

BAB IV

METODELOGI PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode pre-eksperimen, yang merupakan penelitian dengan adanya perlakuan atau intervensi yang bertujuan untuk mengetahui akibat yang ditimbulkan setelah dilakukan intervensi kepada satu atau lebih kelompok (Masturoh & Anggita, 2018). Penelitian ini menggunakan rancangan *one group pre-post test design*, yaitu penelitian yang mengungkapkan pengaruh sebab akibat dengan cara melibatkan suatu kelompok subjek. Kelompok subjek diobservasi sebelum dan setelah dilakukan intervensi (Nursalam, 2017).

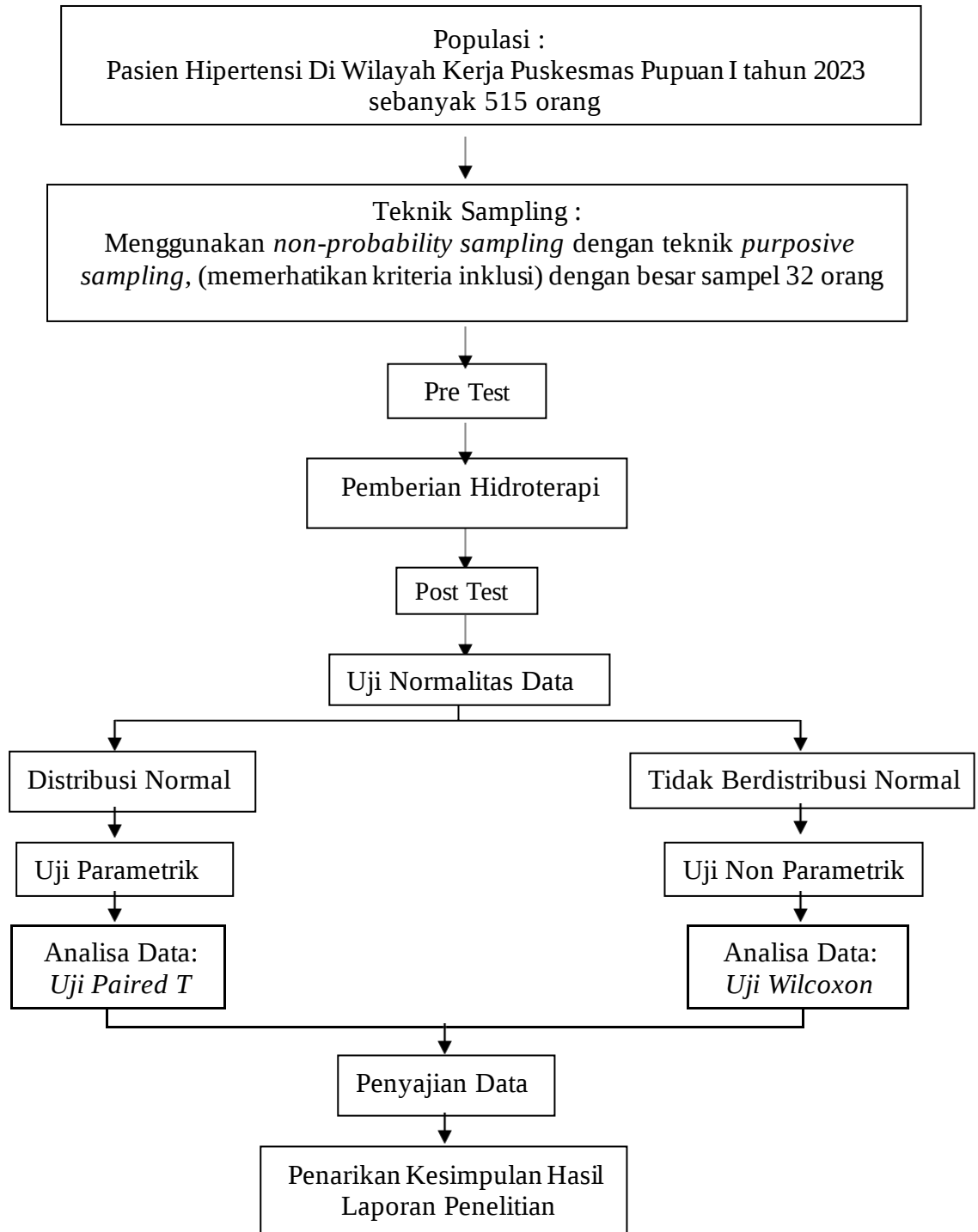


Gambar 2 Rencana Penelitian Pengaruh Hidroterapi Terhadap Tingkat Stres Pasien Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Selemadeg Barat.

