

BAB 3 METODE PENELITIAN

3.1 Jenis dan Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif. Artinya, data yang dikumpulkan berupa angka dan dianalisis secara statistik berupa data-data yang dapat dihitung (Sahir,2022). Desain penelitiannya adalah *pra eksperimen* dengan rancangan *one group pre posttest* pada desain penelitian ini melibatkan tiga langkah. Pertama, dilakukan pengukuran awal (*pretest*) untuk mengetahui kondisi awal variabel yang diteliti. Kemudian, diberikan perlakuan khusus pada subjek penelitian. Terakhir, dilakukan pengukuran akhir (*posttest*) untuk melihat perubahan yang terjadi akibat perlakuan tersebut (Hikmawati, 2020).

**Tabel 3. 1 Rancangan Penelitian Pre Eksperimen
One Group Pre Posttest**

Subyek	Pre-test	Perlakuan	Post-test
K	O	I	IO
	Waktu 1	Waktu 2	Waktu 3

Sumber : Nurslam 2015

Keterangan :

- K : Subyek (Pasien Hipertensi di Puskesmas Oesapa)
- O : Pengukuran tingkat kecemasan pada pasien hipertensi di Puskesmas Oesapa
- I : Pemberian Terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT)
- IO : Pengukuran perubahan tingkat kecemasan sebelum dan sesudah di berikan terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) terhadap penderita hipertensi di Puskesmas Oesapa.

3.2 Populasi, Sampel, dan Teknik Sampling

3.2.1 Populasi

Populasi adalah keseluruhan subjek penelitian, dapat berupa orang maupun wilayah. Populasi penelitian adalah sekelompok orang, benda, atau hal yang menjadi sumber pengambilan sampel, sekumpulan yang memenuhi syarat-syarat tertentu yang berkaitan dengan masalah penelitian (Sahir, 2022). Populasi dalam penelitian ini adalah Penderita Hipertensi yang berjumlah 1.870 di Puskesmas Oesapa.

3.2.2 Sampel

Sampel adalah sebagian dari populasi penelitian atau biasa disebut contoh dari keseluruhan populasi dalam penelitian. Sampel juga biasa disebut sebagian atau wakil populasi yang diteliti (Sahir, 2022). Sampel pada penelitian ini adalah penderita hipertensi dengan kecemasan di Puskesmas Oesapa. Kriteria sampel yang digunakan adalah inklusi dan eksklusi

1. Kriteria inklusi

- a) Semua pasien hipertensi dengan kecemasan yang sedang menjalani pengobatan dan tercatat di wilayah kerja Puskesmas Oesapa.
- b) Usia penderita hipertensi dewasa 21- 54 tahun
- c) Pasien yang mengalami hipertensi dengan nilai tekanan darah sistolik minimal 140 mmHg dan diastolik minimal 90 mmHg.
- d) Pasien yang bisa membaca dan menulis
- e) Bersedia menjadi responden
- f) Bersedia mengikuti terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) .

2. Kriteria eksklusi

- a) Pasien hipertensi dengan tekanan darah sistolik ≥ 160 mmHg dan diastolik ≥ 100 mmHg.

3.2.3 Besar sampel

Menurut (Abubakar, 2017) penentuan besar sampel pada populasi dikategorikan sebagai berikut:

- a. Populasi dibawah 50 orang diambil semua.
- b. Populasi antara 50 -100 = 50 %.
- c. Populasi antara 100-300 =25 %.
- d. Populasi antara 300-500=10-20 %.
- e. Populasi 500-keatas diambil, 5-15%

Besar sampel dalam penelitian ini menggunakan rumus slovin

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

Keterangan :

n= besar sampel minimal

N= jumlah populasi

e= tingkat eror

$$n = \frac{1.870}{1 + 1.870 (0,15)^2}$$

$$n = \frac{1.870}{43,075}$$

$$n = 43,41$$

$$n = 44$$

Berdasarkan perhitungan besaran sampel dibutuhkan 44 orang responden.

