

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Identifikasi Variable Penelitian

Identifikasi variabel di dalam penelitian ini dilakukan sebelum menentukan metode dan alat pengumpul data yang akan dipakai. Menurut Nursalam (2015) Variabel merupakan segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari. Dalam penelitian ini, peneliti menetapkan dua buah variabel untuk dipelajari, yaitu:

1. **Variabel tergantung** : Kecemasan mahasiswa kebidanan menghadapi pembelajaran praktik klinik
2. **Variabel bebas** : SEFT (*Spiritual Emotional Freedom Technique*)

B. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Nursalam (2015) mengatakan bahwa definisi operasional adalah definisi berdasarkan karakteristik yang diamati dari suatu yang didefinisikan. Karakteristik yang dapat diamati (diukur) itulah yang merupakan kunci definisi operasional. Dapat diamati (diukur) dalam penelitian ini merupakan Variabel Penelitian, dimana definisi operasionalnya adalah sebagai berikut:

1. Kecemasan

Kecemasan adalah kondisi emosional yang dimiliki seseorang, dimana muncul perasaan tidak nyaman disertai gejala fisik maupun psikis yang kadang tidak jelas penyebabnya. Bila dikaitkan dengan kecemasan mahasiswa menghadapi pembelajaran Praktik Klinik Kebidanan, maka simpulan yang dapat diambil adalah bahwa kecemasan merupakan kondisi emosional yang dimiliki mahasiswa, dimana muncul perasaan tidak nyaman disertai gejala fisik maupun psikis yang kadang tidak jelas penyebabnya. Untuk melihat tingkat kecemasan subyek dalam penelitian ini, akan diukur dengan alat ukur *Visual Analoge Scale for Anxiety* (VAS-A).

2. SEFT (*Spiritual Emotional Freedom Technique*)

SEFT (*Spiritual Emotional Freedom Technique*) adalah suatu terapi yang hanya menggunakan jari telunjuk dan jari tengah yang diketuk ringan (*tapping*) pada beberapa titik

meridian tubuh sesuai titik-titik akupuntur, sambil fokus pada masalah yang dialami & khusyu berdoa memohon pertolongan Tuhan Yang Maha Kuasa. Terapi SEFT sendiri terdiri dari tiga tahapan yaitu :

a. *The Set-up*

Melakukan “*The Set-up*” adalah dengan menekan titik *sore spot* dengan dua jari telunjuk dan jari tengah agar dapat di pastikan aliran energi dapat terarahkan dengan tepat.

b. *The Tune-in*

Melakukan “*The Tune-In*” adalah dengan cara merasakan rasa sakit yang dialami, lalu mengarahkan pikiran kita ke rasa sakit, dibarengi dengan hati dan mengucapkan “Ya Tuhan saya ikhlas, saya pasrah...”. menerima sakit saya ini dan saya pasrahkan pada-Mu kesembuhan saya.

c. *The tapping*

Tapping dilakukan dengan mengetuk ringan dengan dua ujung jari pada titik-titik tertentu di tubuh kita sambil terus melakukan *tune-in*.

C. Populasi, Sampel dan Teknik Sampling

1. Populasi

Populasi adalah setiap subyek yang memenuhi kriteria yang telah ditetapkan (Nursalam, 2015). Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa semester IV Prodi D-III Kebidanan Kusuma Husada Surakarta yang akan melaksanakan pembelajaran Praktik Klinik Kebidanan 1 (PKK-1). Survei awal yang dilakukan tanggal 14 September 2022 pada Program studi D-III Kebidanan Kusuma Husada Surakarta, diketahui jumlah total mahasiswa kebidanan semester IV Tahun 2023 adalah 21 orang.

