

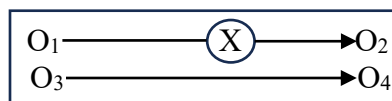
BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Sejalan dengan tujuan yang ingin diperoleh dalam penelitian ini, maka jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif yang menekankan analisisnya pada data-data numerikal (angka) yang diolah dengan metode statistika. Desain penelitian ini menggunakan *quasi experimental* (eksperimen semu) dengan kelompok kontrol. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh kombinasi teknik relaksasi benson dengan dzikir terhadap tingkat kecemasan pada pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa di RSUD Bandung Kiwari.

Pendekatan yang dilakukan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan teknik *two group pre-test and post-test design*, yaitu suatu penelitian yang terdapat pretest sebelum diberi perlakuan dan posttest setelah diberi perlakuan dan terdapat 2 kelompok yaitu kelompok perlakuan dan kelompok kontrol. Dengan demikian dapat diketahui lebih akurat, karena dapat membandingkan dengan diadakan sebelum diberi perlakuan (Sugiyono, 2015). Kelebihan pada desain penelitian ini adalah menyajikan suatu ukuran perbandingan antara kelompok perlakuan dan kelompok kontrol kepada peneliti.



Gambar 2. Desain Penelitian Ekperimen Semu (Sugiyono, 2015)

Keterangan:

O₁ : Pre test diberikan sebelum pemberian intervensi

O₂ : Post test diberikan setelah pemberian intervensi

O₃ : Pre test diberikan kepada kelompok kontrol

O₄ : Post test diberikan kepada kelompok kontrol

X : Pemberian intervensi kombinasi relaksasi benson dengan dzikir

Perlakuan latihan relaksasi benson yang dikombinasikan dengan dzikir dilakukan selama 2 kali sehari selama 2 minggu. Pertemuan pertama dengan responden dilakukan pengukuran kecemasan (*pretest*). Pada saat intervensi, responden harus dalam posisi yang nyaman dan kondusif, lalu responden diminta untuk menarik nafas secara perlahan dan diikuti dengan berdzikir, setiap prosedur latihan relaksasi benson dilakukan kurang lebih 10-15 menit (Agustin et al., 2020). Peneliti mendampingi responden sebanyak 2 kali dalam seminggu melakukan latihan relaksasi benson dan menganjurkan responden untuk melakukan teknik relaksasi benson dan dzikir pada saat dirumah. Responden diberikan prosedur latihan kombinasi relaksasi benson dengan dzikir dan lembar observasi kemampuan pasien melakukan latihan relaksasi benson yang diisi responden saat dan setelah melakukan latihan. Setelah pertemuan terakhir, responden dilakukan pengukuran skor kecemasan untuk nilai (*post-test*). Untuk kelompok kontrol akan dilakukan pre test di awal dan dilakukan post test tanpa adanya intervensi kombinasi relaksasi benson dengan dzikir.

B. Variabel yang Diukur

Variabel penelitian adalah perilaku atau karakteristik yang memberikan nilai beda terhadap sesuatu (benda, manusia, dll) menurut Soeparto, dkk dalam (Nursalam, 2020). Variabel bebas/ independent merupakan variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variabel terikat (Sugiyono, 2014). Dalam penelitian ini variabel bebasnya adalah kombinasi teknik relaksasi benson dengan dzikir.

Variabel terikat/ dependent adalah variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat karena adanya variabel bebas (Sugiyono, 2014). Dalam penelitian ini variabel terikatnya adalah tingkat kecemasan pada pasien gagal ginjal kronis yang menjalani hemodialisa di RSUD Bandung Kiwari

C. Definisi Konseptual

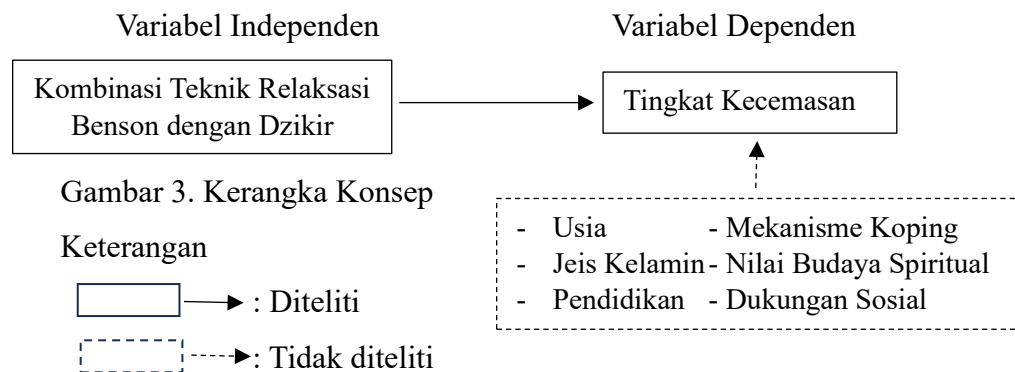
Definisi konseptual adalah unsur penelitian yang menjelaskan tentang karakteristik sesuatu masalah yang hendak diteliti. Berdasarkan landasan teori yang telah dipaparkan di atas, dapat dikemukakan definisi konseptual dari masing-masing variabel, sebagai berikut:

