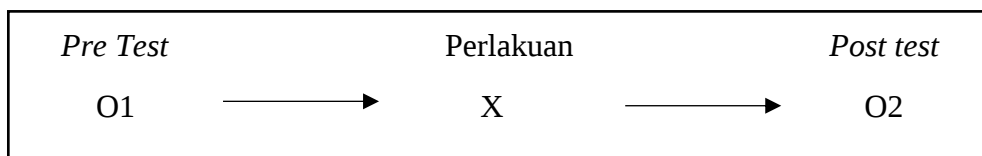


BAB IV

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Jenis penelitian ini menggunakan desain penelitian *pre experimental* dengan rancangan *One-Group pre-post test design*. *Pre experimental* merupakan jenis penelitian yang mengungkapkan hubungan sebab-akibat. *One-Group pre-post test design* adalah rancangan dengan pengukuran sebelum dan sesudah diberikan intervensi terhadap satu kelompok subjek penelitian (Sudaryono, 2016). Penelitian ini telah dilakukan dua kali pengukuran terhadap tingkat stres pasien diabetes melitus yaitu sebelum dan sesudah dilakukan intervensi. Intervensi tersebut adalah *Self-Hypnosis Therapy With Positive Self-Talk*. Rancangan penelitian yang dilakukan digambarkan pada gambar 2 berikut :



Gambar 2. Rancangan Penelitian Pengaruh *Self-Hypnosis Therapy With Positive Self-Talk* Terhadap Tingkat Stres Pada Pasien Diabetes Melitus di Wilayah Kerja Puskesmas II Denpasar Barat Tahun 2023

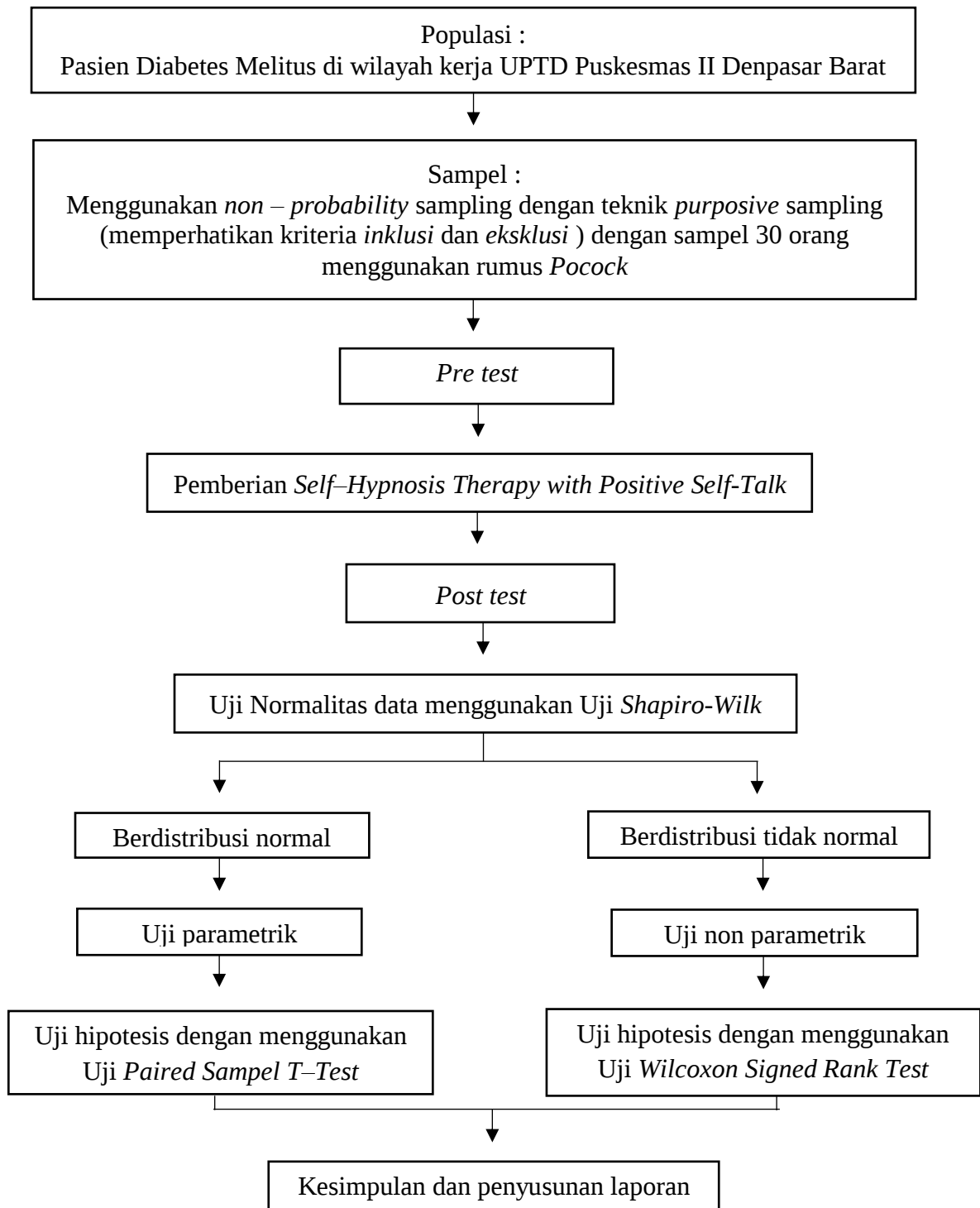
Keterangan :

