

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode Research and Development (R&D) atau yang biasa disebut dengan penelitian riset dan pengembangan. Research and Development (R&D) adalah metode penelitian yang digunakan untuk menghasilkan produk tertentu dan menguji keefektifannya (Yuliani et al., 2021).

Produk yang dikembangkan dalam penelitian ini adalah media integratif stress management bagi pasien Diabetes Mellitus. Media ini dirancang sebagai alternatif terapi psikologis dan edukatif yang membantu pasien dalam mengelola stres, meningkatkan kesadaran diri, serta mendukung pengendalian kadar gula darah melalui pendekatan integratif seperti biofeedback, latihan pernapasan, meditasi mindfulness, visualisasi data gula darah, dan komunikasi interaktif (Risna Sari et al., 2025).

Model pengembangan ADDIE dipilih karena bersifat sistematis dan sederhana, terdiri atas komponen yang saling berkaitan dari tahap pertama hingga tahap kelima. Setiap tahap berurutan dan tidak dapat dilakukan secara acak. Struktur ADDIE yang terorganisasi membuatnya mudah dipahami dan diterapkan, sehingga sangat efektif dalam penelitian pengembangan media edukatif dan intervensi kesehatan mental pada pasien kronis (Kamal, 2020).

B. Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di Klinik AlFazza, Kabupaten Blitar. Penelitian ini dilakukan secara bertahap, yaitu tahap persiapan serta penyusunan proposal pada bulan Oktober-Desember 2025. Tahap pelaksanaan hingga pelaporan bulan Januari-April 2026 dengan kegiatan pelaksanaan yang meliputi analisis melalui wawancara dengan perawat atau caregiver, perancangan desain prototipe alat, proses perancangan, pembuatan produk, validasi oleh ahli, uji coba dengan ahli 1, pengambilan data, penyusunan laporan, dan presentasi hasil penelitian.

C. Subjek dan Objek Penelitian

Subjek penelitian yang terlibat dalam penelitian ini adalah 8 partisipan yang terdiri atas 2 partisipan penderita Diabetes Melitus dengan tingkat stres ringan hingga sedang dan 2 keluarga pasien, 2 perawat atau caregiver yang berperan dalam pendampingan pasien diabetes, serta 2 tim ahli yang meliputi ahli keperawatan medikal bedah dan ahli psikologi kesehatan yang bersedia menjadi responden dalam proses validasi dan uji coba media. Pemilihan subjek dilakukan secara purposive sampling dengan pertimbangan bahwa mereka memiliki pengalaman langsung dalam pengelolaan stres dan perawatan pasien diabetes melitus. Adapun objek penelitian ini adalah media integratif stress management for diabetic:

1. Analisis kebutuhan media
2. Perancangan media integratife
3. Kelayakan dan efektivitas media

D. Prosedur Penelitian

Pada penelitian ini, prosedur penelitian menggunakan model ADDIE (Analysis, Design, Development, Implementation, Evaluation). Karena keterbatasan penelitian oleh peneliti, penelitian ini dilakukan sampai tahap implementation. Tahapan model ADDIE adalah sebagai berikut:

1. Tahap Analysis

Penelitian ini mencakup beberapa analisis sebagai berikut:

a. Analisis perencanaan produk

Mengidentifikasi kebutuhan akan media integratif stress management bagi pasien diabetes mellitus, termasuk manfaatnya dalam membantu pasien mengelola stres yang dapat memengaruhi kadar gula darah.

b. Analisis sasaran penggunaan

Menilai kebutuhan pengguna terhadap media integratif yang akan dikembangkan, seperti kemudahan akses, tampilan media, kejelasan panduan, serta efektivitasnya dalam membantu pasien melakukan teknik manajemen stres seperti biofeedback, latihan pernapasan, meditasi mindfulness, visualisasi data gula darah, dan komunikasi interaktif.

c. Analisis kompetensi

Mengkaji kemampuan pengguna (pasien diabetes) dalam memahami dan menerapkan strategi manajemen stres melalui media yang dikembangkan. Diharapkan media integratif ini dapat

membantu pasien mengelola stres secara mandiri, praktis, dan efektif, serta berkontribusi terhadap peningkatan keseimbangan emosional dan stabilitas kadar gula darah.

