BAB 3 METODE PENELITIAN

3.1 Jenis/Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan metode studi kasus. Pendekatan ini digunakan untuk memahami secara mendalam tentang pengalaman ibu hamil yang memiliki risiko preeklampsia dalam menerapkan teknik relaksasi menggunakan musik.

3.2 Subjek Penelitian

Subjek penelitian ini terdiri dari 3 orang ibu hamil dengan risiko preeklampsia yang menjalani pemeriksaan kehamilan di Wilayah Kerja Puskesmas Sikumana dan dikategorikan dalam tingkat stres sedang sampai tinggi yang sudah diukur menggunakan kuesioner. Pemilihan subjek dilakukan dengan menggunakan metode purposive sampling, berdasarkan kriteria-kriteria tertentu.

Kriteria masuk dalam penelitian ini adalah ibu hamil yang usia kehamilannya lebih dari 20 minggu dan berisiko mengalami preeklampsia atau memiliki riwayat tekanan darah tinggi yang telah ditegakkan oleh tenaga medis, ibu hamil yang sudah diukur tekanan darahnya yaitu $\geq 140/90$ mmHg, serta ibu hamil yang memiliki tingkat stres yang sudah diukur menggunakan kuesioner, yaitu dari tingkat stres sedang hingga tingkat stres berat. Selain itu, ibu hamil yang bersedia mengikuti sesi relaksasi dengan musik dan menandatangani *informed consent* juga memenuhi syarat. Ibu hamil yang tidak memiliki gangguan pendengaran atau kondisi medis lain yang menghambat penerapan teknik relaksasi juga menjadi bagian dari kriteria inklusi.

Di sisi lain, kriteria yang dikeluarkan dari penelitian ini mencakup ibu hamil yang mengalami komplikasi kehamilan berat dan membutuhkan perawatan medis segera, serta ibu hamil yang mengalami gangguan mental yang cukup parah hingga dapat memengaruhi hasil penelitian. Dengan menggunakan kriteria ini, penelitian bertujuan untuk memastikan bahwa subjek yang terlibat

dalam penelitian dapat menjalani prosedur relaksasi dengan baik dan hasil yang diperoleh lebih valid dan dapat diandalkan.

3.3 Fokus Studi

Fokus studi ini adalah proses implementasi teknik relaksasi musik klasik, yang mencakup:

1. Penerimaan dan respons ibu hamil terhadap teknik relaksasi musik klasik.
2. Efektivitas teknik relaksasi musik klasik dalam mengurangi stres dan tekanan darah pada ibu hamil dengan risiko preeklampsia.
3. Faktor pendukung dan penghambat dalam penerapan teknik relaksasi musik klasik di fasilitas kesehatan.

3.4 Definisi Operasional dan Variabel Penelitian

Tabel 3. 1 Definisi Operasional dan Variabel Penelitian

Variabel	Definisi Operasional	Indikator/Parameter	Alat Ukur	Skala
Variabel Bebas Teknik relaksasi Musik Klasik	Suatu metode relaksasi yang menggunakan musik klasik untuk membantu menurunkan stres atau kecemasan pada ibu hamil dengan risiko preeklampsia	<ol style="list-style-type: none"> 1. Menggunakan musik klasik 2. Pemutaran musik klasik selama 20 menit, 1 kali sehari selama 3 hari. 3. Pengalaman individu saat mendengarkan music klasik 4. Persepsi terhadap efek musik klasik terhadap relaksasi 	-	-
Variabel Terikat Tingkat stres	Kondisi psikologis ibu hamil yang menunjukkan adanya tekanan emosional atau mental	<ol style="list-style-type: none"> 1. Dikatakan stres ringan jika nilai atau skor 0-13 2. Dikatakan stres sedang jika nilai atau skor 14-26 3. Dikatakan stres berat jika nilai atau skor 27-40 	Kuesioner PSS-10	Likert

Variabel	Definisi Operasional	Indikator/Parameter	Alat Ukur	Skala
	akibat kehamilan dan risiko preeklampsia, yang dapat diamati melalui ekspresi verbal dan nonverbal			
Tekanan darah	Tekanan yang diberikan darah terhadap dinding arteri saat jantung memompa dan berelaksasi serta diukur dalam mmHg	<ol style="list-style-type: none"> 1. Tekanan Sistolik (tekanan saat jantung berkontaksi) 2. Tekanan Diastolik (tekanan saat jantung berelaksasi) 3. Kategori Tekanan darah (normal, prehipertensi, hiperensi) 	Sphygma nometer	Rasio

3.5 Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian adalah cara atau benda yang digunakan untuk mengumpulkan informasi yang berkaitan dengan tujuan dari penelitian itu sendiri. Instrumen ini dibuat agar bisa mendapatkan data yang membantu memahami lebih jelas tentang hal-hal yang sedang diteliti.