O1 = Observasi tingkat stres pada pasien diabetes melitus sebelum di berikan intervensi latihan *Self-Hypnosis Therapy With Positive Self-Talk*

X = Intervensi (pemberian perlakuan *Self-Hypnosis Therapy With Positive Self-Talk*)

O2 = Observasi tingkat stres pada pasien diabetes melitus sesudah diberikan intervensi latihan *Self-Hypnosis Therapy With Positive Self-Talk*

B. Alur Penelitian



Gambar 3. Alur Kerangka Konsep Pengaruh *Self-Hypnosis Therapy With Positive Self-Talk* Terhadap Tingkat Stres Pada Pasien Diabetes Melitus di Wilayah Kerja Puskesmas II Denpasar Barat Tahun 2023

C. Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian telah dilaksanakan di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas II Denpasar Barat dengan mempertimbangkan tingginya angka laporan kasus diabetes melitus di wilayah tersebut dengan jumlah 24.060 jiwa, tempatnya strategis berada di pusat kota serta ekonomis sehingga mudah untuk dilakukan penelitian. Pihak kepala puskesmas dan pasien diabetes melitus di wilayah setempat juga menerima dengan baik kegiatan penelitian ini sebab belum ada yang melakukan penelitian terkait pengaruh *self-hypnosis therapy with positive self-talk* terhadap tingkat stres pada pasien diabetes melitus di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas II Denpasar Barat. Penelitian telah dilaksanakan dari tanggal 10 April – 22 April 2023. Proses penyusunan laporan penelitian telah dimulai dari tanggal 9 Januari hingga bulan 12 Mei 2023. Jadwal penelitian terlampir pada lampiran 1.

D. Populasi dan Sampel

1. Populasi penelitian

Populasi penelitian adalah subjek yang telah dirancang sesuai dengan standar atau ketentuan sebelum peneliti melaksanakan penelitian (Yusuf,2016). Populasi yang dimaksud adalah seluruh pasien diabetes melitus di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas II Denpasar Barat. Pasien diabetes melitus pada tahun 2022 yang terdata berjumlah 24.060 orang.

2. Sampel penelitian

Sampel penelitian terdiri atas bagian populasi yang tercapai sehingga mampu dipergunakan sebagai subjek penelitian melalui sampling. Sampling merupakan proses penyeleksian porsi dari populasi yang dapat mewakili populasi tersebut

(Yusuf, 2016). Unit analisis penelitian ini terdiri atas objek penelitian yakni tingkat stres dan subjek penelitian yaitu pasien Diabetes Melitus yang ada di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas II Denpasar Barat yang sudah sesuai dengan standar peneliti. Kriteria *inklusi* dan *eksklusi* sampel, yaitu:

a. Unit analisis dan responden

Unit analisis dalam penelitian ini adalah subyek penelitian yaitu pasien diabetes melitus yang berada di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas II Denpasar Barat dengan memperhatikan kriteria *inklusi* dan kriteria *eksklusi*. Subjek penelitian yang dimaksud adalah responden yaitu pasien diabetes melitus.

