

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*.

B. Populasi dan Sampel Penelitian

1. Populasi Penelitian

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek atau kelompok yang mempunyai kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti dan dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Hidayat, 2007). Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas 2 SMANegeri 1 Kasihan yang berjumlah 234 orang.

2. Sampel penelitian

Sampel adalah sebagian yang diambil dari keseluruhan objek yang diteliti dan dianggap mewakili seluruh populasi (Notoatmodjo, 2005). 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% sehingga jumlah dalam penelitian ini adalah : $15/100 \times 234 = 35,1$ jika dibulatkan menjadi 35 orang sampel terapi dan ditambah 35 sampel kontrol sehingga jika ditotal menjadi 70 orang sampel. Adapun teknik pengambilan sampelnya adalah *consecutive sampling*.

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

a. Kriteria inklusi

- 1) Siswa kelas 2 SMA yang akan melaksanakan ujian
- 2) Siswa bersedia menjadi peserta penelitian
- 3) Siswa yang mengalami kecemasan karena ujian maupun sebab lain yang akan mengganggu pelaksanaan ujian

b. Kriteria eksklusif

- 1) Siswa yang tidak mengikuti *pretest*
- 2) Siswa yang tidak mengikuti terapi SEFT
- 3) Siswa yang tidak mengikuti *posttest*

Adapun teknik pengambilan sampel adalah *stratified random sampling* yaitu pengambilan sampel secara acak sehingga setiap siswa berkesempatan menjadi responden, setelah itu di ambil sebanyak 35 siswa yang mengalami tingkat kecemasan paling tinggi dari siswa yang lainnya.

Jenis data dalam penelitian ini adalah data primer, yaitu data yang diambil langsung dari responden. Adapun pengumpulan data dilakukan dengan melalui *pretest* dan *posttest* pada siswa SMA Negeri 1 Kasihan.

C. Lokasi dan Waktu Penelitian

1. Lokasi Penelitian

Penelitian dilakukan di SMANegeri 1 Kasihan

2. Waktu Penelitian

Waktu yang dibutuhkan untuk melakukan penelitian ini kurang lebih selama 9 minggu, pada minggu ke-3 Oktober s/d Minggu ke-3Februari 2016.

Tabel 2. Jadwal Penelitian

No.	Kegiatan	Waktu	Keterangan
1	Persiapan Peneltian	Oktober 2015	Sesuai Prosedur
2	Mengurus Perizinan	Oktober – November2015	Izin dari Instansi Setempat
3	Penelitian	November 2015	Diketahui oleh pembimbing
4	Pengumpulana Hasil	Januari2016	Menggunakan
5	Pendistribusian Data	Januari 2016	Program
6	Pengolahan Data	Januari 2016	Komputer
7	Pengetikan Hasil Penelitian	Februari 2016	(SPSS 15.0)

D. Variabel Penelitian

Variabel dalam penelitian ini terdiri dari :

1. Variabel Bebas

Terapi SEFT (*Spiritual Emotional Freedom Technique*).

2. Variabel Terikat

Penurunan tingkat kecemasan yang dialami oleh siswa SMA Negeri 1 Kasihan Yogyakarta dalam menghadapi Ujian.

E. Definisi Operasional

Definisi operasional yaitu untuk membatasi ruang lingkup atau pengertian variabel-variabel yang diamati/diteliti dan variabel-variabel tersebut diberi batasan. Definisi operasional juga bermanfaat untuk mengarahkan kepada pengukuran atau pengamatan terhadap variabel-variabel yang bersangkutan serta pengembangan instrumen/alat ukur.(Notoatmodjo, 2010).

Definisi operasional pada penelitian ini, yaitu:

1. Terapi SEFT dilakukan oleh terapis SEFT (SEFTer) yang sudah mendapatkan training SEFT dan berpengalaman dalam terapi SEFT. Terapi SEFT dilakukan satu kali kepada tiap siswa dalam kelompok intervensi sesuai dengan standar terapi SEFT dan dilakukan sekitar 10-15 menit.
2. Kecemasan yang dimaksud dalam penelitian ini adalah skor kecemasan dari kelompok penelitian yang diukur dengan instrumen *Taylor manifest anxiety scale* yang terdiri dari tanda-tanda kecemasan, keluhan kelompok aktif, gejala somatik, gangguan konsentrasi, dan kurang percaya diri yang dapat diukur dengan angka dan dibagi menjadi 3 kelompok yaitu kecemasan rendah jika nilai <7 , kecemasan sedang jika nilai 7-21, dan kecemasan tinggi jika nilai >21 .

F. Instrumen Penelitian

1. *Taylor manifest Anxiety Scale (TMAS)*

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

a. Contoh pertanyaan *favourable* pada skala penelitian ini beberapa diantaranya:

- 1) Kadang-kadang saya merasa tidak berguna
- 2) Kadang-kadang saya merasa bahwa saya bisa menjadi gila

b. Sementara contoh untuk pertanyaan *unfavourable* ini beberapa diantaranya:

- 1) Saya menghargai diri sendiri secara wajar
- 2) 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 kelompok menjawab “ya” dan diberi skor 0 jika kelompok menjawab “tidak” demikian sebaliknya. Semakin tinggi skor yang diperoleh maka semakin tinggi pula tingkat kecemasannya. Skor yang diperoleh kemudian digolongkan dalam 3 kelompok, yaitu:

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

2. Skala persepsi pasien tentang kecemasan

Terapi SEFT akan menilai kecemasan yang dialami oleh responden dengan menggunakan skala kecemasan yang hamper sama dengan VAS (*Visual Analogue Scale*) dengan skala 0 hingga 10

G. Uji Validitas dan Reabilitas

Hasil validasi Instrumen *Taylor Manifest Anxiety Scale (TMAS)* memiliki sensitifitas 90% dan spesifitas 95%, serta reabilitasnya dengan metode analisis KR 20 adalah $r=0,86$ penelitian ini dilakukan di Yogyakarta dengan sampel anggota PWI (Persatuan Wartawan Indonesia) pada tahun 1991-1992 (Wicaksono, 1992).

H. Jalannya Penelitian

Langkah penelitian yang dilaksanakan:

1. Meminta persetujuan Dekan Fakultas Kedokteran untuk mendapatkan izin penelitian di SMA Negeri 1 Kasihan.
2. Menghubungi pihak sekolah untuk mendapatkan izin melakukan penelitian dengan membawa surat rekomendasi dari fakultas dan Bappeda.
3. Melaksanakan penelitian pada siswa kelas 2 dengan memberikan *pretest*, lalu dilakukan intervensi berupa terapi SEFT dilanjutkan dengan *posttest* dalam waktu yang berbeda.

I. Analisis Data

Data diolah dengan metode analisis deskriptif untuk data dasar (umur, jenis kelamin, tingkat kecemasan sebelum dan sesudah diberikan terapi SEFT) dalam bentuk tabel. Uji statistik dilakukan dengan komparatif kategorik *wilcoxon* (*Wilcoxon Comparative Test*).