

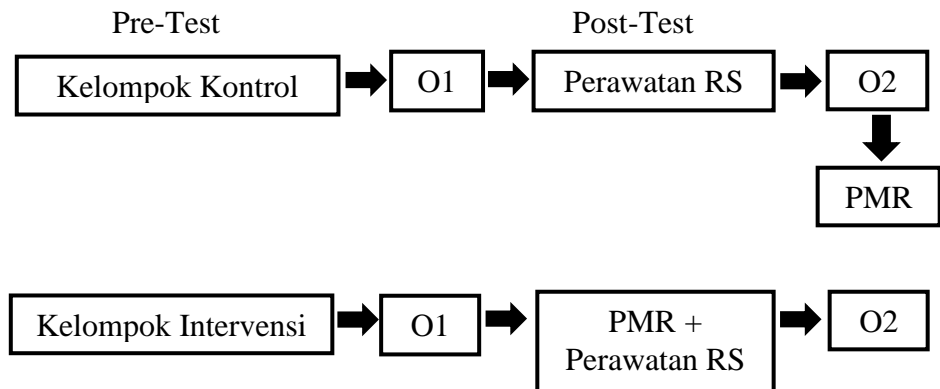
BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Desain penelitian yang akan dilakukan adalah penelitian kuantitatif dengan menggunakan rancangan penelitian metode *Quasy Eksperimen*. Creswell (2014) menyatakan rancangan ini melibatkan dua kelompok yaitu kelompok eksperimen (A) dan kelompok kontrol (B), pada kedua kelompok sama – sama dilakukan *pre-test* dan *post-test* dan hanya kelompok eksperimen saja yang diberikan *treatment*. Penelitian ini memberikan manipulasi berupa tindakan *progressive muscle relaxation* pada pasien dengan kanker serviks yang mengalami kecemasan. Desain penelitian ini adalah dengan *Pretest-Posttest control group design* (Polite & Beck, 2006).

Berdasarkan hipotesa penelitian untuk menjawab tujuan umum penelitian maka bentuk skema penelitian akan tergambar dengan :



Keterangan :

Kelompok intervensi : kelompok pasien yang menerima

intervensi *progressive muscle relaxation*

Kelompok kontrol : kelompok pasien yang menerima perawatan

dari RS dan *progressive muscle relaxation*

dilakukan di akhir penelitian

O1 : tingkat kecemasan pasien sebelum intervensi

PMR : intervensi berupa teknik *progressive muscle*

relaxation yang diberikan selama 3 minggu

dengan durasi ± 15 menit

Perawatan RS : pelayanan dari rumah sakit baik

keperawatan dan medis yang diberikan oleh

RS kepada pasien sesuai dengan penyakit

pasien saat ini.

O2 : tingkat kecemasan pasien sesudah

pemberian intervensi baik PMR maupun perawatan di rumah sakit

B. Populasi dan Sampel Penelitian

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pasien penyakit kanker serviks yang sedang menjalani kemoterapi dan mengalami kecemasan. Teknik pengambilan sampel yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah cara *Acidental Sampling*. Dalam penggunaan *Acidental Sampling* peneliti mengambil siapa saja yang secara kebetulan atau insidental bertemu dengan peneliti saat penelitian berlangsung sesuai dengan kriteria yang telah ditentukan oleh peneliti (Sugiono, 2016). Responden penelitian merupakan pasien kanker serviks yang dirawat di Ruang Mawar RSUD dr. Moewardi Surakarta. Jumlah sampel yang diambil sebanyak 40 orang, yang diambil pada tanggal 31 Mei sampai dengan 4 Juli 2017.

Penelitian ini hanya melibatkan responden dalam dua kelompok, yaitu: kelompok perlakuan (intervensi) yang akan diberikan latihan *progressive muscle relaxation* dengan frekuensi dua kali seminggu dilakukan selama tiga minggu dan kelompok kontrol yang akan diberikan perawatan yang sesuai dengan asuhan keperawatan yang berlaku di rumah sakit dan latihan *progressive*

muscle relaxation dilakukan setelah penelitian selesai. Dengan kriteria inklusi dan eksklusi:

1. Kriteria inklusi :

- a. Pasien yang sudah menjalani kemoterapi minimal 1 kali
- b. Pasien yang mengalami kecemasan. Berdasarkan HARS dengan skor 14 - 56 yaitu kecemasan ringan hingga kecemasan yang sangat berat (panik).

