

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **3.1 DESAIN PENELITIAN**

Jenis desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif dengan metode study kasus. Penelitian deskriptif adalah penelitian yang bertujuan untuk menerangkan atau menggambarkan masalah penelitian yang terjadi berdasarkan karakteristik tempat, waktu, umur, jenis kelamin, sosial, ekonomi, pekerjaan, status perkawinan, cara hidup (pola hidup), dan lain-lain. Atau dengan kata lain, rancangan ini mendeskripsikan seperangkat peristiwa atau kondisi populasi saat ini. (Hidayat, 2012:25).

Studi kasus merupakan rancangan penelitian yang mencakup pengkajian satu unit penelitian secara intensif misalnya satu klien, keluarga, kelompok, komunitas, atau institusi. (Nursalam, 2011:81). Adapun kelebihan dan kekurangan dari penelitian study kasus ini adalah, kelebihannya diperoleh seluruh aspek responden, aspek yang diteliti lebih spesifik, dapat menggunakan semua cara pengumpulan data, biaya relatif murah karena spesifikasi aspek yang diteliti. Kekurangannya adalah Generalisasi sulit dilakukan dan dipertanggung jawabkan karena kecilnya jumlah sampel, waktu lebih lama karena menggunakan metode pengumpulan data. (Suyanto, 2011:34).

Pada penelitian study kasus ini, peneliti ingin mengidentifikasi Tingkat Kecemasan pada Lansia Sebelum dan Sesudah diberikan Relaksasi Autogenik di Griya Kasih Siloam Malang.

#### **3.2 SUBYEK PENELITIAN**

Subyek penelitian merupakan sasaran yang akan diteliti oleh peneliti dengan kriteria sebagai berikut:

1) Kriteria inklusi

Kriteria inklusi dalam penelitian ini adalah:

a) Lansia usia (60-80 tahun)

b) Terdaftar di Griya Kasih Siloam Malang sebagai penghuni tetap c) Mengalami kecemasan sedang sesuai dengan skala GAS (Geriatric Anxiety Scale)

d) Lansia Kooperatif

e) Bersedia dijadikan responden

2) Kriteria Eksklusi

a) Lansia tidak memiliki penyakit jantung.

### **3.3 TEMPAT DAN WAKTU PENELITIAN**

Penelitian dilakukan di Griya Kasih Siloam Malang jalan Bendungan sigura-gura No16. Tempat penelitian pada studi kasus ini dengan kondisi lingkungan yang nyaman jauh dari keramaian, pencahayaan yang tidak menyilaukan dan ventilasi yang cukup. Waktu penelitian dilakukan pada bulan Juni 2017.

### **3.4 FOKUS STUDY DAN DEFINISI OPERASIONAL**

#### **3.4.1 Fokus Study**

Fokus Penelitian ini adalah Tingkat kecemasan pada lansia sebelum dan sesudah dilakukan relaksasi autogenik di Griya Kasih Siloam Malang. Dalam penelitian ini diharapkan ada penurunan kecemasan pada lansia sebelum dan sesudah dilakukan relaksasi autogenik.

### 3.4.2 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. (Hidayat, 2009:79).

Tabel 3.1 Definisi Operasional

Variabel	Definisi Operasional	Parameter	Alat Ukur	Skala	Skore
Kecemasan Lansia	Respon lansia terhadap berbagai macam tekanan yang membuat diri lansia itu sendiri menjadi ketakutan dan terancam yang bisa diamati dari 3 gejala yaitu gejala somatik, kognitif, dan afektif	<p><b>-Gejala somatik</b> (9 pertanyaan):                      merasa jantung berdebar, nafas pendek, gangguan pencernaan, sulit tidur, sulit tidur nyenyak, sulit untuk duduk diam, merasa lelah, merasa otot tegang, nyeri punggung/leher.</p> <p><b>-Gejala Kognitif</b> (8</p>	1. Kuisioner Geriatri Anxiety Scale 2. Lembar Observasi	Geriatri Anxiety Scale	Pertanyaan dengan skala 0 = tidak pernah sama sekali 1 = pernah (1x seminggu) 2 = jarang (3x seminggu) 3 = sering (hampir setiap hari) <b>Klasifikasi:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 0-18 = Level teringan dari kecemasan</li> <li>• 19-37 =Kecemasan ringan</li> </ul>

		<p>pertanyaan): takut dihakimi, malu, mudah tersinggung, mudah marah, mudah terkejut, kurang tertarik melakukan sesuatu, merasa terisolasi, gelisah</p> <p><b>-Gejala Afektif</b> (8 pertanyaan): merasa seperti ada yang tidak nyata, kehilangan kontrol, sulit konsentrasi, merasa pusing, khawatir, tidak mampu mengendalikan kecemasan, merasa tidak terkontrol, merasa ada sesuatu yang menakutkan akan terjadi</p>			<ul style="list-style-type: none"> <li>• 38-55 = Kecemasan sedang</li> <li>• 56-75 = Kecemasan berat</li> </ul>
Relaksasi Autogenik	Relaksasi autogenik adalah	Tingkat kecemasan sebelum dan	1.SOP relaksasi autogenik	-	-

	relaksasi yang bersumber dari diri sendiri berupa kata-kata atau kalimat pendek ataupun pikiran yang bisa membuat pikiran tenang.	sesudah dilakukan relaksasi autogenik	2.Lembar observasi		
--	---	---------------------------------------	--------------------	--	--

### **3.5 INSTRUMEN PENELITIAN DAN LANGKAH-LANGKAH PENGUMPULAN DATA**

#### **3.5.1 Instrumen Penelitian**

Instrumen penelitian adalah peneliti dengan beberapa alat pengumpul data, sehingga penelitian memerlukan waktu yang sangat lama. (Putra, 2012:153). Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan lembar kuisisioner GAS (Geriatry Anxiety Scale) yang telah dikemukakan oleh Deniel L. Segal et al, 2010 dalam *journal of anxiety disorders* untuk mengukur kecemasan, SOP relaksasi autogenik yang dikemukakan oleh Maryam, S. R., dkk dalam buku Mengenal usia lanjut dan perawatannya, pengamatan dan lembar observasi.

