

BAB IV

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan pendekatan *pre-eksperimental* dengan rancangan *one group pretest-posttest design*. Pendekatan tersebut dipilih karena peneliti ingin mengetahui perbedaan pijat terhadap kualitas tidur sebelum dan sesudah dilakukan pijat bayi.

Ciri tipe ini adalah menggunakan hubungan sebab-akibat dengan cara melibatkan satu kelompok subyek. Kelompok subyek diobservasi sebelum dilakukan intervensi, kemudian diobservasi lagi setelah dilakukan intervensi (Nursalam, 2016). Secara bagan desain kelompok tunggal design pretest dan posttes dapat digambarkan sebagai berikut:

Kelompok	Pre test	Perlakuan	Post test
Eksperimen	O1	X	O2

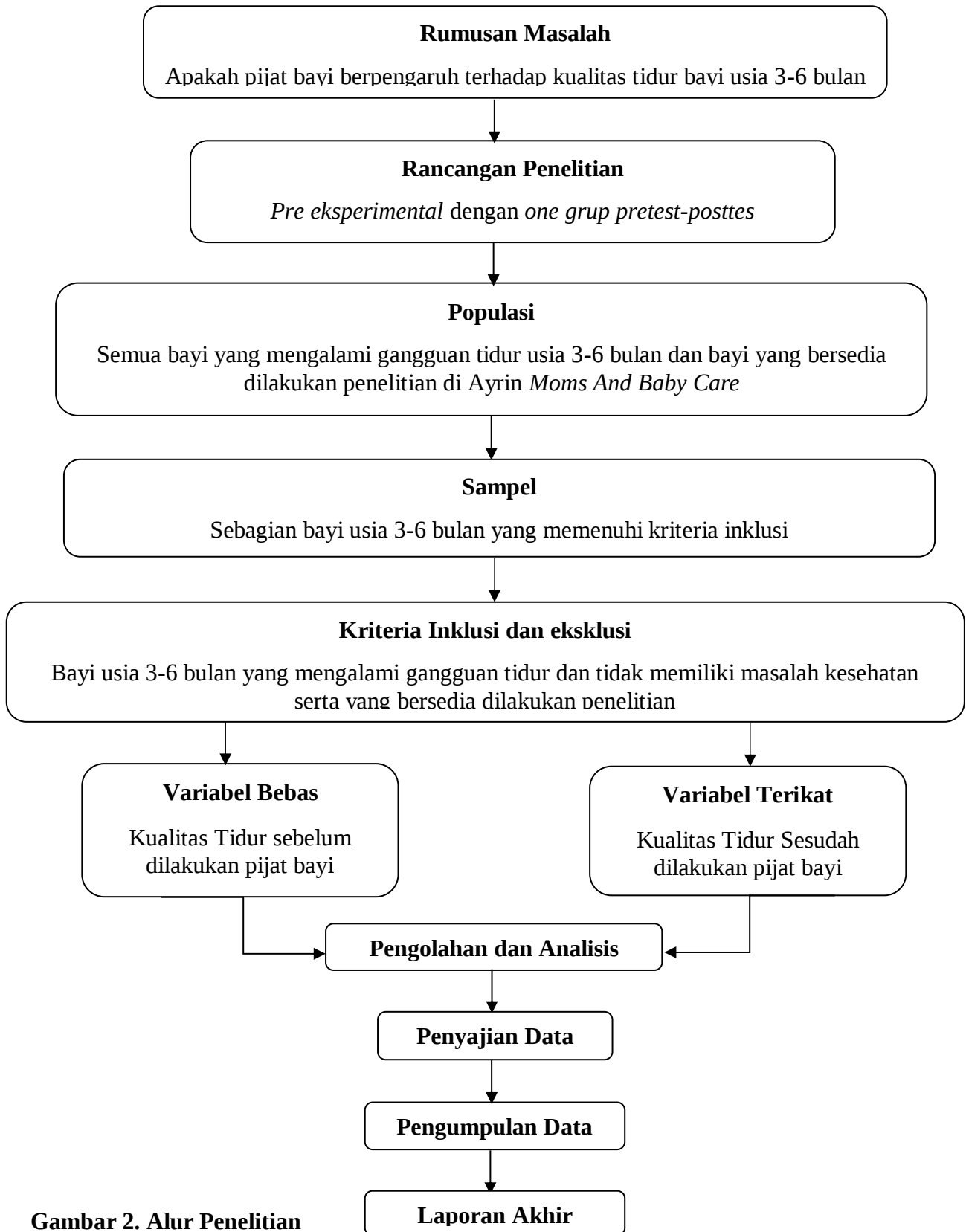
Keterangan :

O1 : Pre test (kualitas tidur sebelum pijat bayi)

X : Perlakuan (Pijat pada bayi usia 3-6 bulan)

O2 : Post test (kualitas tidur setelah pijat bayi)

B. Alur Penelitian



Gambar 2. Alur Penelitian

C. Tempat dan Waktu

Penelitian ini dilakukan di *Ayrin Moms And Baby Care* yang bertempat di Jl. Tukad Batanghari No.42, Panjer, Denpasar Selatan. Dengan waktu penelitian yang akan dilaksanakan pada Maret-April 2026, yang mencakup seluruh tahapan penelitian mulai dari persiapan, pengumpulan data, analisis hingga penyusunan laporan penelitian.

D. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi merupakan seluruh objek penelitian atau yang diidentifikasi (Notoatmodjo, 2018). Populasi pada penelitian ini yaitu bayi usia 3-6 bulan yang merupakan klien rutin di *Ayrin Moms And Baby Care*

2. Sampel

Sampel dinyatakan sebagai suatu bagian dari populasi yang elemennya dipilih dengan menggunakan prosedur tertentu untuk dimanfaatkan sebagai sumber data primer, kemudian hasil data itu dipakai untuk menggeneralisasi keseluruhan populasi (Arikunto, 2019).

Teknik sampling yang digunakan adalah *purposive sampling*. Dalam *purposive sampling*, sampelnya yaitu setiap bayi usia 3-6 bulan yang memenuhi kriteria inklusi. Kriteria sampel meliputi kriteria inklusi dan eksklusi, dimana kriteria tersebut menentukan apakah sampel tersebut dapat digunakan atau tidak (Hidayat, 2010).

Kriteria inklusi dan eksklusi dalam penelitian ini adalah :

a. Kriteria Inklusi

- 1) Bayi usia 3–6 bulan yang datang ke *Ayrin Moms And Baby Care* dan mengalami gangguan kualitas tidur seperti sering terbangun pada malam hari, sulit tidur, atau sering rewel pada malam hari.

- 2) Bayi usia 3–6 bulan yang tidak memiliki masalah kesehatan seperti demam, riwayat epilepsi, maupun penyakit jantung yang menjadi kontraindikasi pijat bayi.
- 3) Bayi usia 3–6 bulan yang dapat mengikuti seluruh rangkaian intervensi pijat bayi selama periode penelitian.
- 4) Orang tua bayi usia 3–6 bulan yang bersedia menjadi responden penelitian dengan menandatangani informed consent.

b. Kriteria Eksklusi

- 1) Bayi usia 3-6 bulan yang tidak mengalami gangguan tidur atau memiliki masalah kesehatan yang tidak memungkinkan untuk dilakukan pijat
- 2) Bayi usia 3-6 bulan yang kebutuhan nutrisinya baik dan tidak mengganggu pola kesadaran dan pola tidur
- 3) Orangtua bayi usia 3-6 bulan yang tidak bersedia untuk dilakukan penelitian

Perhitungan sampel pada penelitian ini menggunakan rumus Dahlan tahun 2013

$$n1 = n2 = \frac{(Z\alpha + Z\beta)^2 \pi}{(P1 - P2)^2}$$

Keterangan :

$n1 = n2$: Besar Sampel

$Z\alpha$: deviat baku alfa (1,96)

$Z\beta$: deviat baku beta (0,84)

$P1-P2$: selisih proporsi minimal yang dianggap bermakna (0,3)

Π : besarnya diskordan (ketidaksesuaian) (0,3)

Maka didapatkan perhitungan jumlah sampel

$$\begin{aligned}
 n1 = n2 &= \frac{(1,96 + 0,84)^2 0,3}{(0,3)^2} \\
 &= \frac{2,352}{0,09} \\
 &= 26,1 \text{ (dibulatkan menjadi 26)}
 \end{aligned}$$

Jadi jumlah sampel pada penelitian ini yaitu 26 bayi

Keterangan hasil :

- a) Kesalahan tipe I ditetapkan sebesar 5%, hipotesis dua arah sehingga $Z\alpha = 1,96$
- b) Kesalahan tipe II didapatkan sebesar 20%, maka $Z\beta = 0,84$
- c) $P1 - P2 = 0,3$ (perbedaan proporsi yang dianggap bermakna sebesar 30%)
- d) $\Pi = 0,3$

E. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data

1. Jenis Pengumpulan Data

Pengumpulan data dalam penelitian ini yaitu menggunakan data primer yang diperoleh secara langsung dari responden oleh peneliti

2. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan melalui beberapa tahapan sebagai berikut :

- a. Setelah mendapatkan ijin persetujuan dari pembimbing dan penguji peneliti mengajukan surat permohonan ijin pengambilan data kepada bagian program studi sarjana terapan Kebidanan yang akan disetujui oleh Ketua Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Denpasar melalui bidang pendidikan jurusan Kebidanan
- b. Mengajukan permohonan *ethical clearance* untuk melaksanakan penelitian dari Komisi Etik Poltekkes Kemenkes Denpasar dengan nomor *Ethical Clearance* :

DP.04.02/F.XXIV.26/405/2026 yang diterbitkan oleh komisi etik Poltekkes Kemenkes Denpasar pada tanggal 09 April 2026.