b. Kriteria *inklusi*

Kriteria *inklusi* merupakan subjek penelitian dari populasi target yang karakteristik umumnya dijangkau dan akan diamati melalui evaluasi ilmiah yang wajib menjadi pedoman saat menetapkan kriteria *inklusi* (Nursalam,2020). Pada penelitian ini, kriteria inklusi yaitu :

- 1) Pasien yang terdiagnosa diabetes melitus dan pasien kontrol ke Puskesmas II Denpasar Barat
- 2) Pasien diabetes melitus yang mengalami stres
- 3) Pasien diabetes melitus yang berusia 31 - 60 tahun karena penyakit ini umumnya menyerang orang dewasa madya usia 30 tahun keatas
- 4) Pasien kooperatif
- 5) Pasien yang mampu membaca dan menulis serta duduk dan berdiri tanpa bantuan alat ataupun orang lain

- 6) Pasien yang sanggup dijadikan subjek penelitian serta menyetujui *inform consent* ketika pengambilan data saat penelitian

c. Kriteria *eksklusi*

Kriteria *eksklusi* adalah menghilangkan atau mengeluarkan subjek penelitian yang sesuai kriteria *inklusi* disebabkan oleh beberapa alasan atau penyebab (Nursalam,2020). Kriteria *eksklusi* yang dimaksud adalah pasien diabetes melitus yang mulanya telah berkenan menjadi subjek penelitian tetapi dengan alasan tertentu maka tidak berkenan hadir atau tidak mau mengikuti prosedur terapi seperti sakit, pindah domisili, tidak melakukan perlakuan secara penuh, tidak kontrol ke puskesmas secara teratur.

3. Jumlah dan besar sampel

Jumlah sampel penelitian yang digunakan didapatkan dengan menggunakan rumus pocock (Pocock,2008) berikut ini :

$$n = \frac{2\sigma^2}{(\mu_2 - \mu_1)^2} \times f(\alpha, \beta)$$

Keterangan :

n : perkiraan besar sampel

σ : standar deviasi

μ_2 : rerata skor *pre test*

μ_1 : rerata skor *post test*

$f(\alpha, \beta)$: konstanta dilihat pada Tabel Pocock ($\alpha = 0,05$, $\beta = 0,1$)

Berdasarkan analisis yang dilakukan Antoni & Diningsih (2021) didapatkan nilai $\mu_2 = 36,05$ dan nilai $\mu_1 = 32,60$ serta nilai $\sigma = 3,909$

$$n = \frac{2\sigma^2}{(\mu_2 - \mu_1)^2} \times f(\alpha, \beta)$$

$$n = \frac{2 \times (3,909)^2}{(36,05 - 32,60)^2} \times 10,5$$

$$n = \frac{30,560562}{11,9025} \times 10,5$$

$$n = 2,56757504726 \times 10,5$$

$$n = 26,9595379962$$

$$n = 27$$

Berdasarkan kalkulasi rumus diatas maka jumlah sampel yang diperlukan adalah sejumlah 27 orang, untuk menghindari *drop out* pada subjek saat proses penelitian maka dipergunakanlah rumus *drop out* dengan penambahan 10% dari hasil jumlah sampel yang didapatkan yaitu 27 orang menjadi 30 orang subjek penelitian.

4. Teknik sampling

Sampling merupakan proses penyeleksian suatu populasi sesuai porsi yang dapat mewakili populasi tersebut. Teknik sampling adalah kaidah dalam pengambilan sampel untuk mencapai sampel yang memang sebanding dengan total subjek penelitian (Sudaryono,2016).Teknik sampling yang diterapkan pada penelitian ini adalah *non-probability* sampling dengan teknik *purposive* sampling.

