

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Dalam penelitian kuasi-eksperimental ini, kelompok-kelompok tersebut tidak dirancang sama sebelum dan sesudah intervensi. Variabel-variabel yang seharusnya dikontrol atau dimodifikasi tidak memungkinkan atau terlalu sulit untuk dicapai, sehingga eksperimen ini disebut sebagai eksperimen semu. (Notoatmodjo, 2010).

Dua perawatan diberikan dalam uji coba ini. Satu kelompok menerima latihan pernapasan dalam untuk membantu mereka rileks, sementara kelompok lainnya menerima aromaterapi lavender. Skala kecemasan diberikan dua kali: satu kali sebelum metode relaksasi napas dalam dan aromaterapi lavender (pretest) dan sekali lagi sesudahnya (posttest). Berikut ini adalah struktur dari desain penelitian:

Tabel 3. 1 Rancangan penelitian

Subjek	<i>Pretest</i>	Intervensi	<i>Posttest</i>
KP1	O1 (P1)	X1	O2 (P1)
KP2	O1 (P2)	X2	O2 (P2)

Keterangan:

KP1 : Kelompok Perlakuan I

KP2 : Kelompok Perlakuan II

O1 (P1) : Pengukuran pertama kelompok perlakuan

- IO2 (P1) : Pengukuran ke dua kelompok perlakuan I
- XI : Perlakuan teknik relaksasi napas dalam
- X2 : Perlakuan aromaterapi lavender
- O1 (P2) : Pengukuran pertama kelompok perlakuan II
- O2 (P2) : Pengukuran ke dua kelompok perlakuan II

B. Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian dilakukan di RSUD dr. H. Jusuf Sk Tarakan Kalimantan Utara prosedur penelitian. Penelitian ini akan dilakukan pada bulan November-Desember 2024 selama 1 Bulan.

C. Populasi dan Sampel Penelitian

1. Populasi

Istilah "populasi" mengacu pada seluruh kumpulan individu yang sifat-sifatnya ingin dipastikan melalui pelanggaran atau generalisasi. (Sugiyono, 2018). Sampel penelitian ini terdiri dari 60 orang yang menjalani prosedur *Sectio Caesarea* pra-operasi selama tiga bulan terakhir.

2. Sampel

Menurut Sugiyono, (2018) Semua populasi memiliki sampel. Inilah sebabnya mengapa sangat penting untuk menggunakan sampel yang representatif dari populasi. Dalam menentukan besar sampel, peneliti menggunakan Total Sampling. Total sampling adalah teknik pengambilan sampel dimana jumlah sampel sama dengan populasi. Alasan mengambil total sampling karena jumlah populasi yang kurang dari 100. Jadi jumlah sampel dalam penelitian ini adalah sebanyak 60 orang.

Pasien yang dipilih untuk penelitian ini adalah mereka yang memenuhi kriteria sebagai berikut:

1. Kriteria Inklusi

- a) “Pasien yang akan melakukan operasi *Sectio Caesarea*
- b) Pasien yang tidak menggunakan terapi farmakologi maupun terapi non farmakologi selain yang peneliti tetapkan selama penelitian.
- c) Pasien yang bersedia mengikuti prosedur penelitian
- d) Pasien yang bersedia menjadi responden”

2. Kriteria Ekslusi

- a) “Pasien yang mengalami gangguan kesadaran
- b) Pasien yang alergi dengan minyak aromaterapi lavender”

