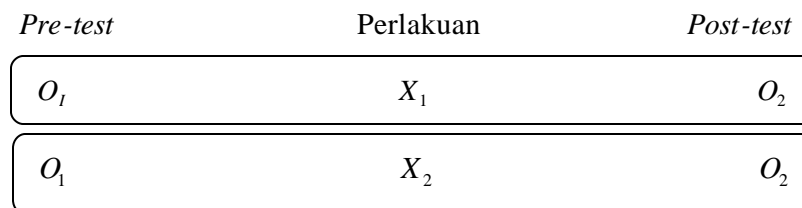


BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Jenis penelitian ini menggunakan *Quasi Eksperiment* Rancangan penelitian yang digunakan adalah rancangan *Pre-test* dan *Post-test Design*. Dalam penelitian ini dibagi menjadi 2 kelompok yaitu kelompok 1 diberikan perlakuan berupa terapi musik instrumental (judul lagu *forever in love*, *waiting for you* dan *my heart will go on*) selama 30 menit dan kelompok 2 diberikan terapi musik klasik (judul *Beethoven Fur Elise*, *Song From a Secret Garden* dan *Kitaro-Koi*) selama 30 menit. Sebelum dilakukan perlakuan, dilakukan dulu pengukuran tingkat stres dengan kuesioner kemudian setelah 1 minggu perlakuan (*post-test*) dilakukan pengukuran tingkat stres kembali dengan menggunakan kuesioner yang sama. Desain penelitian ini dapat digambarkan sebagai berikut:



Gambar 3.1. *Pre-test* dan *post-test Design*

Keterangan :

O_1 : *Pre-test* kelompok perlakuan dengan media musik instrumental

O_2 : *Post-test* kelompok perlakuan dengan media musik klasik

O_1 : *Pre-test* kelompok perlakuan dengan media musik instrumental

O_2 : *Post-test* kelompok perlakuan dengan media musik klasik

X_1 : Perlakuan media musik instrumental

X_2 : Perlakuan media musik klasik

B. Lokasi dan Waktu Penelitian

1. Lokasi Penelitian

Penelitian dilakukan di Universitas Sahid Surakarta di Jl. Adisucipto No. 154 Surakarta.

2. Waktu penelitian

Waktu penelitian akan dilaksanakan pada tanggal 29 Desember sampai dengan 06 Januari 2017.

C. Populasi dan Sampel Penelitian

1. Populasi

Populasi merupakan keseluruhan sumber data yang diperlukan dalam suatu penelitian (Saryono: 2011). Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek atau subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang diterapkan peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono:2007). Populasi pada penelitian ini adalah seluruh mahasiswa tingkat akhir Program Studi Keperawatan Universitas Sahid Surakarta yang sedang melaksanakan skripsi yaitu sebanyak 110 mahasiswa.

2. Sampel

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut (Sugiono, 2007). Jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 30 orang (terdiri dari berbagai fakultas di Universitas Sahid Surakarta), terdiri dari 15 responden dengan terapi musik instrumental dan 15 responden terapi musik klasik.

Adapun metode pengambilan sample yang digunakan pada penelitian ini adalah *purposive sampling*, yakni dipilih dari populasi berdasarkan pertimbangan kriteria sebagai berikut :

a. Kriteria inklusi

- 1) Subjek mahasiswa tingkat akhir Universitas Sahid Surakarta
- 2) Subjek bersedia diberikan atau diperdengarkan terapi musik instrumental dan klasik
- 3) Subjek setuju menjadi responden

b. Kriteria eksklusi

- 1) Dalam kondisi sakit
- 2) Subjek mengundurkan diri

D. Variabel Penelitian

Menurut Sugiyono (2009) variabel penelitian adalah sesuatu hal yang berbentuk apa saja yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi tentang hal tersebut, dan kemudian ditarik kesimpulannya.

Variabel dalam penelitian ini adalah :

1. Variabel Bebas (Independent)

Merupakan variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variabel dependen. Variabel bebasnya adalah terapi musik klasik dan terapi musik instrumemal.

2. Variabel Terikat (Dependent)

Merupakan variabel yang dipengaruhi atau akibat, karena adanya variabel bebas. Variabel terikatnya adalah tingkat stress.

E. Definisi Operasional

Definisi operasional adalah mendefinisikan variabel secara operasional berdasarkan karakteristik yang diamati, sehingga memungkinkan peneliti untuk melakukan observasi atau pengukuran secara cermat terhadap suatu objek atau fenomena (Alimul,2007).