2. Sampel

Nursalam (2015) mengatakan bahwa sampel adalah bagian dari populasi terjangkau yang dapat digunakan sebagai subyek penelitian melalui sampling. Pada penelitian ini, sampel diambil dari total populasi yang ada yaitu mahasiswa semester IV Prodi D-III Kebidanan Kusuma Husada Surakarta berjumlah 21 orang, dengan kriteria inklusi:

- a. Telah mengikuti dan lulus ujian teori dan praktik OSCE (*Objective Structured Clinical Examination*)
- b. Bersedia menjadi subyek penelitian dan mengikuti terapi SEFT yang diberikan dengan menandatangani *informed consent*
- c. Belum pernah mengikuti pelatihan terapi SEFT.
- d. Saat dilakukan pengukuran tingkat kecemasan dengan alat ukur VAS-A (*pretest*), subyek dalam kategori cemas sedang (nilai 4-6) dan cemas berat (nilai 7-9). Alasan pemilihan kriteria ini adalah karena menurut Stuart dalam Annisa & Ifdil (2016), kategori cemas sedang dan berat, adalah kategori yang mulai mengalami perubahan lapang persepsi menjadi lebih sempit. Sedangkan kategori panik persepinya menyimpang dan memiliki pemikiran yang irrasional, sehingga dibutuhkan terapis yang lebih kompeten.

3. Teknik Sampling

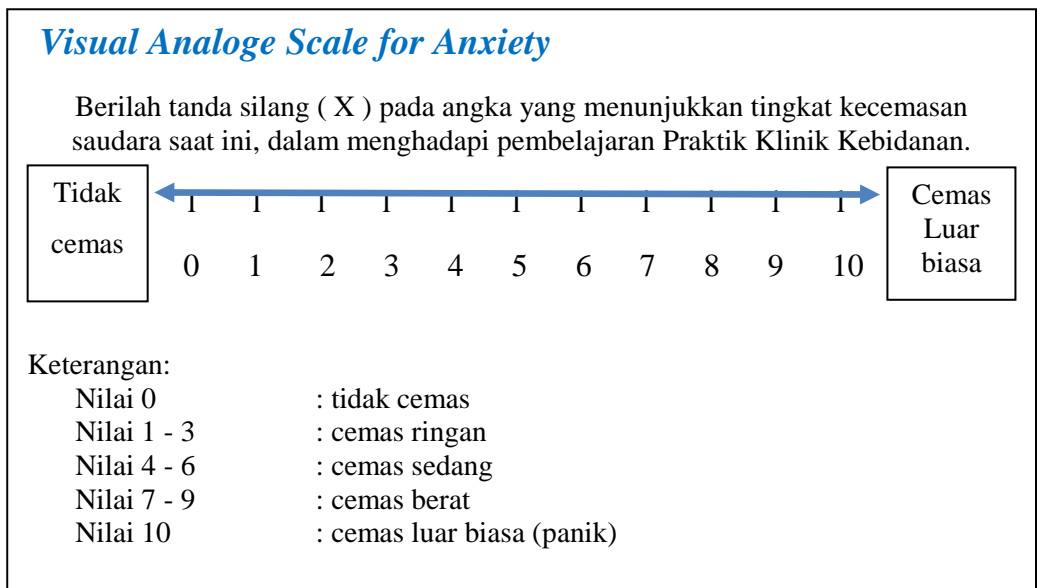
Total populasi sebanyak 21 orang yang kemudian dipilih sesuai kriteria inklusi, menyisakan 18 orang mahasiswa sebagai sampel. Seluruh sampel yang terpilih kemudian dibagi menjadi 2 kelompok (kelompok kontrol dan kelompok eksperimen) dengan cara diundi (*random sampling*). Pengundian dilakukan dengan membuat kertas undian sebanyak jumlah sampel. Angka dalam kertas undian hanya tertulis angka 0 dan 1. Subyek penelitian yang mendapatkan angka 0 akan menjadi kelompok kontrol dan yang mendapat angka 1 akan menjadi kelompok eksperimen.

D. Metode Pengumpulan Data

Pengumpulan data tingkat kecemasan mahasiswa Kebidanan menghadapi pembelajaran praktik klinik dalam penelitian ini, menggunakan instrumen yang sudah dipakai secara luas dalam banyak penelitian dan sering digunakan untuk mengukur tingkat kecemasan yaitu *Visual Analogue Scale for Anxiety* (VAS-A). Alasan pemilihan instrumen ini adalah karena penggunaannya yang sederhana, singkat, cepat dan mudah, serta telah tervalidasi sebagai instrumen untuk mengukur tingkat kecemasan (Speckhelsen & Chalil, 2021)