D. Defenisi Operasional

Tabel 3. 2 Defenisi Operasional

Variabel	Definisi	Alat dan Cara Ukur	Hasil Ukur	Skala Ukur
Teknik relaksasi napas dalam	Metode yang digunakan untuk mengurangi cemas dengan cara melakukan napas dalam, menahan napas, dan menghembuskan napas	Protap penelitian dan intervensi I	0=Dilakukan 1=Tidak dilakukan	Nominal
Aromaterapi lavender	Metode untuk mengurangi cemas dengan menggunakan minyak asiri jenis lavender (<i>Lavandula angustifolia</i>) yang diberikan selama 10 Menit	Protap penelitian dan Intervensi II	0= Dilakukan 1=Tidak dilakukan	Nominal
Kecemasan	Kecemasan pre operasi <i>Sectio Caesarea</i> adalah Suatu respon antisipasi terhadap suatu pengalaman dimana seseorang merasa khawatir akan tindakan <i>Sectio Caesarea</i> .	Kusioner <i>Amsterdam Preoperative Anxiety and Information Scale</i> APAIS	Skor hasil jawaban yang berada pada rentang skor minimal 6 dan maksimal 30	Ordinal
Karakteristik				
Umur	Jumlah tahun sejak lahir sampai ulang tahun terakhir.	Bagian dari karakteristik responden	Remaja Akhir (17-25) Dewasa Akhir (36-45) Dewasa Awal (26-35) Lansia Akhir (56-65) Lansia Awal (46-55) Manula (>65)	Interval
Tingkat Pendidikan	Pendidikan formal yang telah dilalui oleh responden	Bagian dari karakteristik responden	SD-SMP Sedang SMA/Sederajat	Ordinal

F. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian adalah alat yang dipilih oleh peneliti untuk digunakan dalam kegiatan mereka. Instrumen penelitian memungkinkan peneliti mengumpulkan data secara metodis dan efisien. (Arikunto, 2013). Sebuah kuesioner berfungsi sebagai alat penelitian. Tujuan pemberian kuesioner adalah untuk mengumpulkan data dari sampel orang melalui serangkaian pertanyaan yang telah ditentukan sebelumnya tentang subjek tertentu. (Yusuf, Muri 2013).

Baik informasi demografis dan skala kecemasan APAIS termasuk dalam kuesioner penelitian ini.

1. Data demografi

Pasien yang menjalani *Sectio Caesarea* sebelum operasi dicatat nama, usia, dan tingkat pendidikannya dengan menggunakan kuesioner data demografis.

2. Kuesioner kecemasan APAIS

Berdasarkan analisis faktor, ditemukan dua elemen yang berkontribusi dalam pengembangan enam pernyataan dalam instrumen APAIS versi bahasa Indonesia. Kepedulian (pernyataan 1, 2, 4, dan 5), dan keinginan untuk mendapatkan pengetahuan (pernyataan 3 dan 6), adalah dua komponen tersebut. Bersama-sama, keduanya mampu menjelaskan 70,79 persen dari varians dalam struktur instrumen APAIS dalam bahasa Indonesia. Konsisten dengan temuan ini, sebuah analisis faktor terhadap 320 pasien Belanda yang menggunakan instrumen APAIS asli (versi Belanda)

menunjukkan dua komponen utama dengan nilai eigen lebih besar dari 1, yang menjelaskan 72% dari total variasi. Nilai eigen dari sebuah vektor atau matriks adalah ukuran sejauh mana variabel tertentu mempengaruhi sifat-sifat variabel tersebut. Penelitian mengenai validasi dan adaptasi instrumen APAIS untuk bahasa-bahasa lain, termasuk bahasa Jepang, Perancis, Jerman, dan Thailand, menunjukkan temuan yang serupa.^{2, 6, 7} Untuk memastikan bahwa instrumen APAIS bahasa Indonesia valid secara isi, dilakukan debat panel ahli. Temuan dari validasi isi menunjukkan bahwa butir-butir pernyataan instrumen APAIS dalam versi bahasa Indonesia telah mencakup semua elemen yang dianggap sebagai kecemasan pra-operasi. Dalam pandangan Haynes, validitas isi ada ketika komponen-komponen alat ukur secara akurat mencerminkan konstruk yang diteliti dan sesuai dengan tujuan penilaian. (Perdana *et al.*, 2020).