Untuk mendapatkan kesamaan pengertian dalam penelitian ini perlu dibuat definisi untuk masing-masing variabel yang sudah diteliti, adalah sebagai berikut :

Tabel 3.1 : Definisi Operasional

Variabel	Definisi Operasional	Alat Ukur	Hasil Ukur	Skala
Terapi musik instrumental	Terapi musik yang melantunkan tanpa vokal dan hanya instrumen atau alat musik yang melantunkan. Musik yang digunakan adalah <i>Beethoven Fur Elise, Song From a Secret Garden</i> dan <i>Kitaro-Koi</i>	Lembar observasi berdasarkan pemberian terapi musik instrumental	0 = dropout (tidak mengikuti terapi kurang dari 3 hari) 1 = mengikuti terapi musik selama 3 hari	
Terapi musik klasik	Terapi musik klasik merupakan komposisi dari budaya barat yang memiliki alunan musik yang lembut. Musik yang digunakan adalah <i>Forever in love, waiting for you</i> dan <i>my heart will go on.</i>	Lembar observasi berdasarkan pemberian terapi musik klasik	0 = dropout (tidak mengikuti terapi kurang dari 3 hari) 1 = mengikuti terapi musik selama 3 hari	
Stress	Suatu reaksi tubuh terhadap situasi yang menimbulkan tekanan, perubahan dan ketegangan emosi pada mahasiswa yang sedang dalam tingkat akhir	Kuesioner sebanyak 42 soal dengan pengukuran Likert, skor untuk tiap jawaban 0-3 berdasarkan <i>Depression Anxiety Stres Scale</i> (DASS).	Skor 0 – 69 Normal Skor 69 – 78 Ringan Skor 78 – 86 Sedang Skor 86 – 89 Berat Skor 89 – 91 Sangat Berat (Lovibond & Lovibond, P.F. (1995)	Ordinal

F. Instrumen Penelitian

Instrumen atau pedoman yang digunakan dalam penelitian ini yaitu serangkaian pertanyaan yang dibuat oleh peneliti untuk mencari data tentang perbandingan terapi musik instrument dan musik klasik terhadap penurunan tingkat stress pada mahasiswa tingkat akhir Program Studi Keperawatan Universitas Sahid Surakarta Surakarta. Untuk mengetahui perbandingan terapi musik instrument dan musik klasik dengan menggunakan media *tape recorder*.

Sedangkan kuesioner untuk mengetahui tingkatan stress diukur dengan menggunakan *Depression Anxiety Stress Scale 42(DASS 42)* dari Lovibond & Lovibond (1995). *Psychometric Properties of the Depression Anxiety stress Scale 42 (DASS 42)* terdiri 42 item pertanyaan

Masing-masing dari tiga skala DASS berisi 14 item, dibagi menjadi subskala dari 2-5 item dengan isi yang serupa. Skala depresi menilai *dysphoria*, putus asa, devaluasi hidup, sikap meremehkan diri, kurangnya minat/keterlibatan, *anhedonia* dan *inersia*. Skala kecemasan menilai gairah otonom, efek otot rangka, kecemasan situasional dan pengalaman subjektif dari mempengaruhi cemas. Skala stress sensitif terhadap tingkat kronis *non-spesifik* gairah. Ini menilai kesulitan santai, gairah saraf, dan menjadi mudah marah/gelisah, mudah tersinggung/*over-reaktif* dan tidak sabar. Subjek diminta untuk menggunakan 4 point keparahan/skala frekuensi untuk menilai sejauh mana mereka telah mengalami masing-masing negara selama seminggu terakhir. Skor untuk depresi, kegelisahan dan stress dihitung dengan

menjumlahkan skor untuk item yang selain kuesioner 42 item dasar, versi pendek, DASS adalah 14, tersedia dengan 8 item per skala. Perhatikan juga bahwa versi sebelumnya dari skala DASS disebut sebagai kuesioner *Self-Analysis (SAQ)*. Sebagai skala dari DASS telah terbukti memiliki konsistensi internal yang tinggi dan untuk menghasilkan diskriminasi yang berarti dalam berbagai pengaturan, timbangan harus memenuhi kebutuhan baik peneliti dan dokter yang ingin mengukur keadaan saat ini atau perubahan keadaan dari waktu ke waktu (misalnya, dalam pengobatan) pada tiga dimensi depresi, kecemasan dan stress.

