

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Desain Penelitian

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah pra eksperimental dalam bentuk *one group pre test and post test*. Dengan desain ini, peneliti melakukan observasi sebanyak 2 kali. Observasi yang pertama dilakukan sebelum eksperimen yang disebut *pre test*, kemudian melakukan *treatment* selanjutnya melakukan observasi kedua setelah *treatment* yang disebut *post test* (Supriyati, 2022). Rancangan ini digunakan untuk mengungkapkan hubungan sebab-akibat hanya dengan cara melibatkan satu kelompok subjek, sehingga tidak ada kontrol yang ketat terhadap variabel.

3.2 Populasi, Sampel, Besaran Sampel dan Sampling

3.2.1 Populasi

Menurut Handayani 2020, populasi adalah totalitas dari setiap elemen yang akan diteliti yang memiliki ciri sama, bisa berupa individu dari suatu kelompok, peristiwa, atau sesuatu yang akan diteliti. Sugiyono 2018 mengemukakan bahwa populasi sebagai wilayah secara umum yang terdiri atas obyek/subyek yang memiliki kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk diteliti lalu dibuat kesimpulannya. Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri dari atas obyek/subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulan. Populasi adalah subjek yang memenuhi kriteria yang ditetapkan (Nursalam, 2020). Populasi dalam penelitian ini adalah pasien gagal ginjal kronik yang sedang menjalani hemodialisis

di unit hemodialisis RS Lavalette. Jumlah populasi pasien yang terdaftar menjalani hemodialisis berkisar 528 orang pada rentang bulan Januari 2024 sampai bulan Januari 2025.

3.2.2 Sampel dan Besar Sampel

Sampel merupakan perwakilan dari jumlah total objek yang nantinya akan diteliti dan dinilai sudah cukup untuk mewakili populasi yang ada (Nursalam, 2020).

Perhitungan besar sampel dalam penelitian ini menggunakan rumus Slovin.

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

Keterangan :

n : Ukuran sampel yang diperlukan.

N : Ukuran populasi.

e : Tingkat kesalahan

Rumus perhitungannya :

$$n = \frac{528}{1 + 528 \cdot (0,15)^2}$$

$$n = \frac{528}{1 + 528 \cdot 0.0225}$$

$$n = \frac{528}{1 + 11,88}$$

$$n = \frac{528}{12,88}$$

$$n = 41$$

berdasarkan perhitungan di atas maka besar sampel 41 orang.

3.2.3 Teknik Sampling

Sampling adalah langkah pengambilan sampel dalam memilah populasi yang berguna sebagai perwakilan dari populasi yang sudah ditentukan. Teknik sampling adalah suatu proses yang dilakukan untuk mengambil sampel dengan tujuan diperoleh hasil sampel yang sesuai sebagai perwakilan dari semua subjek penelitian (Nursalam, 2020).

Teknik sampling yang digunakan pada penelitian ini adalah teknik *purposive sampling*, yaitu teknik sampling berdasar suatu karakteristik dan relevansi tertentu seperti sifat populasi atau ciri ciri subjek yang sudah diketahui yang diasumsikan sesuai dengan tujuan penelitian (Nursalam, 2020).

1. Kriteria Inklusi

Adalah suatu ciri ciri umum dari subjek penelitian yang akan dijangkau dan diteliti dengan pertimbangan ilmiah (Nursalam, 2020). Pada penelitian ini, kriteria inklusinya adalah :

- 1) Pasien GGK yang menjalani hemodialisis reguler (2 kali seminggu) dan bukan HD Cito
- 2) Berusia >18 tahun
- 3) Telah menjalani hemodialisis rutin selama 6 bulan sampai dengan 2 tahun
- 4) Pasien hemodialisis yang mampu untuk mobilisasi

2. Kriteria Eksklusi

Adalah suatu ciri ciri dari subjek yang terpenuhi syarat dari kriteria inklusi, namun karena alasan atau sebab tertentu menjadi tidak dimasukkan menjadi sampel penelitian (Nursalam, 2020). Pada penelitian ini, kriteria eksklusinya adalah :