2. Tahap Design

a. Perancangan desain produk

Membuat rancangan media integratif stress management for diabetic yang menarik, interaktif, dan mudah digunakan oleh pasien diabetes mellitus. Media ini dirancang untuk membantu pasien dalam mengelola stres melalui beberapa komponen utama, yaitu biofeedback, latihan pernapasan (breathing exercise), meditasi mindfulness, visualisasi data gula darah, dan komunikasi interaktif.

b. Penyusunan instrumen penilaian produk

Menyusun lembar penilaian atau ceklis yang digunakan oleh konsultan ahli dan partisipan uji coba untuk menilai kelayakan isi, tampilan, kemudahan penggunaan, dan efektivitas media.

3. Tahap Development

a. Pembuatan produk: Membuat media integratif stress management for diabetic sesuai dengan desain yang telah direncanakan. Media ini berisi komponen seperti biofeedback, latihan pernapasan, meditasi mindfulness, visualisasi data gula darah, dan komunikasi interaktif untuk membantu pasien diabetes mengelola stres.

b. Validasi

Media yang telah dibuat divalidasi oleh ahli keperawatan, ahli psikologi, dan ahli media untuk menilai isi, tampilan, dan kemudahan penggunaannya.

c. Revisi 1: Memperbaiki produk berdasarkan masukan dari hasil validasi awal

4. Tahap Implementation

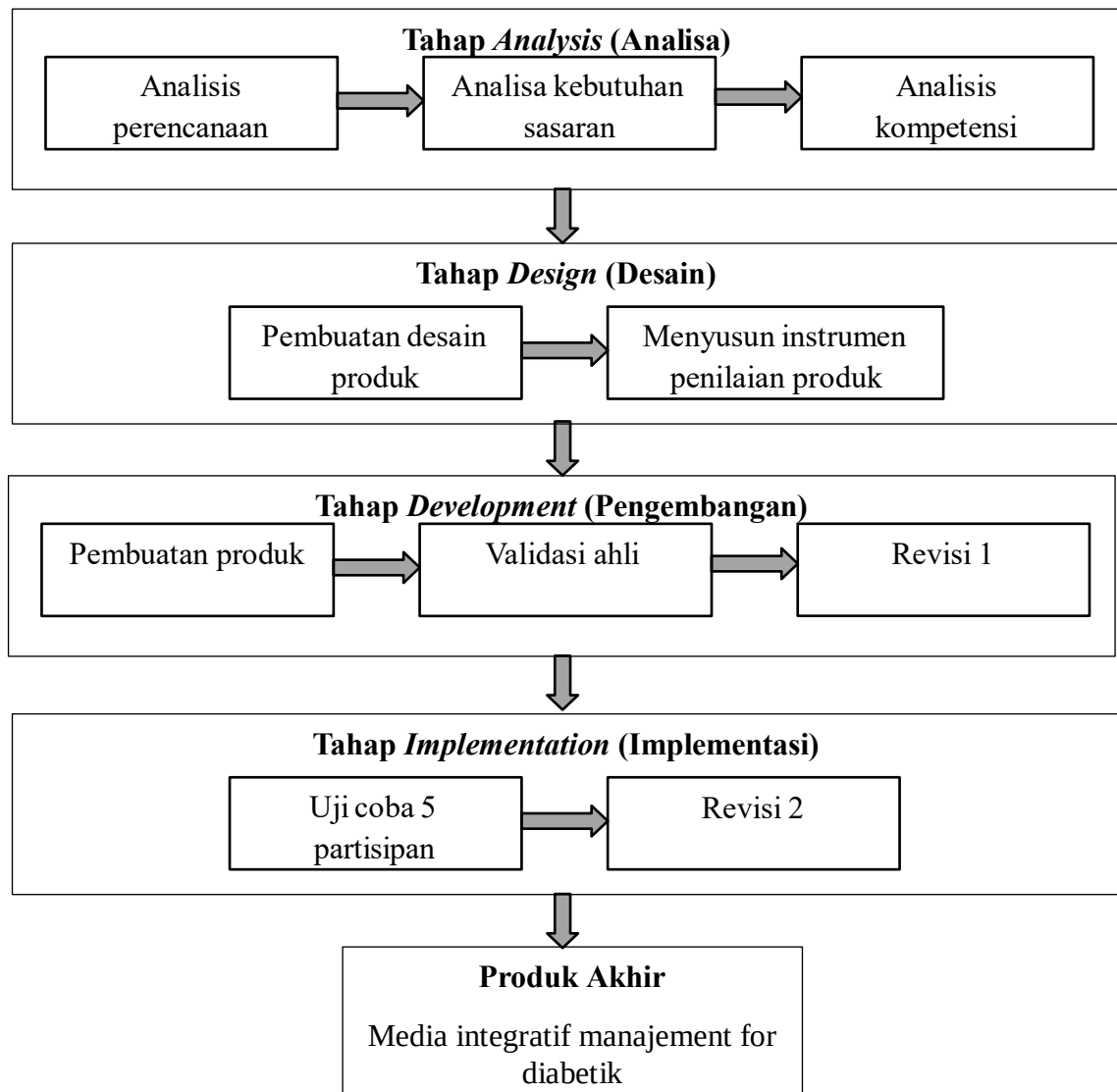
a. Uji coba produk: Melakukan uji coba lapangan yang pertama kepada 8 partisipan, meminta mereka mengisi lembar ceklis untuk menilai efektivitas, kepraktisan, dan kenyamanan alat.

