

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Penelitian menggunakan desain kuasi-eksperimental dengan metode pre-post test pada satu kelompok (*one group pre-post test*). Desain ini melibatkan satu kelompok subjek yang diukur sebelum dan setelah pemberian perlakuan (intervensi). Prosesnya dimulai dengan memberikan pretest kepada kelompok tersebut, diikuti dengan perlakuan, dan kemudian posttest untuk melihat perubahan dari kondisi awal. Dalam desain ini, hanya ada satu kelompok tanpa kelompok pembanding. Gambaran desain sebagai berikut:

Gambar 1. Desain Penelitian One Group Pre-Post Test

| <i>Pretest</i> | <i>Perlakuan</i> | <i>Posttest</i> |
|----------------|------------------|-----------------|
| O ₁ | X | O ₂ |

Keterangan :

- O1 : Tes awal (Pre Test) sebelum diberikan intervensi
X : Perlakuan (Treatment) Ibu hamil TM III dengan diberikan aromaterapi lavender
O2 : Tes akhir (Post Test) dilakukan setelah intervensi

B. Lokasi dan Waktu Penelitian

1. Waktu Penelitian

Waktu penelitian sejak bulan Mei-September 2024

2. Lokasi Penelitian

Penelitian dilaksanakan di PMB Dyah Sleman beralamat di jalan Gendingsari, Sembur, Sumber, Kabupaten Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta.

C. Populasi dan Sampel Penelitian

1. Populasi Penelitian

Populasi merujuk pada seluruh elemen yang menjadi basis generalisasi. Elemen populasi merupakan total subjek yang diukur menjadi unit penelitian (Sugiyono, 2019). Penelitian ini, populasi terdiri dari ibu hamil TM III yang sedang melakukan pemantauan di PMB Dyah Sleman. Jumlah populasi yaitu 39 ibu hamil TM III pada bulan Agustus-September 2024.

2. Sampel Penelitian

Sampel adalah sebagian total populasi dengan karakteristik tertentu (Sugiyono, 2017). Penentuan sampel pada penelitian ini, dilakukan menggunakan metode *accidental sampling*. Setelah sampel dipilih, responden diberi perlakuan berupa aromaterapi lavender. Penelitian ini hanya melibatkan sampel dengan kriteria inklusi yang telah ditentukan, sebagai berikut:

a. Kriteria Inklusi

- 1) Ibu hamil yang berada di PMB Dyah Sleman
- 2) Ibu hamil trimester ketiga dengan usia kehamilan 30-37 minggu (Barus & Octavia (2023)
- 3) Ibu hamil yang memahami baca dan tulis

b. Kriteria Eksklusi

- 1) Ibu hamil dengan riwayat alergi terhadap lavender atau bahan-bahan aromaterapi lainnya.
- 2) Ibu hamil dengan riwayat penyakit mental yang membutuhkan pengobatan khusus atau pengawasan medis yang intensif.
- 3) Ibu hamil yang sedang mengonsumsi obat-obatan tertentu yang mungkin berinteraksi dengan aromaterapi lavender, seperti obat penenang (sedatif) dan obat tidur (hipnotik) dan Obat tekanan darah rendah (hipotensi).

- 4) Ibu hamil yang tidak mampu untuk berpartisipasi dalam sesi aromaterapi lavender karena alasan tertentu seperti jarak tempuh yang jauh atau keterbatasan fisik.

Jumlah sampel ditentukan berdasarkan rumus Slovin sebagai berikut :

$$\text{Keterangan : } n = \frac{N}{1 + N(e^2)}$$

n = Jumlah responden (jumlah sampel)

N = Jumlah populasi

E = Perkiraan tingkat kesalahan 5% (error level)

Populasi penelitian ini sebanyak 39 ibu hamil TM III. Berikut merupakan perhitungan sampel penelitian:

$$n = \frac{39}{1 + 39(0,05^2)}$$

$$n = \frac{37}{1,09}$$

$$n = 35,5, \text{ atau dibulatkan menjadi } 36$$

Hasil perhitungan, jumlah sampel sebanyak 36 responden di PMB Dyah Sleman. Sampel dipilih dengan teknik purposive sampling, yaitu pemilihan sampel berdasarkan pertimbangan karakteristik yang telah ditentukan (Sugiyono, 2017).

D. Variabel Penelitian

1. Variabel Bebas

Variabel bebas merupakan faktor yang dapat menyebabkan perubahan atau mempengaruhi variabel keterikatan (dependen) (Sugiyono, 2017). Faktor yang dijadikan variabel bebas penelitian ini yaitu aromaterapi lavender.

