

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Desain penelitian ini menggunakan Pre experimental. Penelitian pre experimental adalah eksperimen yang pada prinsipnya hanya menggunakan satu kelompok tidak ada kelompok kontrol (Yusuf, 2017). Rancangan penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian kombinasi teknik relaksasi otot progresif dan napas dalam mengurangi tingkat kecemasan pada pasien pre operasi.

Pendekatan yang dilakukan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan teknik one group pre-test and post-test design, yaitu suatu penelitian yang dilakukan untuk menilai satu kelompok saja secara utuh. Adapun desain penelitiannya adalah sebagai berikut:



Keterangan :

O1 : Pre test pada kelompok intervensi

X1 : Intervensi pada kelompok perlakuan berupa terapi relaksasi

O2 : Post test setelah kelompok intervensi

B. Lokasi dan Waktu Penelitian

a. Lokasi Penelitian

Lokasi dan tempat yang digunakan untuk melakukan penelitian ini adalah di ruang rawat inap dan ruang kamar bedah Rumah Sakit Umum Balikpapan Baru.

b. Waktu Penelitian

Waktu Penelitian di lakukan mulai tanggal 08 Januari 2024 sampai dengan 18 Januari 2024.

C. Subjek Penelitian

1. Populasi

Populasi dalam penelitian ini ialah pasien pre operasi di Rumah Sakit Umum Balikpapan Baru dengan rata-rata selama bulan September-November 2023 sebanyak 84 pasien.

1. Sampel

Dalam penelitian ini jumlah sampel ditentukan berdasarkan rumus Slovin berikut :

$$n = \frac{N}{1 + N(e^2)}$$

Keterangan :

n : besar sample

N : jumlah populasi

e : tingkat kepercayaan/ketepatan yang di inginkan

Perhitungan sample nya sebagai berikut:

$$n = \frac{N}{1 + N(d^2)}$$

$$n = \frac{84}{1 + 84(0,10^2)}$$

$$n = \frac{84}{1 + 84(0,01)}$$

$$n = \frac{84}{1 + 0,84}$$

$$n = \frac{84}{1,84}$$

$$n = 46 \text{ sample}$$

2. Teknik Sampling

Teknik pengambilan sample penelitian ini menggunakan teknik non probability sampling dengan cara purposive sampling dimana teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu (Sugiyono., 2020: 85).

Adapun Kriteria Sample yang dapat di teliti, yaitu:

a) Kriteria Inklusi

Kriteria inklusi adalah karakteristik umum subjek penelitian dari suatu populasi target yang terjangkau dan diteliti. Pertimbangan ilmiah harus menjadi pedoman saat menentukan kriteria inklusi (Nursalam, 2020). Kriteria inklusi pada penelitian ini adalah :

- 1) Pasien yang dilakukan operasi elektif di Rumah Sakit Umum Balikpapan Baru
- 2) Pasien yang akan menjalani operasi mayor

Operasi besar dapat menimbulkan berbagai tingkat risiko bagi pasien yang menjalaninya, seperti hilangnya bagian tubuh yang menyebabkan kecacatan dan perubahan bentuk tubuh. Risiko tinggi ini memberikan dampak psikologis seperti perasaan takut dan cemas yang umum, antara lain takut akan anestesi, takut nyeri akibat luka operasi, takut akan perubahan negatif, berjalan atau tidak bergerak secara normal, dan masalah lainnya (Ahsan et al., 2017). Jika menjalani jenis operasi besar, seringkali pasien berfikir akan terasa sangat sakit dan ada kemungkinan prosedur tersebut akan gagal saat operasi sedang berlangsung. Sedangkan pasien yang menjalani operasi ringan hingga sedang akan merasa sedikit gugup karena mengira operasi yang dilakukan tidak akan terlalu parah dan tidak menimbulkan nyeri yang hebat (Palla, 2018).