- 1) Pasien yang terindikasi tidak menjalani hemodialisis sesuai program

- 2) Pasien yang pada saat menjalani hemodialisis tiba-tiba mengalami penurunan kesadaran

3.3 Identifikasi Variabel

Variabel penelitian adalah karakter, atribut atau segala sesuatu yang terbentuk, atau yang menjadi perhatian dalam suatu penelitian sehingga mempunyai variasi antara satu objek yang satu dengan objek yang lain dalam satu kelompok tertentu kemudian ditarik kesimpulannya (Rachman, 2024). Variabel juga merupakan atribut dari bidang keilmuan atau kegiatan tertentu.

1.3.1 Variabel Independen

Variabel independen adalah variabel yang dapat mempengaruhi atau menyebabkan perubahan pada variabel dependen (Sahir, 2022). Variabel independen pada penelitian ini adalah pengaruh terapi *relaxation autogenic, movement and affirmation* terhadap pasien gagal ginjal kronik.

1.3.2 Variabel Dependen

Variabel dependen adalah variabel yang dipengaruhi atau disebabkan oleh adanya variabel independen (Sahir, 2022). Variabel dependen pada penelitian ini adalah kecemasan pasien gagal ginjal kronik yang menjalani terapi hemodialisis.

3.4 Definisi Operasional

Definisi operasional adalah pemaparan dari keseluruhan variabel dan istilah yang digunakan dalam penelitian secara operasional, sehingga dapat memberikan informasi yang jelas kepada pembaca terhadap istilah penelitian (Nursalam, 2020).

Tabel 3. 1 Definisi Operasional

No	Variabel	Definisi	Parameter	Instrumen	Skala	Skor
1.	Independen	Perpaduan Terapi <i>relaxation autogenic, movement and affirmation</i>	1. Terapi dilakukan sebelum pasien menjalani HD 2. Terapi dilakukan 2 kali dalam seminggu selama 2 minggu dilaksanakan di ruangan yang penuh ventilasi dan tenang secara bersamaan	SPO		
2.	Dependen Tingkat Kecemasan	Perasaan tidak nyaman/respon emosi yang dirasakan klien selama menjalani	Merasa gelisah, gugup, merasa lelah, marah, kaki dan tangan	Zung Self Anxiety Rating Scale (ZSAS)	Ordinal	1: sangat jarang 2: kadang-kadang 3: sering 4: selalu

hemodialisis	sering gemetar,	Setiap gejala
yang merujuk	nyeri post HD,	dinilai dalam
pada intensitas	merasa jantung	skala
rasa cemas yang	berdebar-debar,	intensitas 0-
dirasakan	setelah menjalani	4, kemudian
seseorang	HD bernapas	skor
bersifat ringan,	menjadi mudah,	dijumlahkan.
sedang hingga	merasa kaku dan	Total skor
berat	mati rasa pada	20-44
	jari-jari tangan	normal, 45-
	dan kaki, sakit	59
	perut (gangguan	kecemasan
	gastrointestinal),	ringan, skor
	mengalami	60-74
	mimpi buruk,	kecemasan
	sering kencing	sedang, skor
	dan hangat, wajah	75-80
	panas dan	kecemasan
	kemerahan.	berat.

3.5 Lokasi dan Waktu Penelitian

3.7.1 Lokasi

Penelitian ini dilakukan di unit hemodialisis RS Lavalette Kota Malang.

3.7.2 Waktu Penelitian

Pengumpulan data pada penelitian ini dilakukan pada tanggal 14 April 2025-10 Mei 2025.

3.6 Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian merupakan suatu alat ukur yang digunakan dalam pengumpulan data yang ditujukan kepada responden yang diteliti, memenuhi kriteria inklusi (Nursalam, 2020).

Dalam penelitian ini, instrumen yang digunakan untuk mengukur variabel yaitu

1) Lembar observasi

Digunakan untuk mengobservasi data demografi pasien yang akan dijadikan responden, lembar observasi diberikan sebelum dilakukan intervensi.