E. Instrumen Pengukuran

Visual Analogue Scale for Anxiety (VAS-A) sebagai instrumen mengukur tingkat kecemasan, sudah dipakai secara luas. Dalam penelitian ini untuk mengukur tingkat kecemasan mahasiswa Kebidanan dalam menghadapi pembelajaran praktik klinik akan dibuat *Visual Analogue Scale for Anxiety* (VAS-A) yang dikombinasi dengan *Numeric Rating Scale* (NRS) seperti Gloth, *et al* dalam Harsono (2009), dimana penyajiannya menggunakan angka seperti pada gambar dibawah ini:



Gambar 7. Instrumen Penelitian

F. Validitas & Reliabelitas

Data penelitian tentunya harus baik dan diperoleh dari alat ukur yang memiliki validitas dan reliabilitas yang baik pula. Pengukuran yang dilakukan dalam penelitian ini adalah pengukuran pada variabel tergantung yaitu tingkat kecemasan mahasiswa kebidanan menghadapi pembelajaran praktik klinik. Adapun instrumen yang dipakai untuk mengukur tingkat kecemasan tersebut adalah *Visual Analogue Scale for Anxiety* (VAS-A).

Pada penelitian ini uji validitas dan reliabelitas instrumen penelitian *Visual Analogue Scale for Anxiety* (VAS-A) tidak dilakukan, karena instrumen ini telah dipakai secara luas untuk

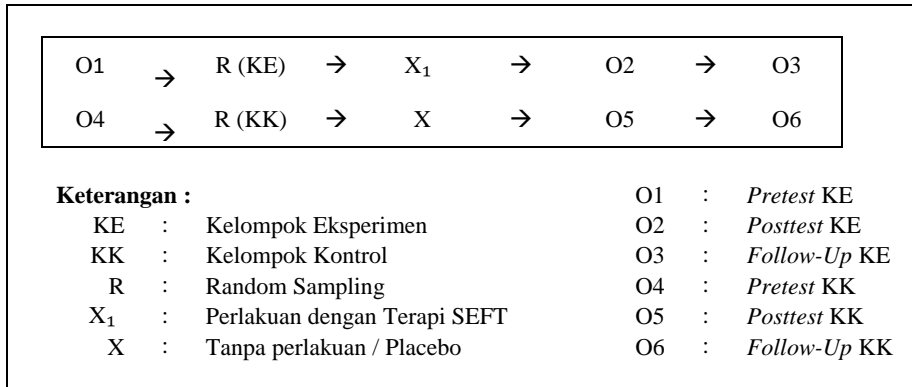
mengukur tingkat kecemasan (Berghmans, *et al*, 2017). Penggunaannya yang sederhana, singkat, cepat dan mudah, telah tervalidasi sebagai instrument untuk mengukur tingkat kecemasan (Speckhelsen & Chalil, 2021), dan beberapa penelitian mengatakan bahwa reliabilitas VAS-A menunjukkan Cronbach's Alpha lebih dari 0,95 dan uji validitas $r = 0,62$ (Harsono dalam Kristanto & Fitri, 2016). Sindhu, Shechtman dan Tuckey (2011) dalam penelitiannya yang menggunakan *Visual Analoge Scale* (VAS) secara digital menghasilkan reliabilitas $r = 0,96$ dan uji validitas $r = 0,84$. Jadi bisa dikatakan bahwa tidak ada perbedaan yang relevan secara klinis antara penilaian VAS berbasis kertas tradisional dan skor VAS yang diperoleh dari platform berbasis komputer, laptop dan ponsel (Delgado, *et al*, 2018). Simpulan dari uraian diatas adalah bahwa instrument *Visual Analoge Scale for Anxiety* (VAS-A) yang digunakan pada penelitian ini valid dan reliabel.

G. Desain Eksperimen

Penelitian ini adalah penelitian eksperimen. Pemilihan desain eksperimental dilakukan karena penelitian bertujuan untuk mengetahui efektifitas terapi SEFT (*Spiritual Emotional Freedom Technique*) untuk menurunkan tingkat kecemasan mahasiswa kebidanan menghadapi pembelajaran praktik klinik. Arikunto (2019) mengatakan bahwa penelitian Eksperimen adalah suatu cara untuk mencari hubungan sebab akibat antara dua faktor yang sengaja ditimbulkan oleh peneliti dengan mengeliminasi atau mengurangi atau menyisihkan faktor-faktor lain yang mengganggu. Hal senada juga diungkapkan Nursalam (2015) yaitu bahwa penelitian eksperimen adalah untuk mencari pengaruh perlakuan tertentu terhadap yang lain dalam kondisi yang terkendali.

