

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Metode Penelitian**

Desain penelitian ini adalah sebuah studi kuantitatif yang berkaitan dengan hasil yang ditentukan oleh peneliti. Metode yang dipakai dalam penelitian ini adalah *Quasi-eksperimen* desain kelompok kontrol dengan pretest-posttest. Pendekatan ini melibatkan dua grup, yaitu grup eksperimen yang mendapatkan intervensi tertentu dan grup kontrol yang tidak menerima intervensi. Data diperoleh melalui tes awal (pretest) dan tes akhir (posttest) untuk menilai perbedaan hasil sebelum dan setelah intervensi (Anantasia and Rindrayani 2025).

#### **B. Variabel Penelitian**

1. Variabel Independen (x) adalah faktor yang berdampak atau menghasilkan perubahan pada variabel yang berbeda (Marliana Susianti,2024). Dalam penelitian ini variabel independen Terapi Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT).
2. Variabel Dependen (y) dalah Variabel terikat atau dependen (variabel efek) adalah variabel yang menunjukkan hasil atau dampak dari variabel berpihak atau perlakuan. Biasanya, variabel terikat adalah fokus utama penelitian, menjadi sumber permasalahan yang bertujuan untuk meningkatkan kualitasnya (Arib et al. 2024). Dalam penelitian ini variabel dependen Terhadap tekanan darah.

### C. Definisi Konseptual

a. Terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT)

Salah satu terapi komplementer yang digunakan untuk menangani Terapi SEFT merupakan kombinasi dari sistem energi tubuh dan elemen spiritual, dengan melibatkan kalimat doa dan teknik ketukan pada 18 titik meridian di tubuh yang dapat merangsang serta mengaktifkan 12 jalur energi dalam tubuh, yang pada gilirannya mengarah pada relaksasi fisik. Stimulasi titik-titik meridian tubuh dilakukan selama 15-25 menit dalam 3 hari (Pohan 2021).

b. Terhadap tekanan darah

Menurut Manurung, (2018), hipertensi merupakan kondisi di mana tekanan darah tinggi, dengan angka sistolik melebihi 140 mmHg dan diastolik melebihi 90 mmHg. Pada kelompok usia lanjut, hipertensi diartikan sebagai tekanan sistolik sebesar 160 mmHg dan diastolik 90 mmHg.

## 1. Definisi Operasional

*Tabel 3.1 Definisi Operasional*

No	Variabel	Definisi Operasional	Alat Ukur	Hasil Ukur	Skala Ukur
1.	Terapi SEFT	Terapi SEFT versi ringkas ( <i>short-cut</i> ) pada versi ini dilakukan pada 9 titik cara 15-25 menit dalam 3 hari. terdapat beberapa titik yaitu the- set up, tune-in, dan the- tapping.	Standar operasional (SOP) dari (Unisa Bandung)	-	-
2.	Tekanan Darah	Suatu tekanan arteri yang dapat di ukur menggunakan spyhgnomanometer manual dimana terdapat tekanan darah sistolik dan diastolik yang di ukur. Posisi ketika diukur dengan cara posisi duduk.	Tensimeter (spygnomanometer) dan lembar observasi	Tekanan darah : Pra-hipertensi : 120 – 139 mmHg/80-89 mmHg Hipertensi tingkat 1 : 140-159 mmHg/ 90-99 Hipertensi tingkat 2 : >160 mmHg/ >100	<b>Interval</b>

### D. Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di Puskesmas Pacet yang terletak di kabupaten bandung yang akan telah dilakukan pada tanggal 14-21 Mei 2025

### E. Populasi dan Sampel

#### 1. Populasi Penelitian

Dalam studi kuantitatif, definisi populasi merujuk pada area generalisasi yang terdiri dari objek atau subjek dengan sifat dan karakteristik tertentu

yang ditentukan oleh peneliti untuk dianalisis dan kemudian diambil kesimpulannya (Suriani, Risnita, and Jailani 2023). Populasi pada penelitian ini yaitu individu yang mempunyai riwayat hipertensi yang berada di wilayah Puskesmas Pacet sebanyak 150 orang.

