

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Penelitian ini menerapkan desain kuasi-eksperimen dengan pendekatan *One Group Pretest-Posttest Design*. Dalam metode ini, pengukuran dilakukan sebelum intervensi (*pretest*) dan setelah intervensi (*posttest*) pada satu kelompok, tanpa melibatkan kelompok kontrol. Pendekatan ini bertujuan untuk mengevaluasi efektivitas akupresur dalam mengurangi mual dan muntah pada ibu hamil trimester pertama. Desain ini bertujuan untuk mengamati efek pemberian akupresur pada titik PC 6 dan ST 36 terhadap Mual Muntah pada ibu hamil trimester pertama. Dalam desain ini, sebelum diberikan perlakuan, peserta penelitian terlebih dahulu menjalani *pretest* (pengukuran awal), dan setelah intervensi dilakukan, mereka kembali dinilai melalui *posttest* (pengukuran akhir). Penggunaan desain ini disesuaikan dengan tujuan penelitian, yaitu untuk mengevaluasi pengaruh akupresur titik PC 6 dan ST 36 terhadap tingkat Mual Muntah pada ibu hamil trimester pertama. Pengukuran *pretest* dan *posttest* dilakukan menggunakan Lembar observasi guna menilai tingkat keparahan Mual Muntah. Berikut ini adalah tabel yang menggambarkan desain penelitian *One Group Pretest-Posttest Design*.

Tabel 3.1 Desain penelitian *One Group Pretest-Posttest Design*

<i>Pretest</i>	<i>Treatment</i>	<i>posttest</i>
O_1	X	O_2

Keterangan:

O₁ : tes awal (*pretest*) pada ibu hamil trimester 1 dengan keluhan mual muntah sebelum perlakuan diberikan terapi akupresure PC6 dan ST36

O₂ : tes akhir (*posttest*) pada ibu hamil trimester 1 dengan keluhan mual muntah sebelum perlakuan diberikan terapi akupresure PC6 dan ST36 setelah perlakuan diberikan

X : perlakuan terhadap kelompok eksperimen yaitu dengan memberikan Akupresure Mual Muntah

B. Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di Desa Jimbaran, dengan rentang waktu pelaksanaan mulai dari tahap persiapan hingga proses pengumpulan data, yaitu dari 17 desember 2025 hingga 2 Januari 2026.

C. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi merupakan sekumpulan objek atau subjek dalam suatu wilayah yang memenuhi kriteria tertentu yang relevan dengan penelitian (Arikunto et al., 2015). Dalam penelitian ini, populasi yang diteliti adalah ibu hamil trimester pertama yang berada di Desa Jimbaran, Kabupaten Semarang, dengan jumlah sebanyak 30 orang pada bulan Oktober.

2. Sampel

Sampel merupakan bagian dari populasi yang memiliki karakteristik atau kondisi tertentu yang menjadi objek penelitian (Arikunto et al.,

2015) . Menurut Sugiyono (2019), dalam penelitian eksperimen sederhana atau pre-eksperimental, jumlah sampel minimal 10– 15 responden sudah dapat digunakan untuk melihat adanya pengaruh suatu intervensi, terutama jika populasi terbatas dan karakteristik responden relatif homogen. Dalam penelitian ini, teknik sampling dilakukan dengan purposive sampling, yaitu teknik pengambilan sampel berdasarkan indikasi dan kontraindikasi yang telah ditetapkan guna memastikan bahwa sampel sesuai dengan tujuan penelitian.

a. Inklusi:

- 1) Kehamilan Trimester 1 (usia kehamilan 7–12 minggu).
- 2) Mengalami Mual Muntah ringan hingga sedang berdasarkan skor PUQE.
- 3) Bersedia berpartisipasi dalam penelitian dengan menandatangani informed consent.

b. Eksklusi:

- 1) Ibu hamil dengan riwayat kehamilan risiko tinggi.
- 2) Ibu hamil yang tidak dapat menyelesaikan prosedur penelitian.
- 3) Ibu hamil dengan Mual Muntah berat.
- 4) Ibu hamil yang di tubuhnya (tangan dan kaki) terdapat luka/ bengkak/ terbakar/ patah/ retak

Sampel pada penelitian ini adalah 15 ibu hamil trimester 1 dengan mual muntah di Desa Jimbaran.