3.2.4 Teknik Sampling

Teknik sampling adalah cara untuk mengambil dan menentukan sampel dalam suatu penelitian. Teknik sampling dibagi menjadi dua yaitu sampling *probability* dan *sampling non probability* (Sahir, 2022). Teknik sampling yang digunakan dalam peneliti ini menggunakan *non probability sampling* dengan metode *purposive sampling*. Purposive

Sampling merupakan teknik pengambilan sampel dengan sengaja memilih partisipan yang memenuhi syarat khusus yang telah ditetapkan oleh peneliti untuk mewakili karakteristik populasi yang sudah diketahui.

3.3 Variabel Penelitian

Variabel penelitian adalah komponen peneliti yang telah ditetapkan variabel-variabel yang akan diteliti secara khusus. Variabel-variabel ini, yang terdiri dari variabel bebas (independen) dan variabel terikat (dependen), akan dianalisis untuk mendapatkan jawaban atas permasalahan penelitian dan menghasilkan kesimpulan yang valid."

1. Variabel independen adalah faktor yang dapat menyebabkan perubahan pada variabel lain (variabel dependen). Hubungan antara keduanya bisa searah (positif) atau berlawanan arah (negatif). (Sahir, 2022). Variabel independen pada penelitian ini adalah terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT).
2. Variabel dependen merupakan variabel yang mengalami perubahan sebagai konsekuensi dari perubahan variabel independen. (Sahir, 2022). Variabel dependen pada penelitian ini adalah tingkat kecemasan pasien hipertensi.

3.4 Definisi Operasional Penelitian

Tabel 3. 2 Definisi Operasional

Penelitian	Definisi	Alat Ukur	Hasil Ukur	Skala
Operasional				
Independen	SEFT adalah teknik relaksasi dengan menggunakan kombinasi sistem tubuh , psikologis dan teknik terapi	SAP	-	-

(SEFT) erapi <i>Spiritual</i>	spiritual dengan menekan 18 titik tertentu pada tubuh penderita hipertensi di puskesmas oesapa dengan tujuan untuk menurunkan kecemasan.			
Dependen: tingkat kecemasan	Kecemasan adalah perasaan ketidakpastian, kegelisahan, ketakutan, atau ketegangan yang dialami penderita hipertensi di puskesmas oesapa dalam berespons terhadap objek atau situasi yang tidak diketahui.	Kuesioner	1. Skor 0-7 = tidak ada kecemasan 2. Skor 8-9 = kecemasan ringan 3. Skor 10-14 = kecemasan sedang 4. Skor 15-19 = kecemasan berat 5. Skor >20 = kecemasan sangat berat.	Ordinal

3.5 Instrumen Penelitian dan Uji Validitas dan Reliabilitas

Instrumen penelitian adalah sarana yang digunakan untuk mengumpulkan data penelitian meliputi angket/kuesioner, lembar observasi (Sahir, 2022), daftar wawancara. Instrumen penelitian adalah perangkat yang dipakai untuk mengukur suatu fenomena yang sedang diamati (Sahir, 2022). Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah berupa SOP

Terapi Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) dan kuesioner tentang tingkat kecemasan yang terdiri dari :

- 1) Kuisisioner data identitas responden terdiri dari nama, umur, jenis kelamin, pekerjaan dan nomor telepon
- 2) Kuesioner *Depression Anxiety Stress Scales* (DASS 14) merupakan alat ukur kecemasan untuk mengetahui sejauh mana kecemasan pasien. DASS mempunyai 14 aspek penilaian, menggunakan skala 0-3 dengan 0 berarti (tidak pernah), 1(kadang-kadang) , 2 (sering) , dan 3 (sangat sering). Skala DASS juga telah terbukti valid dan reliabel, dapat ditinjau dari hasil uji validitas dan uji reliabilitas yang tinggi yaitu 0.936, dapat disimpulkan bahwa kuesioner yang digunakan adalah reliabel.

