

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Desain Penelitian**

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain penelitian yaitu *pre-eksperimental design* yang menggunakan rancangan desain penelitian *one group pre-test* dan *post-test design*. Peneliti melakukan penelitian pada satu kelompok intervensi kemudian mengukur tingkat kecemasan ibu nifas sebelum dan sesudah diberikan perlakuan treatment totok wajah. Desain penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas treatment totok wajah terhadap penurunan kecemasan ibu nifas.

#### **B. Lokasi Penelitian**

Penelitian ini dilakukan di PMB Krisniati Kabupaten Semarang.

#### **C. Subjek Penelitian**

##### **1. Populasi**

Populasi merupakan jumlah seluruh objek yang akan menjadi bahan penelitian sesuai dengan karakteristik yang diinginkan dalam penelitian (Sani, 2018).

Populasi pada penelitian ini terdiri dari seluruh ibu nifas di PMB Krisniati Kabupaten Semarang yaitu sebanyak 19 responden pada bulan Desember 2023-Januari 2024.

## 2. Sampel

Sampel adalah bagian yang dapat mewakili populasi untuk dijadikan objek penelitian (Sani, 2018).

Sampel pada penelitian ini ditentukan dengan menggunakan teknik *purposive sampling*, yaitu metode pengambilan sampel dimana subjek dipilih berdasarkan kriteria yang ditetapkan oleh peneliti. Menurut Roscoe (1982) dalam Sugiyono (2013), ukuran sampel untuk penelitian eksperimen sederhana adalah 10-20 sampel. Sehingga peneliti mengambil sampel minimal untuk penelitian ini yaitu 10 ibu nifas di PMB Krisniati Kabupaten Semarang. Supaya karakteristik sampel tidak menyimpang dari populasi maka perlu ditentukan kriteria inklusi dan eksklusi.

### a. Kriteria inklusi

Kriteria inklusi adalah ciri-ciri atau persyaratan umum yang diharapkan peneliti untuk bisa memenuhi subjek penelitiannya (Sani, 2018). Kriteria inklusi penelitian ini adalah :

- 1) Ibu nifas yang berusia diatas 17 tahun.
- 2) Ibu nifas yang mengalami kecemasan ringan dan sedang.

### b. Kriteria eksklusi

Kriteria eksklusi adalah karakteristik suatu populasi yang dapat menyebabkan subjek yang memenuhi kriteria inklusi tetapi tidak dapat disertakan menjadi subjek penelitiannya (Sani, 2018). Kriteria eksklusi penelitian ini adalah :

- 1) Ibu nifas yang mempunyai jerawat di wajah.

- 2) Ibu nifas yang menderita radang akut, darah tinggi, penyakit jantung, TBC paru, penyakit kulit dan diabetes.

#### D. Definisi Operasional

Tabel 3.1. Definisi Operasional

| No | Variabel                               | Definisi Operasional                                                                                                                                                                      | Alat Ukur                                                                  | Hasil Ukur                                                                                                                                                                               | Skala Ukur |
|----|----------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|
| 1. | Independen<br>Treatment<br>totok wajah | Terapi totok wajah yang dilakukan dengan cara menekan titik-titik akupresur menggunakan jari-jari tangan pada bagian wajah ibu nifas 0-42 hari yang diberikan 1 kali selama $\pm$ 7 menit | SOP                                                                        | -                                                                                                                                                                                        | -          |
| 2. | Dependen<br>Kecemasan<br>ibu nifas     | Kecemasan merupakan keadaan psikologis seseorang yang penuh dengan rasa ketakutan dan kekhawatiran, dimana timbul perasaan ketakutan dan kekhawatiran terhadap sesuatu yang tidak pasti   | Kuesioner <i>pre-test</i> dan <i>post-test</i> menggunakan instrumen HRS-A | a. Nilai < 14 : tidak ada kecemasan<br>b. Nilai 14-20: kecemasan ringan<br>c. Nilai 21-27: kecemasan sedang<br>d. Nilai 28-41: kecemasan berat<br>e. Nilai 42-56: kecemasan berat sekali | Rasio      |

## **E. Pengumpulan Data**

### **1. Jenis Data**

Jenis data yang digunakan penelitian ini yaitu data kuantitatif. Berdasarkan cara memperolehnya penelitian ini menggunakan data primer dan data sekunder.

#### **a. Data primer**

Data primer menurut Syahrums (2022), adalah data yang diperoleh langsung dari objek penelitian, seperti observasi, wawancara, kuesioner, dan sampel.

Data primer penelitian ini diperoleh melalui kuesioner, dimana responden diminta untuk menjawab pertanyaan pada kuesioner yang akan diisi oleh peneliti untuk mengetahui tingkat kecemasan pada ibu nifas baik sebelum maupun sesudah diberikan treatment totok wajah.