1. Kombinasi Teknik relaksasi benson dengan dzikir merupakan suatu intervensi keperawatan dimana perawat akan melatih klien agar dapat melakukan pengaturan pernapasan melalui abdomen dengan frekuensi yang lambat dan berirama disertai dengan melibatkan faktor keyakinan spiritual (berdzikir)

untuk menciptakan lingkungan internal yang tenang sehingga menimbulkan efek relaksasi.

2. Cemas merupakan perasaan yang membuat rasa tidak nyaman dalam situasi dan kondisi tertentu yang akan membuat gangguan pada persepsi seseorang. Siapapun dapat mengalami kecemasan, tanpa memandang kelompok usia dan jenis kelamin.

Kerangka Konsep



Gambar 3. Kerangka Konsep

Keterangan

- : Diteliti
- - - : Tidak diteliti

D. Definisi Operasional

Definisi operasional adalah definisi berdasarkan karakteristik yang diamati dari sesuatu yang didefinisikan tersebut. Dapat diamati artinya memungkinkan peneliti untuk melakukan observasi atau pengukuran secara cermat terhadap suatu objek atau fenomena yang kemudian dapat diulangi lagi oleh orang lain (Nursalam, 2020).

Tabel 3
Variabel Penelitian dan Definisi Operasional

No	Variabel	Definisi Operasional	Cara Ukur	Alat Ukur	Hasil Ukur	Skala
1.	Variabel Independen: Kombinasi Teknik Relaksasi Benson dengan Dzikir	Bentuk asuhan keperawatan, yang dalam hal ini perawat mengajarkan kepada klien bagaimana cara melakukan napas dalam, napas lambat dengan melibatkan keyakinan spiritualitas pasien (berdzikir)	-	Checklist SOP Teknik Relaksasi Benson Sumber: (Mahdavi et al., 2013)	-	Nominal
2.	Pengukuran Tingkat kecemasan sebelum diberikannya intervensi teknik relaksasi benson dan sesudah diberikan Intervensi	Pengukuran Tingkat kecemasan sebelum dan sesudah diberikannya intervensi kombinasi teknik relaksasi benson dengan dzikir pada kelompok intervensi dan pengukuran tingkat kecemasan sebelum dan sesudah pada kelompok kontrol	Diukur dengan kuisisioner yang terdiri dari 14 butir pertanyaan	Kuisisioner menggunakan skala likert pernyataan positif 0: tidak ada gejala 1: Gejala ringan 2: Gejala sedang 3: Gejala berat 4: Gejala berat sekali	skor <14: tidak ada kecemasan skor 14-20: kecemasan ringan skor 21-27: kecemasan sedang skor 28-41: kecemasan berat skor 42-56: kecemasan berat sekali Sumber: Hars didalam (Ramdan, 2019)	Rasio

E. Populasi

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek/ subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2014). Populasi dalam penelitian ini adalah pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa di RSUD Bandung Kiwari sebanyak 30 orang.

F. Sampel

Menurut (Notoadmodjo, 2012) bahwa sampel adalah obyek yang akan diteliti dan dianggap mewakili seluruh populasi dimana dalam mengambil sampel penelitian menggunakan teknik-teknik tertentu. Metode total sampling digunakan untuk menentukan jumlah sampel karena jumlah populasi yang kurang dari 100 seluruh populasi dijadikan sampel penelitian, sampel dalam penelitian ini adalah pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa di RSUD Bandung Kiwari sebanyak 30 orang yang akan dibagi kedalam 2 kelompok secara acak yaitu kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Penentuan sampel tersebut juga berdasarkan pada pendapat Roscoe (1975) dalam Sugiono 2014 yang menyatakan bahwa ukuran sampel untuk penelitian eksperimen adalah antara 10 sampai 20 atau minimum 15 dari setiap kelompok. Adapun kriteria responden yang ditetapkan dalam penelitian ini adalah:

Kriteria Inklusi:

1. Pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa di Unit Hemodialisa RSUD Bandung Kiwari dan sudah terpasang AV-Shunt
2. Bersedia menjadi responden dan mengisi informed consent
3. Pasien yang dapat berkomunikasi dengan baik dan kondisi stabil
4. Pasien yang beragama islam.

