tidak. Uji hipotesa menggunakan uji *Paired Sample T Test* apabila data berdistribusi normal. Data tingkat kecemasan apabila tidak berdistribusi normal menggunakan uji *Wilcoxon Signed Rank Test*.

Intepreatasi hasil penelitian:

- 1) Apabila hasil uji hipotesa secara statistik diperoleh nilai  $p > 0,05$ , maka  $H_0$  diterima.  $H_0$  diterima artinya tidak terdapat pengaruh mendengarkan murottal Al-Quran terhadap tingkat kecemasan dalam menyusun skripsi pada mahasiswa tingkat akhir di Universitas Sahid Surakarta.
- 2) Apabila hasil uji hipotesa secara statistik diperoleh nilai  $p > 0,05$ , maka  $H_0$  ditolak atau  $H_a$  diterima.  $H_0$  ditolak atau  $H_a$  diterima artinya terdapat pengaruh mendengarkan murottal Al-Quran

terhadap tingkat kecemasan dalam menyusun skripsi pada mahasiswa tingkat akhir di Universitas Sahid Surakarta.

## **J. Etika Penelitian**

Menurut Hidayat (2014) etika dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

### **1. Lembar persetujuan responden (*Informed Consent*)**

*Informed consent* merupakan bentuk persetujuan antara peneliti dengan responden penelitian dengan memberikan lembar persetujuan. *Informed consent* tersebut diberikan sebelum penelitian dilakukan dengan memberikan lembar persetujuan untuk menjadi responden.

Tujuan *informed consent* adalah agar subjek mengerti maksud dan tujuan penelitian, mengetahui dampaknya. Jika subjek bersedia, maka mereka harus menandatangani lembar persetujuan. Jika responden tidak bersedia, maka peneliti harus menghormati hak responden. Beberapa informasi yang harus ada dalam *informed consent* tersebut antara lain: partisipasi responden, tujuan dilakukan tindakan, jenis data yang dibutuhkan, komitmen, prosedur pelaksanaan, potensial masalah yang akan terjadi, manfaat, kerahasiaan, informasi yang mudah dihubungi, dan lain-lain.

### **2. Tanpa Nama (*Anonymity*)**

Masalah etika keperawatan merupakan masalah yang memberikan jaminan dalam penggunaan subjek penelitian dengan cara tidak memberikan atau mencantumkan nama responden pada lembar alat ukur dan hanya menuliskan kode pada lembar pengumpulan data atau hasil penelitian yang akan disajikan.

### **3. Kerahasiaan (*confidentiality*)**

Masalah ini merupakan masalah etika dengan memberikan jaminan kerahasiaan hasil penelitian, baik informasi maupun masalah-masalah lainnya. Semua informasi yang telah dikumpulkan dijamin kerahasiaannya

oleh peneliti, hanya kelompok data tertentu yang akan dilaporkan pada hasil peneliti.

#### 4. Keadilan (*Justice*)

Peneliti memberikan kesempatan yang sama bagi setiap responden yang memenuhi kriteria untuk berpartisipasi dalam penelitian ini. Selain itu, peneliti memberikan kesempatan pada responden untuk mengungkapkan perasaan dan pengalamannya selama proses berlangsung.

#### 5. Tidak Membahayakan (*Nonmalfence and Benefience*)

Penelitian ini tidak membahayakan responden dan peneliti telah berusaha melindungi responden dari bahaya ketidaknyamanan (*protection from disscomfort*). Selama proses penelitian berlangsung peneliti memperhatikan beberapa hal yang dapat merugikan responden antara lain, kenyamanan, dan perubahan perasaan. Apabila kondisi tersebut membahayakan responden maka peneliti akan menghentikan terlebih dahulu, dan memulai kembali proses penelitian ketika kondisi sudah stabil dan responden siap untuk melakukan ulang.

### **K. Jalannya Penelitian**

Penelitian studi pendahuluan awal dilakukan pada bulan Febuari di Universitas Sahid Surakarta. Pelaksanaan penelitian ini akan dimulai pada bulan Agustus setelah surat ijin penelitian diberikan oleh institusi Universitas Sahid Surakarta. Jalannya penelitian dapat dijabarkan menjadi tiga tahap, yaitu :

#### 1. Tahap Persiapan

##### a) Responden

Mahasiswa yang dijadikan responden sesuai dengan kriteria eksklusi dan inklusi.

##### b) Alat

Alat yang digunakan adalah *audio mp3* dan *headphone*

##### c) Musik

Instrumen penelitian memakai lagu dari *genre* Rohani Murottal Al-Quran Surah Al Hasyr Qori Syekh Ismail An Nouri, Surah ke 59 Juz 28.

d) Kontrak waktu

Peneliti memberikan waktu kepada responden sekitar 10 menit untuk mendengarkan terapi murottal setiap setelah sholat ashar selama 1 minggu.

2. Tahap Pelaksanaan Penelitian

Pada tahapan ini peneliti memulai pada tanggal 24 Agustus – 31 Agustus 2020 di Universitas Sahid Surakarta dengan *pre-test*, yaitu menentukan sampel berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi, dan diberikan kuesioner melalui *google form* untuk menilai tingkat kecemasan responden sebelum tindakan atau eksperimen, lalu melanjutkan proses perlakuan atau intervensi dengan memulai menyiapkan instrumen penelitian *audio mp3* dan *headphone*, memutar lagu Surah Al Hasyr Qori Syekh Ismail An Nouri, Surah ke 59 Juz 28, dengan durasi 10 menit yang di berikan melalui aplikasi Whatsapp (Mirbagher dkk, 2010) memasang *headphone*, mengatur volume.

Setelah responden melakukan Sholat Ashar lalu dipersilahkan untuk mulai mendengarkan Murottal Al-Quran. Perlakuan seperti ini diberikan rutin setiap hari selama satu minggu (satu sesi) (Mirbagher dkk, 2010), untuk selanjutnya memasuki *post-test* yaitu menilai kembali tingkat kecemasan responden dengan memberikan kuesioner secara online melalui *google form* setelah diberikan tindakan atau eksperimen.

3. Tahap Pengolahan dan Pembahasan Data

Setelah diperoleh, data diolah pertama kali dengan proses verifikasi, yang bertujuan untuk mengecek kelengkapan jumlah kuesioner yang terkumpul dan kelengkapan pengisian kuesioner setelah diisi oleh responden. Untuk selanjutnya data mulai diproses analisa, mulai dari

*editing, coding, scoring, tabulating, entry data* sehingga bisa dilanjutkan *processig* atau proses analisa pengolahan data menggunakan program SPSS Versi 20.0 (*Statistical Package for Social Science*) lalu ditinjau kembali melalui *cleaning*. Data yang diperoleh dibahas untuk menginterpretasikan hasil statistik berdasarkan teori yang digunakan, selanjutnya membuat kesimpulan dan saran atau rekomendasi untuk berbagai pihak yang terkait.