- c. Peneliti mohon ijin kepada pengelola Ayrin untuk melakukan penelitian di Ayrin *Moms And Baby Care* dengan nomor surat izin penelitian : PP.06.02/F.XXIV.14/0741/2026.
- d. Peneliti meminta informasi dari pengelola Ayrin *Moms And Baby Care* mengenai data bayi usia 3-6 bulan yang akan dilakukan pijat
- e. Penetapan sampel dalam penelitian yang sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi. Kemudian peneliti memberikan penjelasan tentang tujuan dan manfaat dari penelitian ini. Cara pengambilan sampel dengan menggunakan rumus besar sampel untuk penelitian analitik kategorik berpasangan, sampai ditemukan sampel sebanyak 26 bayi.
- f. Selanjutnya peneliti menghubungi orangtua bayi yang bayinya terpilih sebagai sampel. Peneliti menanyakan kesediaan orangtua untuk dilakukan penelitian dan juga selaku responden untuk melakukan pengumpulan data. Responden dalam penelitian ini adalah orang tua bayi usia 3–6 bulan yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi, sedangkan subjek yang diberikan intervensi adalah bayi usia 3–6 bulan.
- g. Jika orang tua bayi setuju, dilanjutkan dengan menanda tangani *informed consent*, serta lembar kuesioner persetujuan menjadi responden
- h. Selanjutnya responden diberikan penjelasan mengenai proses pengambilan data hingga pengisian kuesioner *pre-test*, bahwa kuesioner hanya boleh dilakukan satu kali pengisian dengan waktu pengisian maksimal 10-15 menit setelah persetujuan, jika responden telah setuju maka pengisian kuesioner dapat dilanjutkan.
- i. Setelah responden selesai mengisi kuesioner pre-test, bayi diberikan intervensi pijat bayi sebanyak 6 kali, yaitu 2 kali dalam satu minggu selama 3 minggu dengan durasi 30–45 menit

pada setiap sesi. Pijat bayi dilakukan oleh peneliti bersama pemijat yang telah mendapatkan pelatihan pijat bayi dan telah melakukan penyamaan persepsi sesuai *Standar Operasional Prosedur* (SOP) pijat bayi. Intervensi pertama dilakukan di Ayrin Moms And Baby Care kepada seluruh sampel penelitian. Selanjutnya, sebanyak 20 responden melanjutkan intervensi pijat di *Ayrin Moms And Baby Care*, sedangkan 6 responden mendapatkan intervensi melalui kunjungan rumah karena alasan kenyamanan dan kemudahan akses pelayanan. Seluruh tindakan pijat bayi tetap dilakukan sesuai SOP yang sama pada seluruh responden.

- j. Setelah rangkaian pijat selesai dilakukan, pada hari pertama minggu keempat, peneliti kembali memberikan kuesioner *post-test* dan menjelaskan cara pengisiannya, jika setuju, maka pengisian kuesioner dapat dilanjutkan. Tujuan diberikannya kembali kuesioner *post-test* untuk mengisi kembali pertanyaan yang berkaitan dengan kualitas tidur bayi dan melihat perubahan kualitas tidur bayi setelah diberikan pijat.

3. Instrumen Pengumpulan Data

Instrumen pengumpulan data merupakan alat yang digunakan dalam pengumpulan data. Pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan kuesioner. Kuesioner adalah daftar pertanyaan yang telah disusun untuk memperoleh data sesuai dengan tujuan penelitian. Instrumen pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan kuesioner baku yang diadopsi dari penelitian Mindell et al. (2019), Penilaian kualitas tidur bayi dilakukan menggunakan kuesioner *Brief Infant Sleep Questionnaire* (BISQ) yang terdiri atas 7 item pertanyaan. Setiap item yang menunjukkan kondisi kualitas tidur yang baik diberikan skor 1, sedangkan item yang menunjukkan kondisi kualitas tidur yang kurang baik diberikan skor 0. Skor dari seluruh item dijumlahkan untuk memperoleh skor total kualitas tidur bayi dengan rentang nilai 0–7. Semakin tinggi skor yang

diperoleh menunjukkan kualitas tidur bayi yang semakin baik, sedangkan semakin rendah skor yang diperoleh menunjukkan kualitas tidur bayi yang semakin kurang baik.

F. Pengolahan dan Analisis Data

1. Pengolahan Data

Pengolahan data merupakan serangkaian proses yang dilakukan setelah data dikumpulkan hingga data siap dianalisis (Heryana, 2024).

