

### BAB III

## METODOLOGI PENELITIAN

#### A. Desain Penelitian

Penelitian ini termasuk jenis penelitian *quarsi* eksperimental menggunakan desain *pre* dan *post control group* dengan pemberian hipnosis.

#### B. Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian ini dilakukan di daerah Yogyakarta dan ini dilakukan pada bulan Juni 2013-Januari 2014.

#### C. Populasi dan Sampel

Subyek penelitian yaitu Mahasiswa yang memiliki kriteria sebagai berikut :

1. Kriteria Inklusi, yaitu:

- a. Wanita mengalami *Dysmenorrhea* usia 18-24 tahun.
- b. Lolos uji sugestibilitas untuk hipnosis.
- c. Wanita yang tidak memiliki alergi terhadap obat.
- d. Bersedia menjadi responden penelitian dengan menandatangani *inform consent*.

2. Kriteria Eksklusi, yaitu:

- a. Selama proses penelitian menolak untuk dihipnoterapi.
- b. Mengalami gangguan konsentrasi atau komunikasi selama sesi hipnosis.
- c. Nyeri *Dysmenorhea* sangat berat.

Teknik pengambilan sampel dengan cara *total sampling* yaitu cara pengambilan sampel dengan mengambil seluruh anggota populasi yang mengeluh *Dysmenorrhea* dalam waktu tertentu sekitar 32 Mahasiswa di daerah Yogyakarta.

Adapun rumus yang banyak dipakai untuk mencari besar sampel minimal penelitian *case-control* adalah sebagai berikut:

Besar sampel ditentukan dengan rumus Pocock (2008):

$$N = \frac{2(\sigma)^2}{(\mu_2 - \mu_1)^2} \times f(\alpha, \beta)$$

$$N = \frac{2(2,965)^2}{(42,012 - 46,68)^2} \times f(0,05,0,1)$$

$$N = 12,9$$

Keterangan:

$\sigma$  = standar deviasi

$\alpha$  = tingkat kesalahan I

$\beta$  = tingkat kesalahan II

$\mu_1$  = rerata skor pre test

$\mu_2$  = rerata skor post test

$f(\alpha, \beta)$  = nilai pada tabel

#### D. Variabel Penelitian

1. Variabel Bebas

Hipnoterapi

2. Variabel Terikat

*Visual Analog Scale* dan *Dysmenorhea*

3. Variabel Antara

Tingkat konsentrasi, Suasana dan keadaan psikologis

#### E. Definisi Operasional Variabel Penelitian

1. Hipnoterapi (*Clinical Hypnosis*) secara umum dapat diterjemahkan sebagai terapi menggunakan hipnosis dalam menyembuhkan masalah mental dan fisik (psikosomatis).
2. *Dysmenorhea* adalah rasa nyeri saat menstruasi yang mengganggu kehidupan sehari-hari wanita (Manuaba, 2009).
3. Analgesik adalah obat yang dirancang dan digunakan untuk meringankan rasa nyeri tanpa menyebabkan kehilangan kesadaran.
4. *Visual Analog Scale* (VAS) adalah suatu garis lurus, yang mewakili intensitas nyeri yang terus menerus dan pendeskripsi verbal pada setiap ujungnya. Skala ini memberi pasien kebebasan penuh untuk mengidentifikasi keparahan nyeri. VAS dapat merupakan pengukuran keparahan nyeri yang lebih sensitif karena pasien dapat mengidentifikasi setiap titik pada rangkaian dari pada dipaksa memilih satu kata atau satu angka (Potter & Perry, 2005). Berikut kategori nilai VAS:
  - a. Nyeri Ringan (1-3)

- b. Nyeri Sedang (4-6)
- c. Nyeri Berat (7-9)
- d. Nyeri Sangat Berat (10)

#### **F. Alat dan Bahan Penelitian**

Penelitian ini membutuhkan bahan penelitian berupa : alat tulis, kursi yang nyaman untuk responden saat sesi hipnosis, dan instrument kuisioner untuk mengukur nyeri. Selain itu yang lebih penting adalah orang yang bisa melakukan *hypnotic* (hipnoterapi).

