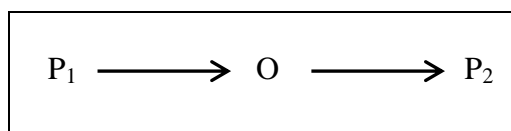


BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis dan Desain Penelitian

Jenis penelitian adalah *pre-eksperimental* dengan rancangan *one-group pretest-posttest design* (Sugiyono, 2018). Peneliti menggunakan desain *one-group pretest-posttest design*. Dalam desain ini, lansia diberikan *pretest* (tes awal) sebelum diberikan perlakuan. Dilanjut memberi perlakuan kepada lansia dan diakhiri dengan pemberian *post test* (tes akhir).



Gambar 3.1.
Rancangan Penelitian

Keterangan:

P₁ = Tes awal (*pretest*) dengan skala kecemasan HARS

O = Perlakuan terapi SEFT

P₂ = Tes akhir (*posttest*) dengan skala kecemasan HARS

B. Waktu dan Tempat Penelitian

1. Waktu Penelitian

Penelitian dilaksanakan tanggal 14 Mei s/d 18 Juni 2023.

2. Tempat Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di Posyandu Lansia Kencana Sari IV.

C. Populasi, Sampel dan Teknik Sampling

1. Populasi

Populasi adalah setiap subjek yang memenuhi kriteria yang telah ditetapkan (Nursalam, 2018). Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh lansia di Posyandu Lansia Kencana Sari Wilayah Kerja Puskesmas Simo yang berjumlah 79 orang lansia (Posyandu Lansia Kencana Sari, April 2023).

2. Sampel

Sampel adalah bagian populasi terjangkau yang dapat digunakan sebagai subjek penelitian melalui sampling (Nursalam, 2018). Penentuan jumlah sampel menggunakan rumus Slovin sebagai berikut.

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

Keterangan:

n = Ukuran sampel/jumlah responden

N = Ukuran populasi

d = Persentase kelonggaran ketelitian kesalahan pengambilan sampel yang masih bisa ditolerir, $d = 10\% = 0,1$

Hasil perhitungan jumlah sampel penelitian adalah sebagai berikut

$$= \frac{79}{1 + 79(0,1)^2}$$

$$= \frac{79}{1 + 0,79}$$

$$= \frac{79}{1,79}$$

= 44,13 atau dibulatkan menjadi 45 responden

Berdasarkan rumus tersebut diketahui sampel terambil 45 orang setelah melalui kriteria inklusi dan eksklusi.

3. Teknik Sampling

Penelitian ini menggunakan *Nonprobability sampling* (*purposive sampling*) yaitu teknik memilih sampel di antara populasi sesuai dengan kriteria yang diinginkan peneliti (tujuan atau masalah dalam penelitian), sehingga sampel tersebut dapat mewakili karakteristik populasi yang telah dikenal sebelumnya (Nursalam, 2018).

Adapun sampel yang diambil harus memiliki kriteria sebagai berikut:

a. Kriteria Inklusi

- 1) Lansia muslim, bersedia menjadi responden dan menandatangani surat persetujuan (*informed consent*)
- 2) Lansia tidak mempunyai riwayat skizofrenia.
- 3) Lansia belum pernah diberikan terapi SEFT

b. Kriteria Eksklusi

- 1) Lansia putus menjalankan terapi SEFT
- 2) Lansia pindah tempat tinggal dan atau meninggal dunia

D. Variabel Penelitian

Variabel dependen adalah variabel yang dipengaruhi nilainya ditentukan oleh variabel lain (Nursalam, 2018). Variabel penelitian ini terdiri dari dua variabel, yaitu variabel bebas dan terikat.

1. Variabel Bebas (X)

Variabel bebas adalah variabel yang menjadi sebab perubahan atau timbulnya variabel dependen (terikat) (Hidayat, 2014). Variabel ini juga

dikenal dengan nama variabel bebas artinya bebas dalam mempengaruhi variabel lain. Variabel Independen dalam penelitian ini adalah terapi SEFT (*Spiritual Emotional Freedom Technique*).

2. Variabel Terikat (Y)

Variabel terikat adalah variabel yang dipengaruhi oleh variabel bebas. Variabel ini tergantung dari variabel bebas terhadap perubahan (Sugiyono, 2018). Variabel terikat dalam penelitian ini adalah penurunan kecemasan lansia.

