

## BAB III

### METODE PENELITIAN

#### 3.1 Rancangan Penelitian

Desain penelitian merupakan rencana penelitian yang dapat digunakan sebagai petunjuk dalam perencanaan dan pelaksanaan penelitian untuk mencapai suatu tujuan atau menjawab suatu pertanyaan penelitian (Nursalam, 2015).

Desain penelitian eksperimental yang digunakan adalah *quasy eksperimental design* dengan pendekatan pre test-post test dalam dua kelompok (*two group pre test dan post test design*) (Sugiyono, 2013). Dalam penelitian ini, kelompok eksperimental dibagi menjadi dua perlakuan yaitu relaksasi autogenik dan relaksasi nafas dalam. Pada kelompok eksperimental diawali dengan pre-test dan setelah diberi perlakuan dilakukan pengukuran kembali post-test dan membandingkan hasil akhir dari dua kelompok eksperimental.

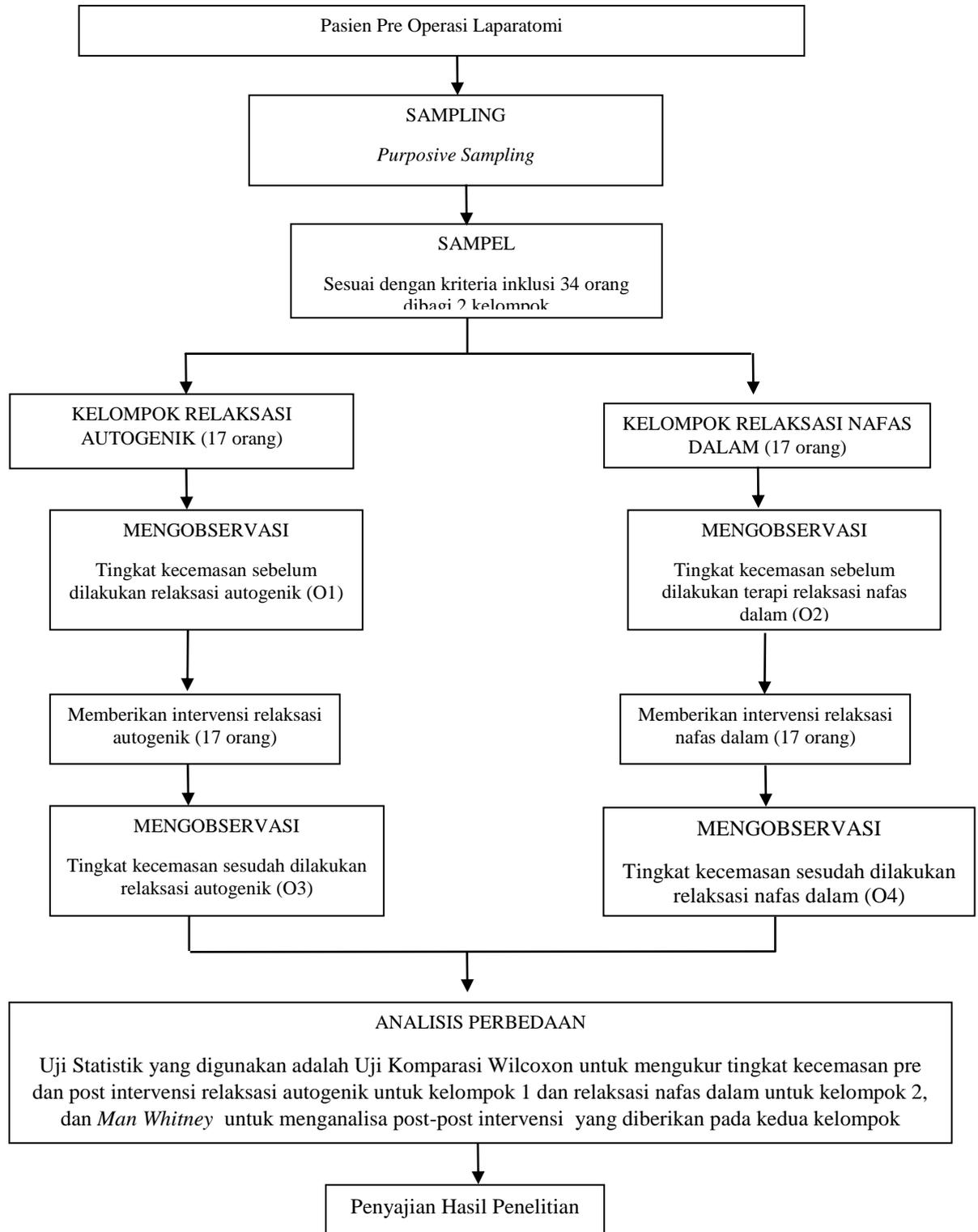
**Tabel 3.1** Tabel Desain Penelitian

<b>Subjek</b>	<b>Pra</b>	<b>Perlakuan</b>	<b>Pasca Tes</b>
<b>K1</b>	O1	X	O3
<b>K2</b>	O2	Y	O4

Keterangan :

- K1 :Subjek (Pasien pre operasi laparatomi) perlakuan relaksasi autogenik
- K2 :Subjek (Pasien pre operasi laparatomi) perlakuan relaksasi nafas dalam
- O1 :Pengukuran tingkat kecemasan sebelum diberikan perlakuan relaksasi autogenik
- O2 :Pengukuran tingkat kecemasan sebelum diberikan perlakuan relaksasi nafas dalam
- X : Relaksasi autogenik
- Y : Relaksasi nafas dalam
- O3 : Pengukuran tingkat kecemasan setelah diberi perlakuan relaksasi autogenik
- O4 : Pengukuran tingkat kecemasan setelah diberi perlakuan relaksasi nafas dalam.