D. Definisi Operasional

Tabel 3.2 Definisi Operasional

Variabel	Definisi Operasional	Alat Ukur	Hasil Ukur	Skala
Frekuensi Mual Muntah	Frekuensi mual muntah merupakan jumlah kejadian mual dan muntah yang dialami ibu hamil trimester pertama dalam kurun waktu tertentu, dalam penelitian ini diukur dalam 24 jam (kali/hari). Semakin tinggi frekuensi kejadian mual muntah, semakin berat keluhan yang dirasakan oleh ibu hamil.	Lembar observasi	Jumlah frekuensi mual dan muntah yang dialami responden dalam 24 jam (kali/hari)	Rasio
Akupresur Titik PC 6 dan ST 36	Terapi nonfarmakologis berupa pemberian tekanan manual menggunakan ibu jari pada titik PC6 (Neiguan) di pergelangan tangan bagian dalam dan titik ST36 (Zusanli) di bawah lutut untuk menurunkan mual muntah. Tekanan dilakukan dengan gerakan melingkar selama 3–5 menit per titik, dua kali sehari selama tiga hari berturut-turut.	Panduan Prosedur Akupresur / Lembar Observasi Pelaksanaan	-	Nominal

E. Pengumpulan Data

1. Jenis dan Sumber Data

a. Jenis Data:

Data primer adalah data yang diperoleh langsung dari responden penelitian melalui proses wawancara dan pencatatan hasil dalam lembar observasi atau master tabel oleh peneliti. Pada penelitian ini, data primer berupa hasil penilaian tingkat mual muntah sebelum dan sesudah diberikan terapi akupresur pada titik PC6 dan ST36. Pengumpulan data dilakukan dengan cara menanyakan kondisi mual muntah kepada ibu hamil trimester I, kemudian hasilnya dicatat dalam lembar observasi atau master tabel oleh peneliti. Data primer ini memberikan gambaran secara langsung mengenai perubahan tingkat mual muntah setelah intervensi diberikan.

b. Sumber Data:

Data sekunder adalah data yang diperoleh tidak langsung dari responden, tetapi dari sumber pendukung seperti laporan puskesmas, rekam medis, profil kesehatan wilayah, buku teks, pedoman kebidanan, dan jurnal ilmiah. Data sekunder yang digunakan dalam penelitian ini meliputi jumlah ibu hamil trimester I, jumlah kasus mual muntah, serta teori-teori dan hasil penelitian sebelumnya yang berkaitan dengan terapi akupresur titik PC6 dan ST36. Data

sekunder ini berperan sebagai pelengkap dan penguat hasil penelitian.

2. Instrumen

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah lembar observasi frekuensi mual muntah. Lembar observasi digunakan untuk mencatat jumlah kejadian mual dan muntah yang dialami ibu hamil dalam satu hari (24 jam). Pengumpulan data dilakukan dengan cara menanyakan langsung kepada responden mengenai frekuensi mual muntah yang dialami, kemudian peneliti mencatat hasilnya dalam lembar observasi atau master tabel penelitian. Data yang diperoleh berupa angka (kali/hari) sehingga termasuk dalam skala rasio. Instrumen ini dipilih karena sederhana, mudah digunakan, serta sesuai untuk mengukur frekuensi mual muntah pada ibu hamil trimester pertama.

3. Pengumpulan Data

a. Instrumen Pengumpulan Data

Instrumen dalam penelitian ini adalah lembar observasi frekuensi mual muntah yang digunakan untuk mengukur pengaruh akupresur titik PC 6 dan ST 36 terhadap penurunan frekuensi mual muntah pada ibu hamil trimester pertama di Desa Jimbaran. Lembar observasi digunakan untuk mencatat jumlah kejadian mual dan muntah yang dialami responden dalam satu hari (24 jam).

Pengumpulan data dilakukan dengan cara menanyakan secara langsung kepada ibu hamil mengenai berapa kali mengalami mual

dan muntah dalam 24 jam terakhir, kemudian peneliti mencatat hasilnya pada lembar observasi atau master tabel penelitian. Data yang diperoleh berupa jumlah kejadian (kali/hari) sehingga termasuk dalam skala rasio.

Instrumen ini dipilih karena sederhana, mudah digunakan, serta sesuai untuk mengukur frekuensi mual muntah secara objektif sebelum dan sesudah pemberian intervensi akupresur.

b. Prosedur Pengumpulan Data

Peneliti memulai proses penelitian dengan melakukan koordinasi terlebih dahulu ke Puskesmas Jimbaran, tempat pelaksanaan penelitian, untuk memperoleh izin dan dukungan pelaksanaan penelitian. Setelah mendapatkan izin resmi dari puskesmas dan dinyatakan lolos uji etik, peneliti melakukan pendekatan awal kepada ibu-ibu hamil trimester pertama yang melakukan kunjungan ANC (*Antenatal Care*) di Desa Jimbaran.