2. Kriteria eksklusi: keadaan pasien semakin memburuk, seperti kelelahan yang berlebihan sampai kehilangan kesadaran.

C. Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Rumah Sakit Umum Daerah Dr.Moewardi Surakarta. Waktu penelitian ini adalah selama 3 minggu dilaksanakan mulai tanggal 31 Mei 2017 sampai dengan 4 Juli 2017.

D. Variabel Penelitian

Variabel penelitian adalah perilaku ataupun karakteristik yang memberikan nilai beda terhadap sesuatu (benda, manusia, dan lain – lain) (Soeprapto, 2000 dalam Nursalam, 2011). Variabel dalam penelian ini meliputi variabel independen (bebas) yaitu *progressive muscle relaxation* dan variabel dependen (terikat) yaitu kecemasan.

E. Defenisi Operasional

Tabel 3.1. Defenisi Operasional

Variabel	Defenisi Operasional	Cara atau Alat Ukur	Hasil Ukur	Skala
Independen <i>progressive muscle relaxation</i>	Teknik menegangkan otot – otot dan merilekskannya dan membayangkan otot tersebut bebas dari ketegangan dan merasakan perbedaan saat otot tegang dan rileks	Menggunakan video untuk mempermudah pasien. Teknik relaksasi dilakukan dua kali seminggu selama tiga minggu dengan durasi waktu ± 15 menit.		
Dependen Kecemasan	Suatu gangguan psikologis yang dimanifestasikan dalam respon fisiologis tubuh, perilaku dan kognitif sebagai dampak penyakit kronik	Menggunakan kuesioner tingkat kecemasan yang terdiri dari 14 item pertanyaan tentang skala screening dimodifikasi dari skala screening <i>Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS)</i> dengan menggunakan skala likert	Skor dalam rentang (0-56) dengan ketentuan : 1. Tidak ada kecemasan (<14) 2. Kecemasan ringan (14-20) 3. Kecemasan sedang (21-27) 4. Kecemasan berat (28-41) 5. Kecemasan sangat berat/Panik (42-56)	Ordinal

F. Instrumen Penelitian

Instrumen dalam penelitian menggunakan instrumen kuesioner karakteristik demografi, kuesioner tingkat kecemasan dengan menggunakan format HARS (*Hamilton Anxiety Rating Scale*), video dan lembar isian tindakan latihan *progressive muscle relaxation*. Lembar kuesioner karakteristik demografi yang berisi: umur, pendidikan, pekerjaan, penghasilan, status perkawinan, lama menjalani kemoterapi, dan asal biaya pengobatan diisi oleh pasien saat pasien bersedia menjadi pasien dalam penelitian.

Lembar kuesioner tingkat kecemasan yang digunakan adalah *Hamilton Anxiety Rating Scale* (HARS) yang dikembangkan oleh Hamilton (Hamilton, 2005). Pada penelitian ini kuesioner HARS digunakan dalam versi bahasa Indonesia yang telah dikembangkan oleh peneliti sebelumnya yaitu Damanik (2014). Kuesioner ini berisi 14 item terkait kondisi fisik dan psikologis yang menjadi tanda dan gejala kecemasan: tidak ada kecemasan (<14), kecemasan ringan (14-20), kecemasan sedang (21-27), kecemasan berat (28-41), kecemasan sangat berat/panik (42-56). Lembar kuesioner tingkat kecemasan diisi saat dilakukan pemilihan pasien dimana salah satu syarat pasien penelitian ini adalah pasien penyakit kanker serviks yang sedang menjalani kemoterapi dan kecemasan. Lembar kuesioner ini diisi oleh

perawat sebelum intervensi diberikan dan setelah diberikan dua dalam satu minggu selama tiga minggu, pasien melakukan latihan dipandu oleh peneliti atau fasilitator peneliti disaat pasien melakukan kemoterapi di rumah sakit satu kali seminggu. Sedangkan lembar isian latihan diisi oleh perawat ketika pasien melakukan latihan gerakan PMR.