Keterangan:

- R : Subjek Perlakuan (Pasien hipertensi)
- O1 : Pengukuran tingkat stres sebelum perlakuan
- X1 : Intervensi (Hidroterapi)
- O2 : Pengukuran tingkat stres sesudah perlakuan

B. Alur Penelitian



Gambar 3 Alur Kerangka Kerja “Pengaruh Hidroterapi terhadap Penurunan Tingkat Stres pada Pasien Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Pupuan I”

C. Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini akan dilaksanakan di Wilayah Kerja Puskesmas Pupuan I, yaitu di wilayah Desa Pupuan, Kecamatan Pupuan, Kabupaten Tabanan, Provinsi Bali. Penelitian ini dilaksanakan dari bulan April – Mei 2024.

D. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi merupakan wilayah generalisasi yang terdiri dari objek atau subjek yang memiliki kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2021). Populasi dalam penelitian ini adalah semua klien hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Pupuan I dengan jumlah klien hipertensi pada tahun 2023 sebanyak 515 orang.

2. Sampel

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut (Sugiyono, 2021). Sampel penelitian ini diambil dari populasi klien hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Pupuan I, Kabupaten Tabanan.

a. Besar sampel

Jumlah sampel yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan rumus Pocock (2013) sebagai berikut:

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

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 ($\alpha = 0,05$, $\beta = 0$)

Berdasarkan hasil penelitian sebelumnya menurut Maesaroh & Mitha (2020) didapatkan nilai $\sigma = 6,981$, $\mu_2 = 65,43$, $\mu_1 = 59,48$ maka nilai n pada penelitian ini adalah sebagai berikut:

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

$$n = \frac{2 \times (6,981)^2}{(65,43 - 59,48)^2} \times 10,5$$

$$n = \frac{97,468722}{35,4025} \times 10,5$$

$$n = 2,75 \times 10,5$$

$$n = 28,9$$

$$n = 29$$

Berdasarkan perhitungan menggunakan rumus *Pocock* ini maka diperkirakan jumlah sampel yang diperlukan pada penelitian ini sebanyak 29 orang dan untuk menghindari subjek yang berhalangan hadir maka digunakan rumus *drop out* yaitu ditambah 10% dari hasil jumlah sampel sehingga sampel menjadi sebanyak 32 orang.

b. Teknik sampling

Teknik sampling merupakan cara-cara yang digunakan dalam pengambilan sampel, untuk memastikan bahwa sampel yang diambil sesuai dengan keseluruhan subyek penelitian. Penelitian ini menggunakan teknik pengambilan sampel *non-probability* sampling dengan *simple random sampling*. *Simple random sampling* merupakan pengambilan sampel dari populasi secara acak tanpa memperhatikan strata yang ada dalam populasi dan setiap anggota

populasi memiliki kesempatan yang sama untuk dijadikan sampel. (Nursalam, 2017).

Dalam pemilihan sampel, peneliti melakukan pertimbangan dengan menetapkan kriteria inklusi dan eksklusi. Kriteria inklusi adalah ciri-ciri yang harus dipenuhi oleh setiap anggota populasi yang diambil sebagai sampel, sementara kriteria eksklusi adalah ciri-ciri yang membuat anggota populasi tidak dapat diambil sebagai sampel (Notoatmodjo, 2018).

1. Kriteria Inklusi

Kriteria inklusi adalah karakteristik umum subyek yang akan diteliti dari populasi target yang dapat terjangkau (Nursalam, 2017). Kriteria inklusi dalam penelitian ini adalah:

- a) Seluruh pasien hipertensi yang bersedia menjadi responden
- b) Seluruh pasien hipertensi dengan usia 20-60 tahun
- c) Seluruh pasien hipertensi yang mengalami stres setelah discreening.

2. Kriteria Eksklusi

Kriteria eksklusi adalah proses menghilangkan atau mengeluarkan subjek yang sebenarnya memenuhi kriteria inklusi studi, karena berbagai alasan tertentu (Nursalam, 2017). Kriteria eksklusi dalam penelitian ini yaitu :

- a) Pasien hipertensi yang memiliki gangguan pendengaran sehingga sulit untuk berkomunikasi.
- b) Pasien hipertensi yang sebelumnya sudah bersedia menjadi responden namun karena alasan tertentu berhalangan hadir dan berhenti ketika mengikuti prosedur hidroterapi.

E. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data

1. Jenis Data Yang Dikumpulkan

Jenis data yang dikumpulkan dalam penelitian ini meliputi data primer dan data sekunder

a. Data Primer

Data primer adalah data yang diperoleh secara langsung oleh peneliti melalui pengukuran, pengamatan, survei, atau metode lainnya (Setiadi, 2013). Dalam penelitian ini, data diperoleh dari sampel yang akan diteliti menggunakan instrumen pengumpulan data yaitu *Perceived Stress Scale* (PSS). Data yang dikumpulkan adalah hasil pemeriksaan pengukuran tingkat stres sebelum dan sesudah perlakuan menggunakan PSS yang diberikan pada pasien hipertensi yang menjadi responden.

b. Data Sekunder

Data sekunder adalah data yang diperoleh dari dokumen yang ada pada suatu lembaga atau orang lain, bukan dari penelitian yang dilakukan sendiri oleh peneliti (Setiadi, 2013). Data sekunder yang dikumpulkan dalam penelitian ini meliputi jumlah pasien hipertensi yang didapat dari buku register dan tercatat masih melakukan rawat jalan di Puskesmas Pupuan I.

2. Cara Pengumpulan Data

Pengumpulan data adalah proses pendekatan kepada subyek dan pengumpulan karakteristik subyek yang diperlukan dalam suatu penelitian (Nursalam, 2017). Metode pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan metode kuesioner dengan menggunakan kuesioner *Perceived Stress Scale* (PSS-10), yang merupakan kuesioner *self-report* yang terdiri dari 10 pernyataan yang

diberikan kepada responden. Proses pengumpulan data dilakukan melalui langkah-langkah berikut:

a. Prosedur Administrasi

- 1) Peneliti mengurus ijin penelitian di Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Denpasar.
- 2) Peneliti mengajukan surat permohonan ijin penelitian ke Badan Penanaman Modal dan Perizinan Provinsi Bali.
- 3) Surat ijin penelitian disampaikan ke Badan Kesbangpol dan Linmas Kabupaten Tabanan
- 4) Meneruskan surat ijin penelitian ke Dinas Kesehatan Kabupaten Tabanan.
- 5) Meneruskan surat permohonan ijin penelitian ke Puskesmas Pupuan I.

b. Prosedur Teknis

- 1) Melakukan pendekatan secara formal kepada Kepala Puskesmas Pupuan I dengan menyerahkan surat permohonan ijin lokasi penelitian di Puskesmas Pupuan I.
- 2) Mengumpulkan data sekunder yaitu jumlah kunjungan dan jumlah pasien hipertensi di Puskesmas Pupuan I.
- 3) Melakukan pemilihan sampel yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi.
- 4) Pendekatan secara informal kepada sampel yang diteliti dilakukan dengan menjelaskan maksud dan tujuan penelitian serta memberikan lembar persetujuan. Jika sampel bersedia untuk diteliti, mereka diminta untuk menandatangani lembar persetujuan. Namun, jika sampel menolak untuk diteliti, peneliti tidak akan memaksa dan akan menghormati hak mereka.
- 5) Sampel yang bersedia menjadi subjek penelitian dan sudah menandatangani

lembar persetujuan, kemudian diteliti dengan menggunakan alat ukur berupa *Perceived Stress Scale* (PSS) yang telah disiapkan diberikan saat sebelum dan setelah diberikan prosedur hidroterapi, kemudian mendampingi dan menjelaskan tata cara pengisian lembar inventori tersebut.

- 6) Mengumpulkan lembar inventori yang telah diisi dalam lembar inventori.
- 7) Melakukan pengecekan kelengkapan data yang telah diisi dalam inventori.
- 8) Mengelola data yang telah diperoleh dari pengisian lembar inventori pada lembar merekapitulasi dan mencatat data yang diperoleh pada lembar rekapitulasi (*master table*) untuk diolah.

3. Instrumen Pengumpulan Data

Instrumen atau alat pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan lembar pertanyaan yang disebut *Perceived Stress Scale* (PSS), yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya oleh penelitian sebelumnya (Hary, 2017). Daftar pertanyaan terdiri dari 10 pertanyaan dengan skor berkisar antara 0 hingga 40. Semakin tinggi skor yang diperoleh, semakin tinggi tingkat stres yang dialami oleh responden.