Peneliti menggunakan teknik purposive sampling, yaitu memilih ibu hamil trimester pertama yang mengalami keluhan Mual Muntah ringan hingga sedang, yang sesuai dengan kriteria inklusi, seperti:

- 1) Usia kehamilan 7–12 minggu
- 2) Tidak dalam kondisi komplikasi medis berat
- 3) Bersedia menjadi responden dan menandatangani *informed consent*

Setelah memenuhi kriteria dan mendapatkan persetujuan tertulis dari responden, peneliti menjadwalkan pemberian intervensi akupresur. Proses intervensi dilakukan di ruang pemeriksaan atau ruangan khusus yang telah disediakan oleh peneliti dengan memperhatikan kenyamanan dan kebersihan.

Pelaksanaan akupresur dilakukan sesuai dengan standar operasional prosedur (SOP) akupresur pada titik PC6 (Neiguan) dan ST36 (Zusanli). Responden diposisikan duduk atau berbaring dengan nyaman, kemudian dilakukan penekanan pada titik PC6 di bagian dalam pergelangan tangan dan titik ST36 di bawah lutut menggunakan ibu jari dengan tekanan sedang secara melingkar selama 3–5 menit untuk masing-masing titik. Prosedur ini dilakukan dua kali sehari, yaitu pada pagi dan sore hari, selama tujuh hari berturut-turut. Evaluasi hasil dilakukan dengan menggunakan lembar observasi yang mengukur frekuensi mual, muntah, dan durasi rasa mual. Pengukuran dilakukan dua kali, yaitu:

1. Pre-test (O1) – dilakukan sebelum intervensi akupresur untuk mengetahui tingkat mual muntah awal.
2. Post-test (O2) – dilakukan setelah tujuh hari pemberian terapi akupresur untuk menilai perubahan tingkat mual muntah setelah intervensi.

Hasil pengukuran pre-test dan post-test kemudian dibandingkan menggunakan uji statistik Paired t-test atau Wilcoxon signed-rank test, sesuai distribusi data, untuk mengetahui pengaruh terapi akupresur terhadap penurunan skor mual muntah.

Berdasarkan hasil penelitian sebelumnya, dapat disimpulkan bahwa durasi ideal terapi akupresur adalah 3–5 menit per titik dengan frekuensi dua kali sehari selama tujuh hari berturut-turut. Pengukuran post-test yang dilakukan setelah periode terapi terbukti memberikan hasil signifikan terhadap penurunan tingkat mual muntah pada ibu hamil trimester pertama. Oleh karena itu, dalam penelitian ini, peneliti menerapkan prosedur akupresur dengan durasi dan frekuensi yang mengacu pada hasil penelitian terdahulu sebagai dasar ilmiah pelaksanaan intervensi.

F. Etika Penelitian

1. Informed Consent

Peneliti memberikan lembar persetujuan (*informed consent*) kepada calon responden yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Sebelum itu, peneliti terlebih dahulu menjelaskan tujuan penelitian, termasuk judul serta manfaat yang dapat diperoleh dari penelitian ini.

2. *Anonymity* (Anonimitas)

Kerahasiaan identitas responden dijaga dengan tidak mencantumkan nama lengkap, melainkan hanya menggunakan inisial nama untuk memastikan privasi tetap terjaga.

3. *Confidentiality* (Kerahasiaan Data)

Informasi yang diberikan oleh responden hanya digunakan untuk kepentingan penelitian dan tidak akan disebarluaskan kepada pihak lain tanpa izin, guna menjaga kerahasiaan data mereka.

4. *Beneficence* (Kebermanfaatan)

Peneliti mempertimbangkan manfaat dan risiko yang mungkin dialami oleh responden. Salah satu manfaat yang diperoleh adalah peningkatan pengetahuan tentang menyusui dan kesehatan ibu hamil.

5. *Non-Maleficence* (Tidak Merugikan)

Peneliti berupaya meminimalkan potensi risiko atau ketidaknyamanan yang mungkin dialami oleh responden dengan memastikan bahwa intervensi dilakukan secara aman, sesuai prosedur, dan tidak menimbulkan efek samping. Selain itu, responden diberikan penjelasan yang jelas mengenai penelitian serta hak untuk menghentikan partisipasi kapan saja tanpa konsekuensi. Jika penelitian menyebabkan gangguan atau ketidaknyamanan, responden diberi kebebasan untuk menghentikan partisipasi mereka dalam penelitian.