Video yang digunakan bertujuan agar gerakan yang dilakukan sama dan tidak berubah – ubah. Video ini dibuat oleh peneliti sendiri. Isi dari video ini adalah informasi mengenai *progressive muscle relaxation* (PMR), cara melakukan, waktu yang diperlukan, dan gerakan dari PMR itu sendiri. Video ini berdurasi selama ± 15 menit. Video ini telah mendapatkan pengakuan (*expert judgment*) dan dinyatakan valid. Point yang telah dicermati dalam video ini adalah: gerakan, waktu yang diperlukan dalam tiap kelompok gerakan (ketegangan dan relaksasi), durasi, keterangan/informasi dalam video dan instrument musik. Selanjutnya video ini telah dapat digunakan sebagai instrumen dalam penelitian ini.

G. Cara Pengukuran Data

1. Prosedur Pengumpulan Data

Dalam melaksanakan penelitian ini terdapat berbagai tahapan prosedural yang harus dilakukan oleh peneliti, sebagai berikut:

- a. Peneliti mengajukan surat izin untuk melaksanakan penelitian Program Pascasarjana Magister Keperawatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta, kemudian peneliti mengajukan surat permohonan penelitian ke Rumah Sakit Umum Daerah Dr.Moewardi.
- b. Pada kelompok kontrol pasien mendapatkan perawatan yang sesuai dengan asuhan keperawatan yang berlaku di rumah sakit dan pada kelompok intervensi peneliti menyiapkan instrumen untuk pengumpulan data berupa video yang berisi pedoman langkah – langkah pelaksanaan *progressive muscle relaxation* dan mendapatkan perawatan yang sesuai dengan asuhan keperawatan yang berlaku di rumah sakit. Tujuan dari penggunaan video ini adalah agar segala penyampaian kepada reponden sama dan tidak berubah – ubah.
- c. Peneliti datang ke rumah sakit dan menuju ke meja perawat untuk melihat data – data pasien. Kemudian menentukan pasien untuk kelompok kontrol dan intervensi yang sesuai dengan kriteria inklusi yang telah di tetapkan oleh peneliti. Kemudian peneliti ditemanai oleh asisten peneliti menemui pasien yang hendak di observasi.

- d. Peneliti memilih satu orang asisten peneliti. Sebelum melakukan pengumpulan data, peneliti beserta asisten peneliti mencermati item – item yang terdapat pada instrument penelitian (lembar observasi). Item – item tersebut dimaknai untuk dipahami bersama. Asisten penelitian merupakan mahasiswa program S2 di Magister Keperawatan yang memiliki gelar ners. Peneliti dibantu asisten peneliti mencari pasien untuk dijadikan responden sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi. Setelah mendapatkan responden, perawat menjelaskan maksud dan tujuan penelitian. Peneliti kemudian meminta responden untuk membaca, memahami *informed consent* dan menandatangani surat persetujuan. Peneliti dibantu asisten peneliti melakukan *pre test* pada semua kelompok, baik kelompok intervensi (perlakuan) maupun kelompok kontrol. *Pre-test* dilakukan agar peneliti mengetahui tingkat kecemasan pasien yang dilakukan di hari pertama.
- e. Setelah dilakukannya *pre-test* pada kelompok kontrol pasien mendapatkan perawatan yang sesuai dengan asuhan keperawatan yang berlaku di rumah sakit dan memberikan penjelasan tentang kecemasan pada pasien yang sedang

menjalani kemoterapi. Pada kelompok intervensi, peneliti melakukan intervensi yaitu *progressive muscle relaxation* (PMR). Saat diberikan perlakuan pada kelompok intervensi diharapkan didampingi keluarga agar membantu pasien untuk melakukannya dan membantu peneliti saat meninjau intervensi yang telah dilakukan pasien dirumah.