#### **b. Data sekunder**

Data sekunder menurut Syahrums (2022), adalah data yang diperoleh melalui studi kepustakaan.

Data sekunder penelitian ini diperoleh dari jumlah seluruh ibu nifas yang berada di PMB Krisniati Kabupaten Semarang.

### **2. Teknik Pengumpulan Data**

Tahapan pengumpulan data penelitian ini adalah sebagai berikut :

- a. Peneliti melakukan perizinan dengan mengajukan surat pengantar dari ketua Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo untuk melakukan

studi pendahuluan dan pengambilan data ibu nifas di PMB Krisniati Kabupaten Semarang.

- b. Setelah memperoleh izin dari pihak kampus, peneliti mengajukan izin penelitian kepada bidan PMB Krisniati Kabupaten Semarang.
- c. Peneliti menjelaskan kepada responden maksud dan tujuan penelitian yang dilakukan, yaitu efektivitas pemberian treatment totok wajah terhadap penurunan kecemasan ibu nifas.
- d. Peneliti memberikan *inform concent* atau tanda persetujuan untuk menjadi responden.
- e. Responden yang menyetujui untuk dijadikan sampel penelitian, maka peneliti segera melakukan wawancara dengan menggunakan kuesioner *pre-test*.
- f. Peneliti melakukan intervensi kepada responden dengan cara melakukan totok wajah yang dilakukan pemijatan selama  $\pm 7$  menit.
- g. Setelah dilakukan intervensi, kemudian dilakukan penilaian tentang kecemasan dengan menggunakan kuesioner *post-test*.
- h. Hasil kuesioner yang dikumpulkan peneliti kemudian dimasukkan ke dalam tabulasi data untuk dilakukan pengolahan.

### 3. Instrumen / Alat Penelitian

Menurut Telaumbanua (2022), instrumen penelitian adalah alat bantu yang dipakai dalam mengumpulkan data. Instrumen pada penelitian ini menggunakan kuesioner, yaitu metode pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan

tertulis kepada responden untuk dijawab (Junaidi, 2019). Selain itu penelitian ini juga menggunakan Standar Operasional Prosedur (SOP), merupakan pedoman yang digunakan untuk memastikan kegiatan operasional berjalan dengan lancar (Wardani et al, 2022).

Pada penelitian ini menggunakan kuesioner pengukuran kecemasan dengan *Hamilton Rating Scale for Anxiety* (HRS-A). Alat ukur ini terdiri dari 14 kelompok gejala yang masing-masing kelompok dirinci lagi dengan gejala-gejala yang lebih spesifik. Masing-masing kelompok gejala diberi penilaian angka antara 0-4 yang artinya :

- a. Nilai 0 : tidak ada gejala (keluhan)
- b. Nilai 1 : gejala ringan (satu atau kurang dari setengah gejala yang ada)
- c. Nilai 2 : gejala sedang (setengah dari gejala yang ada)
- d. Nilai 3 : gejala berat (lebih dari setengah gejala yang ada)
- e. Nilai 4 : gejala berat sekali (semua gejala ada yang ada)

Kemudian masing-masing nilai angka dari 14 kelompok gejala tersebut dijumlahkan dan hasil penjumlahan tersebut dapat diketahui tingkat kecemasan seseorang, yaitu :

- a. Nilai < 14 : tidak ada kecemasan
- b. Nilai 14-20 : kecemasan ringan
- c. Nilai 21-27 : kecemasan sedang
- d. Nilai 28-41 : kecemasan berat
- e. Nilai 42-56 : kecemasan berat sekali

Selain itu penelitian ini juga menggunakan Standar Operasional Prosedur (SOP) totok wajah dilakukan dengan menekan titik-titik akupresur. Petugas yang melakukan totok wajah adalah peneliti sendiri.

Tabel 3.2. Standar Operasional Prosedur Totok Wajah (Putri, 2019)

