

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Variabel Penelitian

Variabel penelitian yaitu sebagai sifat, atribut dari nilai, orang, objek atau kegiatan yang mempunyai variasi tertentu satu sama lain yang telah ditetapkan peneliti untuk dipelajari dan dicari kesimpulannya. Variabel juga berarti konsep dengan nilai yang berbeda (Prof. Dr. Soekidjo Notoatmodjo, 2010). Variabel dibagi menjadi 2 yaitu :

1. Variabel *Independent* (bebas)

Variabel Independen disebut juga *Variabel prediktor*, *antecedent*, *stimulus* atau dalam bahasa Indonesia disebut juga Variabel bebas. Variabel bebas yaitu variabel yang akan mempengaruhi atau sebagai sebab timbulnya atau perubahan Variabel dependen (terikat). Dalam penelitian ini Variabel *Independent* (bebas) adalah penerapan hipnosis 5 jari.

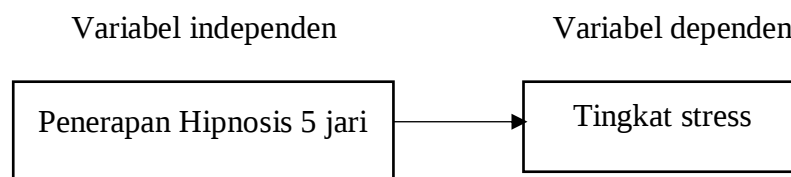
2. Variabel *Dependent* (terikat)

Variabel Dependen yaitu variabel akibat atau variabel yang terpengaruh oleh variabel bebas. Dalam penelitian ini variabel *dependent* (terikat) adalah tingkat stress.

B. Kerangka Konsep dan Hipotesa

1. Kerangka konsep

Menurut (Adiputra et al., 2021) kerangka konsep yaitu model konseptual yang berkaitan dengan penyusunan teori atau peneliti menghubungkan secara logis faktor yang dianggap penting yang akan diteliti.



Gambar 3.1 Skema Kerangka Konsep

2. Hipotesa

Hipotesa merupakan sebuah pernyataan asumsi tentang hubungan antara dua atau lebih variabel yang diharapkan bisa menjawab suatu pernyataan dalam penelitian (Nursalam, 2017). Hipotesis dapat disimpulkan berhubungan atau tidak, berpengaruh atau tidak, diterima atau ditolak. Hipotesis yang ditemukan pada penelitian ini adalah :

HA : Ada pengaruh dari penerapan hipnosis 5 jari terhadap tingkat stress santri pada tahun pertama di Pondok Pesantren Darussalam Muda Geyer Grobogan.

HO : Tidak ada pengaruh dari penerapan hipnosis 5 jari terhadap tingkat stress santri pada tahun pertama di Pondok Pesantren Darussalam Muda Geyer Grobogan.

C. Jenis dan Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan studi *kuantitatif* dengan desain *pra eksperimen* karena desain penelitian ini terdapat variabel luar yang berpengaruh kepada variabel terikat karena eksperimen yang dilakukan hanya melibatkan satu kelompok tanpa adanya kelompok pembanding atau kontrol dengan rancangan *one group pretest and posttest design* yaitu penelitian yang memberikan tes awal (pretest) sebelum diberikan perlakuan, setelah diberikan perlakuan barulah memberikan tes akhir (posttest) (Adiputra et al., 2021). Berikut adalah Skema Pretest And Posttest dari desain ini.

$$O_1 \quad X \quad O_2$$

Gambar 3.2 Rancangan Penelitian *Pra Eksperimen*

Keterangan :

O_1 : Nilai Pretest (sebelum diberi perlakuan)

X : diberi perlakuan (treatmen)

O_2 : Nilai Posttest (setelah diberi perlakuan)

D. Populasi dan Sample Penelitian

1. Populasi

Populasi yaitu keseluruhan objek yang akan diteliti (Notoatmodjo, 2012). Populasi dalam penelitian ini adalah santri pada tahun pertama di Pondok Pesantren Darussalam Muda geyer yang berusia rata-rata 12-13 tahun yaitu sebanyak 35 santri baru.