E. Definisi Operasional

Tabel 3.1.
Definisi Operasional

Variabel	Definisi Operasional	Alat Ukur	Skala
Bebas (X) : Terapi <i>Spiritual Emotional Freedom Technique</i> (SEFT)	<i>Spiritual Emotional Freedom Tecnique</i> adalah terapi yang memadukan energi psikologi dan spiritua, dengan langkah <i>The set-up</i> (menetralsir energi negatif), <i>The tune-in</i> (mengarahkan pikiran pada tempat rasa sakit), dan <i>The tapping</i> (mengetuk ringan dengan ujung jari pada titik-titik tertentu). Terapi dilaksanakan selama \pm 15 menit dilakukan 4 kali terapi dalam 6 minggu penelitian.	Standard Operasional Prosedur (SOP)	
Terikat (Y) : Kecemasan	Perasaan subjektif yang dialami individu mengenai ketegangan mental yang menggelisahkan sebagai reaksi umum dan ketidakmampuan masalah atau adanya rasa aman.	Skala Kecemasan HARS	Interval Kriteria Kecemasan: 1) Skor < 6 = Tidak Ada Kecemasan 2) Skor 7-14 = Kecemasan Ringan 3) Skor 15-27 = Kecemasan Sedang 4) Skor > 27 = Kecemasan Berat

F. Instrumen Penelitian

Instrumen adalah alat atau fasilitas yang digunakan oleh peneliti dalam mengumpulkan data agar pekerjaannya lebih mudah dan hasilnya lebih baik (cermat, lengkap, dan sistematis) sehingga lebih mudah diolah.

1. Instrumen Pelaksanaan SEFT

Standard Operasional Prosedur (SOP) merupakan panduan yang digunakan peneliti untuk melakukan terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT).

2. Instrumen Kecemasan

Kuesioner Skala Kecemasan *Hamilton Anxiety Rating Scale* (HARS).

G. Uji Validitas dan Reliabilitas

Instrumen tidak dilaksanakan uji validitas dan reliabilitas dikarenakan sudah menggunakan instrumen baku. Skala Kecemasan *Hamilton Anxiety Rating Scale* (HARS) pertama kali digunakan pada tahun 1959, yang diperkenalkan oleh Max Hamilton dan sekarang telah menjadi standar dalam pengukuran kecemasan terutama pada penelitian *Trial Clinic* (Thompson, 2015). Skala HARS telah dibuktikan memiliki validitas dan reliabilitas cukup tinggi untuk melakukan pengukuran kecemasan pada penelitian *trial clinic* yaitu 0,93 dan 0,97. Kondisi ini menunjukkan bahwa pengukuran kecemasan skala HARS akan diperoleh hasil yang *valid* dan *reliable*.

H. Pengumpulan Data dan Analisa Data

1. Pengumpulan Data

Pengumpulan data penelitian menggunakan data primer berupa kuesioner skala kecemasan *Hamilton Anxiety Rating Scale* (HARS) yang

dibagikan kepada lansia sebelum dilaksanakan terapi (*pretest*) dan setelah diberikan terapi (*posttest*).

2. Analisis Data

Analisis data dalam penelitian ini menggunakan analisis univariat dan bivariat.

a. Analisis Univariat

Analisis univariat adalah analisis yang dilakukan terhadap tiap variabel dari hasil penelitian. Pada umumnya hanya menghasilkan distribusi dan presentase dari tiap variabel (Notoatmodjo, 2014).

Analisis univariat digunakan untuk mencari statistik yang meliputi mean, median, modus, standar deviasi, dengan rumus (Hastono, 2014):

$$\text{Mean} : \frac{\sum Xi}{n}$$

$$\text{Median} : \frac{n+1}{2}$$

Modus : nilai pengamatan yang mempunyai frekuensi terbanyak

$$\text{Standard Deviation} : \sqrt{\frac{\sum (Xi - X)^2}{n}}$$

b. Analisis Bivariat

Analisis bivariat yaitu analisis yang dilakukan terhadap dua variabel yang diduga berhubungan atau berkorelasi (Notoatmodjo, 2014). Untuk pengujian pengaruh terapi SEFT terhadap penurunan halusinasi pendengaran dengan tingkat kemaknaan 0,05 (5%), dengan terlebih dahulu diuji prasyarat penelitian uji normalitas.