Tabel 3. 3 Penilaian Tingkat Kecemasan

Tingkat	Skor
Normal	0-7
Ringan	8-9
Sedang	10-14
Berat	15-19
Sangat Berat	>20

3.6 Metode Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data adalah metode yang digunakan untuk memperoleh informasi yang dibutuhkan dalam penelitian. Ketepatan teknik ini sangat penting untuk menghasilkan data yang valid dan dapat diandalkan dalam menguji hipotesis penelitian. (Hikmawati, 2020). Data dalam penelitian ini dikumpulkan melalui tiga metode utama, yaitu wawancara, kuesioner, dan observasi.

1. Wawancara

Wawancara adalah proses interaksi verbal di mana satu pihak (pewawancara) secara aktif mencari informasi dari pihak lain (terwawancara) dengan mengajukan pertanyaan-pertanyaan spesifik. (Abubakar, 2017). Wawancara pada penelitian ini dilakukan dengan menggunakan pedoman wawancara yang berisi pertanyaan terbuka. Data penunjang berisi informasi atau keterangan secara lisan dari subjek penelitian berupa nama, umur, jenis kelamin, pekerjaan, lama menderita hipertensi dan pendidikan.

2. Kuisisioner/ angket

Angket merupakan instrumen penelitian yang terdiri dari serangkaian pertanyaan tertulis, dirancang untuk memperoleh data dari responden guna menjawab permasalahan penelitian. (Abubakar,2017).

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan jenis kuisisioner tertutup dimana responden tinggal memilih salah satu dari pilihan jawaban dari pertanyaan yang tersedia dengan keterangan Nilai 0 = tidak terdapat gejala yang muncul : Nilai 1 = terdapat gejala ringan (hanya muncul satu gejala), Nilai 2 = gejala sedang (muncul sebagian gejala), Nilai 3 = gejala berat (muncul lebih dari setengah gejala) dan Nilai 4 = muncul seluruh gejala

3. Observasi

Observasi adalah cara mengumpulkan informasi dengan cara peneliti langsung melihat dan mencatat apa yang terjadi di tempat kejadian. Setelah itu, peneliti bisa mendeskripsikan masalah yang dilihatnya dan membandingkannya dengan data dari cara lain seperti survei atau wawancara. Hasilnya lalu dikaitkan dengan teori yang sudah ada dan penelitian sebelumnya." (Sahir, 2022).

Observasi dalam penelitian ini dilakukan dengan peneliti melihat menggunakan panca indera untuk mendeskripsikan pelaksanaan

terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) pada penderita hipertensi. Observasi dilakukan menggunakan lembar observasi dengan cara melihat ketepatan dan kemampuan klien dalam melakukan terapi *spiritual emotional freedom technique* sesuai standar operasional prosedur (SOP).

4. Media Booklet yang berisi yang tentang definisi terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT), Indikasi dan kontraindikasi terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT), langkah-langkah terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT), dan kunci keberhasilan terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) yang dirancang sendiri oleh peneliti.

3.7 Langkah-langkah Penelitian

1. Administrasi

Dalam melakukan penelitian ini, peneliti mengurus surat persetujuan pengambilan data awal dan surat persetujuan penelitian dari Direktorat Poltekkes Kemenkes Kupang untuk selanjutnya diberikan kepada Kepala Puskesmas Oesapa Kota Kupang. Setelah surat dikeluarkan oleh bagian administrasi dan ditanda tangani oleh Direktur, surat tersebut diantar ke Dinas Kesehatan Kota Kupang, kemudian surat tersebut diajukan ke Kepala Puskesmas Oesapa Kota Kupang. Setelah suratnya diterima, peneliti melakukan pengambilan data awal jumlah penderita hipertensi pada tanggal 10 Januari 2024.

2. Penentuan responden

Setelah peneliti mendapatkan data awal jumlah pasien hipertensi, peneliti menentukan responden/sampel penelitian. Responden yang memenuhi syarat inklusi diberikan penjelasan bila bersedia menjadi responden dan menandatangani inform consent dengan didampingi oleh peneliti agar dapat diberikan kejelasan jika belum dimengerti.