3. Prosedur Teknik Relaksasi

Mendapatkan postur tubuh yang benar, memiliki pikiran yang rileks, dan berada di lingkungan yang damai adalah tiga elemen yang paling penting untuk metode relaksasi. Berikut ini adalah teknik penerapannya:

- a) Cari posisi yang nyaman
- b) Lemaskan bahu dan dada, biarkan tubuh relaks
- c) Ambil nafas dalam-dalam melalui hidung dan mengisi paru-paru dengan udara melalui hitungan 1-3, kemudian hembuskan perlahan melalui mulut
- d) Lakukan selama tiga kali, lalu bernafas normal 1-2 menit atau 3 kali

nafas

- e) Ketika berkonsentrasi pada pernafasan, maka anda akan mulai merasa terfokus dan relaks.
 - f) Ulangi ini hingga 15-20 menit
4. Prosedur Pemberian Aromaterapi Lavender
- a) Cari posisi yang nyaman
 - b) Teteskan 5-6 tetes aromaterapi lavender pada tisu
 - c) Hirup aromaterapi lavender sambil melakukan 2-3 kali tarikan nafas dalam-dalam
 - d) Lakukan selama 5-10 menit

G. Etika Penelitian

Etika penelitian dibedakan menjadi tiga bagian (Nursalam, 2008), sebagai berikut ::

1. Martabat manusia harus dihormati. Memastikan bahwa subjek penelitian mendapatkan penjelasan yang menyeluruh dan transparan dari peneliti sebelum menyetujui untuk berpartisipasi sebagai subjek adalah konsep dasar dari informed consent. Di antaranya, para peneliti melakukan hal-hal berikut ini terkait dengan informed consent:
2. Berikan penjelasan menyeluruh kepada subjek, bahas semua hal yang ada di formulir persetujuan dan hal lain yang mungkin diperlukan untuk memastikan bahwa mereka memahami bagaimana penelitian akan dilakukan.
3. Berikan kesempatan kepada subjek untuk memutuskan apakah mereka

ingin menjadi subjek penelitian atau tidak.

4. Berikan waktu yang cukup bagi subjek untuk memutuskan apakah mereka ingin terlibat dalam penelitian atau tidak.
5. Dapatkan tanda tangan subjek pada formulir persetujuan kapan pun mereka siap untuk berpartisipasi.
6. hak subjek atas privasi dan kerahasiaan harus dihormati.
7. Untuk melindungi privasi subjek, peneliti tidak memberikan rincian tentang subjek atau identitasnya kepada siapa pun.
8. Keadilan dan inklusivitas harus dihormati.

Penelitian yang dilakukan sesuai dengan gagasan keterbukaan harus jujur, akurat, teliti, dan dilaksanakan dengan benar. Menurut ide keadilan, subjek penelitian harus mendapatkan keuntungan dan kerugian secara proporsional berdasarkan bakat dan kebutuhan mereka.

9. Memperhitungkan manfaat dan kerugian yang ditimbulkan (balancing harms and benefit)

Menurut pendekatan ini, semua penelitian harus memikirkan cara untuk membantu orang-orang yang akan paling banyak menggunakan hasil penelitian tersebut. Selanjutnya, Anda harus melakukan semua yang Anda bisa untuk melindungi subjek penelitian dari bahaya.

H. Pengolahan Data

Ada empat langkah untuk memproses data yang telah dikumpulkan. Beri tanda centang () di sebelah jawaban yang menurut Anda paling sesuai dengan evaluasi Anda. Jangan ragu untuk menghubungi peneliti untuk mendapatkan klarifikasi mengenai poin-poin yang Anda miliki. Garis besar kemungkinan jawaban untuk

1. *Editing* (menyunting data)

Verifikasi jawaban kuesioner dengan memeriksa kembali kelengkapan, keterbacaan, konsistensi ukuran, dan lain-lain, sebelum dilakukan pengkodean. Setelah memastikan bahwa semua kolom pada kuesioner telah diisi secara akurat, peneliti memeriksa ulang informasi responden untuk memastikan bahwa informasi tersebut benar dan sesuai, memverifikasi bahwa setiap pertanyaan telah dijawab secara lengkap, dan memvalidasi jawaban yang diberikan oleh responden jika ada dua pilihan untuk pertanyaan yang diberikan.