Menurut Hadiwijaya (2014) uji prasarat terdiri dari uji normalitas, uji normalitas berkaitan dengan sifat sebaran data. Uji normalitas digunakan untuk menentukan apakah data berdistribusi normal atau tidak. Penelitian ini akan menggunakan uji normalitas dengan uji

Kolmogorov-Smirnov melalui pendekatan *Shapiro Wilk* menggunakan rumus sebagai berikut:

$$D = \text{Maksimum } |FT - FS|$$

Keterangan:

FT : probabilitas kumulatif normal

FS : probabilitas kumulatif empiris

Jika nilai $|FT - FS|$ terbesar < nilai tabel *Kolmogorov-Smirnov* maka hipotesis diterima, berarti data berdistribusi normal.

Analisis bivariat digunakan untuk menganalisis penurunan derajat kecemasan yang diduga terjadi perubahan setelah diberikan perlakuan terapi. Sebelum dilakukan uji hipotesis dilakukan uji normalitas. Keputusan uji hipotesis ditentukan oleh normal/tidak normalnya data penelitian. Adapun keputusan uji normalitas sebagai berikut:

- 1) Jika data berdistribusi normal uji hipotesis menggunakan *Paired Sample t-test*,
- 2) Jika data berdistribusi tidak normal uji hipotesis menggunakan *Wilcoxon Test*,

Rumus uji t:

$$t = \frac{(\bar{X}_1 - \bar{X}_2) - (\mu_1 - \mu_2)}{\sqrt{\frac{\sigma_1^2}{n_1} + \frac{\sigma_2^2}{n_2}}}$$

Untuk menjawab hipotesis dilakukan dengan membandingkan alpha (α) dengan ρ value yang didapat. Nilai α dalam penelitian ini adalah 5% (0,05). H_0 ditolak bila ρ value \leq nilai α dan H_0 diterima bila nilai ρ value $>$ nilai α (Hastono, 2014).

I. Etika Penelitian

Masalah etika penelitian keperawatan merupakan masalah yang sangat penting dalam penelitian, mengingat penelitian keperawatan berhubungan langsung dengan manusia, maka segi etika penelitian harus diperhatikan (Nursalam, 2018).

1. *Benefite* (Keuntungan)

Memberi manfaat secara langsung maupun secara tidak langsung terhadap proses penelitian yang akan dilakukan secara berkelanjutan pada manfaat penelitian pada aspek teoritis serta praktis bagi kepentingan pada Institusi pengambilan data serta individu responden.

2. *Respect for Human Dignity* (Menghormati Martabat)

Pemberian penghargaan terhadap aspek-aspek martabat manusia dengan menghormati perbedaan pemahaman terhadap respon yang memberikan jawaban, kendala penerimaan informasi dari peneliti respon atau narasumber, serta kemampuan memahami berbagai perbedaan lain sebagai sesuatu yang patut di hargai dan dihormati.

3. *Justice* (Keadilan)

Berkeadilan dalam memberi informasi bagi responden atau narasumber tanpa memandang perbedaan status social, tingkat pengetahuan, agama serta ras. Semua diperlakukan seadil-adilnya dalam pengambilan data penelitian serta memberikan penghormatan kepada individu yang menolak atau menerima.

4. *Informed consent* (Lembar Persetujuan)

Subjek harus mendapatkan informasi secara lengkap tentang tujuan

penelitian, yang akan dilaksanakan, mempunyai hak untuk bebas berpartisipasi atau menolak menjadi responden. Pada *Informed Consent* perlu dicantumkan bahwa data yang diperoleh hanya akan dipergunakan untuk pengembangan ilmu.

5. *Confideantialy* (Kerahasiaan)

Subjek mempunyai hak untuk meminta bahwa data yang diberikan harus dirahasiakan, prinsip kerahasiaan diterapkan dengan cara tidak mencantumkan identitas pada kuesioner, seperti nama dan alamat, kemudian diganti dengan kode 1, 2, 3 dan seterusnya. Hal ini dilakukan untuk menjaga privasi, menjaga jawaban responden dan memenuhi aspek *anonymity*.

