BAB III

METODE PENELITIAN

1.1 METODE PENELITIAN

1.1.1 Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan desain deskriptif dengan studi kasus dimana peneliti mengkaji, mendiagnosa, menintervensi, mengimplementasi, dan mengevaluasi suatu kasus tertenrtu. Penelitian ini bertujuan untuk mengimplementasikan *Mindfulness-Based Cognitive Behavior Therapy* (MB-CBT) Terhadap Peningkatan *Self Esteem* Pada Pasien Dengan *Post Traumatic Stress Disorder* (PTSD).

1.1.2 Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Dusun Blandit Desa Wonorejo yang berada di wilayah kerja Puskesmas Ardimulyo Kabupaten malang yang dilakukan pada tanggal 9 Maret – 14 Maret 2026.

1.1.3 Subjek Penelitian

Subjek penelitian ini yaitu pada Tn.S berusia 52 tahun di Dusun Blandit Desa Wonorejo dengan diagnosa medis skizofrenia dengan masalah keperawatan gangguan konsep diri harga diri rendah kronis.

1.1.4 Sampel

Sampel merupakan representasi dari jumlah serta karakteristik yang terdapat dalam populasi yang diteliti secara nyata, dan disimpulkan berbagai temuan (Masturoh & Anggita, 2018). Sampel dalam penelitian ini adalah pasien Tn. S dengan kriteria khusus yang telah ditentukan peneliti.

1. Kriteria Sampel

   Kriteria sampel dibedakan menjadi dua yaitu kriteria inklusi dan kriteria eksklusi

   1) Kriteria Inklusi

      Kriteria inklusi adalah karakteristik umum yang dimiliki oleh subjek penelitian dari populasi target yang dapat dijangkau dan akan diteliti (Ulandari Putu, 2021). Pada penelitian ini, kriteria inklusi yang ditetapkan adalah sebagai berikut:

      a) Pasien dewasa berusia antara 18 hingga 59 tahun berdasarkan departemen kesehatan.
      b) Pasien dengan gangguan konsep diri : harga diri rendah
      c) Kesediaan untuk menjadi peserta penelitian dan menandatangani *informed consent*.
      d) Pasien yang sedang menjalani pengobatan gangguan jiwa

   2) Kriteria Eksklusi

      Kriteria eksklusi berfungsi untuk mengeluarkan subjek yang memenuhi kriteria inklusi dari studi karena berbagai alasan (Ulandari Putu, 2021). Adapun kriteria eksklusi pada penelitian ini yaitu:

a) Pasien yang tidak kooperatif.
b) Pasien dengan komplikasi gangguan jiwa perilaku kekerasan
c) Pasien yang menolak untuk berpartisipasi dalam penelitian.

1.1.5 Sampling

Teknik sampling adalah metode yang digunakan untuk mengambil sampel dari suatu populasi dengan tujuan agar sampel tersebut dapat mewakili populasi secara akurat. Hal ini penting agar informasi yang diperoleh cukup untuk mengestimasi karakteristik populasi (Masturoh dan Anggita, 2018).

Dalam penelitian ini, peneliti menetapkan pemilihan sampel sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditentukan berdasarkan tujuan penelitian, oleh karena itu Teknik sampling yang sesuai dengan penelitian ini adalah *purposive sampling*.

1.1.6 Fokus Studi dan Definisi Operasional

1. Fokus Studi

   Fokus studi dalam penelitian ini adalah implementasi *Mindfulness-Based Cognitive Behavior Therapy* (MB-CBT) terhadap peningkatan *Self Esteem* pada pasien dengan *Post Traumatic Stress Disorder* (PTSD).

2. Definisi Operasional

   Penelitian ini menggunakan desain penelitian kualitatif. Penelitian **Penelitian kualitatif** adalah metode penelitian yang bertujuan memahami makna, pengalaman, persepsi, perilaku, atau fenomena sosial dari sudut pandang partisipan. Fokusnya bukan pada angka atau pengukuran statistik, melainkan pada pemahaman yang mendalam

terhadap suatu fenomena. Penelitian ini menggunakan desain deskriptif dengan studi kasus dimana peneliti mengkaji, mendiagnosa, menintervensi, mengimplementasi, dan mengevaluasi suatu kasus tertenrtu. Penelitian ini bertujuan untuk mengimplementasikan *Mindfulness-Based Cognitive Behavior Therapy* (MB-CBT) Terhadap Peningkatan *Self Esteem* Pada Pasien Dengan *Post Traumatic Stress Disorder* (PTSD).