3) Pasien yang akan menjalani operasi pertama kalinya

Riwayat seseorang dapat mempengaruhi respon kecemasan karena pengalaman tersebut merupakan pengalaman belajar dalam menyikapi suatu masalah atau stressor (Hidayat & Siwi, 2019). Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa pasien yang pernah menjalani operasi atau anestesi sebelumnya cenderung kurang cemas dibandingkan mereka yang tidak pernah menjalani operasi atau anestesi. Hal ini terjadi karena menurunnya kesalahpahaman pasien mengenai prosedur pembedahan atau anestesi, dan pasien memiliki pemahaman yang lebih baik mengenai prosedur

pembedahan atau anestesi yang akan diberikan (Sitinjak, Patricia et al., 2022)

- 4) Pasien yang bersedia menjadi responden
- 5) Pasien berumur 17 – 65 tahun

Menurut Sudjana (2019), menjelaskan bahwa pemahaman memerlukan kemampuan menangkap makna dan arti dari suatu konsep. Pemahaman konsep menjadi dasar seseorang untuk memahami permasalahan dan membuat hubungan-hubungan antar konsep dalam penyelesaian masalah. Ditambahkan Rosya (2022), menyatakan umur 17-55 tahun memiliki nilai pemahaman yang tinggi dibanding usia lansia dengan rentang usia >65 tahun.

- 6) Pasien tidak buta (Tunanetra) dan tuli (Tunarungu)

b) Kriteria Eksklusi

Kriteria eksklusi adalah menghilangkan atau mengeluarkan subjek atau sampel yang memenuhi kriteria inklusi karena berbagai sebab (Nursalam, 2020). Kriteria eksklusi pada penelitian ini adalah:

- 1) Pasien resiko peningkatan tekanan intra kranial
- 2) Pasien mengalami kondisi Cito/Emergency
- 3) Pasien dengan tirah baring ataupun lumpuh total
- 4) Pasien mengundurkan diri sebagai responden
- 5) Responden yang tidak mengisi lembar kuesioner secara lengkap

D. Definisi Operasional

Definisi operasional merupakan spesifikasi kegiatan peneliti dalam mengukur atau memanipulasi suatu variable. Definisi operasional memberi batasan atau arti suatu variabel dengan merinci hal yang harus dikerjakan oleh peneliti untuk mengukur hal tersebut (Hikmawati, 2020).

Tabel 3. 1 Definisi Operasional

No	Variabel Penelitian	Definisi Operasional	Alat dan Cara Pengumpulan Data	Hasil Ukur	Skala Ukur
1.	Variabel Independen: Nafas Dalam	Relaksasi nafas dalam merupakan suatu usaha napas dimana responden diminta untuk melakukan nafas pelan dan dalam melalui hidung selama 4 detik sambil menutup mata, dan menahan inspirasi secara maksimal selama 3 detik, lalu dihembuskan melalui mulut yang dimonyongkan selama 5 detik.	Standar Operasional Prosedur (SOP)	-	-
2.	Relaksasi Otot Progresif	Relaksasi otot progresif merupakan suatu peregangan pada otot untuk mendapatkan perasaan rileks. Dilakukan sesuai dengan SOP dengan 14 gerakan : 1. Melatih otot tangan	Standar Operasional Prosedur (SOP)	-	-

-
2. Melatih otot tangan bagian belakang
 3. Melatih otot biseps
 4. Melatih otot bahu
 5. Melatih otot dahi
 6. Melatih otot mata
 7. Melatih otot rahang
 8. Melatih otot mulut
 9. Melatih otot leher belakang
 10. Melatih otot leher depan
 11. Melatih otot punggung
 12. Melatih otot dada
 13. Melatih otot perut
 14. Melatih otot kaki

3.	Variabel Dependen: Kecemasan	Respon pasien terhadap perasaan tidak menyenangkan oleh karena rencana tindakan operasi yang dapat mengakibatkan respon adaptif dan maladaptif.	Alat ukur yang digunakan adalah kuesioner APAIS. Menghitung skor pertanyaan yang sudah dijawab responden Kategori skoring : Nilai 1 = tidak ada kecemasan Nilai 2 = Kecemasan Ringan Nilai 3 = Kecemasan Sedang Nilai 4 = Kecemasan Berat Nilai 5 = Kecemasan Berat Sekali / Panik	1-6 : Tidak ada kecemasan. 7-12 : Kecemasan ringan. 13-18 : Kecemasan sedang. 19-24 : Kecemasan berat. 25-30 : Kecemasan berat sekali / panik	Ordinal
----	------------------------------------	---	--	---	---------