### 3.2 Kerangka Kerja



**Gambar 3.1** Kerangka Kerja

### **3.3 Populasi, Sampel, dan Sampling**

#### **3.3.1 Populasi**

Populasi dalam penelitian merupakan subjek yang memenuhi kriteria yang telah ditetapkan. Dalam mendefinisikan populasi, peneliti harus berfokus pada kriteria yang telah ditetapkan (Nursalam, 2015). Populasi dalam penelitian ini adalah pasien yang akan menjalani operasi laparatomi di RS Lavallete Malang yang berjumlah 110 orang selama kurun waktu 3 bulan terakhir dari bulan September-November 2017.

#### **3.3.2 Sampel**

Sampel penelitian merupakan sebagian dari semua objek atau karakteristik yang diteliti dan dianggap mewakili keseluruhan populasi (Setiadi, 2013). Sampel terdiri dari bagian populasi terjangkau yang dapat dipergunakan sebagai subjek penelitian melalui sampling (Nursalam, 2015). Jika jumlah subjeknya kecil, dapat diambil antara 20-30% karena semakin kecil jumlah populasi presentasi sampel harus semakin besar. (Nursalam, 2015).

#### **3.3.3 Besar Sampel**

Berdasarkan studi pendahuluan di RS Lavallete Malang menunjukkan bahwa jumlah responden kurang dari 1000 sehingga menurut Nursalam (2015) menyatakan bahwa untuk jumlah kurang dari 1000 maka sampel bisa di ambil 20 - 30%. Jadi dapat diambil sebanyak 30% dari populasi sebanyak 110 responden menjadi 34 responden yang akan dibagi menjadi 2 kelompok, kelompok 1 dengan 17 responden dilakukan relaksasi autogenik dan kelompok 2 dengan 17 responden

dilakukan relaksasi nafas dalam. Sampel perlu memenuhi kriteria, dimana kriteria tersebut dapat menentukan dapat dan tidaknya sampel yang akan digunakan dan membantu peneliti untuk mengurangi bias hasil penelitian. Kriteria sampel dibedakan menjadi dua, yaitu kriteria inklusi dan eksklusi.