Teknik *purposive* sampling adalah suatu metode penentuan sampel dengan sistem menentukan sampel diantara populasi yang sesuai dengan kriteria peneliti (tujuan atau masalah dalam penelitian), maka sampel yang memenuhi kriteria dapat menggantikan kepribadian populasi yang sebelumnya telah diketahui (Sudaryono,2020).

E. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data

1. Jenis data yang dikumpulkan

Data yang dikumpulkan pada penelitian ini berupa data mengukur tingkat stres sebelum dan sesudah intervensi yang diberikan pada pasien diabetes melitus. Data yang diteliti menggunakan lembar skala ukur sebelum dan sesudah diberikan intervensi dengan *self-hypnosis therapy with postive self-talk*. Data yang dimaksud meliputi data primer dan data sekunder :

a. Data primer

Data primer adalah data yang telah disatukan secara langsung baik dengan metode eksperimen maupun hasil survei langsung (Hardani dkk, 2020). Pada penelitian ini data telah didapatkan dari sampel yang telah diteliti dengan menggunakan instrument pengumpulan data yaitu *Perceived Stress Scale (PSS)-10*. Data yang dikumpulkan meliputi usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan dan jenis pekerjaan. Data hasil pemeriksaan melalui pengisian data demografi dan pengisian skala ukur. PSS-10 yaitu skala ukur yang mengukur tingkat stres pada pasien diabetes melitus yang diteliti sebelum dan sesudah diberikan intervensi *self-hypnosis therapy with postive self-talk* di Wilayah Kerja Puskesmas II Denpasar Barat yang menjadi subjek penelitian.

b. Data sekunder

Data sekunder merupakan data yang disediakan sebelumnya dan disatukan berdasarkan sumber-sumber tidak langsung atau tangan kedua yang terpercaya seperti sumber-sumber tertulis milik pemerintah, perpustakaan maupun institusi terkait (Hardani dkk, 2020). Data sekunder penelitian yang dimaksud meliputi jumlah pasien yang menderita penyakit diabetes melitus di Wilayah Kerja

Puskesmas II Denpasar Barat yang didapatkan melalui petugas puskesmas dari data sistem informasi Puskesmas II Denpasar Barat.

2. Cara pengumpulan data

Pengumpulan data merupakan proses pendekatan yang diberikan kepada subjek penelitian dan juga proses pengumpulan data karakteristik dari subjek yang dibutuhkan dalam suatu penelitian (Sugiono,2014). Dalam penelitian ini menggunakan instrument pengumpulan data *PSS-10* yang dilakukan sebelum dan sesudah pemberian intervensi. Proses pengumpulan data yang dilakukan oleh peneliti antara lain :

a. Prosedur administratif

- 1) Mengurus surat permohonan ijin penelitian di Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Denpasar
- 2) Mengajukan permohonan kaji etik kepada Komisi Etik Penelitian Kesehatan Poltekkes Denpasar
- 3) Menyerahkan permohonan ijin penelitian dari Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Denpasar ke Dinas Kesehatan Kota Denpasar
- 4) Menyerahkan permohonan ijin penelitian dari Dinas Kesehatan Kota Denpasar ke Unit Pelaksana Teknik Dinas (UPTD) Puskesmas II Denpasar Barat
- 5) Menyerahkan surat rekomendasi penelitian dari UPTD Puskesmas II Denpasar Barat ke Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Denpasar

b. Prosedur teknis

- 1) Pendekatan secara formal dengan Kepala Administrasi di Unit Pelaksana Teknik Dinas (UPTD) Puskesmas II Denpasar Barat