## 2. Sampel Penelitian

Sampel adalah sekumpulan orang yang diambil dari populasi dan berfungsi sebagai wakil dari seluruh kelompok populasi (Suriani et al. 2023). Dalam penelitian ini menggunakan *purposive sampling* yang berarti pengambilan sampel yang dilakukan secara sengaja berdasarkan kriteria. Sampel pada penelitian ini yaitu individu yang mempunyai riwayat hipertensi berada di wilayah Puskesmas Pacet sebanyak 38 Orang dengan masing masing sampel 19 orang. Penentuan sampel dihitung menggunakan rumus cohen's (Murni 2018) :

Populasi (N) = 150

Cohen's d = 0,8 (efek besar)

Power = 0,8 (80%)

$\alpha = 0,05$

**Hitung jumlah sampe l tanpa koreksi populasi**

$$no = \frac{2 ( Z_{\alpha/2} + Z_{\beta} )^2}{d^2}$$

$$no = \frac{2 (1.96+0.84)^2}{0.8^2}$$

$$= \frac{2 (2.8)^2}{0.64}$$

$$\begin{aligned}
&= \frac{2 (7.84)}{0.64} \\
&= \frac{15.68}{0.64} \\
&= 24.5
\end{aligned}$$

$n = 24,5$  dibulatkan menjadi 25 orang perkelompok total 50 orang, dalam penelitian ini sering kali didapatkan sampel terpilih yang mengalami *drop out*. Maka perhitungan sampel :

**Koreksi populasi terbatas (N = 150)**

$$\begin{aligned}
n &= \frac{n}{\frac{1+n-1}{N}} \\
&= \frac{50}{\frac{1+49}{150}} \\
&= \frac{50}{1+0.3267} \\
&= \frac{50}{1.3267}
\end{aligned}$$

= 37.7 , setelah di koreksi populasi terbatasnya dibulatkan menjadi 38 orang dengan masing-masing sampel 19 orang.

**F. Teknik Pengumpulan Sampel**

a. Kriteria Inklusi

- 1) Pengunjung Puskesmas yang menetap di kelurahan Pacet
- 2) Pengunjung Puskesmas Pacet yang mempunyai Riwayat hipertensi derajat I-II

- 3) Responden sebelum atau setelah meminum obat antihipertensi yang konsumsi telah habis sekitar 6-12 jam
  - 4) Pengunjung Puskesmas Pacet yang bersedia menjadi responden dan menandatangani informed consent
  - 5) Responden yang berpartisipasi hingga intervensi selesai
- b. Kriteria Eksklusi
- 1) Pengunjung Puskesmas Pacet yang tidak kooperatif dalam penelitian
  - 2) Pengunjung Puskesmas Pacet yang tidak bersedia menjadi responden dan tidak menandatangani informed consent
  - 3) Pengunjung Puskesmas Pacet yang mempunyai tekanan darah sistolik  $\geq 180$  mmHg dan diastolik  $\geq 110$  mmHg
  - 4) Pengunjung Puskesmas Pacet yang mempunyai penyakit komplikasi hipertensi
  - 5) Pengunjung Puskesmas Pacet yang ketika diukur tekanan darah pada hari ke 2-3 normal tekanan darah nya.

## **G. Teknik Pengumpulan Data**

Teknik pengumpulan data dalam penelitian merupakan pendekatan atau cara yang diterapkan untuk mengumpulkan informasi yang diperlukan dalam sebuah studi atau analisis. Memilih teknik pengumpulan data sangat penting karena dapat berdampak pada validitas dan reabilitas hasil penelitian, yang harus

disesuaikan dengan tujuan studi, tipe data yang diperlukan, sumber daya yang ada, serta pertimbangan etika. Sering kali, kombinasi dari beberapa teknik pengumpulan data digunakan untuk memperoleh wawasan yang lebih mendalam mengenai isu penelitian (Ardiansyah et al. 2023). Ada beberapa teknik pengumpulan data :

a. Metode Observasi

Proses pengumpulan informasi dilakukan melalui pengamatan langsung terhadap subjek studi. Tujuan inti dari metode ini adalah untuk mendapatkan pemahaman yang mendalam mengenai kondisi nyata dari variabel yang sedang dianalisis. Observasi memanfaatkan semua indera, bukan hanya pengamatan visual, tetapi juga melibatkan indera lain seperti pendengar, pencium, perasa, dan peraba. Alat yang dipakai dalam pengamatan ini adalah panduan observasi dan lembar catatan observasi (Ardiansyah et al. 2023). Peneliti telah menentukan variabel yang akan diperhatikan serta menggunakan alat penelitian yang akan digunakan untuk mengamati tekanan darah responden yang mempunyai riwayat hipertensi sebelum dan setelah menerima terapi SEFT, serta mencatat gejala-gejala yang muncul setelah terapi SEFT diberikan.