E. Variabel Penelitian

Variabel penelitian adalah perilaku atau karakteristik yang memberikan nilai beda terhadap sesuatu (benda, manusia, dan lain-lain) (Nursalam, 2020).

a. Variabel Dependen

Menurut Sugiyono (2017), definisi variabel dependen adalah variable yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat, karena adanya variabel bebas. Dalam penelitian ini, variabel dependen yaitu tingkat kecemasan pada pasien pre operasi.

a. Variabel independent

Menurut Sugiyono (2017), definsi variable independen (bebas) adalah variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variable dependen (terikat). Dalam penelitian ini, variabel independen adalah kombinasi teknik relaksasi otot progresif dan napas dalam.

F. Pengumpulan Data

1. Instrumen Penelitian

Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan instrument yaitu kuesioner. Kuesioner merupakan alat teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberikan seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawabnya (Misnawati, 2022).

a) Data karakteristik responden yang berisikan nomor responden, umur, jenis kelamin, agama, pendidikan, dan pekerjaan.

b) Lembar kuesioner APAIS (Amsterdam Preoperative Anxiety and Information Scale) sebelum dan sesudah dilakukan Kombinasi Terapi Relaksasi Otot Progresif dan Nafas Dalam. Kuesioner APAIS versi Indonesia telah dilakukan uji reliabilitas menggunakan analisis Alpha Cronbach. Nilai Cronbach Alpha komponen kecemasan (pernyataan nomor 1, 2, 4, dan 5) adalah 0,825, sedangkan untuk komponen kebutuhan informasi didapatkan nilai Cronbach Alpha 0,863 (Perdana et al., 2015). Kuesioner ini terdiri dari 6 pernyataan dengan menggunakan skala likert. Skala likert yang digunakan pada Amsterdam Preoperative Anxiety and Information Scale (APAIS) yang diberi nilai 1 - 5 dari setiap jawaban yaitu : 1 = tidak ada cemas; 2 = tidak terlalu cemas; 3 = sedikit cemas; 4 = agak cemas; 5 = sangat cemas. Adapun isi pernyataan kuesioner APAIS sebagai berikut :

- 1) Saya takut dibius
- 2) Saya terus-menerus memikirkan tentang pembiusan
- 3) Saya ingin tau sebanyak mungkin tentang pembiusan
- 4) Saya takut dioperasi
- 5) Saya terus-menerus memikirkan operasi
- 6) Saya ingin tahu sebanyak mungkin tentang operasi

c) SOP kombinasi teknik relaksasi otot progresif dan napas dalam. SOP ini merupakan panduan dan bahan acuan dalam melakukan intervensi pada penelitian yang akan di lakukan.

2. Teknik Pengumpulan Data

- a) Peneliti meminta surat izin kepada Universitas Ngudi Waluyo untuk melakukan studi pendahuluan
- b) Peneliti mengajukan permohonan izin kepada direktur Rumah Sakit Umum Balikpapan Baru untuk melakukan studi pendahuluan
- c) Peneliti melakukan studi pendahuluan di Rumah Sakit Umum Balikpapan Baru
- d) Peneliti meminta izin kepada pihak Rumah Sakit Umum Balikpapan Baru untuk mencari data jumlah pasien operasi di Rumah Sakit Umum Balikpapan Baru
- e) Peneliti mendatangi Ruang Kamar Bedah di Rumah Sakit Umum Balikpapan Baru untuk mencari data tentang jumlah pasien operasi.
- f) Setelah proposal disetujui oleh dosen pembimbing, peneliti mengajukan permohonan Ethical Clearance kepada Komisi Etik Penelitian Universitas Ngudi Waluyo sebelum melakukan penelitian.
- g) Setelah proposal disetujui oleh dosen pembimbing, peneliti mengajukan perizinan kepada pihak Rumah Sakit Umum Balikpapan Baru sebagai tempat dilakukannya penelitian ini.
- h) Setelah mendapatkan perizinan, peneliti meminta izin kepada Kepala Bidang Keperawatan untuk melakukan penelitian di Rumah Sakit Umum Balikpapan Baru.
- i) Setelah mendapat perizinan dari Kepala Bidang Keperawatan, peneliti menemui kepala ruang kamar bedah dan kepala ruang rawat inap untuk

meminta izin melakukan penelitian di ruangnya kemudian menjelaskan kepada kepala ruang kamar bedah dan kepala ruang rawat inap mengenai tujuan, manfaat serta cara pengambilan data.