3. Proses pengambilan data dilakukan di Puskesmas Oesapa Kota Kupang. Proses pengambilan data penelitian dibagi menjadi:

a. Pre-test

Setelah responden menandatangani lembar persetujuan, peneliti mulai melakukan pengambilan data sesuai dengan metode penelitian yang diawali dengan pre test, dimana pembagian kuesioner dilakukan untuk diisi oleh responden sebelum dilakukan perlakuan berupa terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT). Pengambilan data pretest dilakukan di Puskesmas Oesapa Kota Kupang.

b. Perlakuan

Setelah pre-test dilakukan, peneliti melakukan terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) pada pasien hiperensi dengan kecemasan. Untuk perlakuan terapi ini peneliti membuat sebuah tim untuk mempermudah peneliti dalam mendapatkan data penelitian, dimana peneliti sebelum menurunkan tim telah diadakan persamaan persepsi dimana peneliti melatih tim yang akan langsung turun ke tempat penelitian. Lamanya terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) adalah 1 minggu sebanyak 2 kali selama kurang lebih 15 menit. Setelah kegiatan selesai Peneliti akan membagikan Booklet kepada responden sebagai bahan untuk dipelajari dan diterapkan secara mandiri.

c. Post-test

Setelah selesai perlakuan, selang waktu 1-2 minggu peneliti membagikan kembali kuesioner untuk diisi oleh responden untuk mengetahui apakah ada pengaruh setelah perlakuan diberikan.

4. Pendokumentasian

Mengambil Foto dokumentasi selama kegiatan penelitian

5. Mengolah data

Setelah data terkumpul, data diolah secara manual maupun komputerisasi.

6. Menyusun hasil penelitian

Menyusun hasil akhir dari seluruh rangkaian penelitian

7. Mempresentasikan hasil penelitian saat ujian skripsi

3.8 Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian ini akan dilaksanakan di Puskesmas Oesapa Kota Kupang pada bulan Februari 2024.

3.9 Pengolahan Data dan Teknik Analisa Data

1. Pengolahan Data

Sebelum data dapat dianalisis untuk menghasilkan insight yang berharga, data tersebut harus melalui proses pengolahan. Proses ini meliputi beberapa langkah, yaitu:

- a. Editing

Editing adalah proses memastikan bahwa data yang kita miliki itu benar dan akurat. Kita bisa melakukan pengecekan ini saat mengumpulkan data atau setelah selesai mengumpulkan data. Dalam penelitian ini Editing dilakukan setelah data terkumpul dengan memeriksa lembar observasi.

- b. Entri data

Entri data adalah proses memasukkan data ke komputer untuk kemudian dianalisis lebih lanjut, misalnya dengan membuat tabel distribusi frekuensi atau tabel kontingensi.

- c. Cleaning data

Cleaning data merupakan kegiatan memeriksa kembali data yang sudah pakah ada kesalahan pada data yang telah dimasukkan. Kesalahan mungkin terjadi saat memasukkan data ke dalam komputer.

d. Processing data

Processing data merupakan proses pengolahan menggunakan program komputer pengolahan data statistik.

2. Teknik Analisis Data

Analisis data merupakan serangkaian kegiatan yang dilakukan peneliti setelah data terkumpul, diolah sedemikian rupa sampai pada kesimpulan. Analisis data merupakan serangkaian kegiatan yang bertujuan untuk mengorganisasi, mengklasifikasi, dan menginterpretasi data kualitatif (misalnya hasil wawancara, catatan lapangan) agar dapat menemukan pola, hubungan, dan makna tersembunyi di dalamnya. Hasil analisis kemudian disajikan dalam bentuk yang mudah dipahami oleh orang lain. (Abubakar, 2017).

1) Analisa Univariat

Analisis univariat adalah proses pengolahan data dengan menggambarkan data secara ilmiah dalam bentuk tabel atau grafik (Abubakar, 2017). Analisa univariat bertujuan untuk mengetahui karakteristik responden menggunakan distribusi frekuensi dan hasil statistik deskriptif, meliputi mean, median, standar deviasi, nilai minimal dan maksimal. Pada variabel rancangan penelitian ini yang dianalisis secara univariat adalah skor kecemasan sebelum dilakukan intervensi. Sedangkan untuk karakteristik responden meliputi nama, umur, jenis kelamin, pekerjaan, pendidikan dan terapi yang sedang dilakukan klien. yang dianalisa untuk mendapatkan hasil frekuensi dan presentasi variabel.