Dalam penelitian ini, pengolahan data dilakukan melalui beberapa tahapan :

a. Editing

Memeriksa kuisioner dan dokumen penelitian untuk memastikan semua data lengkap, jelas dan konsisten

b. Coding

Memberikan kode atau tanda pada setiap jawaban agar mudah diolah secara statistik. Pemberian kode ini sangat penting, biasanya dibuat juga daftar kode untuk memudahkan melihat lokasi dan arti suatu kode dari suatu variabel.

Pemberian kode pada data umum seperti

1) Jenis kelamin :

Laki-laki : 1

Perempuan : 2

2) Pada usia bayi

Usia 3 bulan : 1

Usia 4 bulan : 2

Usia 5 bulan : 3

Usia 6 bulan : 4

3) Pada status kesehatan

Sehat : 1

Sakit : 2

4) Pemberian kode pada kualitas tidur bayi usia 3-6 bulan yaitu

Baik : 1

Kurang : 2

c. *Entry data* (input data)

Memasukkan data yang telah dikodekan ke dalam program komputer untuk dilakukan analisis (misalnya SPSS)

d. *Scoring*

Pada tahap ini data yang terkumpul dari masing-masing responden diberikan skor. Pada tahap ini data yang terkumpul dari masing-masing responden diberikan skor. Pada kuesioner kualitas tidur untuk pilihan jawaban “ya” diberi skor 1, sedangkan pada pilihan jawaban “tidak” akan diberi skor 0.

e. *Cleaning data*

Memeriksa kembali data yang telah dimasukkan untuk menemukan dan memperbaiki kesalahan input.

f. *Tabulasi data*

Menyusun data dalam bentuk tabel agar lebih mudah dibaca dan dialisis.

2. Analisis Data

a. Analisis univariat

Analisis univariat adalah analisis statistik yang dilakukan terhadap satu variabel saja untuk menjelaskan atau mendeskripsikan karakteristik masing-masing variabel penelitian (Notoatmodjo, 2018).

Analisis univariat dalam penelitian ini dimaksudkan yaitu untuk mengukur kualitas tidur bayi usia 3-6 bulan sebelum dan sesudah dilakukan pijat.

b. Analisis bivariat

Analisis bivariat dilakukan untuk menganalisis hubungan antara dua variabel yang diduga saling berhubungan atau berkorelasi (Widodo, 2023).

Analisis bivariat dilakukan terhadap dua variabel yaitu variabel bebas (independent) dan variabel terikat (dependent). Analisis penelitian ini menggunakan uji Wilcoxon dengan software SPSS untuk mengetahui perbedaan kualitas tidur bayi usia 3-6 bulan sebelum dan sesudah dilakukan Pijat. Jika $p < \alpha = 0,05$ maka ada Perbedaan Kualitas Tidur sebelum dan sesudah dilakukan Pijat pada Bayi usia 3-6 bulan di *Ayrin Moms And Baby Care*, sedangkan jika $p > \alpha = 0,05$ maka tidak ada perbedaan kualitas tidur sebelum dan sesudah dilakukan pijat pada bayi usia 3-6 bulan di *Ayrin Moms And Baby Care*.

G. Etika Penelitian

Etika penelitian merupakan prinsip dan pedoman yang harus dipatuhi untuk melindungi partisipan dan menjaga integritas penelitian (Sugiyono, 2017).

Penelitian dilakukan dengan menekankan pada etika yang meliputi :

1. *Respect for persons* (menghormati martabat manusia) Penerapan prinsip *respect for person* dalam penelitian ini adalah peneliti akan menjelaskan penelitian sebelum meminta

persetujuan (*informed consent*) dari responden yang terlibat dalam penelitian ini, hal ini dilakukan untuk mencegah tuntutan dari responden dikemudian hari. Selain itu, peneliti akan menjaga kerahasiaan data responden dan menghargai perbedaan nilai budaya.

2. *Beneficence* (prinsip berbuat baik) Penelitian ini dapat memberikan pengetahuan pada orangtua tentang perbedaan kualitas tidur sebelum dan sesudah dilakukan pijat pada bayi usia 0-3 bulan. Hasil dari penelitian ini akan disimpan di perpustakaan Politeknik Kesehatan Denpasar Jurusan Kebidanan agar dapat digunakan sebagai bahan bacaan dan referensi oleh pihak-pihak yang membutuhkan.
3. *Justice* (prinsip keadilan) Penerapan prinsip keadilan dalam penelitian ini yaitu, peneliti akan memperlakukan seluruh responden dengan adil tanpa membedakan dan memandang suku, ras, agama dan budaya. Setiap responden mendapatkan penjelasan tentang tujuan dan proses penelitian yang akan dilakukan.