2. Sampel

Sampel menurut Notoatmojo, (2018) yaitu bagian dari sebuah jumlah dan karakteristik untuk mewakili seluruh populasi. Perhitungan besar sampel menggunakan formula studi kasus dengan menggunakan rumus slovin :

$$n = \frac{N}{1 + N \cdot e^2}$$

Gambar 3.3 Rumus Slovin

Berdasarkan rumus tersebut didapatkan :

$$n = \frac{N}{1 + N \cdot e^2} = \frac{35}{1 + 35 \cdot (0.05)^2} = \frac{35}{1.0875} = 32.1839$$

Keterangan :

n : ukuran sampel yang dibutuhkan.

N : total populasi.

e : nilai presisi atau batas toleransi kesalahan (dengan asumsi tingkat kesalahan 5% atau 0,5).

Dari hasil penjumlahan didapatkan hasil jumlah sampel sebanyak 32 responden. Maka dapat disimpulkan bahwa jumlah sampel yang dibutuhkan dalam penelitian yang akan dilakukan sebanyak 35 responden. Alasan mengapa mengambil dari jumlah populasi karena menurut Sugiyono (2007) jumlah populasi yang kurang dari 100 seluruh populasi dijadikan sampel penelitian semuanya.

3. Teknik Sampling

Teknik dalam pengambilan sampel dalam penelitian ini dilakukan dengan metode *Total Sampling*. *Total Sampling* merupakan teknik pengambilan sampel dimana jumlah sampel sama dengan populasi (Sugiyono, 2007). Alasan mengambil *total sampling* karena menurut Sugiyono (2007) jumlah populasi yang kurang dari 100 seluruh populasi dijadikan sampel penelitian semuanya. Sampel yang diambil dalam penelitian ini harus memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi yaitu :

a. Kriteria inklusi

Kriteria inklusi adalah karakteristik atau ciri-ciri yang perlu dipenuhi oleh setiap anggota populasi yang dapat diambil sebagai sampel (Notoatmojo, 2018).

1) Kriteria inklusi dalam penelitian ini :

- a) Santri yang bersedia menjadi responden
- b) Santri pada tahun pertama di Pondok Pesantren Darussalam Muda Geyer
- c) Santri yang berusia rata-rata 12-13 tahun

2) Kriteria eksklusi

- a) Santri yang sudah lama di Pondok Pesantren
- b) Santri yang tidak bersedia menjadi responden

E. Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Pondok Pesantren Darussalam Muda Geyer Kabupaten Grobogan pada bulan November 2024.

F. Definisi Operasional

Definisi operasional yaitu petunjuk tentang cara variabel diukur, sehingga peneliti bisa mengetahui baik dan buruknya pengukuran tersebut. Unsur dari penelitian yang dikaitkan dengan variabel yang ada di dalam judul penelitian yang sesuai hasil perumusan masalah tersebut (Zainudin, 2016).

Tabel 3.1 Definisi Operasional

Variabel	Definisi Operasional	Alat Ukur	Cara Ukur	Hasil Ukur	Skala Ukur
Independent Penerapan Hipnosis 5 Jari	merupakan bentuk terapi hipnosis dengan metode membayangkan atau imajinasi yang menggunakan lima jari sebagai alat bantu	Menggunakan panduan standar operasional prosedur terapi hipnosis 5 jari	Melakukan tindakan terapi hipnosis 5 jari sesuai dengan SOP	0=tidak dilakukan 1=dilakukan	Nominal
Dependent Tingkat Stress	Stress merupakan reaksi individu yang dialami santri yang disebabkan oleh ketidakmampuan mereka dalam menyesuaikan diri terhadap lingkungan baru	Kuesioner PSS-10	Lembar observasi dengan pilihan jawaban : 0 :Tidak pernah 1 :Hampir tidak pernah 2 :Kadang-kadang 3 :Cukup sering 4 :Terlalu sering	1. Normal (skor total ordinal sebesar 0-7). 2. Stress ringan (skor total sebesar 8-11). 3. Stress sedang (skor total sebesar 12-15). 4. Stress berat (skor total sebesar 16-20). 5. Stress sangat berat (skor total sebesar ≥ 21).	