Definisi operasional merupakan definisi variabel-variabel yang akan diteliti secara operasional di lapangan. Definisi operasional dibuat guna memudahkan saat pelaksanaan pengumpulan data dan pengolahan serta analisis data. Pada saat melakukan pengumpulan data, definisi oeprasional yang dibuat mengarahkan dalam pembuatan dan pengembangan instrumen penelitian. Sementara pada saat pengolahan dan analisa data, definisi operasional dapat memudahkan karena data yang di hasilkan sudah terukur dan siap untuk diolah dan dianalisis (Masturoh, 2018). Adapun definisi operasional dalam penelitian ini dijelaskan dalam tabel berikut :

Tabel 1 Definisi Operasional

Fokus Studi	Definsi Operasional	Parameter	Alat dan Instrumen
Mindfulness-Based Cognitive Behavior Therapy (MB-CBT)	Pendekatan terapi yang menggabungkan teknik **mindfulness** (kesadaran penuh) dengan prinsip-prinsip **terapi kognitif yang dilakukan 10 menit setiap hari**	Pelaksanaan sesuai dengan Standart Operasional Prosedur (SOP)	1. SOP terapi MB-CBT 2. Lembar observasi pelaksanaan terapi
Penurunan *Self Esteem* Atau	**Harga diri rendah kronis merupakan diagnosis**	Standart Luaran Keperawatan Indonesia (SLKI) Harga Diri Rendah	1. Lembar pengkajian harga diri

Harga Diri Rendah Kronis	**keperawatan yang didefinisikan sebagai evaluasi atau perasaan negatif terhadap diri sendiri atau ketidakmampuan klien seperti tidak berarti, tidak berharga, tidak berdaya, yang berlangsung dalam waktu lama dan terus menerus.**	membaik dengan kriteria hasil : 1. Penilaian diri positif meningkat 2. Perasaan memiliki kelebihan atau kemampuan positif meningkat 3. Penerimaan penilaian positif terhadap diri sendiri meningkat 4. Minat mencoba hal baru meningkat 5. Berjalan menampakkan wajah meningkat 6. Postur tubuh menampakkan wajah meningkat 7. Perasaan malu menurun 8. Perasaan bersalah menurun 9. Perasaan tidak mampu melakukan apapun menurun 10. Meremehkan kemampuan mengatasi masalah menurun	sebelum terapi 2. Lembar observasi harga diri sesudah terapi

1.1.7 Instrumen Penelitian

Instrumen Penelitian merupakan suatu alat pengumpul data yang digunakan untuk mengukur fenomena alam maupun sosial yang diamati (Sugiyono, 2019). Instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian ini antara lain :

1. Lembar pengkajian harga diri sebelum dilakukan terapi: untuk mendapatkan data atau informasi terkait harga diri rendah kronis yang dialami klien sebelum dilakukan terapi
2. Lembar observasi harga diri setelah terapi: untuk mengobservasi perubahan tanda dan gejala yang dirasakan klien setelah terapi *General Self Efficacy Scale* (GSES). (Kamu, B. J. P., Al Mahy, A. N. L., Meok, B. L. P., & Nurmalitasari, F, 2025).
3. Lembar obersvasi penerapan terapi: untuk memantau proses keberlangsungan terapi *Rosenberg Self Esteem Scale* (RSES). (Hyland, P., Boduszek, D., Dhingra, K., Shevlin, M., & Egan, A, 2014).
4. Lembar Standar Operasional Prosedur (SOP) terapi *Mindfulness-Based Cognitive Behavior Therapoy* (MB-CBT) : untuk panduan selama tindakan terapi.

1.1.8 Pengumpulan Data

1. Metode Pengumpulan Data

   Pengumpulan data yang dilakukan pada penelitian ini meliputi:

   a. Wawancara

      Menurut (Sugiyono, 2019). Penelitian ini menerapkan teknik wawancara (mengkaji) untuk mengumpulkan data atau informasi yang diperlukan secara langsung dari narasumber dan keluarga yang memiliki pengetahuan tentang peristiwa tersebut. Dengan cara ini, pertanyaan dan jawaban dapat diperoleh secara langsung dalam konteks kejadian yang saling berinteraksi. Wawancara pada penelitian ini dilakukan kepada klien dan kader daerah setempat

guna untuk mendapatkan informasi terkait identitas klien, keluhan yang dialami klien, riwayat pasien mengalami risiko perilaku kekerasan, dan pola aktivitas kebutuhan sehari-hari klien.

b. Observasi

Observasi atau pengamatan adalah teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara mengamati secara langsung objek yang sedang diteliti di lapangan. Pada penelitian ini observasi bertujuan untuk memahami secara langsung bagaimana klien (Tn.S) berinteraksi dengan lingkungannya, respon terhadap intervensi yang diberikan serta dampak dari harga diri rendah kronis terhadap aktivitas sehari-hari.

c. Studi dokumentasi

Studi dokumentasi merupakan cara pengumpulan data dengan menilik hasil pemeriksaan diagnostik dan data-data lain yang relevan (Widodo, 2017). Dalam penelitian ini studi dokumentasi yang digunakan berupa rekam medis pasien untuk mengetahui diagnosa klien dan pengobatan yang diterima klien.