### **3.3.4 Kriteria Inklusi**

Kriteria inklusi adalah karakteristik umum subjek penelitian dari suatu populasi target yang terjangkau dan akan diteliti. Pertimbangan ilmiah harus menjadi pedoman saat menentukan kriteria inklusi (Nursalam, 2015). Berikut ini kriteria inklusi pada penelitian ini :

1. Pasien yang akan menjalani prosedur operasi laparatomi.
2. Pasien yang perama kali menjalani prosedur operasi laparatomi.
3. Mengalami kecemasan dari tingkat ringan hingga berat.
4. Pasien yang kooperatif, tidak mengalami gangguan pada penglihatan (tunanetra), dan tidak mengalami gangguan pendengaran (tuna rungu), dan tuna wicara.
5. Pasien yang kooperatif, tidak mengalami gangguan pada penglihatan
6. Bersedia menjadi responden.

### **3.3.5 Kriteria Eksklusi**

Kriteria eksklusi adalah menghilangkan/mengeluarkan subjek yang memenuhi kriteria inklusi sebagai sampel penelitian. Penyebabnya antara lain keadaan penyakit yang mengganggu hasil, keadaan mengganggu pelaksanaan, hambatan etis, dan subjek menolak partisipasi (Nursalam, 2015). Berikut ini kriteria eksklusi pada penelitian ini:

1. Pasien yang mengalami sesak nafas atau memiliki riwayat sesak nafas
2. Pasien yang mengundurkan diri di tengah-tengah penelitian
3. Pasien dengan kecemasan panik, depresi, dan gangguan kejiwaan
4. Pasien yang mengalami gangguan pada penglihatan (tunanetra), gangguan pendengaran (tunarungu), dan tunawicara.
5. Pasien yang menolak diberikan tindakan.

### **3.3.6 Sampling**

Sampling adalah proses menyeleksi porsi dari populasi untuk dapat mewakili populasi (Nursalam, 2015). Cara pengambilan sampel dapat digolongkan menjadi dua yaitu *probability sampling* dan *nonprobability sampling*. Teknik pengambilan sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah *nonprobability sampling* jenis *purposive sampling* yaitu suatu teknik penetapan sampel dengan cara memilih sampel di antara populasi sesuai dengan yang dikehendaki peneliti (tujuan/masalah penelitian), sehingga sampel tersebut dapat mewakili karakteristik populasi yang telah dikenal sebelumnya (Nursalam, 2015).

### **3.4 Variabel Penelitian**

Variabel adalah perilaku atau karakteristik yang memberikan nilai beda terhadap sesuatu. Dalam riset, variable dikarakteristikan sebagai derajat, jumlah, dan perbedaan. Variabel juga merupakan konsep dari berbagai level abstrak yang didefinisikan sebagai fasilitas untuk pengukuran. Konsep yang dituju dalam suatu penelitian bersifat konkret dan secara langsung bisa diukur (Nursalam, 2015). Berikut variable pada penelitian ini :

### 3.4.1 Variabel Independen

Variabel independen adalah variabel yang nilainya menentukan variabel lain. Variabel bebas atau independen biasanya diamati, dan diukur untuk diketahui hubungannya atau pengaruhnya terhadap variabel lain (Nursalam, 2015). Variabel pada penelitian ini adalah relaksasi autogenik dan relaksasi nafas dalam.

### 3.4.2 Variabel Dependen

Variabel dependen adalah variabel yang nilainya akan ditentukan oleh variabel lain. Dengan kata lain, variabel dependen atau terikat adalah faktor yang diamati dan diukur untuk menentukan ada tidaknya hubungan atau pengaruh dari variabel bebas (Nursalam, 2015). Variabel dependen pada penelitian ini adalah tingkat kecemasan.

### 3.5 Definisi Operasional

**Tabel 3.1** Definisi operasional perbedaan tingkat kecemasan antara pemberian relaksasi autogenik dan nafas dalam pada pasien pre operasi laparatomi

No	Variabel	Definisi Operasional	Parameter	Instrumen	Skala	Skor
1.	Independent : Relaksasi Autogenik	Tehnik relaksasi yang bersumber atau berasal dari diri sendiri berupa kata-kata, kalimat, atau fikiran dari dalam diri sendiri yang dapat membuat fikiran menjadi tenang dan tentram yang diberikan pada pasien pre operasi laparatomi selama 2 hari, sehari sebelum operasi dan hari akan dilakukan tindakan operasi, dan diberikan selama 20 menit. Pada hari pertama, 10 menit pada pagi hari dan 10 menit pada sore hari, untuk hari kedua 10 menit pada pagi hari dan 10 menit pada 2 jam sebelum operasi.	Sesuai dengan panduan relaksasi autogenik	-	-	Ket: Intervensi sesuai panduan yang digunakan oleh peneliti