Dalam penelitian ini, instrumen pengumpulan data yang digunakan adalah instrumen adaptasi dari instrumen serupa yang ada yaitu kuesioner *Perceived Stres Scale (PSS)*-10 yang berisi sejumlah pertanyaan yang digunakan untuk mendapatkan data dari responden. Peneliti menggunakan kuesioner yang sudah pernah digunakan dalam penelitian sebelumnya, sehingga kuesioner tersebut telah diuji validitas dan reliabilitasnya. Hasil uji instrumen PSS menunjukkan bahwa 10 item

memiliki Alpha Cronbach sebesar 0,702, sehingga dianggap valid. (Wahyuni dkk., 2018).

Kuesioner *Perceived Stres Scale* (PSS) digunakan untuk mengukur seberapa banyak stres yang dirasakan ibu hamil karena merasa tidak dapat diprediksi, tidak terkendali, dan berat badan yang berlebihan. PSS-10 menggunakan skala Likert dengan 5 tingkat penilaian, yaitu dari 0 hingga 4. Dalam pernyataan negatif, yaitu pada item nomor 1, 2, 3, 6, dan 10, penafsiran skornya adalah: 0 = tidak pernah, 1 = hampir tidak pernah, 2 = kadang-kadang, 3 = cukup sering, dan 4 = sangat sering. Sementara itu, untuk pernyataan positif, yaitu pada item nomor 4, 5, 7, 8, dan 9, skornya dibalik: 4 = tidak pernah, 3 = hampir tidak pernah, 2 = kadang-kadang, 1 = cukup sering, dan 0 = sangat sering. Total skor PSS-10 berkisar dari 0 hingga 40, di mana semakin tinggi skor, semakin tinggi tingkat stres yang dirasakan. Skala ini membagi tingkat stres menjadi tiga kategori: skor 0-13 menunjukkan stres ringan, skor 14-26 menunjukkan stres sedang, dan skor 27-40 menunjukkan stres berat.

Selain itu, alat yang digunakan dalam penelitian ini meliputi *sphygmomanometer* untuk mengukur tekanan darah ibu hamil sebelum dan setelah intervensi, serta alat pemutar musik untuk memutar musik relaksasi selama sesi. Kombinasi instrumen ini memungkinkan peneliti untuk mendapatkan data yang mendalam mengenai implementasi teknik relaksasi musik klasik dan dampaknya bagi ibu hamil dengan risiko preeklampsia.

3.6 Metode Pengumpulan Data

1. Data Primer

Data primer diperoleh langsung dari subjek penelitian, yaitu ibu hamil dengan risiko preeklampsia di Puskesmas Sikumana. Metode pengumpulan data primer meliputi:

a. Observasi

Mengamati perubahan tanda-tanda vital (tekanan darah, dan tingkat stres) sebelum dan sesudah intervensi relaksasi dengan musik.

Menggunakan lembar observasi untuk mencatat reaksi fisik dan emosional ibu hamil terhadap musik relaksasi.

b. Wawancara Terstruktur

Menggunakan panduan wawancara untuk mengumpulkan data mengenai pengalaman ibu hamil sebelum dan sesudah diberikan teknik relaksasi musik klasik.

Pertanyaan mencakup perasaan sebelum dan sesudah terapi, kenyamanan selama sesi, serta persepsi mereka terhadap manfaat teknik relaksasi.

c. Kuesioner

Menggunakan skala stres kehamilan (PSS-10) sebelum dan sesudah intervensi untuk mengukur tingkat stres ibu hamil.

d. Uji Klinis Sederhana

Pengukuran tekanan darah sebelum dan sesudah sesi relaksasi untuk melihat dampak terapi musik klasik terhadap kondisi fisik ibu hamil dengan risiko preeklampsia.