G. Metode Pengumpulan Data

Metode atau teknik peneliti untuk mendapatkan keterangan, bahan dan informasi terkait dalam penelitian disebut metode metode pengumpulan data (Notoatmodjo, 2012). Metode pengumpulan data dalam penelitian ini yaitu :

1. Sumber Primer

Sumber primer yaitu sumber data langsung kepada pengumpul data yang memberikan data. Dalam penelitian ini, sumber data yang didapatkan yaitu dengan membagikan kuesioner pada remaja. Kuesioner merupakan metode pengumpulan data yang lebih efisien bila peneliti telah mengetahui dengan pasti variabel yang akan diukur dan tau apa yang diharapkan dari responden dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawab (Notoatmodjo, 2012).

2. Prosedur Pengumpulan Data Penelitian

Prosedur pengumpulan data penelitian dilakukan dengan cara :

- a. Peneliti membuat surat persetujuan dari pembimbing 1 dan pembimbing 2 guna meminta izin pengambilan data awal penelitian kepada ketua Prodi Ilmu Keperawatan Universitas An Nuur.
- b. Peneliti meminta izin melakukan studi pendahuluan kepada pengelola pondok pesantren Darussalam Muda Geyer.
- c. Melakukan pencarian kasus pendahuluan.

- d. Meminta surat izin penelitian ke Pengelola Pondok Pesantren Darussalam Muda Geyer.
- e. Peneliti mengidentifikasi responden didasarkan pada kriteria yang sudah ditetapkan sebelumnya. Kemudian dilakukan perhitungan sampel dengan rumus total sampling sehingga didapatkan sampel sebanyak 35 responden.
- f. Peneliti memilih rekan yang akan membantu dalam penelitian tugasnya yaitu sebagai dokumentasi.
- g. Sebelum melakukan penelitian, peneliti menjelaskan tujuan, manfaat penelitian serta memberikan lembar persetujuan menjadi responden (*inform consent*) dan peneliti menjamin kerahasiaan responden.
- h. Asisten peneliti menyiapkan alat serta ruangan untuk memberikan terapi intervensi hipnosis 5 jari.
- i. Peneliti mengajarkan tentang terapi hipnosis 5 jari kepada responden sesuai dengan SOP.
- j. Asisten peneliti meminta responden mengisi lembar identitas dan kuesioner PSS-10 dalam bahasa Indonesia.
- k. Asisten peneliti mengumpulkan lembar identitas dan kuesioner yang telah diisi.
- l. Peneliti memeriksa kelengkapan kuesioner yang telah diisi.

3. Asisten peneliti

Asisten peneliti bertugas untuk membantu peneliti selama penelitian. Asisten peneliti diambil dari rekan seangkatan dari S1 keperawatan yang sesuai kriteria. Tugasnya membagikan kuesioner kepada responden dan mengumpulkan kembali kuesioner serta mengecek isi kuesioner.

H. Instrumen/Alat Pengumpul Data

Instrumen penelitian yaitu alat pengumpulan data atau pengukur objek dari variabel penelitian (Nedley, 2015). Instrumen penelitian ini berupa kuesioner (daftar pertanyaan). Kuesioner dalam penelitian ini berupa pertanyaan tertulis yang digunakan untuk memperoleh data atau informasi tentang identitas dan tingkat stress responden.

