

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan *quasi eksperimental design* dengan menggunakan rancangan *two group pretest-post test with control group design*. Observasi dilakukan dua kali yaitu sebelum eksperimen (O1) disebut *pre test*, dan sesudah eksperimen (O2) disebut dengan *post test*

Tabel 3. *pretest-post test*

<i>Pre-test</i>	Sampel <i>Treatment</i>	<i>Post-test</i>
O1	O Kontrol	O2
<i>Pre-test</i>		<i>Post-test</i>
O1		O2

B. Populasi dan Sampel Penelitian

1. Populasi Penelitian

Populasi adalah kumpulan individu atau objek penelitian yang memiliki kualitas-kualitas serta ciri-ciri yang telah ditetapkan (Cooper dan Emory, 2005).

Polpulasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas 2 SMP Negeri 1 Kasihan yang berjumlah 157 orang.

2. Sampel Penelitian

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut (Sugiyono, 2010). Besar sampel dalam penelitian ini menggunakan rumus dari Arikunto (2010) yaitu jika jumlah populasi lebih

dari 100 orang maka besar sampel dapat diambil sebanyak 10-15% atau lebih sehingga jumlah dalam penelitian ini adalah : $157 \times 20\% = 31,4$ yang jika dibulatkan menjadi 32 orang, teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *consecutive random sampling*, dimana pengambilan sampel secara acak sehingga setiap siswa kelas 2 SMP Negeri 1 Kasihan memiliki kemungkinan yang sama untuk menjadi responden.

Dalam penelitian ini, pengambilan sampel didasarkan pada kriteria penerimaan yang meliputi kriteria inklusi dan eksklusi. Kriteria tersebut antara lain:

a. Kriteria inklusi

Kriteria inklusi adalah karakteristik umum subyek penelitian pada populasi target, kriterianya adalah:

- 1) Siswa kelas 2 SMP Negeri 1 Kasihan
- 2) Siswa bersedia menjadi peserta penelitian
- 3) Siswa mengikuti pre test, jalannya SEFT, dan post test.

b. Kriteria eksklusi

Kriteria eksklusi adalah sebagian subyek yang memenuhi kriteria inklusi harus dikeluarkan dari penelitian karena faktor tertentu, kriterianya adalah:

- 1) Siswa yang tidak mengikuti pre test
- 2) Siswa yang tidak mengikuti jalannya SEFT
- 3) Siswa yang tidak mengikuti post test

C. Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian ini akan dilakukan di SMP Negeri 1 Kasihan khususnya kelas

2. Waktu yang dibutuhkan untuk melakukan penelitian ini sekitar minggu ke 4 bulan Oktober 2015 s/d Minggu ke 3 Februari 2016.

Tabel 4. Rencana Penelitian

No.	Kegiatan	Waktu	Keterangan
1	Persiapan Peneltian	Oktober 2015	Sesuai Prosedur
2	Mengurus Perizinan	Oktober 2015	Izin dari Instansi Setempat
3	Penelitian	November 2015	Diketahui oleh pembimbing
4	Pengumpulana Hasil	Desember 2015	
5	Pendistribusian Data	Desember2015	Menggunakan
6	Pengolahan Data	Desember 2015- Januari 2016	Program Komputer (SPSS)
7	Pengetikan Hasil Penelitian	Februari2016	

D. Cara Pengambilan Sample

Pengambilansampel diambil dari sebagian populasi dengan kriteria inklusi dan eksklusi dengan cara *consecutive random sampling* yaitu pengambilan sampel secara acak sehingga setiap siswa berkesempatan menjadi responden. Pengumpulan data melalui pre test dan post test pada siswa SMP Negeri 1 Kasihan.

E. Variabel Penelitian

Variabel dalam penelitian ini terdiri dari :

1. Variabel Bebas

Terapi SEFT (*Spiritual Emotional Freedom Technique*).

2. Variabel Terikat

Tingkat kecemasan siswa kelas 2 SMP Negeri 1 Kasihan dalam menghadapi ujian.