Kriteria Eksklusi:

1. Pasien dengan penurunan kesadaran dan hemodinamik tidak stabil.
2. Pasien yang mengalami sesak berat
3. Pasien hemodialisa rutin yang menolak menjadi responden penelitian.

G. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian adalah alat yang digunakan peneliti untuk mengumpulkan data atau informasi yang relevan dengan permasalahan penelitian (Nursalam, 2020). Dalam penelitian ini untuk mengumpulkan data penelitian, diperlukan peralatan dan bahan yang digunakan meliputi kuesioner skala HARS. Instrumen dalam penelitian ini terdiri dari 14 butir pertanyaan *Hamilton Rating Scale for Anxiety* (HARS).

Menurut kutipan (Nursalam, 2020) instrumen HARS yang digunakan untuk mengukur tingkat kecemasan seperti suasana hati, ketegangan, gejala fisik dan kekhawatiran. Kuesioner HARS terdiri dari 14 kelompok gejala kecemasan yang dijabarkan secara lebih spesifik. Kuesioner ini menggunakan skor dengan rentang

skala likert 0-4, yang terdiri dari 0: tidak ada gejala, 1: Gejala ringan, 2: Gejala sedang, 3: Gejala berat, 4: Gejala berat sekali.

Dengan hasil pengukuran skor <14 menandakan tidak ada kecemasan, skor 14-20 menandakan kecemasan ringan, skor 21-27 menandakan kecemasan sedang, skor 28-41 menandakan kecemasan berat, skor 42-56 menandakan kecemasan berat sekali. Peneliti memilih kuesioner HARS sebagai instrumen penelitian karena instrumen HARS sudah terbukti sebagai alat ukur tingkat kecemasan dengan nilai uji validitas berdasarkan uji korelasi Pearson didapatkan nilai setiap butir kuisisioner berkisar antara 0.529 sampai dengan 0.727 dan hasil uji realibilitas Cronbach's alpha dengan nilai 0.756 sehingga disimpulkan bahwa instrument HARS ini valid dan reliable (Ramdan, 2019). Komponen-komponen yang terdapat dalam kuesioner HARS lebih sedikit dari instrument yang lain sehingga dapat menjaga konsentrasi responden untuk mengisi kuesioner dengan teliti.

H. Prosedur Penelitian

Dalam penelitian ini, peneliti mengacu pada prosedur yang dikemukakan oleh (Arikunto, 2019) yang terdiri dari tiga tahap prosedur penelitian, yaitu:

1. Tahap Perencanaan

Terdapat 5 langkah dalam tahap perencanaan ini, yaitu:

a. Memilih Masalah dan Studi Pendahuluan

Peneliti memilih masalah setelah melakukan studi pustaka yang berasal dari beberapa literatur seperti internet, buku bacaan, skripsi, artikel, dan berbagai sumber yang relevan.

b. Merumuskan Masalah

Peneliti melakukan perumusan masalah penelitian, dengan melakukan perumusan judul, membuat desain penelitian sesuai dengan masalah dan tujuan penelitian yang telah ditentukan.

c. Memilih Metode dan Pendekatan Penilaian

Dalam tahapan ini peneliti menyusun rancangan penelitian, peneliti memilih metode dan pendekatan penelitian yang akan digunakan.

d. Menentukan Variabel

Setelah merumuskan masalah maka akan didapatkan variabel penelitian. Dalam penelitian ini terdapat dua variabel yaitu variabel terikat (tingkat kecemasan) pada pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa dan variabel bebas (teknik relaksasi benson)

e. Menentukan dan menyusun instrument

Dalam tahap ini peneliti menyusun kisi-kisi instrumen sebagai acuan dalam pembuatan instrumen, dan penyusunan angket.

2. Tahap Penelitian

Dalam tahap ini peneliti menentukan dan menyusun instrumen, mengumpulkan data, menganalisis data kemudian menarik kesimpulan.

3. Tahap Laporan

Pada tahap ini peneliti menyusun laporan dalam bentuk tertulis berdasarkan kaidah-kaidah penulisan karya tulis ilmiah dan sesuai dengan data yang diolah.