Adapun prosedur dari intervensi *progressive muscle relaxation* adalah sebagai berikut: *Progressive Muscle Relaxation* memberikan kondisi tegang dan relaks, secara bergantian, enam belas kelompok otot tubuh yang berbeda. Tekniknya dengan memberikan ketegangan (sesuai kemampuan individu) terhadap otot selama sekitar 10 detik dan kemudian merilekskannya kembali. Setelah itu individu merasakan perasaan rileks dan santai selama 15-20 detik dan rasakan perubahan kondisi tegang dan rileks.

Latihan *Progressive Muscle Relaxation* dilakukan kepada kelompok intervensi dengan latihan panduan secara langsung saat melakukan kemoterapi dan latihan mandiri di rumah dengan melihat video yang telah diberikan dengan durasi \pm 15 menit per latihan dan selama 3 minggu. Relaksasi dapat dilakukan secara bertahap dan dilakukan dengan berbaring

atau duduk di kursi dengan kepala di topang dengan bantal. Pada tiap - tiap kelompok otot dilakukan penegangan selama 5-7 detik dan di relaksasikan selama 10-20 detik. Prosedur ini diulang paling tidak satu kali. Gerakan *progressive muscle relaxation* dibagi menjadi dua bagian besar, yaitu bagian pertama dengan cara mengulang kembali pada saat praktek sehingga lebih mengenali bagian otot tubuh yang paling sering tegang, bagian kedua dengan prosedur singkat untuk menegangkan dan merilekskan beberapa otot secara simultan sehingga relaksasi otot dapat dicapai dalam waktu singkat. Pada kelompok kontrol PMR dilakukan pada saat *post test* (saat penelitian selesai) dan hanya dilakukan sekali perlakuan. *Post test* dilakukan pada minggu terakhir penelitian. *Post test* dilakukan dengan cara mengukur tingkat kecemasan pasien setelah melakukan intervensi yang telah diberikan.

- f. Pada tahap akhir lembar kuesioner dan lembar observasi yang telah terkumpul siap untuk dilakukan perhitungan dan dibuat analisa.

H. Uji Validitas dan Reliabilitas

Uji validitas merupakan uji yang dilakukan untuk melihat sah/validnya suatu kuesioner yang digunakan dalam penelitian. Kuesioner dikatakan valid apabila dapat mengungkapkan sesuatu yang akan diukur (Polite & Beck, 2006). Penelitian ini menggunakan lembar kuesioner kecemasan yang sudah baku yaitu *Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS)*. *Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS)* telah di uji validitas dan reliabilitasnya menggunakan *cronbach alfa*, dengan nilai validitas: 0,68 s.d 0,93 nilai tersebut menyatakan bahwa kuesioner valid dan reliabel. (Bjelland, Dahl, Haug & Necklmenn, 2001).

Video yang digunakan telah mendapatkan pengakuan (*expert judgment*) oleh Arianti,S.Kep.,M.Kep.,Ns.,Sp.Kep.MB. Bahwasannya video tersebut telah layak digunakan untuk penelitian ini. Point yang telah dicermati dalam video ini adalah: gerakan, waktu yang diperlukan dalam tiap kelompok gerakan (ketegangan dan relaksasi), durasi, keterangan/informasi dalam video.

I. Pengolahan dan Analisa Data

1. Pengolahan Data

Pengolahan data terdiri dari beberapa tahap yakni: *editing*, *coding*, *scoring*, *processing* dan *cleaning* (Hastono, 2010).

Setelah melewati lima proses pengolahan data tersebut, barulah dapat diinterpretasikan. *Editing* merupakan prosedur awal dalam pengolahan data. Pada tahap *editing* dilakukan pemeriksaan terhadap kelengkapan semua jawaban kuesioner (Hastono, 2010).