2	Independent : Relaksasi Nafas dalam	Tehnik relaksasi pernapasan abdomen yang diberikan pada pasien pre operasi laparatomi selama 2 hari, sehari sebelum operasi dan hari akan dilakukan tindakan operasi, dan diberikan selama 20 menit. Pada hari pertama, 10 menit pada pagi hari dan 10 menit pada sore hari, untuk hari kedua 10 menit pada pagi hari dan 10 menit pada 2 jam sebelum operasi.	Sesuai dengan panduan relaksasi nafas dalam	Kuisisioner kecemasan <i>Hamilton Rating Scale For Anxiety (HRS-A)</i>	Ket: Intervensi sesuai yang digunakan oleh peneliti
3.	Dependent: Tingkat Kecemasan	Kecemasan akibat pembedahan merupakan rasa takut atau kekhawatiran yang dialami oleh pasien yang akan menjalani operasi karena tidak tahu konsekuensi dari operasi, dan takut terhadap prosedur operasi.	Skala kecemasan HARS yang terdiri dari: a. Perasaan cemas b. Ketegangan c. Ketakutan d. Gangguan tidur e. Gangguan kecerdasan f. Perasaan depresi g. Gejala Somatik h. Gejala sensorik i. Gejala kardiovaskuler j. Gejala pernapasan k. Gejala gastrointestinal l. Gejala urogenital m. Gejala vegetative n. Perilaku yang dirasakan	Ordinal	< 6 : tidak cemas 7-14 : Cemas ringan 15-27 : Cemas Sedang Lebih dari 27: Cemas Berat

### **3.6 Lokasi dan Waktu Penelitian**

#### **3.6.1 Lokasi Penelitian**

Penelitian ini dilaksanakan di Ruang Bedah Zamrud RS Lavallete Malang.

#### **3.6.2 Waktu Penelitian**

Pengumpulan data dalam penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 31 Maret – 2 Juni 2018.

### **3.7 Tahapan Pengumpulan Data**

Pengumpulan data adalah suatu proses pendekatan kepada subjek dan proses pengumpulan karakteristik subjek yang diperlukan dalam suatu penelitian. Langkah-langkah dalam pengumpulan data bergantung pada rancangan penelitian dan teknik instrumen yang digunakan (Burns & Grove, 1999 dalam Nursalam, 2015). Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan wawancara dan observasi. Teknik wawancara digunakan untuk memperoleh informasi tentang data dasar/identitas responden, sedangkan metode observasi digunakan untuk mengamati secara langsung kepada responden tentang respon dari kecemasan baik verbal maupun non verbal pada pasien pre operasi laparatomi.

#### **3.7.1 Teknik Pengumpulan Data**

1. Tahap persiapan
  - a. Peneliti membuat proposal dan mempersiapkan instrument penelitian.
  - b. Peneliti mengurus surat persetujuan komisi etik.

- c. Peneliti mengurus surat ijin dari institusi untuk penelitian yang ditujukan pada RS Lavalette Malang.
- d. Mengadakan seminar proposal di institusi dan di RS Lavallette Malang
- e. Review fenomena yang ada
- f. Perbaiki hasil seminar proposal
- g. Mendapatkan surat ijin penelitian dari Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Malang
- h. Mendapatkan ijin penelitian dari komite etik
- i. Peneliti menentukan sampel yang menjadi subjek penelitian, yaitu responden yang sesuai dengan kriteria inklusi.
- j. Melaksanakan pendekatan dan meminta kesediaan calon responden untuk ikut berpartisipasi dalam penelitian dengan menandatangani *informed consent*.