F. Definisi Operasional

1. Terapi SEFT dilakukan oleh terapis SEFT (SEFTer) yang sudah mendapatkan training SEFT dan berpengalaman dalam terapi SEFT. Terapi SEFT dilakukan satu kali kepada setiap siswa dalam kelompok intervensi sesuai dengan standar terapi SEFT. SEFT dilakukan selama 10-15 menit kepada setiap siswa.
2. Tingkat kecemasan dalam penelitian ini merupakan skor kecemasan dari subyek penelitian yang diukur dengan instrumen *Taylor Manifest Anxiety Scale* (TMAS) yang terdiri dari tanda-tanda kecemasan, keluhan subyektif, gejala somatik, gangguan konsentrasi, dan kurang percaya diri.

Skor yang diperoleh dari TMAS kemudian digolongkan dalam 3 kelompok, yaitu:

- | | |
|------|--------------------|
| <7 | : Kecemasan Rendah |
| 7-21 | : Kecemasan Sedang |
| >21 | : Kecemasan Tinggi |

G. Instrumen Penelitian

Instrumen yang digunakan pada penelitian ini yaitu *Taylor Manifest Anxiety Scale* (TMAS) dan *SEFTER*.

1. *Taylor manifest Anxiety Scale* (TMAS)

Instrumen *Taylor Manifest Anxiety Scale* ini menggunakan 50 buah pertanyaan dengan dua pilihan jawaban yaitu “ya” atau “tidak” yang ditulis dalam bentuk *favourable* dan *unfavourable*.

a. Pernyataan kalimat *favourable* yaitu kalimat yang bersifat pernyataan negative. Contoh pertanyaan *favourable* pada skala penelitian ini beberapa diantaranya:

- Saya bekerja dalam ketegangan yang sangat besar
- Ternyata saya sering merisaukan sesuatu

b. Pernyataan kalimat *unfavourable* yaitu kalimat yang bersifat pernyataan positif. Contoh pertanyaan *unfavourable* pada skala penelitian ini beberapa diantaranya:

- Saya tidak cepat lelah
- Saya sangat yakin terhadap diri saya sendiri

Untuk menilai masing-masing item pada skala TMAS tergantung dari jenis pertanyaannya. Pertanyaan dengan item *favourable* diberi skor 1 jika subjek menjawab “ya” dan diberi skor 0 jika subjek menjawab “tidak” demikian sebaliknya. Semakin tinggi skor yang diperoleh maka semakin tinggi pula tingkat kecemasannya.

2. Skala persepsi pasien tentang kecemasan

Terapis SEFT akan menilai kecemasan yang dialami oleh responden dengan menggunakan skala kecemasan yang hampir sama dengan VAS (*Visual Analogue Scale*), dengan skala 0 hingga 10.

H. Uji Validitas dan Reabilitas

Hasil uji validasi Instrumen *Taylor Manifest Anxiety Scale* (TMAS) di Indonesia memiliki nilai sensitifitas sebesar 90% dan spesifitas 95%, serta reabilitasnya dengan metode analisis KR 20 adalah $r=0,86$. Penelitian ini

dilakukan oleh Wicaksono pada tahun 1991-1992 dengan sampel anggota PWI (Persatuan Wartawan Indonesia) (Wicaksono, 1992).

I. Jalannya Penelitian

Langkah penelitian yang dilaksanakan:

1. Meminta persetujuan Komisi Etik Fakultas Kedokteran untuk mendapatkan izin penelitian di SMP Negeri 1 Kasihan.
2. Menghubungi pihak sekolah untuk mendapatkan izin melakukan penelitian.
3. Melaksanakan penelitian pada siswa kelas 2 dengan memberikan pre test, lalu dilakukan intervensi berupa terapi metode SEFT dilanjutkan dengan post test dalam waktu hari yang sama.
4. Analisis Data dan menyajikan dalam bentuk persentase

J. Analisis Data

Data diolah dengan metode analisis deskriptif untuk data dasar (tingkat kecemasan sebelum dan sesudah diberikan terapi SEFT) dalam bentuk tabel. Uji statistik dilakukan menggunakan komparatif kategorik wilcoxon (*Wilcoxon Comparative Test*) yaitu dengan mencari perbedaan mean Pretest dan Post test. Data yang diperoleh merupakan data ordinal, maka statistik yang digunakan adalah nonparametrik dengan menggunakan *Wilcoxon Matched Pairs Test*. Untuk menganalisis kedua data yang berpasangan tersebut, dilakukan dengan menggunakan analisis uji melalui perangkat lunak komputer (SPSS).