b. Analisis Dokumen

Informasi diperoleh dari dokumen atau referensi tertulis lain, termasuk laporan, catatan, buku, dan arsip. Penggunaan analisis dokumen biasanya

dilakukan dalam kajian sejarah atau penelitian yang melibatkan analisis kebijakan (Ardiansyah et al. 2023). Dalam studi ini, peneliti memanfaatkan catatan medis sebagai referensi untuk memahami permasalahan dan riwayat kesehatan yang dialami oleh responden sehingga dapat dijadikan sebagai informasi dalam penelitian.

## **H. Instrumen Penelitian**

Bahan dan alat pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan berupa Standar Operasional Prosedur (SOP) terapi SEFT (*spiritual emotional freedom technique*) Alat pengumpul data ini meliputi sphygmomanometer, stetoskop, lembar kuesioner yang berisikan pengkajian responden dan lembar observasi.

### 1) SOP SEFT

SOP SEFT ini berisi tentang bagaimana langkah-langkah pelaksanaan terapi mulai dari the set up, the tune in dan tapping yang bertujuan untuk menurunkan tekanan darah.

### 2) Lembar Observasi

Di lembar observasi terdapat identitas responden meliputi nama, umur, jenis kelamin, pekerjaan dan konsumsi obat hipertensi, lama menderita dan kategori hipertensi tujuannya untuk mengetahui hasil tekanan darah pre dan post.

### 3) *Sphygnomanometer*

Sphygmomanometer adalah alat medis yang umum digunakan untuk mengukur tekanan darah seseorang yang telah terkalibrasi (alat ukur tersebut memberikan hasil yang akurat, dapat diandalkan, dan sesuai

dengan standar nasional atau internasional yang berlaku). Alat ini akan mengukur dan mengetahui sistol dan diastol tekanan darah pre dan post.

4) Stetoskop

Alat ini berfungsi untuk mendengar perubahan aliran darah di arteri yang membantu menentukan angka tekanan darah seseorang.

## I. Teknik Analisis Data

### 1. Pengolahan Data

#### a. *Editing*

Editing merupakan tahapan memeriksa informasi hasil survei dan melakukan perubahan yang diperlukan untuk mempermudah pengkodean serta pengolahan data dengan metode statistik (Kusumawaty et al. 2022)

#### b. *Coding*

Pengkodean merupakan tahapan di mana data dari penelitian diidentifikasi dan dikategorikan menjadi bentuk nomor atau simbol. Proses ini melibatkan penetapan kode unik untuk semua data, serta menyediakan kategori untuk data yang sejenis. Kode itu sendiri merupakan simbol tertentu yang dapat berupa huruf atau angka yang berfungsi untuk menandai data tersebut. Kode yang diberikan bisa berfungsi sebagai indikator dalam bentuk kuantitatif (seperti skor). Konversi atau perubahan data menjadi bentuk kuantitatif dapat dilakukan dengan memberikan skor pada masing-masing jenis data berdasarkan aturan pengukuran yang berlaku (Kusumawaty et al. 2022).

*Coding* data karakteristik responden :

- a. Umur
  - 30-59: kode 1
  - >60 : kode 2
- b. Jenis Kelamin
  - Laki-laki : kode 1
  - Perempuan : kode 2
- c. Pekerjaan
  - Bekerja : kode 1
  - Tidak bekerja : kode 2
- d. Konsumsi obat hipertensi
  - Ya : kode 1
  - Tidak : kode 2
- e. Lama menderita hipertensi
  - 1-3 tahun : kode 1
  - 4-6 tahun : kode 2

a. *Entry data*

Proses pembersihan yang dilakukan meliputi verifikasi ulang informasi yang diperlukan berkaitan dengan ciri-ciri responden dan hasil dari lembar observasi tekanan darah guna menghindari terjadinya kesalahan.

b. *Cleaning*

Data cleaning atau pembersihan data adalah langkah yang diperlukan untuk menemukan, memperbaiki, atau menghapus data set, tabel, dan basis data yang tidak akurat atau rusak. Istilah ini merujuk pada data yang tidak bersih yang akan diubah, diedit, atau dihapus setelah mengidentifikasi data yang hilang, salah, tidak tepat, dan tidak relevan. Proses pembersihan data ini sangat penting untuk menghindari duplikasi data, menjadikan data lebih teratur, dan memastikan kesesuaian.