b. Revisi 2 : Melakukan revisi kedua berdasarkan hasil uji coba dan saran ahli untuk menyempurnakan produk.

5. Tahap Evaluation

Tahap evaluasi merupakan tahap akhir dari penelitian, di mana dilakukan analisis kelayakan dan efektivitas media integratif stress management for diabetic. Evaluasi dilakukan dengan menilai hasil uji coba yang melibatkan pasien diabetes, tenaga kesehatan, dan validator ahli. Jika media dinilai layak, mudah digunakan, dan efektif dalam membantu pasien mengelola stres serta meningkatkan keseimbangan emosional dan kontrol kadar gula darah, maka media ini dapat digunakan secara lebih luas sebagai alat bantu edukatif dan terapeutik bagi pasien diabetes mellitus.

E. Alur Penelitian



Gambar 3.1 Alur Penelitian Perancangan Media Integratif Stres
Manajemen For Diabetic Patient

F. Fokus Studi

Pada kasus ini, fokus studi adalah pada kelayakan, kualitas, dan manfaat media integratif stress management for diabetic yang dirancang untuk membantu pasien diabetes mellitus dalam mengelola stres. Media ini dikembangkan sebagai alternatif terapi non-farmakologis yang memadukan berbagai teknik manajemen stres seperti biofeedback, latihan pernapasan, meditasi mindfulness, visualisasi data gula darah, dan komunikasi interaktif. Melalui penerapan media ini, diharapkan pasien mampu mengurangi tingkat stres, meningkatkan keseimbangan emosional, serta memperbaiki kontrol kadar gula darah secara mandiri dan berkelanjutan.

G. Definisi Operasional

Tabel 3.1 Definisi Operasional

Variabel/Sub Variabel	Definisi Operasional	Indikator	Alat Ukur	Skor
Variabel 1. Perancangan media integratif stres untuk pasien diabetes Patient	Suatu upaya untuk menerapkan media integratif manajemen stres (biofeedback sederhana, latihan napas, mindfulness, visualisasi data gula darah, dan komunikasi interaktif) agar mudah dilakukan, praktis, serta membantu menurunkan stres pada pasien diabetes melalui tahapan analisis, perancangan, dan kelayakan media.	-	-	-
Sub Variabel 1. Analisis Perancangan Produk media integratif stres management untuk pasien diabetes	Merupakan proses perancangan produk yang ditinjau dari kebutuhan program dan kemampuan pengguna.	a. Analisis Perencanaan Produk: 1) Analisis kelemahan media yang sudah ada 2) Analisis kebutuhan sasaran 3) Analisis kompetensi pengguna produk	Wawancara	-