Dalam mengisi PSS, responden dapat dipandu oleh peneliti. Setelah semua pertanyaan diisi oleh responden, peneliti dapat memeriksa kembali kelengkapan pengisian PSS untuk memastikan bahwa semua pertanyaan telah dijawab dengan benar.

Menurut penelitian Andreou, Alexopoulos, Lionis, & Varvogli (2011) yang berjudul *Perceived Stress Scale : Reliability and Validity Study in Greece* dengan jumlah sampel 941 orang menunjukkan hasil $df = 35$ dan $r \text{ hitung} = 0,4$ ($p < 0.05$) dan skala reliabilitas dari *Perceived Stress Scale* adalah 0,82.

Menurut penelitian Hary (2017) yang berjudul hubungan antara Kelekatan Terhadap Ibu dengan Tingkat Stres pada Mahasiswa Perantau, dengan jumlah responden sebanyak 80 orang. Uji validitas dan reliabilitas instrumen dilakukan secara acak. Hasil uji validitas terhadap 10 pertanyaan pada PSS menggunakan uji validitas konkuren menunjukkan bahwa skala PSS berkorelasi secara sedang. Selain itu, nilai *alpha Cronbach* sebesar 0,81 menunjukkan tingkat reliabilitas yang tinggi. Dengan demikian, penelitian ini menyimpulkan bahwa PSS merupakan ukuran stres yang valid dan reliabel untuk digunakan di Indonesia.

Hasil dari penelitian dicatat dalam suatu lembar rekapitulasi tingkat stres. Selain itu, instrumen pengumpulan data lainnya adalah lembar prosedur terapi *Eye Movement Desensitization and Reprocessing* (EMDR). Penggunaan lembar PSS dan prosedur terapi EMDR dilakukan sesuai dengan prosedur yang terlampir.

F. Pengolahan dan Analisis Data

1. Pengolahan Data

Setelah mendapatkan data yang diperlukan, langkah selanjutnya adalah proses pengolahan data. Pengolahan data dari lembar observasi dapat dilakukan secara manual atau menggunakan bantuan komputer (komputerisasi). Berikut ini adalah langkah-langkah pengolahan data berbasis komputer:

a. *Editing* (Penyuntingan Data)

Hasil observasi yang diperoleh melalui lembar kuesioner perlu disunting (edit) terlebih dahulu. Secara umum, editing adalah kegiatan memeriksa dan mengoreksi isian formulir atau lembar kuesioner untuk memastikan kelengkapan,

artinya semua langkah telah diisi dengan benar (Notoatmodjo, 2018).

b. Coding

Setelah proses diedit atau disunting, langkah selanjutnya adalah pengkodean atau coding, yang merupakan proses mengubah data dari bentuk kalimat atau huruf menjadi angka atau bilangan (Notoatmodjo, 2018). coding atau pengkodean sangat berguna dalam memasukkan data (data entry). Proses pengelompokan data dan pemberian kode atau nilai pada langkah-langkah yang dilakukan membantu dalam memudahkan proses memasukkan data dan analisis data.

c. Data Entry (Memasukkan data) atau Processing Data

Memasukkan data (data entry) melibatkan langkah-langkah di mana setiap responden direpresentasikan dengan "kode" (baik angka atau huruf) yang dimasukkan ke dalam perangkat lunak atau program komputer. Ada berbagai jenis perangkat lunak komputer yang dapat digunakan untuk data entry, dan masing-masing memiliki kelebihan dan kelemahan tersendiri (Notoatmodjo, 2018).

d. Cleanning (Pembersihan Data)

Cleaning data merupakan kegiatan pengecekan yang dilakukan dalam proses memasukkan data, terutama dengan memeriksa distribusi frekuensi variabel yang sedang diteliti (Notoatmodjo, 2018).

Tabulating adalah proses pengaturan data sedemikian rupa sehingga data dapat dengan cepat dan mudah dihitung, disusun, didata, serta disajikan dan dianalisis. Ini melibatkan pembuatan tabel data sesuai dengan tujuan penelitian atau kebutuhan peneliti (Notoatmodjo, 2018).

2. Teknik Analisa Data

Analisis data merupakan proses atau analisis yang dilakukan secara sistematis terhadap data yang telah dikumpulkan dengan tujuan untuk mendeteksi tren data dan hubungan antar variabel (Nursalam, 2017).