2. Proses Pengumpulan Data

a. Menentukan subjek yang akan dilakukan asuhan keperawatan secara komprehensif

b. Meminta izin kepada penanggung jawab program kejiwaan Puskesmas Ardimulyo terkait studi kasus yang akan dilakukan

c. Mengambil data pasien gangguan jiwa di wilayah kerja Puskesmas Ardimulyo dan menentukan subjek penelitian

d. Melakukan kontrak waktu dengan Tn.S dan komunikasi terapeutik kepada klien
e. Melakukan pengkajian awal dengan fokus pengkajian terutama adalah penurunan *self esteem* atau harga diri rendah kronis.
f. Melaksanakan terapi *mindfulness-based cognitive behavior therapy* (MB-CBT) dengan pendekatan model adaptasi, pada 10 menit pertama implementasi mindfulness dan 15 menit untuk *cognitive behavior therapy* (CBT) dalam satu sesi terapi setiap hari selama tiga hari pelaksanaan sesuai SOP *mindfulness* dan CBT. Namun terdapat beberapa terapi SOP *mindfulness* yang tidak terkaji seperti*, mindfulness with family*, penilaian *self efficacy* cek masalah yang di lakukan oleh *e-numerator.* Implementasi MB-CBT dilakukan oleh peneliti tanpa melalui pelatihan tersertifikasi dan dilakukan secara otodidak berdasarkan jurnal yang ada tanpa melibatkan pengawasan ahli atau pelatih..
g. Mengumpulkan dan menganalisis data dari wawancara observasi dan dokumentasi.
h. Menganalisis kemampuan schari-hari klien setelah dilakukan pendekatan adaptasi dengan terapi *mindfulness-based cognitive behavior therapy* (MB-CBT) pada klien dengan masalah harga diri rendah kronis.
i. Mengevaluasi perubahan pasien dengan fokus pengkajian terutama adalah penurunan *self esteem* atau harga diri rendah kronis melalui lembar observasi GSES dan RSES.

j. Menyusun laporan hasil penelitian

1.1.9 Analisa Data dan Penyajian Data

1. Analisa Data

   Analisa data yang digunakan pada penelitian ini adalah analisa deskriptif. Analisa deskriptif merupakan suatu metode pengolahan data yang menggambarkan data secara ilmiah dan merangkumnya dalam bentuk tabel dan narasi. Pada penelitian ini akan dilakukan analisa untuk mengetahui perubahan tanda dan gejala harga diri mengalami penurunan, tetap, atau kenaikan setelah melakukan terapi *mindfulness-based cognitive behavior therapy* (MB-CBT) sebagai proses adaptasi klien dalam mengontrol harga diri.

2. Penyajian Data

   Data yang sudah diperoleh dari hasil penelitian berupa teks, narasi, dan tabel dari frekuensi dan gejala halusinasi kemudian dianalisis serta disajikan dalam bentuk deskripsi atau penjabaran secara menyeluruh.

   Setelah itu hasil penelitian disimpulkan dan didapatkan data kualitatif dari perubahan tanda dan gejala harga diri mengalami penurunan, tetap, atau kenaikan setelah dilakukan terapi. Pada penelitian ini peneliti menggunakan dua metode penyajian data, yaitu narasi mulai dari pengambilan data hingga kesimpulan dan tabel.

1.1.10 Etika Penelitian

Terdapat tiga bagian dari prinsip etika dalam penelitian atau pengumpulan data secara umum, yaitu prinsip manfaat, prinsip menghargai hak-hak subjek, dan prinsip keadilan (Nursalam, 2016).

1. Prinsip meghormati harkat dan martabat manusia (*respect for human dignity*)

   Prinsip ini mencerminkan bahwa martabat manusia sebagai individu wajib kita hormati. Sebagai ungkapan peneliti dalam menghormati harkat dan martabat subjek adalah dengan memberikan kebebasan bagi subjek untuk mau atau tidak menjadi subjek penelitian serta mendapat persetujuan dari kader kesehatan jiwa untuk mewakili pasien.

2. Prinsip berbuat baik (*beneficence*) dan tidak merugikan (*non-maleficence*)

   Prinsip etik berbuat baik menekankan kewajiban untuk menolong orang lain dengan usaha untuk mencapai manfaat maksimal dan mengurangi kerugian sebanyak mungkin. Peneliti melaksanakaan prinsip tidak merugikan dengan tindakan terapi MB-CBT dengan tidak menimbulkan bahaya atau merugikan pasien.

3. Prinsip keadilan (*justice*)

   Prinsip etik keadilan menekankan kewajiban etik untuk memberikan perlakuan yang sama dan adil kepada setiap individu, memastikan bahwa setiap orang diperlakukan dengan hak yang layak. Peneliti menerapkan prinsip ini dengan tidak membeda bedakan perlakuan walaupun pasien dengan kondisi gangguan jiwa pasien tetap akan mendapatkan penjelasan terkait prosedur yang akan dilakuakan, serta tidak ada unsur paksaan selama proses terapi.