J. Jalannya Penelitian

Jalannya penelitian ini dilakukan dengan tahapan prosedur sebagai berikut:

1. Tahap Persiapan

- a. Peneliti melakukan studi pendahuluan pada bulan Maret 2023 untuk mencari informasi keadaan lansia di Posyandu Lansia Kencana Sari Wilayah Kerja Puskesmas Simo.
- b. Peneliti mengajukan judul penelitian ke Biro Konsultasi TA/Skripsi Fakultas Sains Teknologi dan Kesehatan Universitas Sahid Surakarta..
- c. Peneliti menyusun hasil observasi awal penelitian.
- d. Peneliti penyusunan proposal penelitian.
- e. Peneliti berkonsultasi kepada pembimbing 1 dan 2.

2. Tahap Pelaksanaan

- a. Peneliti meminta surat izin penelitian dari Fakultas Sains Teknologi dan Kesehatan Universitas Sahid Surakarta ke Ka Puskesmas Simo.
- b. Meminta izin kepada lansia.
- c. Mempersiapkan SOP dan Kuesioner
- d. Pelaksanaan Terapi

Peneliti melakukan terapi sesuai dengan SOP yang berlaku, dilaksanakan 4 kali terapi selama 6 minggu, yaitu meliputi:

- 1) Pra Tahap, peneliti mempersiapkan rencana pelaksanaan terapi dengan menentukan jadwal pertemuan dan alokasi waktu yang digunakan.
- 2) Minggu 1, dilaksanakan pada hari Minggu tanggal 14 Mei 2023 peneliti mengadakan terapi pertama dimana semua lansia berkumpul di Posyandu Lansia Kencana Sari untuk melaksanakan terapi pertama, sekaligus pengambilan data awal (*pre test*) untuk mengukur derajat kecemasan lansia. Untuk tahap 2 dan 3 peneliti membagi kedalam 2 kelompok berisi 20-25 lansia.
- 3) Minggu 2, dilaksanakan pada hari Minggu tanggal 21 Mei 2023 peneliti melaksanakan terapi 2 pada kelompok 1, dilaksanakan di rumah warga untuk melanjutkan terapi kedua untuk kelompok 1.
- 4) Minggu 3, dilaksanakan pada hari Minggu tanggal 28 Mei 2023 peneliti melaksanakan terapi 2 pada kelompok 2, dilaksanakan di rumah warga untuk melanjutkan terapi kedua untuk kelompok 2.

- 5) Minggu 4, dilaksanakan pada hari Minggu tanggal 4 Juni 2023 peneliti melaksanakan terapi 3 pada kelompok 1, dilaksanakan di rumah warga untuk melanjutkan terapi ketiga untuk kelompok 1.
- 6) Minggu 5, dilaksanakan pada hari Minggu tanggal 11 Juni 2023 peneliti melaksanakan terapi 4 pada kelompok 2, dilaksanakan di rumah warga untuk melanjutkan terapi ketiga untuk kelompok 2.
- 7) Minggu 6, dilaksanakan pada hari Minggu tanggal 18 Juni 2023 peneliti melaksanakan terapi 4 pada semua lansia dilaksanakan di Posyandu Lansia Kencana Sari untuk melaksanakan terapi keempat sekaligus pengambilan data akhir (*post test*) untuk mengukur derajat kecemasan lansia.

e. Evaluasi Terapi

Evaluasi terapi dilaksanakan setiap minggu 1 sampai 6, jika ada kekurangan pada minggu 1 dievaluasi dan dilakukan pembenahan pada minggu berikutnya dan seterusnya, sehingga diperoleh pelaksanaan terapi SEFT sebanyak 4 kali terapi dalam rentang 6 minggu penelitian.

3. Tahap Pelaporan

Pengolahan data yang terkumpul dengan cara:

- a. *Editing*, yaitu memeriksa data yang telah dikumpulkan agar tidak terjadi kesalahan.
- b. *Coding*, yaitu memberikan kode pada atribut variabel untuk mempermudah analisa data.
- c. *Tabulating*, adalah melakukan pengelompokan data ke dalam tabel sehingga memudahkan untuk dianalisis.

- d. *Entry data*, adalah memasukan data yang telah diperoleh dengan menggunakan komputer.
 - e. *Processing*, yaitu data yang dapat digunakan diprogram komputer. Salah satu paket program yang digunakan adalah IBM SPSS 21.
 - f. *Cleaning*, merupakan kegiatan pengecekan kembali data yang sudah dientry apakah terdapat kesalahan atau tidak.
4. Penulisan Laporan

Laporan disusun setelah diselesaikan proses pengolahan data dan selanjutnya diajukan ke pembimbing.