2. *Coding* (mengkode data)

Untuk memudahkan pengolahan data, peneliti memberikan kode pada setiap jawaban. Dalam penelitian ini, pengkodean meliputi:

- a. Umur (1= umur 18-40 tahun, 2= umur 41-65 tahun, 3= umur \geq 65)
- b. Pendidikan (1= SD-SMP, 2= SMA sederajat, 3= Perguruan Tinggi)

3. *Entry* (memasukan data)

Entri data melibatkan pemasukan informasi dari setiap responden ke dalam program atau aplikasi komputer. Peneliti memasukkan data ke dalam perangkat lunak komputer sesuai dengan kode-kode, yang terdiri dari nilai-nilai dari setiap indikasi penelitian.

4. *Cleaning* (membersihkan data)

Untuk memastikan bahwa pengkodean respon survei konsisten, maka perlu dilakukan pembersihan terhadap hasil input data. Koreksi dilakukan jika ditemukan data yang tidak akurat selama prosedur

pemasukan data (Notoatmodjo, 2012). Sebagai bagian dari prosedur ini, peneliti memeriksa data yang dimasukkan ke dalam kuesioner terhadap lembar kuesioner.

I. Analisis Data

1. Analisis Univariat

Penelitian ini menggunakan analisis univariat untuk mendeskripsikan dan menjelaskan ciri-ciri setiap variabel penelitian. Analisis ini dilakukan dengan tujuan untuk mengkarakterisasi setiap variabel yang diteliti. Analisis data menunjukkan persentase tingkat keparahan skala kecemasan sebelum dan sesudah perlakuan pada dua kelompok: satu kelompok yang menerima aromaterapi lavender dan satu kelompok lagi yang mempraktikkan metode relaksasi nafas dalam. Ketika hanya satu variabel yang diteliti, analisis data semacam ini disebut analisis univariat. (Notoatmodjo, 2012).

2. Analisis Bivariat

Pasien yang menjalani prosedur pra operasi Sectio Caesarea di RSUD H Jusuf Sk Tarakan dianalisis menggunakan analisis bivariat untuk mengidentifikasi variasi dan menemukan metode yang paling efisien untuk menurunkan kecemasan.

Penelitian ini menggunakan uji Wilcoxon dan Mann Whitney untuk analisis statistik. Tingkat kecemasan dibandingkan sebelum dan sesudah penerapan metode relaksasi nafas dalam dan aromaterapi lavender dengan menggunakan uji Wilcoxon. Membandingkan keefektifan aromaterapi

lavender dan metode relaksasi nafas dalam dalam menurunkan tingkat kecemasan pasien yang akan menjalani operasi sectio cerea di RSUD H. Jusuf Sk Tarakan dilakukan dengan menggunakan uji Mann Whitney.

Dengan asumsi $\alpha = 0,05$, penelitian ini memiliki tingkat kepercayaan 95%. H_a diterima jika nilai p lebih kecil atau sama dengan 0,05, yang menunjukkan bahwa metode relaksasi nafas dalam dan aromaterapi lavender memiliki pengaruh yang berbeda terhadap penurunan tingkat kecemasan. Efektivitas metode relaksasi nafas dalam dan aromaterapi lavender dalam menurunkan tingkat kecemasan pasien pre operasi Sectio Caesarea di RSUD H. Jusuf Sk Tarakan tidak dapat ditentukan jika nilai p value lebih dari 0,05 yang berarti H_a ditolak.