#### **3.5.2 Langkah Pengumpulan Data**

Pengumpulan data merupakan kegiatan penelitian untuk mengumpulkan data sebelum melakukan pengumpulan data, perlu dilihat alat ukur pengumpulan data agar dapat memperkuat hasil penelitian. (Hidayat, 2012:36). Sedangkan menurut (Nursalam, 2011:111)

pengumpulan data adalah suatu proses pendekatan kepada subyek dan proses karakteristik subyek yang diperlukan dalam suatu penelitian.

Dalam study kasus ini peneliti menggunakan pengamatan atau observasi. Observasi dilakukan mengenai kecemasan lansia sebelum dan sesudah dilakukan relaksasi autogenik di Griya Kasih Siloam Malang.

Adapun prosedur pengambilan data adalah sebagai berikut:

#### 1) Persiapan

a. Sebelum melakukan pengambilan data dan penelitian harus mendapatkan izin dari institusi Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang.

b. Mengurus perizinan untuk melakukan penelitian di Griya Kasih Siloam Malang

c. Mendapatkan izin untuk melakukan pengambilan data kepada responden dari pengurus Griya Kasih Siloam Malang

d. Dalam pelaksanaan relaksasi autogenik peneliti dibantu oleh 1 teman peneliti sebagai fasilitator dan dokumentasi.

#### 2) Pelaksanaan

a. Menjelaskan maksud dan tujuan (informed consent) dilanjutkan meminta persetujuan setelah penjelasan dengan bersedia atau tidak bersedia menjadi responden seperti lampiran 1.

b. Mengukur tingkat kecemasan sebelum dilakukan latihan relaksasi autogenik menggunakan GAS yang terdiri dari 25 item seperti lampiran 3

c. Memberikan latihan relaksasi autogenik sesuai dengan SOP seperti lampiran 4 yang dilakukan selama 15 menit dengan frekuensi 3 kali sehari selama 6 hari secara konsisten dan teratur.

d. Mengukur tingkat kecemasan setelah dilakukan latihan relaksasi autogenik menggunakan GAS yang terdiri dari 25 item seperti lampiran 3 dengan observasi tidak langsung.

### **3.6 ANALISIS DATA**

Dari hasil wawancara tingkat kecemasan dengan menggunakan GAS, selanjutnya diperiksa terhadap kelengkapan jawaban. Selanjutnya data yang diperoleh dari subyek kemudian ditabulasi menggunakan skoring dari GAS yang terdiri dari 25 item, masing masing item diberi skore 0-3

0= Tidak pernah

1= Pernah

2= Jarang

3= Sering

Setelah masing-masing item diberi nilai, selanjutnya semua item dijumlahkan untuk menentukan skore minimal 0 dan skore maksimal 75 (25x3).

Skore 0-18= level teringan dari kecemasan

Skore 19-37=kecemasan ringan

Skore 38-55=kecemasan sedang

Skore 56-75=kecemasan berat

Kemudian dari hasil skoring disimpulkan sesuai dengan tanda dan gejala masing-masing tingkat kecemasan. Sedangkan latihan relaksasi autogenik diinterpretasikan subyek dapat dilakukan sesuai dengan SOP yang berlangsung 15 menit dengan frekuensi 3 kali sehari dalam waktu 6 hari berturut-turut.

Pada penelitian ini peneliti memilih penyajian data berupa bentuk teks dan tabel. Dari hasil data yang diperoleh, kemudian disimpulkan dan di sajikan dalam bentuk narasi.

### **3.7 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. Masalah etika yang harus diperhatikan antara lain adalah sebagai berikut:

#### **1. Informed Consent**

Inform consent merupakan bentuk persetujuan antara peneliti dengan responden penelitian dengan memberikan lembar persetujuan. Inform consent tersebut diberikan sebelum penelitian dilakukan dengan memberikan lembar persetujuan untuk menjadi responden. Tujuan inform consent adalah agar subjek mengerti maksud dan tujuan penelitian, mengenai dampaknya. Jika subjek bersedia, maka mereka harus menandatangani lembar persetujuan. Jika responden tidak bersedia, maka peneliti harus menghormati hak pasien. Beberapa informasi yang harus ada dalam inform consent tersebut antara lain: partisipasi pasien, tujuan dilakukan tindakan, jenis data yang dibutuhkan, komitmen, prosedur pelaksanaan, potensial masalah yang akan terjadi, manfaat, kerahasiaan, informasi yang mudah dihubungi.

#### **2. Anonymity (tanpa nama)**

Masalah etika kperawatan 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 riset.

### 4. Beneficence

Yang pada dasarnya hal ini tidak membahayakan.