- 2) Pendekatan secara formal dengan petugas di dalam bidang pendataan penyakit tidak menular (PTM)
- 3) Mengumpulkan data sekunder yaitu jumlah kunjungan dan jumlah pasien diabetes melitus di (UPTD) Puskesmas II Denpasar Barat
- 4) Melakukan pemilihan populasi di UPD Puskesmas II Denpasar Barat yang sesuai dengan kriteria *inklusi* dan *eksklusi* untuk dijadikan sampel
- 5) Pendekatan secara informal kepada subjek penelitian.
- 6) Menjelaskan maksud dan tujuan penelitian apabila sampel menyetujui maka wajib menandatangani lembar persetujuan namun jika menolak maka tidak terdapat paksaan dan menghormati keputusan serta haknya.
- 7) Sampel yang bersedia menjadi subjek penelitian dan telah menandatangani lembar persetujuan, kemudian diukur dengan alat ukur berupa *Perceived Stress Scale* (PSS)-10 yang telah disediakan kemudian peneliti mendampingi dan menjelaskan tata cara pengisian skala ukur tersebut
- 8) Mengumpulkan lembar kuisisioner PSS-10 tersebut
- 9) Melakukan rekapitulasi kelengkapan alat ukur yang telah dilengkapi pada lembar kuisisioner
- 10) Melakukan pengelolaan data yang telah didapatkan dari pengisian kuisisioner pada lembar rekapitulasi (master tabel) dari pengisian kuisisioner oleh subjek penelitian
- 11) Merekapitulasi dan mendata yang diperoleh dari lembar rekapitulasi (master tabel) untuk diolah

- 12) Setelah data didapatkan maka subjek penelitian dengan masalah stres direkapitulasi untuk dilaksanakannya prosedur terapi *self-hypnosis with positive self-talk* dengan jumlah subjek penelitian 30 orang
- 13) Setelah prosedur terapi *self-hypnosis with positive self-talk* dilaksanakan oleh 30 orang maka dilakukan pengukuran stres kembali dengan skala ukur PSS-10 untuk mengetahui keberhasilan terapi yang dilakukan.
- 14) Melakukan olah data dengan hasil yang didapatkan dan membuat kesimpulan
- 15) Penyusunan laporan

3. Instrument pengumpulan data

Instrument penelitian adalah hal yang diterapkan untuk mengukur fenomena alam maupun sosial yang dicermati. (Sugiono, 2014). Dalam penelitian ini lembar pertanyaan skala ukur stres yang digunakan yaitu PSS-10 yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya oleh Maroufizadeh et al (2018) dan Pebrianti dkk (2021) untuk mengukur stres pada pasien diabetes melitus. Maroufizadeh et al (2018) melakukan uji alat ukur stres yaitu PSS-10 untuk menentukan skala ukur tersebut valid dan reliabel untuk digunakan yang berjudul *The Perceived Stress Scale (PSS-10) in women experiencing infertility: A reliability and validity study* dengan jumlah sampel 240 orang. Hasil pada uji alat ukur ini menunjukkan *Alpha Cronbach* untuk PSS-10 adalah 0,842 yang menunjukkan konsistensi internal yang baik dan reliabel dapat digunakan sebagai skala ukur stres.

Menurut Pebrianti dkk (2021), yang berjudul *Stress Level Of Nursing Student Due To Online Learning During The Covid-19 Pandemic* dengan responden sebanyak 230 mahasiswa menguji validitas dan reliabilitas instrument skala ukur stres menggunakan *Perceived Stress Scale-10*. Hasil yang didapatkan adalah uji

validitas pada instrument skala ukur ini didapatkan r hitung lebih besar daripada r tabel sehingga seluruh pernyataan valid dan uji reliabilitas didapatkan nilai *Cronbach's alpha* 0,779 ($> 0,060$) yang artinya instrument skala ukur tersebut memiliki tingkat reliabilitas yang tinggi. Kesimpulan yang didapatkan adalah instrument skala ukur stres menggunakan *Perceived Stress Scale* (PSS-10) dengan 10 pertanyaan oleh Sheldon Cohen telah terstandar dan memiliki tingkat validitas dan reliabilitas yang tinggi dengan nilai *Cronbach's alpha* sebesar 0,80 sehingga dapat digunakan sebagai instrument skala ukur stres.

F. Pengolahan dan Analisis Data

1. Teknik pengolahan data

Pengolahan data adalah komponen dari penelitian sesudah mengumpulkan data. Data mentah atau *raw data* yang diakumulasi telah diolah atau dianalisis kemudian didapatkan informasi (Masturoh dan T, 2018). Pengolahan data yang dilakukan peneliti diantaranya:

a. Editing

Editing merupakan suatu hal yang dilakukan untuk mengecek terisinya kuisioner atau formulir jawaban agar sudah terdata dengan lengkap, jelas, relevan dan konsisten. *Editing* dilakukan agar tidak terjadi suatu kesalahan maka di tinjau kembali mengenai kelengkapan terisinya formulir kuisioner yang terdiri atas data demografi subjek penelitian dan jawaban dari pertanyaan skala ukur tingkat stres dengan PSS-10 sudah terbaca dan relevan.

b. Coding

Coding merupakan suatu hal yang dilakukan untuk merubah bagian data yang berbentuk huruf kemudian menjadi data dengan bentuk angka atau bilangan.