I. Prosedur Intervensi

Adapun prosedur intervensi dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Pengukuran kecemasan sebelum dan sesudah intervensi dengan cara :
 - a. Menyiapkan responden dan kuesioner.
 - b. Menjelaskan cara mengisi kuesioner
 - c. Responden mengisi kuesioner
 - d. Memeriksa jawaban responden
2. Mengajarkan teknik relaksasi benson, dengan cara:
 - a. Ciptakan lingkungan yang tenang
 - b. Usahakan responden tetap rileks dan tenang
 - c. Memberi aba-aba kepada responden untuk menarik napas dalam dari hidung dan mengisi paru-paru dengan udara melalui hitungan 1,2,3.
 - d. Responden perlahan-lahan menghembuskan udara melalui mulut sambil merasakan ekstrimitas atas dan bawah rileks
 - e. Anjurkan bernapas dengan irama normal 3 kali
 - f. Menganjurkan responden untuk menarik napas lagi melalui hidung dan menghembuskan melalui mulut
 - g. Membiarkan telapak tangan dan kaki responden rileks.

- h. Usahakan responden agar tetap konsentrasi atau mata sambil terpejam.
- i. Setelah kondisi responden merasakan rileks, anjurkan responden mengucapkan ungkapan yang diyakini responden dapat menimbulkan ketenangan dengan cara Berdzikir yang akan dipandu oleh rohaniawan dengan membacakan Subhanallah, Alhamdulillah, Allahu Akbar, Lahaula wala quwwata illa billah dengan berulang-ulang dan secara teratur.
- j. Langkah tersebut dilakukan berulang selama 10 sampai dengan 15 menit dan dilakukan observasi selama intervensi diberikan
- k. Responden kelompok perlakuan juga dianjurkan untuk melakukan teknik relaksasi benson yang dikombinasikan dengan dzikir pada saat di rumah.

J. Tahapan Uji Analisis Data

1. Pengolahan Data

Pada penelitian ini data yang telah terkumpul dan telah melalui proses pengecekan ditabulasikan kemudian dikelompokan berdasarkan hasil skor akhir untuk mendapatkan gambaran tingkat kecemasan pada responden. Dalam proses pengolahan data terdapat beberapa langkah yang harus dilakukan menurut (Priadana, 2021), yaitu:

a. Editing

Editing merupakan proses memeriksa data yang telah dikumpulkan berupa daftar jawaban kuesioner. Langkah ini dilakukan kegiatan menjumlah dan

melakukan koreksi untuk mengantisipasi kesalahan-kesalahan data yang telah dikumpulkan.

b. Coding

Coding merupakan langkah mengklarifikasi jawaban-jawaban dari pada responden ke dalam kategori-kategori, dengan cara memberi tanda atau kode berbentuk angka pada masing-masing jawaban sehingga memudahkan pengolahan dan hasil observasi lainnya.

Dalam penelitian ini digunakan coding sebagai berikut:

0 : menyatakan bahwa tidak ada gejala yang dirasakan oleh responden.

1 : terdapat gejala yang dirasakan oleh responden namun jarang terjadi.

2 : terdapat gejala yang dirasakan oleh responden namun cukup sering terjadi.

3 : terdapat gejala yang dirasakan oleh responden dengan intensitas sering.

4 : terdapat gejala yang dirasakan oleh responden dengan intensitas sering sekali.

c. Scoring

Scoring merupakan langkah memberi skor pada masing-masing pertanyaan.

d. Tabulating

Tabulating merupakan langkah memasukan data kedalam tabel.

e. Pengolahan Data

Pengolahan data merupakan proses memberi nilai pada hasil jawaban yang diteliti.

2. Analisa Data

Analisis data merupakan kegiatan setelah data dari seluruh responden atau sumber data lain terkumpul (Sugiyono, 2014). Setelah data terkumpul, maka dilakukan pengolahan data dengan menggunakan statistik deskriptif, yaitu statistik yang digunakan untuk menganalisis data dengan cara mendeskripsikan atau menggambarkan data yang terkumpul sebagaimana adanya tanpa bermaksud membuat kesimpulan yang berlaku untuk umum atau generalisasi (Sugiyono, 2014)

a. Analisa Univariat

Analisis univariat merupakan analisis yang dilakukan untuk menjelaskan karakteristik setiap variabel penelitian. Pada umumnya dalam analisa ini hanya menghasilkan distribusi frekuensi dan persentase dari tiap variabel. Untuk data numerik digunakan nilai mean atau rata-rata, median dan standar deviasi. Pada penelitian ini menganalisis distribusi frekuensi responden berdasarkan karakteristik responden.

