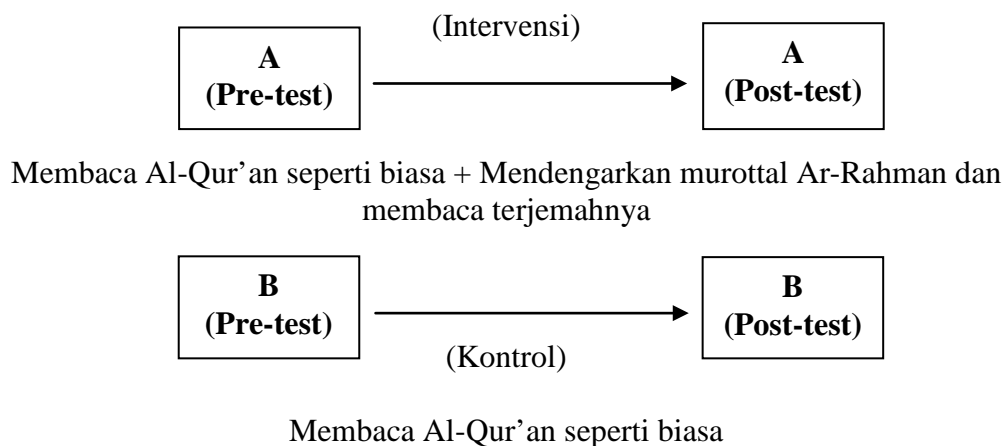


BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan desain *Eksperiment* dengan pendekatan *pre test post test with control group*. Penelitian ini berupaya untuk mengungkapkan hubungan sebab-akibat dengan cara melibatkan kelompok kontrol di samping kelompok eksperimen (Nursalam, 2008). Pola perancangan penelitian ini adalah sebagai berikut :



Gambar 3. Desain Penelitian

B. Populasi dan Sampel

1. Populasi merupakan keseluruhan subjek maupun objek yang memenuhi kriteria penelitian yang ditetapkan (Nursalam, 2008). Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah seluruh siswi kelas III MTs Mu'allimaat Muhammadiyah Yogyakarta yang berjumlah 187 orang.
2. Sampel merupakan bagian dari populasi yang dipilih dengan cara tertentu, sehingga dianggap cukup mewakili seluruh populasi (Sastroasmoro &

Ismael, 2006). Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan rumus Taro Yamane (Imron, 2014) sebagai berikut :

$$n = \frac{N}{1+N(d)^2}$$

$$n = \frac{187}{1+187(0.1)^2}$$

$$n = \frac{187}{1+1.80} = \frac{187}{2.80} = 65.15 = 65$$

Keterangan :

n : Perkiraan jumlah sampel

N : Perkiraan jumlah populasi

d : Tingkat kesalahan yang dipilih (d = 0,1)

Jumlah keseluruhan sampel 65 orang kemudian dibagi menjadi 2 kelompok, yaitu 33 siswi untuk kelompok intervensi dan 32 siswa untuk kelompok kontrol. Pemilihan sampel dilakukan menggunakan metode *rundomize sampling*, dimana sampel ditetapkan dengan cara memilih sampel secara acak diantara populasi yang ada, sesuai dengan tujuan serta masalah yang dikaji dalam penelitian, seperti digambarkan dalam kriteria inklusi dan eksklusi. (Nursalam, 2008).

a. Kriteria inklusi, yaitu karakteristik umum subek penelitian dari suatu populasi target yang terjangkau dan akan diteliti. Dalam penetapan kriteria inklusi, harus disertai pertimbangan dari segi ilmiah (Nursalam, 2008). Kriteria inklusi dalam penelitian ini adlaha :

- 1) Responden adalah siswi kelas III MTs Mu'allimaat Muhammadiyah Yogyakarta yang akan mengikuti Ujian Nasional

- 2) Tinggal di asrama Mu'allimaat
 - 3) Skor kecemasan $\neq 0$
- b. Kriteria eksklusi, yaitu mengeluarkan subjek penelitian yang sesuai dengan kriteria inklusi dari studi karena berbagai sebab (Nursalam, 2008). Kriteria eksklusi pada penelitian ini adalah :
- 1) Mengalami gangguan pendengaran
 - 2) Mempunyai riwayat gangguan jiwa berat
 - 3) Mengonsumsi obat anti cemas selama pelaksanaan penelitian

C. Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Asrama Maria Qibtiyah Madrasah Mu'allimaat Muhammadiyah Yogyakarta selama 14 hari berturut-turut dimulai pada tanggal 24 April hingga 7 Mei 2016.

D. Variabel Penelitian

- a. Variabel bebas: Mendengarkan bacaan Al-Qur'an (murottal) surat Ar-Rahman dan terjemahnya
- b. Variabel terikat: Tingkat kecemasan siswi kelas III dalam menempuh Ujian Nasional

E. Definisi Operasional

1. Kecemasan

Kecemasan yang dimaksud dalam penelitian ini adalah kecemasan yang dinilai dari skor kecemasan pada subjek penelitian yang diukur dengan instrumen *Taylor Manifest Anxiety Scale (TMAS)* yang terdiri dari tanda-tanda kecemasan, keluhan subjektif, gejala somatik, gangguan konsentrasi,

dan kurang percaya diri. Perhitungan tingkat kecemasan pada penelitian ini menggunakan skala *Numerik*.

2. Mendengarkan bacaan Al-Qur'an surat Ar-Rahman dan terjemahnya digunakan dalam penelitian ini sebagai intervensi yang diberikan kepada responden. Dalam penelitian ini digunakan murottal QS. Ar-Rahman yang dilantunkan oleh Sa'ad Al-Ghomidi berdurasi 8 menit 30 detik dengan menggunakan laptop dan speaker. Kegiatan ini dilakukan 1 kali sehari selama 14 hari berturut-turut, dan berakhir pada H-2 pelaksanaan Ujian Nasional tingkat SMP/MTs.