|                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|--------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1. Pengertian      | Totok wajah adalah jenis pijat dengan cara menekan titik akupuntur pada wajah, dikenal juga sebagai akupresur                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| 2. Tujuan          | Melancarkan sirkulasi darah dan energi, memperbaiki metabolisme, mengurangi rasa nyeri dan kecemasan                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| 3. Alat dan bahan  | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Handuk</li> <li>2. Minyak zaitun / baby oil</li> <li>3. Pembersih wajah</li> <li>4. Kapas</li> <li>5. Plastik sampah</li> </ol>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| 4. Kontraindikasi  | Totok wajah tidak boleh dilakukan pada wajah yang memiliki jerawat                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| 5. Langkah-langkah | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Salam teraapeutik</li> <li>2. Menjelaskan prosedur tindakan yang akan dilakukan dan kontrak waktu</li> <li>3. Memberikan inform concent dan mempersilahkan klien untuk bertanya</li> <li>4. Mempersiapkan klien, klien melepas semua accesoris di kepala</li> <li>5. Mempersiapkan alat</li> <li>6. Cuci tangan</li> <li>7. Atur posisi klien</li> <li>8. Membersihkan wajah klien dengan pembersih wajah dan berikan pijatan lembut</li> <li>9. Mengoleskan minyak zaitun / baby oil ke wajah klien, tunggu 5 menit agar minyak zaitun meresap kedalam pori-pori wajah dan biarkan pasien rileks</li> <li>10. Melakukan penotokan sesuai dengan 15 prosedur penotokan wajah</li> <li>11. Merapikan kembali pasien</li> </ol> |
| 6. Tahap evaluasi  | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Kaji respon klien</li> <li>2. Simpulkan hasil kegiatan</li> <li>3. Akhiri kegiatan dengan cara yang baik</li> </ol>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |

Lanjutan Tabel 3.2. Standar Operasional Prosedur Totok Wajah (Putri, 2019)

|                      |                                                                                                                                                                        |
|----------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 7. Tahap dokumentasi | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Catat tindakan yang telah dilakukan, tanggal dan jam pelaksanaan</li> <li>2. Catat respon klien terhadap tindakan</li> </ol> |
|----------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

#### 4. Uji Validitas dan Uji Reliabilitas

##### a. Uji validitas

Uji validitas adalah suatu indeks yang menunjukkan bahwa alat ukur itu benar-benar mengukur apa yang diukur (Notoatmodjo, 2012). Penelitian ini tidak dilakukan uji validitas terlebih dahulu, karena menggunakan kuesioner kecemasan *Hamilton Rating Scale for Anxiety* (HRS-A) yaitu instrumen standar untuk penilaian tingkat kecemasan yang sudah baku.

##### b. Uji reliabilitas

Reliabilitas artinya kestabilan pengukuran, suatu alat dianggap reliabel jika digunakan berulang kali dengan nilai yang sama (Notoatmodjo, 2012). Penelitian ini tidak dilakukan uji reliabilitas, karena alat ukur kecemasan *Hamilton Rating Scale for Anxiety* (HRS-A) telah diuji oleh expert dibidangnya sesuai standar.

#### 5. Etika Penelitian

Etika penelitian merupakan kumpulan aturan dan prinsip yang disepakati bersama terkait hubungan antara peneliti dengan semua pihak yang terlibat dalam proses penelitian (Kurniawan et al, 2023).

Sebelum penelitian dilaksanakan, peneliti harus memperhatikan etika saat melakukan penelitian. Peneliti menjelaskan maksud dan tujuan

penelitian, kemudian meminta persetujuan responden untuk berpartisipasi dalam penelitian. Aspek etika yang harus diperhatikan sebagai berikut :

a. *Informed concent form* (lembar informasi dan lembar persetujuan)

Peneliti menyampaikan informasi tentang penelitian yang dilakukan, apabila responden bersedia dalam penelitian, maka akan diminta menandatangani lembar persetujuan.

b. *Confidentiality* (kerahasiaan)

Pada penelitian ini, semua informasi tentang identitas responden dan keluhan responden dijamin kerahasiannya oleh peneliti. Sehingga hanya kelompok data tertentu yang akan dilaporkan dalam hasil penelitian, seperti nomor responden, skor kecemasan sebelum dan sesudah diberikan treatment totok wajah. Data penelitian tersimpan di tempat yang aman dalam bentuk *softcopy* dan *hardcopy* oleh peneliti dan institusi terkait.

c. *Anonimity* (tanpa nama)

Pada penelitian ini, nama responden tidak dicantumkan pada kuesioner hasil penelitian dan diganti dengan nomor urut responden, sehingga nama responden ditulis menggunakan inisial.

## **F. Pengolahan Data**

### **1. *Editing* (Pemeriksaan Data)**

*Editing* merupakan tahap pemeriksaan hasil pengumpulan data yang bertujuan untuk mengetahui kelengkapan, kejelasan makna jawaban, konsistensi maupun relevansi dengan penelitian (Haruna et al, 2022).

Pada penelitian ini, dilakukan pengecekan *inform concent* apakah pengisian formulir sudah lengkap atau belum. Pada kuesioner juga dilakukan pengecekan apakah seluruh pertanyaan sudah terisi dengan tepat atau masih ada pertanyaan yang belum terisi. Apabila terdapat kekurangan dalam pengisian *inform concent* dan kuesioner, maka dapat dilakukan pengambilan data ulang jika memungkinkan. Jika tidak memungkinkan, maka data yang tidak lengkap tidak perlu dimasukkan dalam pengolahan data.