2) Kecemasan

Untuk mengukur nilai kecemasan menggunakan kuesioner *Zung Self-Rating Anxiety Scale* (ZSRAS). Skala ZSRAS merupakan alat untuk mengukur kecemasan yang sudah diakui oleh seluruh dokter di dunia. Instrumen ini cocok digunakan untuk usia diatas 18 tahun. Nilai kecemasan yang diukur menggunakan skala likert, masing-masing kelompok diberi penilaian angka antara 1-4, dengan penilaian (4) : sangat jarang (dirasakan seminggu sekali), (3) : kadang-kadang (3-4 hari sekali), (2) : sering (dua kali sehari) dan (1) : selalu (setiap hari). Setiap gejala dinilai dalam skala intensitas 0-4, kemudian skor dijumlahkan. Total skor 20-44 normal, skor 45-59 kecemasan ringan, skor 60-74 kecemasan sedang, skor 75-80 kecemasan berat. Rentang skor 20-80.

3) SOP Terapi *relaxation autogenic, movement and affirmation*

SOP digunakan sebagai pedoman dalam melakukan Terapi *relaxation autogenic, movement and affirmation*.

3.7 Metode Pengumpulan Data

Pengumpulan data dilakukan di ruang hemodialisis di RS lavalette kota Malang, dengan langkah-langkah sebagai berikut :

3.6.1 Tahap Persiapan

1. Melakukan penyusunan proposal penelitian berdasarkan ketentuan yang sudah ditentukan.
2. Menentukan tempat dilakukannya penelitian. Penelitian ini dilakukan di Ruang Hemodialisis RS Lavalette.
3. Melakukan diskusi studi pendahuluan bersama kepala ruang hemodialisis terkait dengan penentuan populasi dan sampel yang akan dilakukan penelitian.
4. Melaksanakan seminar proposal sesuai dengan ketentuan dari dosen pembimbing dan penguji serta melakukan perbaikan sesuai arahan dari dosen terkait.
5. Mengurus dan menyelesaikan perizinan etik ke KEPK Poltekkes Kemenkes Malang.
6. Mengurus hasil perizinan etik dari institusi kepada RS Lavalette khususnya di ruang hemodialisis.

3.6.2 Tahap Pelaksanaan

1. Menentukan responden sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi untuk diambil sebagai sampel dalam penelitian.
2. Memberikan informasi terkait penelitian yang akan dilakukan dan meminta persetujuan pasien untuk menjadi responden, jika pasien bersedia menjadi responden maka diarahkan untuk menandatangani lembar *informed consent*.
3. Membagikan lembar observasi dan kuesioner *pre-test* kecemasan Zung *Self- Rating Anxiety Scale* (ZSRAS) lalu menjelaskan cara pengisian kuesioner kepada responden.

4. Mempersilahkan responden untuk mengisi kuesioner secara mandiri dan menawarkan bantuan pada pasien yang kesulitan untuk mengisi sendiri seperti pada lansia, yang terpasang alat di tangan kanan dan responden yang memiliki kesulitan lainnya
5. Setelah kuesioner selesai diisi, peneliti melakukan pengecekan kelengkapan isian kuesioner.
6. Setelah kuesioner lengkap dilanjut melakukan intervensi Terapi *relaxation autogenic, movement dand affirmation* yang diberikan satu jam sebelum pasien melakukan hemodialisis selama 2 minggu sebanyak 4 kali intervensi. Pelaksanaan terapi ini di ruang tunggu dimana terdapat kursi dan kondisi suasana tenang, terapi ini diberikan dengan durasi 10-15 menit.
7. Setelah diberikan intervensi selanjutnya responden melakukan hemodialisis selama 4-5 jam.
8. Mengulangi tahapan yang sama dengan jadwal yang sudah ditentukan, sampai memenuhi jumlah sampel yang diperlukan yakni 41 responden.
9. Pada saat intervensi ke 4 setelah hemodialisis selesai, responden dibagikan kuesioner *post-test* kecemasan Zung *Self- Rating Anxiety Scale* (ZSRAS) dan mempersilahkan responden mengisi kuesioner.