b. Analisa Bivariat

Analisis bivariat merupakan analisis data yang menganalisis dua variabel, analisis ini sering digunakan untuk mengetahui hubungan dan pengaruh x dan y antar variabel satu dengan lainnya. Dalam penelitian ini

analisis bivariat dilakukan untuk menguji pengaruh Kombinasi Teknik Relaksasi Benson dengan Dzikir terhadap kecemasan pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa di RSUD Bandung Kiwari dengan menggunakan uji hipotesis numerik berpasangan. Analisis data yang dilakukan yaitu analisis bivariat menggunakan uji t berpasangan (paired sampel t test) bila data yang didapatkan berdistribusi normal dan variabel yang dihubungkan berskala numerik dan kategorik (Sugiyono, 2014). Alternatif uji statistik apabila didapatkan data tidak berdistribusi normal adalah dengan menggunakan uji Wilcoxon sign rank test untuk mengetahui perbedaan antara sebelum dan sesudah perlakuan. Dan dibandingkan dengan hasil uji statistik yang didapatkan pada kelompok kontrol

Keputusan uji dengan tingkat kemaknaan 95% atau $\alpha = 0,05$ yaitu :

Apabila $p \text{ value} < 0,05$ maka hipotesis diterima yang berarti ada pengaruh kombinasi teknik relaksasi benson dengan dzikir terhadap tingkat kecemasan pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa di RSUD Bandung Kiwari. Apabila $p \text{ value} > 0,05$ maka hipotesis ditolak yang berarti tidak ada pengaruh kombinasi teknik relaksasi benson dengan dzikir terhadap tingkat kecemasan pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa di RSUD Bandung Kiwari.

K. Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian dilakukan di Ruang Hemodialisa RSUD Bandung Kiwari pada tanggal 20 Mei 2024 sampai dengan 1 Juni 2024. Tanggal 20 Mei 2024 Pengukuran (*Pre Test*) kepada kelompok intervensi dan kelompok kontrol yang dilanjutkan dengan pemberian kombinasi teknik relaksasi Benson dengan dzikir kepada kelompok intervensi. Pada tanggal 1 Juni 2024 dilakukan pengukuran (*Post Test*) kepada kedua kelompok.

L. Etika Penelitian

Etika penelitian yang digunakan peneliti pada penelitian ini adalah sebagai berikut (Nursalam, 2020):

a. Informed Consent (Surat Persetujuan)

Responden harus mendapatkan informasi secara lengkap tentang tujuan penelitian yang akan dilaksanakan, mempunyai hak untuk bebas berpartisipasi atau menolak menjadi responden.

b. Anonymity (Tanpa Nama)

Merupakan masalah etik dalam penelitian keperawatan dengan cara tidak mencantumkan nama responden pada lembar kuisioner dan lembar observasi tetapi cukup dengan memberikan kode.

c. Confidentially (Kerahasiaan)

Responden memiliki hak untuk meminta bahwa data yang diberikan harus dirahasiakan. Data yang telah diperoleh dijamin kerahasiannya oleh peneliti dan hanya dipublikasikan dalam bentuk laporan penelitian.

d. Beneficence (Bermanfaat)

Penelitian harus dilaksanakan tanpa mengakibatkan penderitaan pada responden dan peneliti juga harus mempertimbangkan risiko dan keuntungan yang akan diterima oleh responden.

e. Justice (Keadilan)

Responden harus diperlakukan secara adil baik sebelum, selama dan sesudah keikutsertaannya dalam penelitian tanpa adanya diskriminasi.

f. NonMaleficence (Tidak Merugikan)

Penelitian harus dilaksanakan tanpa mengakibatkan penderitaan dan terhindar dari keadaan yang tidak menguntungkan. Responden harus diyakinkan bahwa partisipasinya dalam penelitian tidak akan merugikan responden dalam bentuk apapun.

Dalam upaya melindungi hak asasi dan kesejahteraan subyek penelitian kesehatan, terlebih dahulu peneliti mengajukan persetujuan etik kepada Komite Etik Penelitian Universitas 'Aisyiyah Bandung dan telah mendapatkan persetujuan dengan surat persetujuan etik No :847/KEP. 01/UNISA-BANDUNG/V/2024 pada tanggal 28 Mei 2024.