Coding bertujuan agar mempermudah peneliti pada proses analisis data dan dapat mempercepat proses *entry* data. Peneliti melakukan pemberian kode pada setiap data subjek penelitian untuk memudahkan peneliti dalam melakukan proses olah data dan analisa data.

- 1) Usia : dewasa awal (20-30 tahun) diberi kode 1, dewasa madya (31-60 tahun) diberi kode 2 dan dewasa akhir (≥ 60 tahun) diberi kode 3
- 2) Jenis kelamin : laki-laki diberi kode 1 dan perempuan diberi kode 2
- 3) Tingkat pendidikan : pendidikan dasar diberi kode 1, pendidikan menengah diberi kode 2 dan pendidikan tinggi diberi kode 3
- 4) Jenis pekerjaan : bekerja diberi kode 1 dan tidak bekerja diberi kode 2

Pada variabel tingkat stres diberikan kode :

- 1) Stres ringan (0-13) diberi kode 1
- 2) Stres sedang (14-26) diberi kode 2
- 3) Stres berat (27-40) diberi kode 3

c. *Processing*

Saat semua proses dari pengisian kuisioner dan pengkodean sudah dilalui dan terisi dengan baik dan benar maka selanjutnya dilakukan analisis data pada proses data yang di *entry*. Peneliti memasukkan data subjek penelitian lalu diberi kode sesuai ketentuan untuk diolah di program komputer. Peneliti menggunakan program komputer untuk melakukan olah data.

d. *Entry*

Setelah sekian tahap yang sudah dilalui, tibalah tahap berikutnya yaitu *entry* data. *Entry* data dikerjakan dengan menyalurkan data dari lembar pengumpulan data ke program komputer.

e. *Cleaning*

Data yang telah di *entry* ke program komputer lalu dilakukan proses *cleaning* yaitu proses pemeriksaan kembali hasil data subjek penelitian yang telah dimasukkan ke dalam program untuk meminimalisir kesalahan pada proses pendataan. Peneliti mencocokkan dan melakukan pemeriksaan data pada master tabel.

f. *Scoring*

Scoring dilakukan saat subjek penelitian telah selesai mengisi kuisioner yang diberikan oleh peneliti. *Scoring* didapatkan berbeda sesuai jenis jawaban yang didapatkan pada setiap item kuisioner. Parameter pemberian skor pertanyaan tingkat stres diinterpretasikan dalam :

- 1) Stres ringan : 0 – 13
- 2) Stres sedang : 14 – 26
- 3) Stres berat : 27 – 40

2. Analisis data

Analisis data adalah hal yang wajib digunakan dalam mengungkap suatu fenomena untuk mencapai tujuan pokok penelitian. Dilakukannya analisis data dikarenakan data mentah yang diperoleh belum mendeskripsikan fenomena yang dapat menjawab masalah penelitian (Nursalam,2015). Pada penelitian ini, data dengan satu variabel dianalisis menggunakan analisis penelitian deskriptif dengan statistik deskriptif. Data satu variabel terdapat pada data umum subjek penelitian seperti usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan dan jenis pekerjaan yang telah disajikan pada tabel distribusi frekuensi dan pengukuran tingkat stres pada pasien diabetes melitus sebelum dan sesudah diberikan intervensi.