2. Variabel Terikat

Variabel terikat atau yang terpengaruh hasil dari adanya variabel independen (Sugiyono, 2017). Variabel dependen yang digunakan adalah tingkat kecemasan ibu hamil pada trimester ketiga (TM III).

E. Definisi Operasional

Definisi operasional variabel penelitian menurut Sugiyono (2018) merujuk pada sifat, nilai objek atau kegiatan bervariasi, yang ditentukan oleh peneliti untuk dianalisis dan disimpulkan. Lebar kuesioner menggunakan skala HRSA yang diadaptasi dari penelitian Nurmaningsih (2021), dimana penelitiannya menganalisis Gambaran Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester III. Berikut merupakan definisi operasional variabel penelitian:

Tabel 3.1. Definisi Operasional Variabel Penelitian

| No | Variabel | Definisi Operasional | Alat ukur | Hasil Ukur | Skala |
|----|----------------------------|--|---|--|---------|
| 1. | Kecemasan ibu hamil TM III | Kecemasan pada ibu hamil Trimester III merupakan perasaan cemas berlebihan menjelang persalinan. Ini bisa muncul karena ketakutan akan proses persalinan, kekhawatiran tentang kesehatan bayi, atau perasaan tidak siap menjadi ibu. | Lembar kuesioner Skala HRSA untuk masing-masing responden | 1. <14: Tidak Ada Kecemasan 2. 14-20: Kecemasan Ringan 3. 21-27: Kecemasan Sedang 4. 28-41: Kecemasan Berat 5. 42-56: Kecemasan Sangat Berat | Ordinal |
| 2. | Aromaterapi lavender | Aromaterapi lavender, yang berasal dari minyak esensial bunga lavender, mengandung linalool dan linalyl asetat yang memberikan efek menenangkan. Linalool, komponen utama, memiliki sifat anti-cemas dan relaksasi. | SOP pemberian aroma terapi lavender | 1. Telah diberikan | Nominal |

Sumber: Peneliti, 2024

F. Alat dan Bahan

Alat serta bahan yang digunakan meliputi diffuser minyak essential lavender, lembar kuesioner penilaian kecemasan untuk mengukur tingkat kecemasan Skala HRSA, formulir informasi dan persetujuan untuk memberikan penjelasan dan mendapatkan persetujuan dari ibu hamil, serta data demografis dan medis untuk mengumpulkan informasi tentang karakteristik ibu hamil yang relevan di PMB Dyah Sleman.

G. Pelaksanaan Penelitian

1. Pengumpulan data

Sumber data pada penelitian ini, yaitu data sekunder dari buku, jurnal, laporan penelitian, dan database online, serta data primer. Data ini digunakan untuk memberikan konteks dan mendukung landasan teori penelitian. Data skunder dalam penelitian ini bersumber dari data Ibu hamil TM III di PMB Dyah Sleman.

Data primer diperoleh langsung dari objek penelitian melalui hasil wawancara, kuesioner, observasi, serta eksperimen. Tujuannya untuk memperoleh informasi spesifik dan aktual terkait pertanyaan penelitian. Dalam penelitian ini, data primer dikumpulkan melalui pengisian kuesioner skala HRSA oleh responden, baik sebelum maupun setelah perlakuan diberikan.

Pelaksanaan penelitian melalui tiga tahapan, yaitu:

a. Tahap Awal (Persiapan)

Persiapan yang dilakukan oleh peneliti dalam pelaksanaan penelitian meliputi beberapa langkah berikut:

- 1) Mengumpulkan data, artikel, dan jurnal sebagai referensi untuk penyusunan proposal penelitian.
- 2) Melakukan bimbingan dengan dosen pembimbing terkait judul penelitian.
- 3) Berkonsultasi dengan dosen pembimbing dalam menentukan langkah-langkah dalam penyusunan proposal penelitian.