2. Analisis Data

a. Analisis Univariat

Analisa univariat dilakukan di setiap variabel dari hasil penelitian, Analisis ini hanya menghasilkan distribusi. mendeskripsikan karakteristik responden seperti umur, jenis kelamin, pekerjaan, konsumsi obat hipertensi, dan kategori hipertensi.

b. Analisis Bivariat

Analisis bivariat adalah analisis yang fokus pada dua variabel yang diperkirakan saling terkait atau berhubungan. Analisis ini dilaksanakan untuk mengevaluasi dampak terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique SEFT* pada penderita yang mengalami hipertensi dengan membandingkan hasil sebelum dan

sesudah terapi. Sebelum melakukan pengujian data, peneliti terlebih dahulu menguji normalitas data menggunakan *Shapiro-Wilk* guna menilai pengaruh terapi SEFT. Jika data  $>0,05$  berdistribusi normal maka menggunakan *Independent t-test* untuk membandingkan dua kelompok dan *Paired t-test* untuk membandingkan tekanan darah sebelum dan sesudah dalam satu kelompok. Namun jika data  $<0,05$  tidak terdistribusi normal maka menggunakan *Mann-Whitney* dan *Wilcoxon* yang merupakan uji nonparametrik test sebagai alternatif.

#### **J. Prosedur Penelitian**

1. Pengurusan surat izin studi pendahuluan dan peneliti ke bagian akademik fakultas ilmu kesehatan Universitas 'Aisyiyah Bandung.
2. Peneliti mendapat surat pengantar untuk melakukan izin pendahuluan dan penelitian di Wilayah Puskesmas Pacet
3. Peneliti menyerahkan surat izin pendahuluan dan penelitian ke Puskesmas Pacet untuk mendapatkan izin melakukan penelitian
4. Mendatangi pihak Puskesmas Pacet untuk meminta izin penelitian dan menyampaikan tujuan penelitian, setelah itu bertemu dengan kepala Puskesmas Pacet untuk meminta izin penelitian serta melakukan studi pendahuluan seperti wawancara.
5. Setelah mendapatkan izin penelitian dari kepala Puskesmas Pacet.

6. Selanjutnya menanyakan prevalensi hipertensi kepada PTM.
7. Setelah izin dari Puskesmas Pacet, peneliti harus izin terlebih dahulu ke Dinas Kesehatan Kabupaten Bandung dan Kesbangpol.
8. Pengurusan etik penelitian ke bagian komite etik Universitas 'Aisyiyah Bandung.
9. Mempersiapkan media penelitian lembar informed consent dan lembar observasi
10. Peneliti menyiapkan lembar informed consent, lembar observasi, stestokop dan tensimeter.
11. Apabila responden sesuai dengan kriteria maka diambil menjadi sampel, peneliti melakukan kesepakatan dengan calon responden.
12. Selanjutnya peneliti akan memberikan lembar informed consent untuk di tanda tangan apakah bersedia menjadi responden.
13. Sebelum penelitian dilakukan peneliti untuk menjelaskan tujuan penelitian dan meminta mendatangi surat pernyataan kesediaan menjadi responden.
14. Selanjutnya menjelaskan kelompok yang akan di intervensi sebelum di berikan intervensi mengenai penyakit hipertensi dan tujuan terapi SEFT ini menggunakan *leaflet*.
15. Penelitian ini berlangsung selama 3 minggu, selama waktu tersebut terapi SEFT diberikan 3 kali dalam seminggu. Pada hari terapi, satu sesi dilakukan dengan durasi 15-25 menit. Sebelum sesi tersebut, pada 5 menit pertama

pengukuran tekanan darah dilaksanakan menggunakan tensimeter dan stetoskop, 15 menit dilakukan terapi SEFT, 5 menit pengukuran kembali setelah terapi SEFT

16. Selanjutnya, setiap individu yang telah menjadi subjek untuk pengukuran tekanan darah mendapatkan intervensi terapi SEFT (*spiritual emotional freedom technique*) selama 15-25 menit. Setelah itu, pengukuran tekanan darah dilakukan kembali setelah penerapan terapi SEFT dengan menggunakan tensimeter.
17. Selanjutnya kelompok kontrol yang tidak diberikan intervensi, kelompok kontrol hanya diberikan edukasi terapi SEFT.
18. Pada kelompok kontrol diberikan edukasi pada minggu ke 3
19. Semua hasil pengukuran dicatat dengan teliti dilembar observasi
20. Selanjutnya setelah data di dapatkan dan di analisa peneliti akan melakukan pengolahan data, data diedit, dikodekan (coding), dimasukkan (entry) ke software menggunakan SPSS (*statistical program for social science*).