2. Data Sekunder

Data sekunder diperoleh dari berbagai sumber pendukung yang relevan dengan penelitian ini. Metode pengumpulan data sekunder meliputi:

a. Studi Literatur

Mengumpulkan data dari jurnal ilmiah, buku, dan penelitian sebelumnya tentang manfaat musik dalam mengurangi stres dan menurunkan tekanan darah pada ibu hamil.

Referensi dari Kementerian Kesehatan, WHO, dan penelitian medis terkait preeklampsia dan teknik relaksasi.

b. Dokumentasi Medis

Menggunakan data rekam medis ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Sikumana untuk melihat riwayat tekanan darah, faktor risiko preeklampsia, dan kondisi kesehatan selama kehamilan.

c. Laporan dan Statistik

Mengakses data dari Dinas Kesehatan atau Puskesmas Sikumana mengenai angka kejadian preeklampsia di wilayah tersebut sebagai gambaran epidemiologi.

3.7 Lokasi & Waktu Penelitian

1. Lokasi

Tempat penelitian adalah lokasi di mana peneliti melakukan kegiatan penelitian studi kasus. Dalam kasus ini, lokasi pengambilan data studi kasus dilakukan di Wilayah Kerja Puskesmas Sikumana.

2. Waktu

Penelitian dilakukan pada tanggal 19-21 Juni 2025.

3.8 Analisis Data dan Penyajian Data

1. Pengolahan Data

- a. Transkripsi Data: Semua hasil wawancara dan observasi akan ditranskripsikan secara rinci untuk memastikan data tercatat dengan jelas dan dapat dianalisis lebih lanjut.
- b. Koding Data: Data yang telah ditranskripsi kemudian dikodekan untuk mengidentifikasi tema-tema utama yang muncul dari pengalaman ibu hamil selama menjalani intervensi.
- c. Penyusunan Kategori: Data yang telah dikodekan akan dikelompokkan dalam kategori berdasarkan pola-pola yang ditemukan selama proses analisis.
- d. Interpretasi Data: Setelah data dikelompokkan, interpretasi dilakukan untuk memahami makna yang terkandung dalam tema-tema dan kategori yang ditemukan, guna memberikan gambaran yang lebih mendalam tentang pengalaman ibu hamil.

- e. Penyajian Data: Hasil analisis akan disajikan dalam bentuk narasi deskriptif, tabel untuk menunjukkan perubahan yang terukur, dari subjek penelitian untuk memberikan suara autentik ibu hamil seperti tekanan darah dan tingkat stres.

3.9 Etika Penelitian

Peneliti menggunakan metode pengumpulan data dengan observasi, wawancara yaitu meminta data pribadi pasien maka peneliti juga harus memperhatikan etika penelitian yaitu :

1. *Informed consent* (persetujuan menjadi klien) adalah bentuk persetujuan yang diberikan oleh peneliti kepada subyek studi kasus. Lembar persetujuan ini diberikan sebelum penelitian dimulai, sehingga subyek dapat memahami maksud dan tujuan dari penelitian tersebut, serta mengetahui dampak yang mungkin terjadi. Jika subyek bersedia menjadi bagian dari penelitian, mereka harus menandatangani lembar persetujuan tersebut. Jika subyek tidak ingin ikut dalam penelitian, maka peneliti harus menghormati keputusan dan hak dari subyek tersebut.
2. *Anonimty* (tanpa nama) merupakan permasalahan yang memberikan jaminan dalam subjek penelitian dengan cara tidak memberikan atau menuliskan nama subjek penelitian pada lembar alat ukur, dan hanya menuliskan kode pada lembar pengumpulan data atau hasil penelitian yang diisi.
3. *Confidentiality* (kerahasiaan) Hasil penelitian, termasuk informasi dan berbagai masalah lainnya, akan disampaikan. Semua informasi yang telah dikumpulkan dijaga kerahasiaannya oleh peneliti, dan hanya kelompok data tertentu yang dilaporkan dalam hasil penelitian.
4. *Beneficience* dan *Non maleficience* (kemanfaatan) merupakan prinsip memaksimalkan manfaat penelitian dan tidak merugikan orang lain akibat penelitian ini.

5. *Justice* (Keadilan) merupakan prinsip untuk menjamin bahwa semua subjek penelitian memperoleh perlakuan secara baik dan adil dan tidak membeda-bedakan atau memberikan hak yang sama.