Dalam penelitian ini, data satu variabel seperti data demografi diuraikan secara deskriptif dan disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi. Presentase dari masing-masing variabel digunakan untuk mengetahui hubungan usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan, dan pekerjaan dengan tingkat stres sebelum diberikan perlakuan. Analisis hubungan ini menggunakan uji *Rank Spearman*. Uji korelasi *Charles Spearman* atau *Spearman's Rank Correlation Coefficient* atau *Spearman's rho* adalah uji hipotesis untuk mengetahui hubungan 2 variabel. Untuk mengevaluasi pengaruh hidroterapi terhadap tingkat stres, dilakukan uji normalitas data. Jika data berdistribusi normal, digunakan Uji *Paired T Test*. Sedangkan jika data tidak berdistribusi normal, digunakan uji *Wilcoxon*.

G. Etika Penelitian

Pada penelitian ilmu keperawatan, mengingat hampir 90% subyek yang digunakan adalah manusia, sangat penting bagi peneliti untuk memahami prinsip-prinsip etika penelitian. Hal ini dilakukan agar peneliti tidak melanggar hak-hak (otonomi) manusia yang menjadi subyek penelitian. Etika penelitian yang baik memastikan bahwa perlakuan terhadap subyek penelitian dilakukan dengan penuh rasa hormat, keadilan, dan keamanan. Hal ini mencakup persetujuan informiran, kerahasiaan data, dan perlindungan terhadap partisipan penelitian (Nursalam, 2017).

1. Lembar persetujuan (*Informed Consent*)

Lembar persetujuan diberikan kepada responden yang diteliti dengan tujuan agar mereka memahami maksud dan tujuan penelitian serta dampak selama pengumpulan data. Dalam penelitian ini, informed consent diberikan langsung kepada responden. Responden yang bersedia untuk diteliti diharapkan menandatangani lembar persetujuan. Bagi responden yang menolak untuk diteliti, peneliti tidak akan memaksa dan tetap menghormati hak mereka (Nursalam, 2017).

2. Tanpa nama (*Autonomy*)

Untuk menjaga kerahasiaan identitas, peneliti tidak mencantumkan nama responden pada lembar observasi. Sebagai gantinya, lembar tersebut hanya diberi nomor atau kode tertentu. Hal ini dilakukan agar identitas responden tetap terlindungi dan tidak terpapar (Nursalam, 2017).

3. Kerahasiaan (*Confidentiality*)

Kerahasiaan informasi yang diberikan oleh responden dijamin oleh peneliti. Peneliti tidak akan memberitahu kepada siapapun tentang informasi yang diberikan oleh responden tersebut. Hal ini bertujuan untuk menjaga privasi dan kepercayaan responden terhadap penelitian (Notoatmodjo, 2018).

4. Keadilan (*Justice*)

Semua calon responden memiliki kesempatan yang sama untuk berpartisipasi dalam penelitian ini, dan mereka mendapatkan perlakuan yang sama dari peneliti. Prinsip keadilan menuntut peneliti untuk bersikap adil pada semua kelompok responden, tanpa adanya diskriminasi atau perlakuan yang tidak setara. Hal ini penting untuk memastikan integritas dan validitas penelitian serta menjaga

etika dalam penelitian (Notoatmodjo, 2018).

5. Menghormati keputusan partisipan (*Respect for Autonomy*)

Partisipan memiliki hak untuk menolak menjadi partisipan dalam penelitian. Peneliti menjelaskan kepada partisipan tentang proses penelitian yang meliputi wawancara mendalam yang akan direkam menggunakan perekam suara. Selanjutnya, partisipan diberi kebebasan untuk menentukan apakah bersedia atau menolak berpartisipasi dalam penelitian. (Notoatmodjo, 2018).

6. Hak untuk dihargai (*Privacy or Dignity*)

Partisipan memiliki hak untuk dihargai atas tindakan yang mereka lakukan dan atas perlakuan yang diterima, serta untuk mengendalikan kapan dan bagaimana informasi tentang mereka dibagikan dengan orang lain. Peneliti hanya melakukan wawancara pada waktu yang telah disepakati dengan partisipan. Pengaturan tempat wawancara dibuat dengan mempertimbangkan terciptanya suasana yang santai, tenang, dan kondusif, serta tidak diketahui oleh orang lain selain keluarga partisipan dan petugas terkait yang diizinkan oleh partisipan. Hal ini bertujuan untuk menjaga privasi dan keamanan informasi partisipan serta menghormati otonomi mereka (Nursalam, 2017).