2. Perancangan Media Integratif	Perancangan adalah proses pembuatan desain, penyusunan fitur, dan bentuk media integratif manajemen stres yang sesuai dengan kebutuhan pasien diabetes dirancang dengan menggunakan metode penelitian model ADDIE, yang di dalamnya mencakup tahapan <i>design</i> dan <i>development</i> .	a. <i>Design</i> media integratif meliputi: 1) Gambar <i>design</i> 2) Unsur <i>design</i> 3) Prinsip <i>design</i> b. <i>Development</i> 1) Pembuatan produk 2) Validasi Revisi	Ceklis	dari penilaian <i>design</i>, validasi, dan revisi dengan skor: 5 (Sangat Layak) 4 (Layak) 3 (Cukup Layak) 2 (Kurang Layak) 1 (Tidak Layak) Jika nilai persentase skor: Sangat layak (81% - 100%) Layak (61% - 80%) Cukup layak (41% - 60%) Kurang layak (21% - 40%) Tidak layak (<20%)
3. Kelayakan perancangan media integratif	Kelayakan merupakan rangkaian penelitian untuk menentukan apakah apakah media layak digunakan oleh pasien diabetes dari aspek fungsi, kejelasan instruksi, keamanan, dan kenyamanan ini menggunakan metode penelitian model ADDIE, yang mencakup tahapan implementation atau penilaian kelayakan berdasarkan aspek kemudahan, kepraktisan dan	a. Implementation Penilaian kelayakan media integratif yang meliputi beberapa tahap, yaitu: 1) Validasi ahli terhadap kelayakan media integratif meliputi kemudahan produk, kepraktisan media, dan	Ceklis	Ceklis penilaian kelayakan produk meliputi aspek kemudahan, aspek kepraktisan, dan aspek kenyamanan dengan skor: 5 (Sangat Layak) 4 (Layak) 3 (Cukup Layak) 2 (Kurang Layak) 1 (Tidak Layak) Jika nilai persentase skor: Sangat layak (81% - 100%)

	kenyamanan produk.	kenyamanan produk. 2) Uji coba lapangan dengan penggunaan media integratif kepada partisipan serta menilai penggunaan produk yang meliputi manfaat dan kepraktisan media . 3) Revisi		Layak (61% - 80%) Cukup layak (41% - 60%) Kurang layak (21% - 40%) Tidak layak (<20%)
--	--------------------	--	--	--

H. Variabel Penelitian

Variabel penelitian dalam penerapan media integratif stress management for diabetic, yaitu penggunaan media yang berisi biofeedback, latihan pernapasan, meditasi mindfulness, visualisasi data gula darah, dan komunikasi interaktif untuk membantu pasien diabetes mengelola stres dan menjaga kestabilan kadar gula darah.

I. Sub Variabel

1. Analisis perancangan media integratif stress management for Diabetic.
2. Perancangan produk media integratif stress management for Diabetic.
3. Kelayakan perancangan produk media integratif stress management for Diabetic.

J. Teknik Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data pada penelitian ini dilakukan dengan langkah- langkah berikut:

1. Jenis Data
 - a. Data kualitatif, dikumpulkan melalui wawancara dengan pasien diabetes menggunakan alat perekam suara. Wawancara dilakukan dengan panduan lembar pertanyaan untuk mengetahui kebutuhan, pengalaman, serta tanggapan terhadap media integratif yang dikembangkan. Hasil wawancara dideskripsikan untuk menemukan kekurangan dan masukan dalam penyempurnaan media.

- b. Data kuantitatif, diperoleh dari hasil penilaian menggunakan lembar ceklis kelayakan dan efektivitas media, yang kemudian dianalisis dengan teknik skoring untuk menilai tingkat kelayakan dan kemudahan penggunaan media integratif stress management for diabetic.

2. Instrumen Pengumpulan Data

- a. Panduan wawancara untuk pasien
- b. Ceklis ahli kelayakan media untuk menilai tampilan, isi, kemudahan penggunaan, dan kesesuaian media dengan tujuan manajemen stres.
- c. Lembar validasi ahli yang mencakup aspek kemudahan, kepraktisan, dan efektivitas media integratif.
- d. Lembar penilaian responden (uji coba lapangan) untuk mengevaluasi kemudahan, kenyamanan, dan manfaat media dalam membantu pengelolaan stres pada pasien diabetes.

3. Prosedur Pengumpulan Data

Prosedur pengumpulan data dalam penelitian ini diawali dengan memperoleh izin penelitian dari Poltekkes Kemenkes Malang Prodi D3 Keperawatan Blitar. Setelah izin diperoleh, peneliti menentukan responden yang sesuai dengan kriteria subjek penelitian, kemudian memberikan penjelasan mengenai tujuan, manfaat, serta proses penelitian yang akan dilakukan. Responden diminta untuk

menandatangani lembar informed consent sebagai bentuk persetujuan berpartisipasi dalam penelitian.