- j) Peneliti menemui responden diruang rawat inap 7-12 jam sebelum operasi, memperkenalkan diri dan menjelaskan pada responden tentang penelitian ini, serta meminta persetujuan responden untuk kesediaannya menjadi responden.
- k) Peneliti membagikan lembar kuesioner diruang rawat inap 7-12 jam sebelum operasi sebagai pre-test kepada responden, mendampingi responden selama proses pengisian kuesioner, serta memeriksa kelengkapan lembar kuesioner apakah semua item didalam kuesioner sudah terisi lengkap.
- l) Setelah mengecek seluruh kelengkapan kuesioner peneliti melakukan intervensi kombinasi relaksasi otot progresif dan nafas dalam selama 30 menit diruang rawat inap dengan menutup tirai untuk menjaga privasi pasien.
- m) Peneliti mengevaluasi tindakan kombinasi relaksasi otot progresif dan nafas dalam.
- n) Peneliti membagikan lembar kuesioner sebagai post-test kepada responden di ruang tunggu pasien (holding room) kamar operasi 1 jam sebelum operasi dilakukan.

- o) Peneliti mendampingi responden selama proses pengisian kuesioner dan peneliti memeriksa kelengkapan lembar kuesioner apakah semua item didalam kuesioner sudah terisi lengkap.
- p) Setelah mengecek seluruh kelengkapan kuesioner peneliti melakukan pengolahan data.
- q) Peneliti melakukan skoring dengan memberikan skor atas jawaban responden didalam kuesioner.
- r) Peneliti melakukan coding dengan memberikan kode pada setiap poin didalam kuesioner.
- s) Kategori tertentu untuk dilakukan analisis data dengan menggunakan bantuan komputer.
- t) Peneliti melakukan tabulating yaitu dengan memasukkan data hasil penelitian ke dalam tabel sesuai dengan kriteria yang telah dilakukan.
- u) Peneliti melakukan cleaning yaitu dengan mengecek kembali data yang sudah dimasukkan.
- v) Setelah semua data sudah selesai dibuat dan dicek kemudian data ditampilkan ke dalam bab IV yaitu hasil penelitian.
- w) Peneliti membuat pembahasan sesuai dengan hasil penelitian dan mencantumkan sumber referensi yang relevan dan sesuai dengan hasil penelitian.
- x) Peneliti membuat kesimpulan dari seluruh hasil penelitian yang peneliti dapat dan peneliti membuat saran untuk pihak-pihak terkait.

G. Pengolahan Data

1. *Editing*

Editing dalam penelitian ini bertujuan untuk mengecek kembali atau meneliti ulang apakah isian lembar kuesioner telah terisi lengkap.

2. *Skoring*

Skoring adalah proses penentuan skor atas jawaban responden yang dilakukan dengan membuat klasifikasi dan kategori yang cocok tergantung pada anggapan atau opini responden.

- a) Tidak ada kecemasan : skor APAIS 1-6
- b) Kecemasan ringan : skor APAIS 7-12
- c) Kecemasan sedang : skor APAIS 13-18
- d) Kecemasan berat : skor APAIS 19-24
- e) Kecemasan panik : skor APAIS 25-30

3. *Coding*

Tahap ini bertujuan untuk memberikan kode pada setiap poin di dalam kuesioner. Coding berfungsi untuk mempermudah pada saat proses analisa data serta mempercepat proses memasukkan data.