3.6.3 Tahap Penyelesaian

1. Mengumpulkan data yang sudah didapatkan dari responden.
2. Melaporkan data yang sudah di analisis dan mendiskusikan dengan dosen pembimbing.
3. Menyajikan hasil dari uji analisis yang sudah tersusun serta memberikan penjelasan dengan tinjauan pustaka yang berkesinambungan.
4. Menyelesaikan penulisan laporan dengan melengkapi bagian bagiannya.

3.8 Pengolahan Data

Langkah-langkah yang dilakukan setelah pengumpulan data adalah sebagai berikut :

1. Editing

Tahap editing merupakan kegiatan memeriksa kembali kuesioner/lembar observasi yang telah diisi pada saat pengumpulan data. Setelah data terkumpul maka dilakukan pengecekan terhadap lembar observasi. Dalam penelitian ini memeriksa kembali kelengkapan jawaban pada lembar observasi.

2. Coding

Mengaplikasikan jawaban-jawaban dari para responden ke dalam bentuk angka/bilangan. Pada penelitian ini menggunakan skala ordinal yang diperoleh dari hasil observasi responden mengenai tingkat kecemasan yang akan langsung dimasukkan ke dalam SPSS untuk dianalisa.

3. Entry Data

Proses pengisian kolom dengan data yang telah diubah, dikoreksi, dan diindeks sesuai dengan jawaban pertanyaan pendukung dikenal sebagai data entry.

4. Tabulating

Yakni membuat tabel-tabel data dan dinarasikan secara singkat sesuai dengan hasil yang didapatkan.

3.9 Analisis Data

Menurut (Rachman, 2024), secara garis besar analisis data meliputi langkah persiapan dan tabulasi data.

a. Analisis Univariat

Tujuan analisis ini untuk mendeskripsikan dari masing-masing variabel yang diteliti, untuk data skala nominal disajikan dalam bentuk tabel frekuensi dan skala rasio disajikan dalam analisis deskriptif berupa mean dan *standart deviasi* (SD) dari masing-masing variabel.

b. Analisis Bivariat

Tujuan analisis ini adalah untuk menganalisis hipotesis pengaruh terapi *Relaxation Autogenic, Movement and Affirmation* terhadap tingkat kecemasan pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisis RS Lavalette. Sebelum melakukan analisis lebih lanjut, peneliti melakukan uji normalitas data menggunakan uji *Shapiro-Wilk* dengan bantuan program IBM SPSS Statistik. Uji normalitas data menggunakan *Shapiro-Wilk Test* karena jumlah sampel < 50 responden. Pemilihan *Shapiro-Wilk Test* didasarkan pada kemampuannya dalam memberikan hasil yang lebih akurat untuk sampel kecil dibandingkan uji normalitas lainnya. Data dinyatakan berdistribusi normal jika nilai signifikansi $p > 0,05$, sedangkan jika nilai $p < 0,05$ maka data tidak berdistribusi normal. Pada penelitian ini menggunakan uji normalitas berdistribusi tidak normal menggunakan uji *Wilcoxon Sign Rank Test*.

3.10 Penyajian Data

Data statistik yang telah diolah disajikan dengan cara yang mudah dipahami agar dapat diambil kesimpulan dengan efektif (Nursalam, 2020). Data hasil penelitian disajikan menggunakan tabel distribusi frekuensi agar dapat memudahkan dalam interpretasi data serta mampu menjelaskan keseluruhan hasilnya yang telah diklasifikasikan dan diatur dalam bentuk tabulasi.

3.11 Etika Penelitian

Dalam penelitian ini yang menggunakan manusia sebagai subyek tidak boleh bertentangan dengan etika. Prinsip etika secara umum dalam penelitian dan pengambilan data dapat dibedakan menjadi tiga bagian, yaitu prinsip manfaat, prinsip menghargai hak-hak subjek, dan prinsip keadilan (Nursalam, 2020).