Cara melakukan penilaian sebagai berikut :

1. Pengukuran Pemberian Terapi Musik Instrumen dan Klasik

Terapi musik instrumental dan klasik melalui *tape recorder* selama 30 menit dengan dosis 1x sehari pada pukul 10 siang selama 3 hari. Untuk mengingatkan jadwal penelitian kepada responden dalam pelaksanaan penelitian, peneliti akan menggunakan *system re-call (via telpon/sms)* untuk mengingatkan agar responden tidak lupa untuk datang mengikuti penelitian.

Setiap responden akan diberikan lembaran yang dimana nantinya lembaran tersebut berisi jadwal mendengarkan musik selama 3 hari. Setiap setelah mendengarkan musik, responden diminta untuk mencentang pada kolom yang telah tersedia pada lembaran tersebut dan harus diisi dengan sejujur-jujurnya oleh responden. Responden akan di *drop-out* bila tidak rutin mendengarkan musik selama 3 hari berturut-turut. Sebelum diberikan terapi musik, responden diukur tingkat stresnya dengan kuesioner dan

setelah 3 hari maka akan dilakukan pengukuran tingkat stress kembali dengan menggunakan kuesioner yang sama.

2. Pengukuran Tingkat Stres Pada Mahasiswa

Skor yang diperoleh dari jawaban responden terhadap instrumen DASS. Subjek diminta untuk memilih salah satu dari empat alternatif jawaban yang digunakan dengan skala penilaiannya adalah sebagai berikut:

Tidak pernah merasakan	skor 0
Pernah merasakan	skor 1
Merasakan	skor 2
Sering merasakan	skor 3

(Lovibond & Lovibond, P.F. (1995))

Hasil jawaban kuesioner akan dianalisa dengan tingkatan stress pada instrumen DASS 42 Lovibond & Lovibond (1995) menggolongkan pada lima tingkatan yaitu *normal*, *mild*, *moderate*, *severe* dan *extremely* atau bisa dikatakan sebagai tingkatan normal, ringan, sedang, berat dan sangat berat.

Interpretasi skor :

1) Skor 0 – 69	Normal
2) Skor 69 – 78	Ringan
3) Skor 78 – 86	Sedang
4) Skor 86 – 89	Berat
5) Skor 89 – 91	Sangat Berat (Lovibond & Lovibond, P.F. (1995))

G. Uji Validitas dan Reliabilitas

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan uji coba terpakai yaitu penelitian langsung dijadikan sebagai dasar analisa. Penelitian ini menggunakan instrumen DASS 42, skala stres ini tidak dilakukan uji validitas karena menggunakan instrumen baku *Depression Anxiety Stress Scale 42* (DASS 42) dengan nilai koefisien alfa depresi 0,947, ansietas 0,897, dan stress 0,933 (Crawford & Henry, 2005)

Cronbach alpha Depression Anxiety Stress Scale 42 (DASS 42) ditemukan memiliki nilai alfa 0,93 (Crawford & Henry, 2005) sehingga instrumen penelitian ini reliabel.

H. Pengumpulan Data dan Analisa Data

Pengumpulan data merupakan langkah awal dalam mendapatkan data penelitian. Setelah data terkumpul, dilakukan tahapan prosedur sebagai berikut:

1. Pengolahan data

Pengolahan data pada penelitian ini dilakukan dengan tahapan-tahapan sebagai berikut (Sujarweni, 2014) :

a. Editing

Tahap *editing* yaitu memeriksa kejelasan dan kelengkapan pengisian instrumen pengumpulan data.

b. Coding

Teknik koding yaitu proses identifikasi dan klarifikasi dari setiap pertanyaan yang terdapat dalam instrumen pengumpulan data menurut variabel-variabel yang diteliti.

c. *Entry*

Entry data merupakan kegiatan memasukkan data yang telah dikumpulkan ke dalam master table atau kartu kode. Setelah dilakukan pengkodean data mentah selanjutnya data dimasukkan di *Ms.Excel*.

d. *Tabulating*

Tahap tabulasi data adalah mencatat atau entry data ke dalam table induk penelitian.