a) *Coding untuk data umum*

1) Usia

Usia Remaja Akhir	: 17–25 Tahun	: 1
Usia Dewasa Awal	: 26–35 Tahun	: 2
Usia Dewasa Akhir	: 36–45 Tahun	: 3
Usia Lansia Awal	: 46–55 Tahun	: 4

Usia Lansia Akhir : 56–65 Tahun : 5

2) Jenis Kelamin

Laki-Laki : 1

Perempuan : 2

3) Pendidikan

Tidak sekolah : 1

SD : 2

SMP/ sederajat : 3

SMA/SMK/ sederajat : 4

Diploma/ Sarjana : 5

4) Agama

Islam : 1

Kristen : 2

Hindu : 3

Budha : 4

Khatolik : 5

5) Pekerjaan

Tidak bekerja : 1

IRT : 2

PNS/PPPK/ASN : 3

Swasta : 4

Wiraswasta : 5

b) *Coding untuk data khusus*

- 1) Kode 1 yaitu tidak ada kecemasan (skor APAIS 1-6)
- 2) Kode 2 yaitu kecemasan ringan (skor APAIS 7-12)
- 3) Kode 3 yaitu kecemasan sedang (skor APAIS 13-18)
- 4) Kode 4 yaitu kecemasan berat (skor APAIS 19-24)
- 5) Kode 5 yaitu kecemasan panik (skor APAIS 25-30)

4. *Data Entry*

Data Entry yaitu memasukkan data ke dalam kategori tertentu untuk dilakukan analisis data dengan menggunakan bantuan komputer.

5. *Tabulating*

Tabulating adalah langkah memasukkan data hasil penelitian ke dalam tabel sesuai dengan kriteria yang telah dilakukan.

6. *Cleaning*

Cleaning adalah proses mengecek kembali data yang sudah dimasukkan. Peneliti memeriksa kembali apakah terjadi kesalahan atau tidak ketika memasukkan data ke dalam komputer.

H. Analisis Data

1. Uji Validitas

Uji validitas pada Instrumen APAIS yang dilakukan Perdana et al. (2015), menggunakan uji validitas konstruksi yang dilakukan dengan metode analisis faktor. Validitas isi dari instrumen APAIS versi Indonesia diuji dengan mengadakan diskusi panel pakar. Hasil validasi isi menunjukkan bahwa butir-butir pernyataan instrumen APAIS versi

Indonesia relevan mewakili semua aspek yang dianggap sebagai konsep kecemasan praoperatif.

Pada uji reliabilitas penelitian ini dilakukan dengan menggunakan analisis Alpha Cronbach. Dimana apabila suatu variabel menunjukkan nilai Alpha Cronbach $>0,60$ maka dapat disimpulkan bahwa variable tersebut dapat dikatakan reliabel atau konsisten dalam mengukur (Putri, 2015). Hasil uji reliabilitas instrumen APAIS versi Indonesia menggunakan metode konsistensi internal mendapatkan nilai reliabilitas yang baik. Nilai Cronbach Alpha komponen kecemasan (pernyataan nomor 1, 2, 4, dan 5) adalah 0,825, sedangkan untuk komponen kebutuhan informasi didapatkan nilai Cronbach Alpha 0,863 (Perdana et al., 2015).

2. Uji Normalitas

Uji normalitas yang digunakan untuk mengetahui data yang diperoleh pada penelitian apakah data tersebut memiliki distribusi yang normal atau tidak. Untuk mengetahui distribusi data pada penelitian ini menggunakan Shapiro-Wilk karena jumlah sampel kurang <50 .

3. Analisa Univariat

Analisa data univariat atau analisa deskriptif ialah proses pengolahan data dalam bentuk tabel atau grafik (Nursalam, 2020). Analisis univariat digunakan untuk melihat distribusi frekuensi karakteristik responden dari data demografi (umur, jenis kelamin, pendidikan, agama, dan pekerjaan), tingkat kecemasan sebelum intervensi kombinasi relaksasi otot progresif dan nafas dalam dan tingkat kecemasan sesudah intervensi

kombinasi relaksasi otot progresif dan nafas dalam. Untuk variabel data karakteristik responden dan variabel tingkat kecemasan akan ditampilkan dalam bentuk distribusi frekuensi.