F. Alat dan Bahan Penelitian

1. Taylor Manifest Anxiety Scale (TMAS)

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Taylor Manifest Anxiety Scale* (TMAS) yang digunakan untuk mengukur skor kecemasan, berisi 50 pertanyaan yang menunjukkan gejala-gejala kecemasan seperti berkeringat, gemetar, sakit kepala, cepat lelah, dan gejala lainnya. Instrumen ini diisi dengan memberi jawaban ya (benar) dan tidak (salah). Semakin tinggi skor yang diperoleh, maka semakin tinggi pula kecemasan yang dialami oleh responden. Skor ini kemudian digolongkan menjadi 3 kelompok :

< 7 : Kecemasan rendah

7- 21 : Kecemasan Sedang

> 21 : Kecemasan Tinggi

2. Bacaan Al-Qur'an

Instrumen yang digunakan dalam memperdengarkan bacaan Al-Qur'an adalah laptop dan speaker.

3. Terjemah Al-Qur'an

Dalam penelitian ini kepada responden diperdengarkan bacaan Al-Qur'an sambil membaca terjemah QS. Ar-Rahman yang terdapat di dalam Al-Qur'an terjemah Departemen Agama Republik Indonesia (RI).

G. Jalannya Penelitian

1. Peneliti melakukan survei awal untuk mengurus perizinan serta memperoleh data jumlah populasi siswi kelas III MTs Mu'allimaat Muhammadiyah Yogyakarta, kemudian menentukan sampel yang akan diteliti sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditetapkan.
2. Peneliti menentukan jumlah sampel dengan menggunakan rumus Taro Yamane yang kemudian dipilih melalui metode *rundomize sampling* sebanyak 65 orang yang dibagi menjadi 2 kelompok, 33 siswa untuk kelompok intervensi dan 32 siswi untuk kelompok kontrol.
3. Melakukan intervensi kepada kelompok eksperimen selama 14 hari dengan langkah-langkah sebagai berikut :
 - a. Pada hari ke 1 peneliti memberikan penjelasan teknis pelaksanaan penelitian kepada responden, serta melakukan pengukuran kecemasan dengan pengisian *pre test* kuisisioner *Taylor Manifest Anxiety Scale* (TMAS) pada kedua kelompok penelitian.

- b. Pemberian intervensi mulai dilakukan pada hari ke 1 setelah pengisian kuisioner *pre-test* dengan durasi 8 menit 30 detik selama 14 hari berturut-turut pada kelompok eksperimen.
 - c. Pengukuran kembali tingkat kecemasan pada hari ke-14 dengan instrumen *Taylor Manifest Anxiety Scale* (TMAS).
4. Melakukan analisis data tingkat kecemasan.

H. Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen

Chen et al (2006) telah menguji validitas instrumen *Taylor Manifest Anxiety Scale* (TMAS) dengan sensitivitas 90%, spesivitas 90,4%, dan efektivitas 92,5%. Christiani (2000) dalam penelitiannya juga melakukan uji validitas pada instrumen ini dengan skor validitas 0,109 – 0,505, dengan $p < 0,05$, dan koefisien reliabilitas = 0,881 dengan $p ,001$.

I. Analisis Data

Setelah dilakukan pengambilan sampel dan pengumpulan data, selanjutnya dilakukan pengolahan dan analisis data. Pengolahan data diawali dengan uji normalitas menggunakan *Uji Shapiro-Wilk*, didasarkan pada jumlah responden atau sampel pada penelitian ini setiap kelompoknya kurang dari 50, untuk mengetahui apakah distribusi data pada kedua kelompok normal atau tidak. Setelah diketahui bahwa distribusi data normal, selanjutnya dilakukan uji hipotesis untuk menguji perbedaan *mean* antara dua kelompok data menggunakan uji *Paired Sample t-Test* dengan bantuan program komputer SPSS 16.0, dimana syarat penggunaan uji hipotesis dengan metode ini adalah sebaran data harus terdistribusi normal. (Sopiyudin, 2010). Setelah

dilakukan uji analisis menggunakan *Paired Sample t-Test* dilanjutkan dengan uji *Mann Whitney* untuk mengetahui perbedaan atau selisih hasil pada kelompok intervensi dan kontrol. Uji ini didasarkan pada uji normalitas yang telah dilakukan sebelumnya, dimana data keseluruhan tidak berdistribusi normal.

J. Kesulitan Penelitian

Kesulitan yang dialami oleh peneliti dalam proses penelitian ini diantaranya adalah waktu yang tersedia sangat terbatas antara sidang proposal KTI hingga pelaksanaan Ujian yang hanya berjarak beberapa minggu, sehingga persiapan penelitian dirasa terlalu terburu-buru dan kurang maksimal. Namun peneliti dapat mengantisipasi keterbatasan waktu ini dengan mempertimbangkan waktu pemberian intervensi selama 2 minggu sehingga penelitian bisa diselesaikan pada H-2 Ujian Nasional.

K. Etik Penelitian

Dalam melaksanakan penelitian ini, terlebih dahulu peneliti mengajukan *ethical clearance* ke komite etik penelitian Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta, kemudian melakukan perizinan kepada pihak atau tempat dilakukannya penelitian. Selanjutnya sebelum proses penelitian dimulai, peneliti juga melakukan pengisian *informed consent*, yaitu lembar persetujuan untuk menjadi responden yang diedarkan sebelum penelitian dilaksanakan kepada seluruh responden yang siap untuk diteliti, tanpa adanya unsur pemaksaan.