Sampel penelitian ditentukan sesuai kriteria inklusi, yang salah satunya adalah memiliki tingkat kecemasan sedang dan berat. Kategori tersebut diperoleh setelah dilakukan *pretest*. Tindakan mengeliminasi, mengurangi atau menyisihkan faktor-faktor lain yang mengganggu sesuai yang ditulis Arikunto (2019), dengan menentukan sampel sesuai kriteria inklusi adalah agar sampel dalam kondisi terkendali (Nursalam, 2015). Dengan menggunakan *pretest-posttest control group design*, sampel yang tersedia akan dibagi menjadi dua kelompok dengan cara diundi (*random*

sampling). Kelompok Eksperimen akan diberi perlakuan, sedangkan kelompok kontrol melakukan diskusi terkait praktik klinik. Setelah dilakukan sesi perlakuan pada kelompok eksperimen, selanjutnya akan dilakukan pengukuran tingkat kecemasan kembali (*posttest*) pada kedua kelompok. Untuk mengetahui lebih jauh terkait efektifitas terapi SEFT, maka dilakukan *follow up* pada 2 minggu kemudian. Adapun desain penelitian akan terlihat seperti gambar dibawah ini:



Gambar 8. Desain Penelitian

H. Prosedur Eksperimen

Eksperimen dilakukan dalam tiga tahapan yaitu tahap persiapan, pelaksanaan penelitian dan pengolahan data.

1. Tahap Persiapan

Pada tahap persiapan diawali dengan melakukan survei pendahuluan pada tanggal 14 September 2022. Tujuan survey pendahuluan adalah untuk mengetahui apakah ada kecemasan pada mahasiswa kebidanan saat hendak melakukan pembelajaran praktik klinik. Kuesioner dengan pertanyaan terbuka yang menggali perasaan negatif yang muncul saat akan melaksanakan pembelajaran praktik klinik, disebarkan pada 20 orang mahasiswa kebidanan semester V Prodi D-III Kebidanan, UKH Surakarta. Hasil penelitian pendahuluan didapatkan 30% mahasiswa merasa cemas saat akan melaksanakan pembelajaran praktik klinik, 30% merasa takut, 25% merasa tegang/deg-degan, dan sisanya merasa penasaran dan malas praktik. Fakta ini kemudian ditindaklanjuti dengan mencari lebih banyak referensi terkait dan peneliti mulai menyusun proposal penelitian.

Dalam menyusun proposal penelitian, latar belakang, menentukan tujuan, hipotesis, hingga metode yang digunakan, peneliti berkonsultasi dan dibimbing oleh 2 orang dosen pembimbing. Sebagai panduan pelaksanaan terapi SEFT dalam penelitian ini, peneliti menyusun modul untuk pegangan subyek dan fasilitator/peneliti. Sedangkan praktisi SEFT (*SEFTer* yang memberikan terapi) menggunakan buku panduan milik pribadi yang sudah terstandar dan menjadi pegangan dalam melakukan praktik terapi SEFT pada klien. Modul untuk subyek, fasilitator/peneliti maupun *SEFTer* telah dikonsultasikan dan tervalidasi oleh *professional judgement* (terlampir).

2. Pelaksanaan Penelitian

Penelitian dilaksanakan sebanyak 3 sesi, dengan rincian kegiatan sebagai berikut:

SESI I : *Pretest* & Pembentukan kelompok penelitian

Materi	Tujuan	Metode	Alat/bahan	Ket
Persiapan & Pembukaan. Mengisi <i>informed consent</i>	Tercapai kesepakatan	Ceramah, tanya jawab	lembar <i>informed consent</i>	20'
Paparan teori kecemasan & alat ukur	Subyek paham cara mengisi VAS-A	Ceramah, tanya jawab	PPT, proyektor & labtop kelas	10'
Pelaksanaan <i>Pretest</i>	Mengetahui tingkat kecemasan subyek	mengisi VAS-A	Instrument VAS-A (<i>pretest</i>)	10'
Pembentukan dua kelompok penelitian.	mendapatkan kelompok eksperimen & kontrol	<i>random sampling</i>	Kertas undian, alat tulis dan kertas HVS	10'
Kontrak pertemuan selanjutnya. Penutup	Tercapai kesepakatan	Ceramah, tanya jawab		10'