3. Analisa Bivariat

Analisa bivariat dilakukan dengan menggunakan uji Paired T-Test yang bertujuan untuk mengetahui hubungan dua variabel. Uji Paired T- Test digunakan untuk menguji beda mean dari dua hasil pengukuran pada kelompok pre-test dan post-test. Jika asumsi tidak terpenuhi (data tidak terdistribusi secara normal), maka dapat digunakan uji alternatif Uji Wilcoxon.

Sebelum dilakukan analisis bivariat dilakukan uji normalitas data dengan menggunakan metode shapiro wilk untuk sampel berjumlah kecil dengan tingkat kemaknaan $p \text{ value} > 0,05$. Didapatkan data berdistribusi tidak normal, maka peneliti melakukan analisis dengan Uji Wilcoxon untuk mengetahui ada tidaknya pengaruh kombinasi relaksasi otot progresif dan nafas dalam terhadap tingkat kecemasan pasien pre operasi.

I. Etika Penelitian

Penelitian ini dilakukan dengan mempertimbangkan prinsip-prinsip etik penelitian yaitu :

1. Beneficence (kebaikan)

Intervensi yang diberikan oleh peneliti dapat memberikan manfaat untuk mengurangi kecemasan pada pasien pre operasi sehingga operasi dapat dilaksanakan dengan baik. Selama peneliti melakukan intervensi

kombinasi relaksasi otot progresif dan nafas dalam, tidak ada cedera yang dialami responden penelitian.

2. Respect to human dignity (menghargai hak responden)

Peneliti memberi penjelasan kepada responden tentang keseluruhan tindakan yang akan dilakukan. Penelitian ini diawali dengan memberikan penjelasan tentang intervensi yang akan dilakukan seperti waktu yang akan digunakan selama kurang lebih 30 menit, membagikan kuesioner sebanyak 2 kali yaitu sebelum dan sesudah intervensi, serta tentang alur prosedur tindakan kombinasi relaksasi otot progresif dan nafas dalam. Tetapi jika responden menolak karena alasan pribadi, maka peneliti akan menerima penolakan tersebut. Selama penelitian berlangsung, tidak ada paksaan dari peneliti untuk responden. Oleh karena itu, dalam penelitian ini semua pasien pre operasi yang di data bersedia dengan ikhlas menjadi responden sehingga tidak ada pasien yang menolak. Selain itu, selama perlakuan intervensi tidak ada responden yang meminta untuk mengakhiri penelitian.

3. Justice (Keadilan)

Selama penelitian, tidak terjadi diskriminasi kepada setiap responden. Intervensi yang dilakukan kepada responden yang satu dan lainnya sama. Dalam penelitian ini, responden tidak dipilih berdasarkan kehendak peneliti tetapi sesuai dengan kriteria inklusi tanpa membedakan suku, ras, agama maupun budaya. Selama intervensi berlangsung, tidak ada perbedaan perlakuan antara responden yang satu dan lainnya. Untuk menjaga privasi responden, peneliti menutup tirai sehingga intervensi yang

dilakukan berjalan dengan lancar dan responden tidak merasa risih akan orang banyak.

2. Confidentiality (Kerahasiaan)

Confidentiality yaitu masalah etika yang akan memberikan jaminan kerahasiaan dari hasil penelitian, baik informasi maupun masalah yang lainnya. Dalam penelitian ini, informasi yang telah dikumpulkan peneliti akan dijamin kerahasiannya. Peneliti menjaga kerahasiaan dengan tidak mempublikasikan data lengkap responden hanya menampilkannya dalam bentuk kode atau inisial.

3. Informed Consent

Sebelum intervensi dilakukan, peneliti membagikan lembar persetujuan (informed consent) kepada responden untuk mengetahui kesediaan berpartisipasi/terlibat dalam penelitian ini. Peneliti membagikan lembar persetujuan sesudah menjelaskan semua prosedur dalam penelitian. Semua lembar persetujuan ditanda tangani oleh responden tanpa paksaan sehingga tidak ada responden yang menolak untuk ikut serta dalam penelitian.