2. Analisa Data

Pada penelitian ini data yang sudah terkumpul kemudian dianalisis menggunakan *software* pada komputer meliputi:

a. Analisis Univariat

Analisis univariat digunakan untuk melakukan analisa pada setiap variabel yang diteliti dengan tujuan untuk mengetahui distribusi frekuensi dan persentase setiap variabel serta nilai-nilai statistik meliputi mean, median, modus, *standart deviation*, nilai minimum dan maksimum pada variabel *dependent* yang kemudian disajikan dalam bentuk tabel atau grafik dan dipresentasikan, sedangkan variabel *independent* hanya disebut *coding* yaitu kode 1 untuk terapi musik instrumental dan kode 2 terapi musik klasik. Analisis univariat juga digunakan untuk menganalisis data karakteristik responden meliputi umur dan jenis kelamin.

b. Analisis Bivariat

Analisis bivariat pada penelitian ini digunakan untuk mengetahui pengaruh pemberian terapi musik pada kedua kelompok. Sebelum melakukan analisis bivariat data diuji terlebih dahulu

dengan menggunakan uji *Shapiro Wilk* . Jika data berdistribusi normal uji beda kelompok menggunakan uji *paired sample t-test* dan data berdistribusi tidak normal menggunakan uji *Wilcoxon* . Untuk membandingkan hasil dari kelompok terapi music instrument dan klasik jika data berdistribusi normal menggunakan uji *independent t-test* dan apabila data berdistribusi tidak normal menggunakan alternative uji *Mann Whitney Test*

I. Etika Penelitian

Menurut Alimul (2007) etika dalam penelitian merupakan hal yang sangat penting dalam pelaksanaan sebuah penelitian, mengingat penelitian keperawatan akan berhubungan langsung dengan manusia. Oleh karena itu, segi etika penulisan harus diperhatikan karena manusia mempunyai hak asasi dalam kegiatan penelitian. Masalah etika dalam penelitian meliputi :

1. *Informed consent* (Persetujuan)

Lembar persetujuan diberikan kepada subyek yang akan diteliti. Peneliti menjelaskan maksud dan tujuan riset yang telah dilakukan serta dampak yang mungkin terjadi selama dan sesudah pengumpulan data. Jika responden bersedia diteliti, maka mereka harus menandatangani lembar persetujuan tersebut.

2. *Anonymity* (Tanpa Nama)

Untuk menjaga kerahasiaan identitas subyek, peneliti tidak akan mencantumkan nama subyek pada lembar alat ukur. Lembar tersebut hanya diberi nomor atau kode tertentu.

3. *Confidentiality* (kerahasiaan)

Kerahasiaan informasi yang diberikan responden dijamin oleh peneliti.

J. Jalannya Penelitian

Penyusunan penelitian ini dilakukan melalui beberapa tahapan. Adapun tahapan penyusunan penelitian ini adalah :

1. Tahap persiapan
 - a. Konsultasi dengan pembimbing guna menyusun proposal dan instrument penelitian.
 - b. Pengajuan ijin pelaksanaan kepada Mahasiswa tingkat akhir Program Studi Keperawatan Universitas Sahid Surakarta.
2. Tahapan Pelaksanaan

Setelah mendapatkan ijin, penelitian akan dilaksanakan dengan langkah-langkah penelitian adalah bertemu responden yaitu Mahasiswa Universitas Sahid Surakarta untuk memberikan penjelasan tentang maksud dan tujuan serta kesanggupan menjadi responden. Terapi musik instrumental dan klasik melalui tape recorder selama 30 menit dengan dosis 1x sehari pada pukul 10 siang selama 3 hari. Untuk mengingatkan jadwal penelitian kepada responden dalam pelaksanaan penelitian, peneliti akan menggunakan system re-call (via telpon/sms) untuk mengingatkan agar responden tidak lupa untuk datang mengikuti penelitian.

Setiap responden akan diberikan lembaran yang dimana nantinya lembaran tersebut berisi jadwal mendengarkan musik selama 3 hari. Setiap setelah mendengarkan musik, responden diminta untuk mencentang pada kolom yang telah tersedia pada lembaran tersebut dan harus diisi dengan sejujur-jujurnya oleh responden. Responden akan di drop-out bila tidak rutin mendengarkan musik selama 3 hari berturut-turut. Sebelum diberikan terapi musik, responden diukur tingkat stresnya dengan kuesioner dan setelah 3 hari maka akan dilakukan pengukuran tingkat stress kembali dengan menggunakan kuesioner yang sama.

3. Tahapan Penyusunan Laporan
 - a. Setelah data terkumpul, akan dilakukan analisa data dengan uji beda.
 - b. Menyusun konsep akhir dan seminar hasil penelitian.
 - c. Setelah konsep laporan penelitian ini disetujui penguji tahap akhir dari penelitian, tahap selanjutnya adalah penjilidan dan pengumpulan.