SESI II : Praktik Terapi SEFT & *Posttest*

Materi	Tujuan	Metode	Alat/bahan	Ket
Persiapan & Pembukaan. Memperkenalkan SEFTer	terjalin hubungan baik antar subyek dg SEFTer	Ceramah		15'
Membagi Modul dan paparan singkat isi modul	Lebih paham jalannya penelitian dan tugas sebagai subyek	Ceramah	Modul, PPT, proyektor & labtop kelas	15'
Pelaksanaan pemberian terapi SEFT oleh SEFTer	tingkat kecemasan kelompok eksperimen turun	Ceramah. Praktik		60'
Pelaksanaan <i>Posttest</i>	Mengetahui tingkat kecemasan subyek setelah diberikan SEFT	mengisi VAS-A	Instrument VAS-A (<i>posttest</i>)	15'
Kontrak pertemuan selanjutnya. Penutup	Tercapai kesepakatan	Ceramah, tanya jawab		15'

SESI III : *Follow Up* (2 minggu kemudian)

Materi	Tujuan	Metode	Alat/bahan	Ket
Persiapan & Pembukaan				10'
Pelaksanaan <i>Follow-up</i> dan evaluasi	Mengetahui tingkat kecemasan subyek 2 minggu pasca terapi SEFT dan evaluasinya	mengisi VAS-A dan lembar evaluasi	Instrument VAS-A (<i>Follow-up</i>) Lembar evaluasi	25'
Penutup	mengakhiri rangkaian proses eksperimen	ceramah		10'

3. Pengolahan dan Analisis Data

Tahap pengolahan dan analisis data dilakukan setelah pelaksanaan penelitian selesai dan semua data yang dibutuhkan telah terkumpul. Data yang terkumpul berupa data karakteristik subyek penelitian yang diperoleh dari lembar *informed consent* dan hasil *pretest*, *posttest* dan *follow-up* yang diperoleh dari Instrumen *Visual Analogue Scale for Anxiety* (VAS-A). Pada bagian bawah Instrumen VAS-A, juga disertakan 1 pertanyaan terbuka terkait spesifik kecemasan yang dirasakan subyek. Hal

ini dimaksudkan sebagai data sekunder untuk lebih mendalami permasalahan terkait kecemasan yang dirasakan subyek. Saat melakukan *follow-up* diberikan pula lembar evaluasi yang menggali tentang Teknik SEFT (instrumen dan lembar evaluasi terlampir).

Mengingat jumlah sampel yang sangat kecil yaitu 9 orang pada kelompok eksperimen dibandingkan dengan 9 orang pada kelompok kontrol, maka data akan diolah dan dianalisis dengan uji jenis non-parametrik yaitu *Mann-Whitney test* dan *Wilcoxon test*.

I. Teknik Analisis Data

Data yang terkumpul dari lembar *informed consent* akan dianalisis kaitannya dengan variabel penelitian. Sedangkan data hasil *pretest*, *posttest* dan *follow-Up* akan diolah dan dianalisis dengan uji jenis non-parametrik. Untuk melihat perbedaan rata-rata (*mean*) dua sampel yang tidak berpasangan, yaitu antara *pretest* kelompok eksperimen dengan *pretest* kelompok kontrol, *posttest* kelompok eksperimen dengan *posttest* kelompok kontrol serta *follow-up* kelompok eksperimen dengan *follow-up* kelompok kontrol, dilakukan uji *Mann-Whitney*. Sedangkan untuk mengetahui perbedaan rata-rata (*mean*) variabel berpasangan antara variabel *pretest* dan *posttest*, *pretest* dan *follow-up*, kemudian *posttest* dan *follow-up* kelompok eksperimen serta perbedaan rata-rata (*mean*) variabel berpasangan *pretest* dan *posttest*, *pretest* dan *follow-up*, kemudian *posttest* dan *follow-up* kelompok kontrol, diuji dengan *Wilcoxon test*.