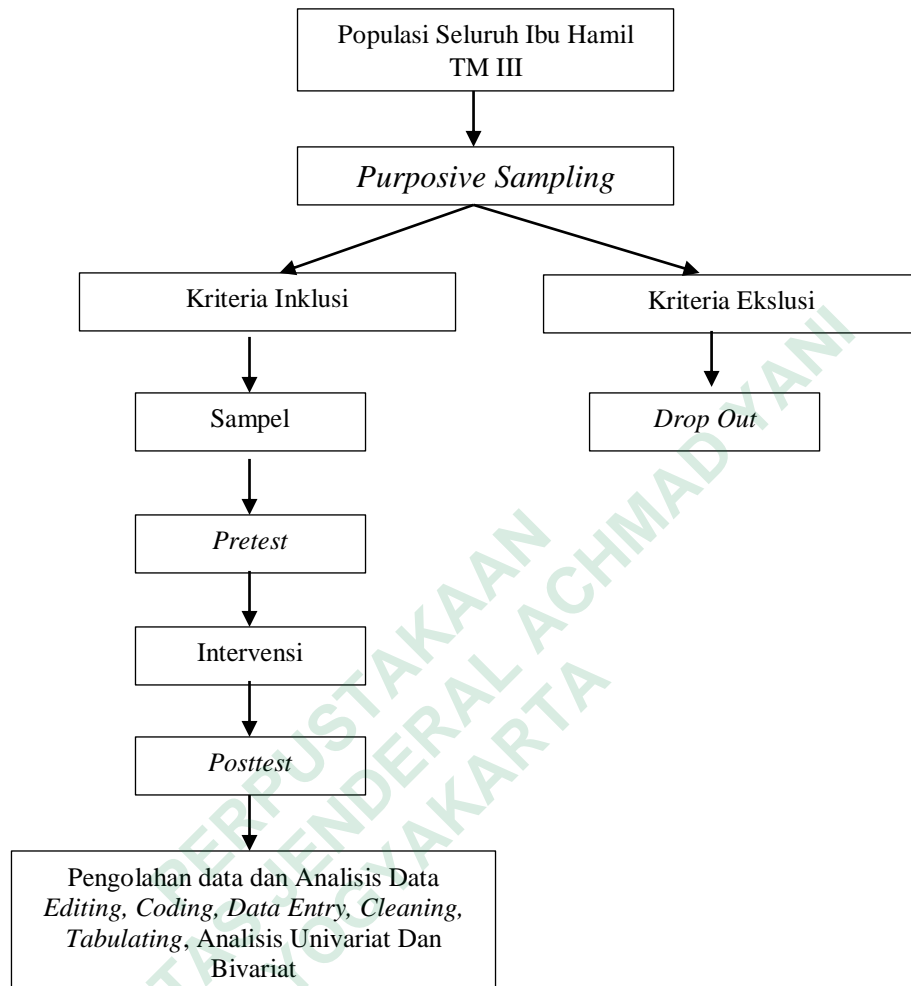
- 4) Mengurus Surat Studi Pendahuluan sebagai izin untuk melakukan penelitian awal.
 - 5) Melakukan studi pendahuluan di PMB Dyah Sleman, untuk mendapatkan gambaran awal mengenai kondisi lapangan.
 - 6) Menyusun proposal penelitian berdasarkan referensi dan studi pendahuluan yang telah dilakukan.
 - 7) Melakukan ujian proposal penelitian untuk mendapatkan persetujuan dan masukan dari penguji.
- b. Tahap Pelaksanaan
- 1) Berkoordinasi dengan pihak PMB Dyah Sleman yang telah dipilih sebagai tempat penelitian dan pengambilan data, serta memastikan semua izin dan persiapan administrasi telah diselesaikan.
 - 2) Mengumpulkan data responden, yang dalam hal ini adalah ibu hamil TM III.
 - 3) Menentukan subjek penelitian berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditetapkan.
 - 4) Meminta persetujuan dari ibu-ibu yang akan menjadi responden penelitian dan memastikan mereka menandatangani *informed consent* jika setuju untuk berpartisipasi.
 - 5) Melakukan pengukuran tingkat kecemasan awal dengan menggunakan skala HRSA sebagai *pretest*, dikatakan jika nilai yang diperoleh kurang dari 14, ini berarti tidak ada kecemasan yang terdeteksi. Nilai antara 14 dan 20 mengindikasikan adanya kecemasan ringan. Jika hasilnya berada dalam rentang 21 hingga 27, maka kecemasan yang dirasakan tergolong sedang. Nilai antara 28 dan 41 menunjukkan adanya kecemasan berat, sementara nilai antara 42 dan 56 mengindikasikan kecemasan sangat berat.
 - 6) Setelah mengisi kuesioner responden diberikan aromaterapi lavender serta penjelasan penggunaan aromaterapi yaitu digunakan selama 5 menit pada saat malam hari dan dilakukan selama 7 hari. Intervensi dilaksanakan pada hari ke-1 bulan Agustus dirumah responden dan

dibantu oleh enumerator yang telah diberi pemahaman tentang penggunaan dan waktu pemberian aromaterapi lavender.