## 2. *Coding* (Pemberian Kode / Pengkodean)

*Coding* menurut Haruna et al (2022), adalah langkah pemberian kode untuk memudahkan pengolahan data dan analisa data.

Setelah seluruh data pada kuesioner disunting, maka peneliti melakukan pengkodean, yaitu memperbarui data yang sebelumnya berupa kalimat menjadi angka pada variabel kecemasan yaitu :

- a. Kode 0 : tidak ada gejala (keluhan)
- b. Kode 1 : gejala ringan
- c. Kode 2 : gejala sedang
- d. Kode 3 : gejala berat
- e. Kode 4 : gejala berat sekali

## 3. *Entry Data* (Memasukkan Data)

*Entry data* yaitu tahap memasukkan data yang dikumpulkan untuk diolah pada komputer menggunakan program SPSS (Haruna et al, 2022).

Pada penelitian ini, data dari jawaban masing-masing responden tentang kecemasan sebelum dan sesudah diberikan treatment totok wajah dalam bentuk kode akan diolah ke dalam program atau *software* komputer.

#### 4. *Cleaning* Data (Pembersihan Data)

*Cleaning* data merupakan tahapan pembersihan kesalahan yang mungkin terjadi pada saat input data (Haruna et al, 2022).

Setelah semua data kuesioner diolah ke dalam program, peneliti memeriksa kembali kemungkinan kesalahan pengkodean dan kelengkapan data. Apabila terdapat kesalahan, maka dapat dilakukan perbaikan data.

### G. Analisis Data

#### 1. Analisa Univariat

Analisa univariat bertujuan untuk menjelaskan atau mendeskripsikan karakteristik masing-masing variabel penelitian (Simbolon, 2021).

Analisa univariat penelitian ini dilakukan untuk mengetahui distribusi frekuensi dan presentase kecemasan ibu nifas sebelum dan sesudah diberikan treatment totok wajah. Penilaian ini menggunakan kuesioner pengukuran kecemasan dengan *Hamilton Rating Scale for Anxiety* (HRS-A). Alat ukur ini terdiri dari 14 kelompok gejala yang masing-masing kelompok dirinci lagi dengan gejala-gejala yang lebih spesifik. Kemudian masing-masing nilai angka dari 14 kelompok gejala

tersebut dijumlahkan dan hasil penjumlahan tersebut dapat diketahui tingkat kecemasan seseorang, yaitu :

- a. Nilai  $< 14$  : tidak ada kecemasan
- b. Nilai 14-20 : kecemasan ringan
- c. Nilai 21-27 : kecemasan sedang
- d. Nilai 28-41 : kecemasan berat
- e. Nilai 42-56 : kecemasan berat sekali

## 2. Analisa Bivariat

Analisa bivariat dilakukan terhadap dua variabel yang diduga berhubungan atau berkorelasi (Simbolon, 2021).

Sebelum melakukan analisa bivariat, perlu dilakukan uji normalitas data untuk mengetahui apakah data tersebut berdistribusi normal atau tidak. Pada penelitian ini dilakukan uji normalitas data berdasarkan hasil kuesioner *pret-test* dan *post-test* tingkat kecemasan ibu nifas. Jumlah data untuk variabel kecemasan  $< 50$  responden, karena penelitian ini hanya terdapat sampel 10 ibu nifas. Sehingga uji normalitas data menggunakan *Shapiro-Wilk*.

Tabel 3.3. Uji Normalitas Data

| Variabel                             | Sig <i>Shapiro-Wilk</i> | Kesimpulan |
|--------------------------------------|-------------------------|------------|
| <i>Pre-test</i> kecemasan ibu nifas  | 0,988                   | Normal     |
| <i>Post-test</i> kecemasan ibu nifas | 0,276                   | Normal     |

Berdasarkan tabel 3.3. hasil uji normalitas data diketahui bahwa data *pret-test* dan *post-test* tingkat kecemasan ibu nifas diperoleh p value  $> 0,05$  yang menunjukkan bahwa data berdistribusi normal.

Analisa bivariat penelitian ini dilakukan dengan menggunakan SPSS 23 dan setelah dilakukan uji normalitas data menunjukkan bahwa mempunyai sebaran data yang normal, yaitu *pre-test* kecemasan ibu nifas hasilnya 0,988 dan *post-test* kecemasan ibu nifas 0,276 sehingga statistik yang digunakan adalah parametrik. Analisa bivariat digunakan untuk menguji efektivitas kecemasan ibu nifas sebelum dan sesudah diberikan treatment totok wajah, sehingga uji statistik yang digunakan adalah uji *Paired t-Test*.