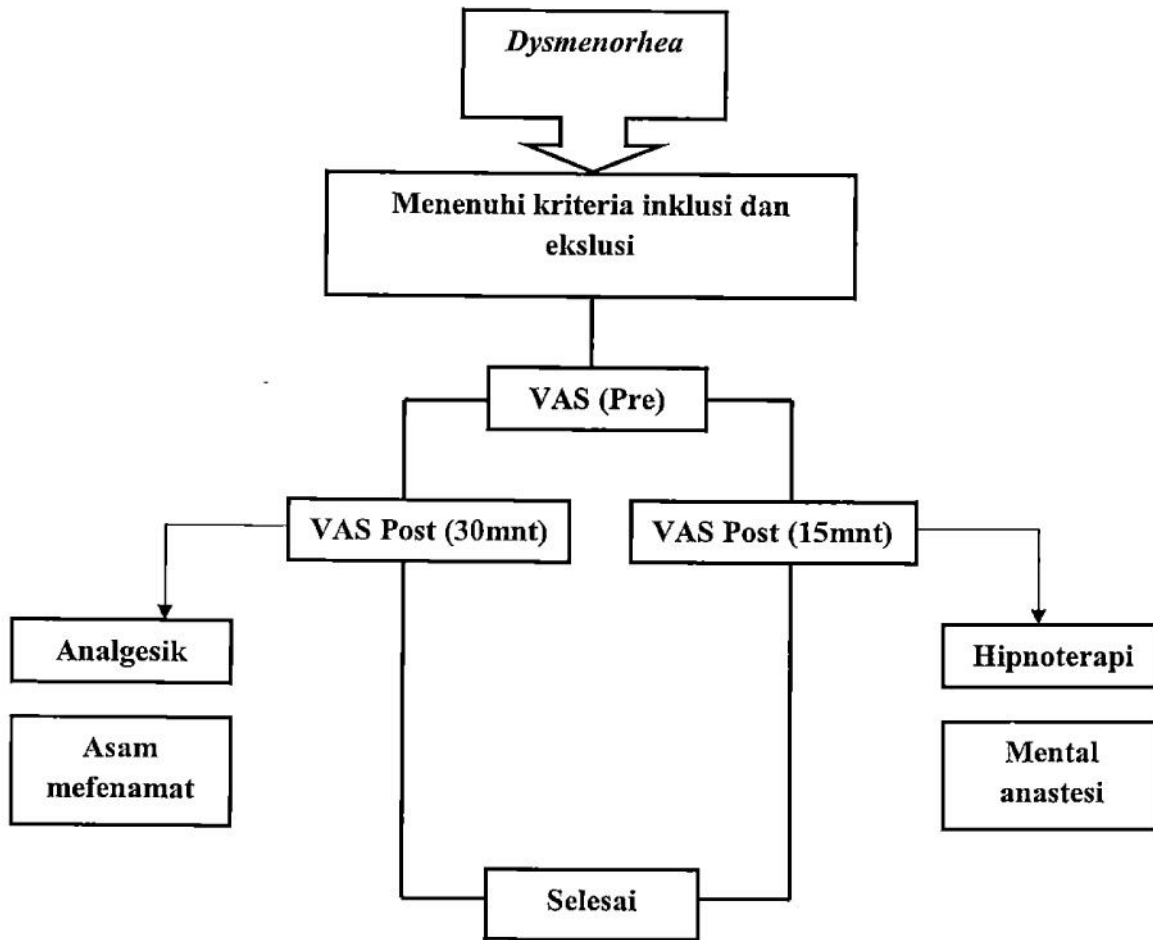
#### **G. Prosedur penelitian**

Subyek yang mengalami *Dysmenorhea* hari 1,2 dan 3 menstruasi diberikan kuisioner tentang *Dysmenorhea* untuk menyingkirkan kriteria eklusi, lalu diukur nilai VAS sebelum diberikan perlakuan. Setelah diukur, subyek akan diberikan terapi sesuai kelompok perlakuan kemudian di ukur kembali nilai VAS-nya setelah selesai menjalani perlakuan, dan dilihat apakah ada pengaruh perlakuan pada nilai VAS pada *Dysmenorhea* tersebut. Berikut tahapan hipnoterapi yang dilakukan dalam penelitian:

1. *Pre-Talk* adalah suatu tahapan awal hipnoterapi yang meliputi pemetaan permasalahan subyek, memberikan arahan dan rasa nyaman sebelum dilakukan terapi.
2. Induksi adalah tahapan dimana subyek akan dibimbing ke dalam kondisi hipnosis.

3. *Deepening* adalah tahapan dimana subyek akan dibimbing ke kondisi hypnosis lebih dalam dengan tujuan meningkatkan pikiran bawah sadar subyek agar lebih aktif untuk menerima sugesti-sugesti positif sesuai yang diharapkan.
4. *Suggestion Therapy* adalah tahapan pemberian sugesti ke pikiran bawah sadar subyek yang ditujukan untuk program perubahan.
5. *Termination* adalah tahapan terakhir dari proses hipnoterapi. Tahapan ini bertujuan untuk membawa subyek kembali pada kesadaran normalnya.

## H. Skema Prosedur Penelitian



## I. Analisis Data

Data hasil percobaan diukur dan diamati pengaruh hipnoterapi terhadap nilai VAS. Nilai VAS diukur sebelum dan sesudah hipnoterapi maupun fisioterapi, dan membandingkannya (Apakah ada pengaruh penurunan nilai VAS setelah dilakukan Hipnoterapi dan Fisioterapi). Untuk menguji apakah terdapat pengaruh perlakuan terhadap nilai VAS, penelitian ini menggunakan metode analitik *paired sample t test*.

Sebelum melakukan uji pengaruh, data diuji terlebih dahulu menggunakan metode analitik *Shapiro-Wilk* test (subyek penelitian  $\leq 50$ ) untuk mengetahui apakah data terdistribusi normal atau tidak. Jika data tidak terdistribusi normal, uji yang digunakan yaitu uji *wilcoxon*. Setelah itu, pengujian selanjutnya untuk mengetahui apakah terdapat perbedaan yang bermakna antara kelompok-kelompok perlakuan dilakukan uji *independent sample t test*.