2) Analisa Bivariat

Penelitian ini menggunakan uji statistik Non Parametrik yang menggunakan *Wilcoxon signed test* untuk mengetahui pengaruh terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT)* terhadap tingkat kecemasan pasien hipertensi berskala ordinal atau interval tetapi data berdistribusi tidak normal. Dasar pengambilan

keputusan dalam uji Wilcoxon signed test adalah sebagai berikut:

1. Ketika nilai probabilitas Asymp. Sig 2 tailed $< 0,05$ maka H_0 ditolak artinya terdapat perbedaan rata-rata
2. Ketika nilai probabilitas Asymp. Sig 2 tailed $> 0,05$ maka H_0 diterima artinya tidak terdapat perbedaan rata-rata.

3.10 Etika Penelitian

Etika secara umum adalah norma atau nilai yang menjadi panduan dalam perilaku dan mengambil keputusan. Etika penelitian adalah serangkaian prinsip yang dikembangkan untuk memandu dan membantu peneliti dalam melaksanakan penelitian berdasarkan etika. Etika penelitian sangat penting dalam sebuah penelitian karena ada partisipan atau responden yang terlibat sebagai sumber data (Sahir, 2022).

1. Uji Turnitin

Menurut laman resmi perpustakaan Monash University Australia dijelaskan bahwa turnitin adalah perangkat lunak pencocokan teks yang memeriksa karya tulis terhadap teks elektronik dari internet, dengan kata lain uji turnitin merupakan salah satu perangkat lunak berbayar yang dapat digunakan untuk mengecek “kemiripan” suatu karya ilmiah.

2. Uji Etik

Skripsi penelitian segera setelah disetujui secara teknis oleh konsulen atau pembimbing, maka skripsi penelitian harus dilakukan kajian terhadap etika riset Tinjauan terhadap etika penelitian dilakukan oleh tim peninjau yang tergabung dalam dewan etik penelitian. (Heryana, 2020). Uji etik pada penelitian ini akan dilakukan oleh dewan etik penelitian di Poltekkes Kemenkes Kupang. Penelitian ini telah melalui evaluasi etika dan dinyatakan memenuhi tujuh standar etika yang ditetapkan oleh Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) pada tahun 2011. Standar-standar tersebut mencakup nilai sosial, nilai ilmiah, distribusi beban dan manfaat

yang adil, potensi risiko, pencegahan eksploitasi, perlindungan kerahasiaan dan privasi, serta diperolehnya persetujuan informasi dari partisipan. Persetujuan etika ini berlaku selama 20 Maret 2024 sampai dengan tanggal 20 Maret 2025 dengan nomer sertifikat etik No. I.B.02.02/1/0069/2024

3. Prinsip Etik

Prinsip etika penelitian terdapat empat dasar menurut (Wawan Kurniawan 2021) yaitu

- a. Menjunjung tinggi nilai kemanusiaan. (*Respect for human dignity*) selama dalam pengumpulan data subjek penelitian telah diberikan penjelasan, mendapat persetujuan tertulis, dan pengumpulan data tidak mengganggu aktivitas subjek penelitian.
- b. Setiap individu berhak atas privasi dan kerahasiaan, terutama dalam penelitian.
- c. Prinsip keadilan dan inklusivitas menuntut perlakuan yang setara bagi seluruh subjek penelitian. Dalam setiap penelitian, keseimbangan antara potensi manfaat dan risiko, termasuk risiko fisik, psikologis, dan sosial, harus senantiasa diutamakan.
- d. Peneliti harus menimbang baik-baik keuntungan dan risiko dari penelitian ini. Tujuannya adalah agar penelitian memberikan manfaat sebesar-besarnya kepada peserta penelitian dan hasilnya bisa diterapkan pada kelompok yang lebih luas. Selain itu, peneliti juga harus berusaha meminimalkan kerugian yang mungkin dialami oleh peserta.