1. Kuesioner

Kuesioner yaitu daftar pertanyaan yang sudah tersusun dengan baik, sudah matang, dimana responden tinggal memberikan jawaban atau dengan memberikan tanda-tanda tertentu (Herlina, 2019). Kuesioner yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner PSS (*Perceived Stress Scale*) berupa tentang identitas dan tingkat stress santri.

a. Lembar Kuesioner

Penelitian ini terkait dengan identitas responden yaitu terdiri dari 3 pertanyaan yang diisi oleh responden. Data demografi responden yang terdiri atas : inisial nama, usia, dan jenis kelamin.

Tabel 3.2 Kisi-Kisi Kuesioner Identitas Responden

Identitas Responden	Butir Pertanyaan
a. Inisial Nama	1
b. Usia	1
c. Jenis Kelamin	1

b. Kuesioner tingkat stress dengan PSS

Pada tahun 1988 Sheldon Cohen membuat kuesioner PSS (*perceived Stress Scale*) dan oleh peneliti diterjemahkan ke bahasa indonesia dengan bantuan para ahli. Peneliti menggunakan kuesioner ini untuk mengukur tingkat stres yang dialami oleh responden. PSS merupakan self report questionnaire yang mampu mengevaluasi tingkat stres satu bulan yang lalu dalam kehidupan subjek penelitian serta memiliki 10 item pertanyaan. Jumlah skor dalam PSS yaitu mengkategorikan menjadi stres ringan dengan skor 8-11, stres sedang dengan skor 12-15, stres berat dengan skor 16-20, stres sangat berat dengan skor ≥ 21 . Kuesioner ini telah diuji validitas dan reabilitas instrumen PSS (*Perceived Stress Scale*) oleh Pin (2011) dengan didapatkan nilai Crobach Alpha 0,960, dimana setiap pertanyaan dalam kuesioner PSS ini telah valid serta reliabel.

Tabel 3.3 Kisi-Kisi Soal Tingkat Stres

Indikator	Pertanyaan
Perasaan tidak terprediksi	1,4,5,6
Perasaan tidak terkontrol	2,7,10
Perasaan tertekan	3,8,9
Total	10

c. Uji Validitas dan Reabilitas

Validitas yaitu indeks yang menunjukkan alat ukur benar-benar mengukur apa yang diukur. Suatu instrumen yang dikatakan valid apabila mampu mengukur apa yang telah diinginkan (Notoatmojo, 2018). Sedangkan Reabilitas yaitu indeks yang menunjukkan alat ukur bisa diandalkan (Notoatmojo, 2018). Untuk menguji reabilitas kuesioner dalam penelitian ini digunakan rumus *alpha cronbach*. Pada penelitian ini menggunakan kuesioner PSS (*Perceived Stress Scale*). Kuesioner ini telah diuji validitas dan reabilitas oleh Pin (2011) dengan didapatkan nilai *Crobach Alpha* 0,960, dimana setiap pertanyaan dalam kuesioner PSS ini telah valid serta reliabel.

I. Rencana Analisa Data

1. Pengolahan Data

Menurut Notoatmodjo (2012), proses pengolahan data dengan computer melalui tahap-tahap sebagai berikut :

a. *Editing*

Data yang sudah dikumpulkan akan diperiksa dalam tahap ini untuk mengetahui kelengkapan dan kemungkinan adanya kekeliruan. Dalam penelitian ini data santri pada tahun pertama yang telah didapatkan akan diperiksa kembali.

b. *Coding*

Coding merupakan tahap memberikan kode dengan mengubah data yang awalnya tersusun dalam bentuk huruf/kalimat menjadi data berupa angka. *Coding* sangat berguna dalam memasukkan data. Misalnya sebelum perlakuan diberi kode satu, setelah perlakuan diberi kode dua.

c. *Entry data*

Entry data yaitu tindakan memasukkan data-data yang diperoleh atau dikumpulkan dari semua responden kemudian dimasukkan dalam program komputer atau spss. Dalam penelitian ini meliputi data responden yaitu inisial nama, alamat, usia, jenis kelamin, pretest dan posttest kelompok eksperimen dan kontrol.

d. *Cleaning*

Dalam tahap ini dilakukan pengecekan ulang guna melihat kemungkinan terjadinya kesalahan kode atau ketidaklengkapan dsb.