- 7) Mengumpulkan data tahap kedua (*post-test*) pada hari ke-8 yaitu dengan mengisi lembar kuesioner skala HRSA.

c. Tahap Akhir

- 1) Memproses serta menganalisis data *pretest* dan *posttes* yang telah dikumpulkan kemudian ditabulasi ke dalam excel.
- 2) Mengolah data menggunakan aplikasi SPSS untuk analisis statistik.
- 3) Melakukan analisis data.
- 4) Melakukan bimbingan dengan dosen pembimbing terkait laporan penelitian.
- 5) Mengikuti ujian hasil penelitian.

Gambar 2. Alur Pelaksanaan Penelitian

H. Metode Pengolahan dan Analisis Data

Menurut Notoatmodjo (2014) terdapat empat tahapan pengolahan data, yaitu:

1. *Editing*

Proses penyuntingan melibatkan hasil wawancara dan observasi lapangan. Langkah pertama adalah melakukan penyuntingan (*editing*) terhadap data yang diperoleh. Setelah penelitian selesai, data yang dikumpulkan dari responden digabungkan, kemudian dilakukan pengecekan dan pengrekan sebelum dimasukkan ke dalam sistem komputerisasi.

2. *Coding*

Pengodean adalah proses mengubah data berupa kalimat atau huruf menjadi data numerik. Langkah berikutnya adalah pengodean. Dalam penelitian ini, pengodean dilakukan untuk variabel dependen (kecemasan ibu hamil TM II) dengan kode 1 untuk *pre-test* dan 2 untuk *post-test*. Dalam penelitian ini, menggunakan kode sebagai berikut:

a. Usia

- 1) Kode 1 : < 20 tahun
- 2) Kode 2 : 20-35 tahun
- 3) Kode 3 : > 35 tahun

b. Pendidikan Terakhir

- 1) Kode 1 : Tidak bersekolah
- 2) Kode 2 : SD
- 3) Kode 3 : SMP
- 4) Kode 4 : SMA
- 5) Kode 5 : Perguruan Tinggi

c. Pekerjaan

- 1) Kode 1 : Tidak bekerja
- 2) Kode 2 : Pengawai Swasta
- 3) Kode 3 : Pegawai Negeri Sipil (PNS)
- 4) Kode 4 : Wirausaha

- 5) Kode 5 : Buruh
- 6) Kode 6 : Pekerjaan lainnya

d. Paritas

- 1) Kode 1 : Primigravida
- 2) Kode 2 : Multigravida

e. Kecemasan

- 1) Kode 1 (< 14) : Tidak Ada Kecemasan
- 2) Kode 2 (14-20) : Kecemasan Ringan
- 3) Kode 3 (21-27) : Kecemasan Sedang
- 4) Kode 4 (28-41) : Kecemasan Berat
- 5) Kode 5(42-56) : Kecemasan Sangat Berat

3. *Processing*

Jawaban setiap responden direpresentasikan dalam bentuk kode (baik berupa angka maupun huruf) dan dimasukkan ke perangkat lunak statistik seperti SPSS. Setelah proses editing dan coding selesai, data dimasukkan ke dalam program komputerisasi untuk dianalisis, sehingga hasil penelitian dapat diperoleh.

4. *Cleaning*

Cleaning merupakan pemeriksaan kembali guna mendeteksi kemungkinan kesalahan kode, ketidaklengkapan, dan lain sebagainya, serta melakukan koreksi yang diperlukan. Setelah data dimasukkan ke dalam perangkat lunak komputerisasi, proses pengecekan kembali dilakukan untuk memastikan hasil yang akurat.

I. Analisis Data

1. Analisis Univariat

Analisis univariat yaitu mendeskripsikan variabel penelitian, dengan menghasilkan distribusi dan persentase setiap variabel (Sugiyono, 2017). Analisis univariat yang akan digunakan untuk mengidentifikasi variabel dependen, independen dan karakteristik responden. Data yang diperoleh diolah dan dianalisis dalam bentuk tabel yang menunjukkan frekuensi dan persentase.

2. Analisis Bivariat

Analisis bivariat bertujuan menganalisis efektifitas dari pemberian aromaterapi lavender terhadap kecemasan ibu hamil TM III. Analisis data penelitian ini menggunakan alat analisis non parametris yaitu Wilcoxon. Menurut Mashuri (2022) analisis *Wilcoxon* adalah alat analisis non parametris yang berfungsi sebagai alat analisis yang membandingkan skor sebelum dan sesudah dari kelompok responden yang sama.