## 2. Tahap pelaksanaan

- a. Melakukan wawancara secara terstruktur atau terpimpin dengan menggunakan lembar wawancara (*pre test*) setiap sebelum melakukan tindakan relaksasi pada masing-masing kelompok.
- b. Memberikan intervensi pada setiap kelompok, yaitu:
  1. Memberikan intervensi relaksasi autogenik pada kelompok 1 yang dilakukan 10 menit setiap kegiatan selama 2 hari. Pada hari pertama, relaksasi autogenik diberikan setelah responden masuk ke ruangan dan 10 menit kedua diberikan pada waktu senggang responden. Untuk hari kedua, relaksasi autogenik diberikan 2 jam

sebelum operasi yang dilakukan di ruangan dan 10 menit kedua dilakukan pada 1 jam sebelum diberikan premedikasi.

2. Memberikan intervensi relaksasi nafas dalam pada kelompok 2 yang dilakukan 10 menit selama 2 hari. Pada hari pertama, relaksasi nafas dalam diberikan setelah responden masuk ke ruangan dan 10 menit kedua diberikan pada waktu senggang responden. Untuk hari kedua, relaksasi nafas dalam diberikan 2 jam sebelum operasi yang dilakukan di ruang rawat inap dan 10 menit kedua dilakukan pada 1 jam sebelum diberikan premedikasi.

c. Melakukan wawancara secara terstruktur atau terpimpin dengan menggunakan lembar wawancara (*post test*) yang diberikan setiap selesai melakukan relaksasi pada masing-masing kelompok.

d. Melakukan terminasi

e. Pengolahan data dan analisis data

Melakukan pengolahan data dan analisa data setelah mendapatkan semua data penelitian.

f. Penarikan kesimpulan

Melakukan penarikan kesimpulan dari hasil penelitian yang telah dilaksanakan.

### **3.7.2 Instrumen Penelitian**

Instrument yang digunakan dalam penelitian ini meliputi:

1. Hamilton Rating Scale for Anxiety (HRS-A)

*Hamilton Rating Scale for Anxiety (HRS-A)* merupakan alat ukur kecemasan yang telah dikembangkan oleh kelompok

Psikiatri Biologi Jakarta (KPBI) dalam bentuk Anxiety Analog Scale (AAS). Skala *HARS* pertama kali digunakan di tahun 1959 yang diperkenalkan oleh Max Hamilton dan telah menjadi standar untuk mengukur kecemasan.

Skala *HARS* (*Hamilton Anxiety Rating Scale*) penilaian kecemasan terdiri dan 14 item, meliputi:

- a. Perasaan cemas: gelisah, firasat buruk, takut akan pikiran sendiri, mudah tersinggung, dan khawatir
- b. Ketegangan: merasa tegang, lesu, mudah terkejut, mudah menangis, gemetar, gelisah
- c. Ketakutan: takut pada gelap, takut pada orang asing, takut ditinggal sendiri, takut bila tindakan operasi gagal.
- d. Gangguan tidur: sukar memulai tidur, terbangun pada malam hari, tidur tidak nyenyak dan mimpi buruk.
- e. Gangguan kecerdasan: penurunan daya ingat, mudah lupa, sulit konsentrasi, dan sering bingung.
- f. Perasaan depresi: sedih, hilangnya minat, berkurangnya kesenangan pada hobi, sedih, perasaan berubah-ubah.
- g. Gejala somatik: pegal-pegal dan nyeri otot, sering kedutan, otot leher terasa kaku, pinggang sering sakit dan keju, gigi gemertak.
- h. Gejala sensorik: telinga berdengung, penglihatan kabur, merasa lemas, muka merah dan pucat.

- i. Gejala kardiovaskuler: peningkatan denyut nadi, berdebar-debar, nyeri dada, perasaan lemas seperti mau pingsan, denyut jantung menghilang dan berhenti sekejap..
  - j. Gejala pernapasan: rasa tertekan di dada, tenggorokan kering atau sakit, napas pendek atau sesak, sering menarik napas panjang.
  - k. Gejala gastrointestinal: sulit menelan, perasaan melilit, nyeri sebelum dan sesudah makan, rasa panas di perut, rasa penuh atau kembung, mual muntah, sering buang air besar lembek.
  - l. Gejala urogenital: sering buang air kecil, tidak dapat menahan buang air kecil, air kencing sedikit.
  - m. Gejala vegetatif: mulut kering, mudah berkeringat, dan sakit kepala.
  - n. Perilaku yang dirasakan: gelisah dan tidak senang, mengkerutkan dahi atau kening, menghela napas berkali-kali, napas pendek dan cepat.
2. Form pedoman wawancara data karakteristik responden untuk mendapatkan data umum dan lembar observasi untuk melihat respon dari kecemasan pasien.