Tahap pertama yang akan dilakukan adalah *editing*, tujuan dilakukannya editing untuk mencermati kelengkapan pengisian, kesalahan pengisian atau item yang belum terisi, dari setiap pernyataan agar dapat diolah dengan baik. Pada tahap kedua dilakukan *coding* dan *scoring*, pemberian kode dilakukan untuk memudahkan peneliti dalam merekam data pada program komputer. Pada tahapan ini kuesioner dan lembar observasi (instrumen) dilakukan pengkodean. Data melalui proses *editing* melalui proses *editing* dilakukan perubahan data jawaban kedalam bentuk bilangan untuk mempermudah melakukan pengolahan data dalam komputer. Saat memasukan data, pemberian kode dilakukan pada data kategorik seperti: Tahap ketiga yaitu *processing* dan *cleaning* data yang telah dilakukan pengkodean (*coding*) dan pemberian skor (*skoring*). Tahap *processing* merupakan tindakan masukan data sebanyak 15 kuesioner dan lembar observasi yang telah dilakukan *coding* dan *scoring* kedalam aplikasi pengolahan data pada komputer.

Kemudian data diolah dengan melihat nilai proporsi masing – masing variabel. Setelah itu data akan dilakukan *cleaning* yaitu pengecekan kesesuaian data pada komputer dengan nilai yang telah ditetapkan.

2. Analisa Data

a. Analisis Univariat

Analisis univariat dilakukan untuk menganalisis variabel yang ada secara deskriptif. Data kategorik yang meliputi: jenis kelamin, usia, pendidikan, pekerjaan, status perkawinan, penghasilan dan penyakit penyerta.

b. Analisis Bivariat

Analisis bivariat pada penelitian ini dilakukan untuk mengetahui perbedaan tingkat kecemasan penderita kanker serviks yang di kemoterapi *pre* dan *post* latihan *progressive muscle relaxation* (PMR) pada kelompok intervensi maupun kelompok kontrol dengan menggunakan uji *Wilcoxon*. Hasil *Wilcoxon* $p < 0,05$ menunjukkan perbedaan yang signifikan secara statistik. Kemudian untuk mengetahui perbedaan antar kelompok eksperimen dan kontrol sebelum dan sesudah intervensi maka digunakan uji *Man Whitney* dengan nilai $p <$

0,05 maka H_a diterima sedangkan jika nilai $p > 0,05$ maka H_a ditolak (Dahlan, 2011).

J. Etika Penelitian

Masalah etika penelitian keperawatan adalah salah satu masalah yang sangat penting dalam melakukan sebuah penelitian, karena keperawatan berhubungan langsung dengan manusia, maka segi etika penelitian harus diperhatikan (Hidayat, 2009). Dalam penelitian ini ijin etik di dapatkan dari Komisi Etik Penelitian Kesehatan RSUD Dr.Moewardi/Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret Surakarta Nomor : 497/V/HREC/2017. Masalah etika yang harus diperhatikan antara lain sebagai berikut:

1. *Informed Consent*

Informed consent merupakan bentuk persetujuan antara penulis dengan responden penelitian dengan memberikan lembar persetujuan yang telah di ajukan peneliti kepada responden. Tujuannya adalah agar responden mengetahui dan memahami maksud dan tujuan penelitian, dan mengetahui dampaknya. Jika responden bersedia, maka mereka harus menandatangani lembar persetujuan. Jika responden tidak bersedia, maka peneliti harus menghormati hak pasien. Beberapa informasi yang harus ada dalam *informed consent*

antara lain: partisipasi pasien, tujuan dilakukan tindakan, jenis data yang dibutuhkan, komitmen, prosedur pelaksanaan, potensial masalah yang akan terjadi manfaat, kerahasiaan, informasi yang mudah untuk di hubungi dan lain sebagainya.

2. Tanpa Nama

Persetujuan jaminan dalam penggunaan subjek penelitian dengan cara tidak memberikan atau tidak mencantumkan nama responden pada lembar alat ukur dan hanya penulisan kode pada lembar pengumpulan data hasil penelitian yang akan disajikan.

3. Kerahasiaan

Merupakan jaminan kerahasiaan hasil penelitian, baik informasi maupun masalah – masalah lainnya, semua informasi yang telah dikumpulkan dijamin kerahasiaannya oleh penulis, hanya kelompok data tertentu yang akan dilaporkan pada hasil penelitian.