Tahap pertama pengumpulan data dilakukan melalui wawancara terhadap pasien diabetes dan tenaga kesehatan untuk menganalisis kebutuhan media integratif serta mengetahui bentuk media yang sesuai dengan kebutuhan pengguna.

Tahap kedua dilakukan dengan merancang dan memvalidasi produk awal media integratif Stress Management for Diabetic melalui penilaian oleh para ahli yang meliputi ahli keperawatan, ahli psikologi, dan ahli media. Penilaian ini mencakup aspek tampilan, isi, kemudahan, dan efektivitas media.

Hasil validasi dijadikan dasar dalam melakukan revisi pertama terhadap produk. Setelah revisi dilakukan, peneliti melanjutkan pada tahap uji coba lapangan dengan melibatkan lima responden yang terdiri dari pasien dan tenaga kesehatan. Pada tahap ini, responden diminta untuk menilai media dengan mengisi lembar penilaian kelayakan yang mencakup aspek kemudahan, kenyamanan, dan kepraktisan. Hasil uji coba lapangan digunakan untuk melakukan revisi kedua sehingga dihasilkan produk akhir berupa media integratif Stress Management for Diabetic yang layak dan siap digunakan dalam membantu manajemen stres pada pasien diabetes.

K. Teknik Analisa Data

1. Analisis Data Perancangan Produk

Analisis data dengan wawancara terhadap perawat , sehingga diperoleh data yang kemudian diolah menjadi bentuk kalimat.

2. Analisis Data Kelayakan Produk

Kelayakan produk perlu dinilai untuk menentukan kualitas dan tingkat kelayakan produk berdasarkan kriteria yang diperoleh menggunakan rumus sebagai berikut: membandingkan jumlah skor partisipan ($\sum$) dengan jumlah skor ideal (N).

$$P = \frac{\sum R \times 100 \%}{N}$$

Keterangan:

P = Hasil persentase skor

$\sum R$ = Total skor yang diperoleh dari partisipan

N = Total skor maksimum

Tabel 3.2 Standar Kelayakan

Standar	Klasifikasi
81% - 100%	Sangat Layak
61% - 80%	Layak
41% - 60%	Cukup Layak
21% - 40%	Kurang Layak
< 20%	Tidak Layak

Dikutip dari: (Oktavia et al., 2020)

Dengan ketentuan:

- a. Apabila hasil analisis memperoleh standar (81% - 100%), maka kualifikasi produk tersebut sangat baik untuk digunakan.
- b. Apabila hasil analisis memperoleh standar (61% - 80%), maka kualifikasi produk tersebut baik untuk digunakan.
- c. Apabila hasil analisis memperoleh standar (41% - 60%), maka kualifikasi produk tersebut cukup baik untuk digunakan.
- d. Apabila hasil analisis memperoleh standar (21% - 40%), maka kualifikasi produk tersebut kurang baik untuk digunakan.
- e. Apabila hasil analisis memperoleh standar (<20%), maka kualifikasi produk tersebut sangat kurang baik untuk digunakan.

L. Etika Penelitian

Berikut merupakan etika riset (Suprajitno, 2016):

1. Informed consent (penjelasan dan persetujuan)

Persetujuan yang diberikan oleh subjek penelitian setelah mendapatkan informasi yang jelas dan tepat tentang penelitian; informasi tersebut disampaikan dalam bahasa yang dipahami oleh subjek penelitian. Subjek penelitian harus menandatangani persetujuan setelah menerima informasi tersebut.

2. Confidentiality (kerahasiaan)

Merupakan proses menjaga kerahasiaan identitas subjek penelitian selama pengumpulan data, pengolahan data, hingga pembuatan laporan penelitian dan publikasi hasilnya. Peneliti hanya

menuliskan kode atau inisial sebagai pengganti identitas subjek penelitian.

3. Right to withdraw (hak untuk menarik diri)

Subjek penelitian memiliki hak untuk menarik diri selama proses penelitian, mulai dari pengumpulan data hingga penulisan laporan. Dengan kata lain, subjek penelitian dapat mengundurkan diri kapan saja setelah memberikan informasi kepada peneliti secara langsung.

4. Potential benefits (manfaat potensial)

Manfaat yang diperoleh dari subjek penelitian bagi pengembangan teori. Peneliti menjelaskan bahwa subjek penelitian berkontribusi pada pengembangan teori yang dapat dimanfaatkan oleh orang lain.