G. Pengolah Data

a. Editing

Editing merupakan proses memeriksa kelengkapan data yang diperoleh melalui observasi atau pengamatan. Pemeriksaan dilakukan dengan mengecek lembar observasi responden, termasuk inisial nama, usia, serta kondisi muntah pada ibu hamil dengan Mual Muntah Trimester I di Desa Jimbaran. Seluruh lembar observasi diperiksa agar data yang dikumpulkan lengkap dan siap untuk diolah.

b. Coding

Coding adalah proses pemberian kode pada setiap variabel guna mempermudah pengolahan data. Setelah proses editing selesai, data dikodekan dengan mengonversi informasi berbentuk kalimat atau huruf menjadi angka. Dalam penelitian ini, lembar observasi digunakan untuk mengidentifikasi inisial responden dan usia pada ibu hamil dengan mual muntah trimester I di Desa Jimbaran.

c. Entry

Entry adalah proses untuk memasukkan data ke dalam sebuah program komputer. Setelah data dalam lembar observasi dimasukkan ke dalam master tabel berdasarkan variabel penelitian, peneliti kemudian memasukkan inisial responden, usia, serta kondisi muntah sebelum dan setelah intervensi (pretest dan posttest) dalam kelompok eksperimen. Data tersebut digunakan untuk melihat perubahan rata-rata frekuensi Mual

Muntah akibat pemberian akupresur pada ibu hamil trimester I di Desa Jimbaran Tahun 2025.

d. Cleansing

Cleansing adalah proses pembersihan data dari kata atau informasi yang tidak diperlukan guna mengurangi gangguan data (*data noise*). Setelah seluruh data dari responden dimasukkan, setiap item variabel diperiksa kembali untuk memastikan tidak ada kesalahan atau ketidaklengkapan. Jika ditemukan kesalahan, maka dilakukan koreksi sebelum data diolah.

e. Tabulating

Tabulating adalah proses pengelompokan data sesuai dengan variabel penelitian agar dapat disusun dan disajikan secara sistematis. Setelah lembar observasi diisi dengan benar, data dipindahkan ke dalam master tabel, kemudian dikelompokkan berdasarkan variabel yang diteliti menggunakan tabel distribusi. Selanjutnya, data ditabulasi dan disajikan dalam bentuk tabel univariat serta bivariat.

H. Analisa Data

1. Uji Normalitas Data

Uji normalitas bertujuan untuk menentukan distribusi data, yang digunakan dalam menentukan nilai tengah atau rata-rata suatu variabel. Dalam penelitian ini, uji normalitas Kolmogorov-Smirnov digunakan untuk menilai distribusi data, karena jumlah sampel penelitian kurang dari 50 responden. Uji ini membantu menentukan apakah data berdistribusi normal, sehingga dapat memilih metode analisis statistik

yang sesuai. Data dianggap berdistribusi normal apabila nilai signifikansi lebih dari 0,05. Sebaliknya, jika nilai signifikansi kurang dari 0,05, maka data tersebut tidak berdistribusi normal (Arikunto et al., 2015). Berikut ini adalah tabel yang menunjukkan hasil uji normalitas data:

Tabel 3.3 Hasil Uji Normalitas

Variabel	n	Statistik Shapiro–Wilk	Sig. (p- value)	Keterangan
pre	15	0.889	0.064	Normal
post	15	0.887	0.061	Normal

Berdasarkan tabel tersebut, hasil uji normalitas menunjukkan bahwa nilai p-value untuk pre-test adalah 0.064 dan p-value untuk post-test adalah 0,061, nilai yang kedua melebihi 0,05, yang menunjukkan bahwa data dalam penelitian ini terdistribusi secara normal.

2. Analisis Univariat

Analisis univariat digunakan untuk mendeskripsikan tingkat Mual Muntah sebelum dan sesudah intervensi pada kelompok penelitian. Hasil analisis ini akan disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi dan diagram, sehingga memberikan gambaran awal mengenai karakteristik responden serta perubahan tingkat Mual Muntah setelah intervensi. Selain itu, dalam analisis ini dihitung juga nilai rata-rata (mean), median, dan standar deviasi untuk melihat distribusi dan kecenderungan data sebelum serta sesudah perlakuan.

3. Analisis Bivariat:

Analisis bivariat bertujuan untuk mengetahui efektifitas terapi akupresur titik PC 6 dan ST 36 terhadap penurunan Mual Muntah pada ibu hamil trimester I di Desa Jimbaran. Uji statistik yang digunakan adalah uji t berpasangan (*paired t-test*) untuk membandingkan rata-rata tingkat Mual Muntah sebelum dan sesudah intervensi. Interpretasi hasil uji adalah sebagai berikut:

- a. Jika nilai $p < 0,05$, maka Hipotesis Alternatif (H_a) diterima, yang berarti akupresur titik PC 6 dan ST 36 efektif dalam menurunkan Frekuensi Mual Muntah.
- b. Jika nilai $p \geq 0,05$, maka Hipotesis Nol (H_0) diterima, yang akupresur titik PC 6 dan ST 36 tidak efektif dalam menurunkan Frekuensi Mual Muntah