## **K. Etika Penelitian**

### **1. *Agreement* (Persetujuan)**

Penelitian ini disampaikan dalam bentuk lembar persetujuan yang dijelaskan secara rinci di awal pengisian melalui lembar observasi pada halaman pertama. Lembar ini berisi informasi mengenai tujuan penelitian, prosedur yang akan dijalani, manfaat penelitian, serta hak responden,

termasuk kebebasan untuk menolak atau menghentikan partisipasi tanpa konsekuensi apa pun.

Responden diminta untuk membaca dan memahami informasi sebelum berpartisipasi. Jika setuju, responden dapat memberikan persetujuan dengan menuliskan nama dan tanda tangan . Dengan persetujuan ini, responden diharapkan berpartisipasi dalam penelitian secara sukarela dan memahami penelitian secara menyeluruh.

## 2. *Anonymity* (Tanpa Nama)

Subjek mempunyai hak untuk mengambil keputusan secara bebas apakah bersedia menjadi subjek atau tidak, tanpa adanya sanksi apa pun.

Peneliti menegaskan bahwa otonomi responden dihargai. Setiap peserta memiliki kebebasan penuh untuk memilih berpartisipasi dalam penelitian tanpa tekanan atau paksaan. Selain itu, mereka memiliki kebebasan untuk menolak berpartisipasi tanpa konsekuensi.

## 3. *Confidentiality* (Kerahasiaan)

Peneliti menjaga kerahasiaan berarti semua data dan informasi yang diberikan oleh partisipan yang berupa “lembar observasi” harus dijaga dan tidak disebarluaskan tanpa izin. Peneliti harus mengambil langkah-langkah untuk melindungi data, seperti menggunakan kode, menyimpan data di tempat yang aman, dan membatasi akses hanya kepada pihak yang berwenang.

4. Veracity

Prinsip kejujuran dan kebenaran adalah saat memberikan informasi kepada responden, peneliti harus memberikan informasi yang akurat, komprehensif, dan objektif kepada responden. Penelitian ini memberikan informasi yang jelas dan terbuka kepada responden mengenai tujuan, proses dan hak. Data yang diperoleh akan diproses secara apa adanya, tanpa rekayasa, sehingga hasil penelitian tetap akurat, dapat dipercaya dan bermanfaat.

5. Keadilan (*Justice*)

Seluruh subjek harus diperlakukan secara adil baik sebelum, selama, dan sesudah keikutsertaannya dalam penelitian tanpa adanya diskriminasi apabila ternyata mereka tidak bersedia atau dikeluarkan dari penelitian. Jumlah responden yang diperlukan adalah 38 orang, untuk kelompok intervensi berjumlah 19 orang dan untuk kelompok kontrol berjumlah 19 orang.

6. *Beneficence* (berbuat baik)

Penelitian yang dilakukan harus bermanfaat bagi semua pihak yang terlibat karena penelitian akan bermanfaat bagi responden dan masyarakat. Dua aturan umum yang harus dipatuhi peneliti saat menerapkan prinsip ini adalah:

- 1) Tidak membahayakan maupun merugikan partisipan.
- 2) Memaksimalkan manfaat dan meminimalkan kerugian dari kegiatan pengumpulan data melalui partisipan.
- 3) Jika terdapat risiko dalam proses pengembalian data, peneliti wajib menjelaskan kepada responden sehingga mereka paham risiko tersebut dan mengantisipasinya.

Selama proses penelitian, peneliti akan memprioritaskan kesejahteraan responden. Peneliti akan berusaha semaksimal mungkin untuk menghindari risiko dan ketidaknyamanan. Selain itu, penelitian ini akan dilakukan dengan cara yang etis, sehingga keuntungan dapat lebih besar daripada risiko.