Penelitian melakukan penelitian dengan memperhatikan dan menekankan pada masalah etika seperti yang dijelaskan di bawah ini.

1.11.1 Prinsip Manfaat

a. Bebas dari penderitaan

Penelitian harus dilaksanakan tanpa mengakibatkan penderitaan terhadap responden khususnya bila mendapat intervensi khusus.

b. Bebas dari eksploitasi

Keikutsertaan subjek dalam penelitian harus dihindarkan dari keadaan yang tidak menguntungkan. Subjek harus diyakinkan bahwa keikutsertaannya dalam penelitian tidak akan disalahgunakan sehingga menyebabkan kerugian bagi subjek tersebut.

c. Risiko (*benefits ratio*)

Peneliti harus berhati-hati mempertimbangkan risiko dan keuntungan yang akan berakibat kepada subjek pada setiap tindakan.

Sebelum dilakukan intervensi, peneliti menjelaskan manfaat terapi secara lisan dan tertulis kepada pasien, serta memastikan bahwa intervensi tidak mengganggu jadwal hemodialisis maupun menyebabkan ketidaknyamanan. Pasien hanya diberikan terapi dalam waktu yang disesuaikan dengan kondisi dan kenyamanan mereka.

1.11.2 Prinsip menghargai hak asasi manusia (*respect human dignity*)

- a. Hak untuk ikut/tidak menjadi responden (*right to self determination*)

Peneliti harus memperlakukan responden secara manusiawi.

- b. Hak untuk mendapatkan jaminan dari perlakuan yang diberikan (*right to full disclosure*)

Peneliti memberikan penjelasan secara rinci terkait dengan apa yang akan dilakukan serta bertanggung jawab jika terjadi sesuatu terhadap responden.

- c. *Informed consent*

Lembar persetujuan akan diberikan kepada pasien GGK yang menjalani hemodialisis di unit HD RS Lavalette Malang yang akan diteliti dan yang memenuhi kriteria inklusi. Setiap calon responden diberi penjelasan mengenai maksud dan tujuan penelitian serta dimintai kesediaan menjadi responden. Pasien GGK yang menjalani hemodialisis yang bersedia menjadi responden, maka calon responden tersebut harus menandatangani surat persetujuan (*informed consent*). Keikutsertaan dalam penelitian ini bersifat sukarela dan tanpa paksaan.

Peneliti memberikan waktu kepada pasien untuk membaca dan memahami informasi yang diberikan, serta menjawab semua pertanyaan mereka dengan sabar. Responden hanya dilibatkan setelah menyatakan persetujuan secara tertulis. Kerahasiaan data pribadi dan hasil pengukuran dijamin, dan hanya digunakan untuk kepentingan ilmiah.

1.11.3 Prinsip Keadilan (*right to justice*)

- a. Hak untuk mendapatkan pengobatan yang adil (*right in fair treatment*)

Responden harus diperlakukan secara adil baik sebelum, selama, dan sesudah keikutsertaannya dalam penelitian tanpa adanya diskriminasi apabila ternyata mereka tidak bersedia atau dikeluarkan dari penelitian. Pada penelitian ini setelah penelitian ini

dinyatakan signifikan Terapi *relaxation autogenic, movement and affirmation* dapat menurunkan kecemasan maka akan diberikan penjelasan dan modul Terapi *relaxation autogenic, movement and affirmation*.

b. Hak dijaga kerahasiaannya (*right to privacy*)

Subjek/responden mempunyai hak untuk meminta bahwa data yang diberikan harus dirahasiakan, untuk itu perlu adanya tanpa nama (*anonymity*) dan rahasia (*confidential*). Pemilihan responden dilakukan secara purposive sesuai dengan kriteria penelitian. Perlakuan yang diberikan selama terapi *Relaxation Autogenic, Movement And Affirmation* dilakukan dengan standar yang sama tanpa pembedaan, dan seluruh proses dicatat dan diawasi sesuai prosedur agar adil dan setara.