2. Rencana Analisa Data

Analisa data untuk mencapai tujuan yaitu menjawab pertanyaan-pertanyaan peneliti dalam mengungkap fenomena (Nursalam, 2017).

Untuk menganalisis pengaruh penerapan hipnosis 5 jari terhadap tingkat stress santri pada tahun pertama di Pondok Pesantren Darussalam Muda Geyer Grobogan. Menurut Arikunto (2019) analisa data dibagi menjadi dua :

a. Analisa Univariat

Analisa Univariat bertujuan untuk mendeskripsikan atau menjelaskan karakteristik setiap variabel penelitian. Variabel analisis ini hanya menghasilkan distribusi frekuensi dan presentasi dari setiap variabel. Variabel yang sudah digambarkan berbentuk distribusi frekuensi dalam penelitian ini dengan karakteristik responden yang terdiri dari: Inisial Nama, Umur, Jenis Kelamin, sedangkan presentasi dari setiap variabel dibuat dengan rumus proporsi.

$$P = \frac{x}{n} 100\%$$

Keterangan

P: presentase.

X: jumlah jawaban yang benar.

N: jumlah seluruh item soal.

b. Analisa Bivariat

Analisa Bivariat digunakan untuk mengetahui pengaruh dari variabel independent terhadap variabel dependent. Syarat pengujian statistic parametik khususnya uji paired t-test adalah sebaran data terdistribusi normal. Bila sebaran data tidak normal perlu dilakukan

cara alternative pengujian dengan cara metode statistik non parametrik, dalam penelitian ini menggunakan Uji Wilcoxon.

Dalam penelitian ini Uji Wilcoxon digunakan untuk mengetahui hubungan antara hasil pretest dan post test berupa perbedaan dari dua sampel yang saling berpasangan sehingga dapat digunakan sebagai dasar dalam menjawab pertanyaan mengenai ada tidaknya pengaruh penerapan hipnosis 5 jari terhadap tingkat stress santri.

Dalam penelitian ini, hipotesis dapat dijawab dengan menggunakan metode Wilcoxon. dengan membandingkan nilai Asymp.Sig(2-tailed) dengan nilai batas kritis sebesar 0,05. Sehingga bila nilai Asymp.Sig(2-tailed) < 0,05 maka dapat diketahui bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima sehingga hipotesis yang ditetapkan menghasilkan metode pengaruh terapi hipnosis 5 jari dapat menurunkan tingkat stress santri dibandingkan dengan waktu awal sebelum diberikan terapi hipnosis 5 jari (Eka Ernawati, 2020).

J. Etika Penelitian

Penerapan etika penelitian dalam penelitian perlu diperhatikan dan diterapkan karena etika penelitian adalah sebuah pedoman etika untuk setiap penelitian yang melibatkan peneliti, subjek penelitian & masyarakat yang akan mendapatkan dampak hasil penelitian (Notoatmojo, 2018).

1. *Informed Consent* (Lembar persetujuan)

Subjek berhak memperoleh informasi yang lengkap terkait dengan tujuan sebuah penelitian, dan pada *informed consent* harus mencantumkan data yang telah didapatkan hanya sebagai pengembangan ilmu.

2. *Anonimity* (Tanpa nama)

Sebelum mengisi lembar demografi responden, peneliti memberikan arahan kepada responden untuk mengisi kolom nama dengan nama inisial saja untuk menjaga kerahasiaan responden.

3. *Confidentiality* (Kerahasiaan)

Peneliti memberikan arahan pada responden untuk mengisi nama inisial agar menjaga kerahasiaan responden. Semua dokumen yang berkaitan dengan responden, peneliti menyimpannya dan tidak ada satupun orang yang tahu dan hanya penelitalah yang tahu.