### **3.8 Tahap Pengolahan Data**

Menurut Setiadi, (2013) Pengolahan data pada dasarnya merupakan suatu proses memperoleh data atau data ringkasan berdasarkan suatu kelompok data mentah menggunakan rumus tertentu sehingga

menghasilkan informasi yang diperlukan .Ada beberapa kegiatan yang dilakukan oleh peneliti dalam pengolahan data dibagi menjadi 5 tahap, yaitu :

### 1. *Editing*

Kegiatan memeriksa daftar pertanyaan yang telah diberikan kepada responden. Pemeriksaan daftar pertanyaan meliputi: kelengkapan jawaban, keterbacaan tulisan, dan relevansi jawaban. Dalam penelitian ini memeriksa kembali kelengkapan jawaban pada lembar wawancara mengenai data karakteristik responden seperti umur, jenis kelamin, pendidikan, riwayat operasi, pengalaman cara mengatasi kecemasan pre operasi dan pada lembar wawancara tingkat kecemasan diperiksa kembali kelengkapan jawaban setiap nomor.

### 2. *Coding*

Kegiatan mengklasifikasikan jawaban-jawaban dari para responden ke dalam bentuk angka/bilangan. Biasanya klasifikasi di lakukan dengan memberi tanda/kode berbentuk angka pada masing-masing jawaban. Pada penelitian ini, untuk skor tingkat kecemasan akan dilakukan pengkodean sebagai berikut:

- |  |   |   |
|--|---|---|
| 1. Tidak ada kecemasan (kurang dari 6) | : | 1 |
| 2. Kecemasan ringan (7-14)             | : | 2 |
| 3. Kecemasan sedang (15-27)            | : | 3 |
| 4. Kecemasan berat (lebih dari 27)     | : | 4 |

### 3. *Processing*

Setelah semua lembar wawancara terisi penuh dan benar, serta sudah melewati pengkodean maka langkah selanjutnya adalah memberikan skor, yaitu:

0 = tidak ada gejala sama sekali

1 = Satu dari gejala yang ada

2 = Sedang/ separuh dari gejala yang ada

3 = berat/lebih dari  $\frac{1}{2}$  gejala yang ada

4 = sangat berat semua gejala ada

Untuk penentuan derajat kecemasan dengan cara menjumlah nilai skor item 1-14 dengan hasil:

1. Skor kurang dari 6 : tidak ada kecemasan

2. Skor 7-14 : kecemasan ringan

3. Skor 15-27 : kecemasan sedang

4. Skor lebih dari 27 : kecemasan berat

Setelah diberikan skor, data diolah dengan SPSS 16.0, data yang diolah dengan SPSS ialah data tingkat kecemasan pasien sebelum diberikan relaksasi autogenik atau relaksasi nafas dalam (*pre test*) dan tingkat kecemasan pasien setelah diberikan relaksasi autogenik atau nafas dalam (*post test*).

### 4. *Cleaning*

Pembersihan data, untuk melihat variabel apakah data sudah benar atau belum. *Cleaning* (pembersihan data) merupakan kegiatan

pengecekan kembali data yang sudah di-entry apakah ada kesalahan atau tidak.

#### 5. Mengeluarkan informasi

Disesuaikan dengan tujuan penelitian yang dilakukan.

### 3.9 Analisa Data

#### 3.9.1 Univariat

Analisis univariat merupakan analisis statistik deskriptif dari variabel penelitian. Dalam analisis deskriptif digunakan untuk menggambarkan dan meringkas data secara ilmiah dalam bentuk tabel atau grafik (Nursalam, 2015). Analisa univariat digunakan untuk mendeskripsikan setiap variabel yang diteliti dalam penelitian, yaitu melihat distribusi data umur, jenis kelamin, pendidikan, riwayat operasi sebelumnya, pengalaman cara mengatasi kecemasan pre operasi sebelumnya, dan skor kecemasan yang dikategorikan. Menurut Wawan dan Dewi (2010), setelah dikategorikan maka hasil seluruh responden diinterpretasikan sebagai berikut:

100%	= seluruhnya
76%-99%	= hampir seluruhnya
51%-75%	= sebagian besar
50%	= setengahnya
25%-49%	= hampir setengahnya
1%-24%	= sebagian kecil
0%	= tidak satupun

### 3.9.2 Bivariat

Analisa bivariat bertujuan untuk menguji pengaruh variabel bebas dengan variabel terikat. Penelitian ini menggunakan uji parametrik dengan alasan data berbentuk numerik. Pada penelitian ini akan dilakukan analisa perbedaan data tingkat kecemasan sebelum dan sesudah diberikan relaksasi autogenik pada kelompok 1 dan relaksasi nafas dalam pada kelompok 2 dengan menggunakan uji *Wilcoxon test* lalu untuk menguji post-post pada kedua kelompok menggunakan uji *Man Whitney*.

### 3.10 Penyajian Data

Data statistik perlu disajikan dalam bentuk yang mudah dibaca dan mengerti. Tujuannya adalah memberikan informasi dan memudahkan interpretasi hasil analisis (Setiadi, 2011). Hasil analisa data penelitian disajikan dalam bentuk diagram lingkaran (pie) untuk menyajikan karakteristik responden berdasarkan data demografi. Kemudian menggunakan tabel baris kolom untuk menyajikan data hasil pengukuran tingkat kecemasan dari tiap responden pre dan post. Selain itu, menggunakan grafik garis (line diagram) untuk menggambarkan perkembangan data.

### 3.11 Etika Penelitian

Menurut Nursalam 2015, prinsip etika dalam penelitian yang diterapkan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

### 3.11.1 Prinsip Manfaat

a. Bebas dari penderitaan

Penelitian harus dilaksanakan tanpa mengakibatkan penderitaan kepada subjek, khususnya jika menggunakan tindakan khusus.

b. Bebas dari eksploitasi

Partisipasi subjek dalam penelitian harus dihindarkan dari keadaan yang tidak menguntungkan. Subjek harus diyakinkan bahwa partisipasinya dalam penelitian atau informasi yang telah diberikan, tidak akan dipergunakan dalam hal-hal yang dapat merugikan subjek dalam bentuk apapun.

c. Resiko (*benefits ratio*)

Peneliti harus berhati-hati mempertimbangkan risiko dan keuntungan yang akan berakibat kepada subjek pada setiap tindakan.

### 3.11.2 Prinsip Menghargai Hak Asasi Manusia (*respect human dignity*)

a. Hak untuk ikut atau tidak menjadi responden (*right to self determination*)

Subjek harus diperlakukan secara manusiawi. Subjek mempunyai hak memutuskan apakah mereka bersedia menjadi subjek ataupun tidak, tanpa adanya sangsi apapun atau akan berakibat terhadap kesembuhannya apabila mereka berstatus sebagai pasien.

b. Hak untuk mendapatkan jaminan dari perlakuan yang diberikan (*right to full disclosure*)

Seorang peneliti harus memberikan penjelasan secara terperinci serta bertanggung jawab jika ada sesuatu yang terjadi kepada subjek.

c. *Informed Consent*

Subjek harus mendapatkan informasi secara lengkap tentang tujuan penelitian yang akan dilaksanakan, mempunyai hak untuk bebas berpartisipasi atau menolak menjadi responden. Pada *informed consent* juga perlu dicantumkan bahwa data yang diperoleh hanya akan dipergunakan untuk pengembangan ilmu.

**3.11.3 Prinsip Keadilan (*right to justice*)**

a. Hak untuk mendapatkan pengobatan yang adil (*right in fair treatment*)

Subjek harus diperlakukan secara adil baik sebelum, selama, dan sesudah keikutsertaannya dalam penelitian tanpa adanya diskriminasi apabila ternyata mereka tidak bersedia atau dikeluarkan dari penelitian.

b. Hak dijaga kerahasiaanya (*right to privacy*)

Subjek mempunyai hak untuk meminta bahwa data yang diberikan harus dirahasiakan, untuk itu perlu adanya tanpa nama (*anonimity*) dan rahasia (*confidentiality*).