Data dua variabel dianalisis untuk menganalisa perbedaan tingkat stres sebelum dan sesudah diberikan intervensi *self-hypnosis therapy with positive self-talk*. Sebelum memulai uji hipotesis harus dilakukan uji normalitas data untuk mengetahui data tersebut berdistribusi normal atau tidak dengan uji *saphiro-wilk* dikarenakan jumlah sampel yang digunakan ≤ 50 orang. Apabila data yang didapatkan berdistribusi normal maka menggunakan uji non parametrik dengan *paired t-test*, apabila tidak berdistribusi normal maka menggunakan uji non parametrik dengan *wilcoxon signed rank test*. Apabila hasil $p < \alpha$ (0,05) maka H_0 gagal diterima dan H_a gagal ditolak, berarti ada pengaruh *self-hypnosis therapy with positive self – talk* terhadap tingkat stres pasien diabetes melitus.

G. Etika Penelitian

Pada penelitian bidang keperawatan, subjek penelitian yang digunakan adalah manusia sehingga para peneliti wajib mendalami prinsip dari etika penelitian. Peneliti akan melanggar hak-hak atau otonomi manusia apabila hal tersebut tidak dilakukan serta menjauhi hal-hal yang tidak sesuai kehendak dan mencelakai (Nursalam,2015).

1. *Informed consent* atau persetujuan setelah penjelasan

Subjek penelitian harus mendapatkan informasi lengkap tentang hal-hal yang dilaksanakan saat penelitian berlangsung serta memiliki hak untuk bebas menyetujui dan menolak menjadi subjek penelitian. *Informed consent* berarti informasi, persetujuan dan juga penolakan. *Informed consent* memiliki lima elemen mayor yaitu persetujuan diperuntukkan sukarela, persetujuan wajib diperoleh oleh orang yang mempunyai kapasitas dan mengerti, subjek penelitian harus

mendapatkan cukup informasi dan mampu memutuskan sebuah ketentuan,teruntuk ketentuan yang khusus dan perlakuan harus dilakukan pada keadaan yang sama.

2. *Autonomy and human dignity* (menghormati hakikat dan martabat manusia)

Merupakan hak subjek penelitian untuk mempunyai kebebasan menentukan jalan kehidupan dan moral mereka sendiri. Peneliti memberikan subjek penelitian kebebasan dalam menentukan keinginan menjadi subjek penelitian atau tidak. Peneliti tidak memaksakan subjek penelitian untuk berkehendak menjadi responden. Subjek penelitian yang memilih untuk tidak mengambil kesempatan menjadi responden penelitian akan tetap mendapatkan pelayanan di puskesmas.

3. *Confidentiality* (kerahasiaan)

Etika dasar dalam penelitian untuk melindungi kebebasan pasien adalah prinsip kerahasiaan. Dalam *informed consent* telah dijelaskan bahwa segala bentuk identitas dan yang bersangkutan dengan subjek penelitian akan dirahasiakan. Subjek penelitian menjadi informasi untuk peneliti saja dan tidak akan menjadi informasi untuk khalayak publik.

4. *Justice* (keadilan)

Justice dapat diartikan bahwa peneliti tidak akan melakukan perbedaan–bedaan pada subjek penelitian seperti berdasarkan suku, agama, ras, status, sosial ekonomi, politik ataupun atribut lainnya. Peneliti wajib bersikap adil kepada seluruh subjek penelitian secara merata. Peneliti harus menyamakan perlakuan yang diberikan kepada seluruh subjek penelitian tanpa memandang apapun.

5. *Beneficience* (manfaat)

Ada baiknya jika penelitian ini dapat berupa manfaat. Artinya, memiliki prinsip pada aspek kegunaan sehingga mampu digunakan oleh keperluan masyarakat dan harus diaplikasikan dalam mengembangkan ilmu pengetahuan tanpa mencelakai subjek penelitian ataupun peneliti akan tetapi harus menyalurkan manfaat pada semuanya.

6. *Non maleficience* (tidak membahayakan)

Penelitian pada jurusan keperawatan biasanya subjek penelitian yang digunakan sebagai sampel dan populasi yakni manusia. Situasi tersebut dapat berefek menyebabkan kecelakaan fisik dan psikis pada subjek penelitian. Maka dari itu, peneliti diharapkan berhati-hati dalam penelitian dan meninjau risiko dengan keputusan yang tepat dan kelebihan yang berisiko kepada subjek penelitian pada segala perlakuan yang akan dilakukan.