

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Metode penelitian ini adalah kuantitatif dengan jenis penelitian *Quasi Eksperimental Design*. Dengan teknik *Nonequivalent Control Group Design*, dalam Desain ini melibatkan dua kelompok, kelompok eksperimen yang diberi perlakuan dan kelompok kontrol sebagai pembandingan (Sugiyono, 2022) . Pada desain penelitian ini melibatkan kelompok intervensi yang menjalani penilaian pretes-postes dan menerima intervensi pijat bayi, serta kelompok kontrol yang hanya menjalani penilaian pretes-postes.

Tabel 3. 1 Rancangan Penelitian

01	X	02
01		02

Sumber: (Sugiyono, 2022)

Keterangan:

01 : *Prettest* kelompok eksperimen

02 : *Posttest* kelompok eksperimen

X : Perlakuan

01 : *Prettest* kelompok kontrol

02 : *Posttest* kelompok kontrol

B. Lokasi dan Waktu Penelitian

1. Lokasi

Lokasi penelitian ini dilakukan diposyandu Desa Cikubang Kecamatan Taraju Kabupaten Tasikmalaya Tahun 2024.

2. Waktu

Waktu Penelitian ini dilakukan pada 16-26 September 2024.

Tabel 3. 2 Timeline penelitian

Tanggal	Nama Posyandu	Pretest	Intervensi		Posttest
			Ke-1	Ke-2	
16-09-2024	Mawar 1	■	■		
17-09-2024	Anggrek				
18-09-2024	Melati				
19-09-2024	Tulip				
20-09-2021	Mawar			■	
21-09-2024	Anggrek				
22-09-2024	Melati				
23-09-2024	Tulip				
	Mawar 1				■
24-09-2024	Anggrek				
25-09-2024	Melati				
26-09-2024	Tulip				

C. Populasi dan Sampel Penelitian

1. Populasi

Populasi dalam penelitian merujuk pada keseluruhan subjek yang menjadi fokus studi. Populasi ini merupakan wilayah generalisasi yang terdiri dari individu atau elemen dengan karakteristik serupa yang telah ditentukan sebelumnya, dan dari mana kesimpulan penelitian akan ditarik (Notoatmodjo, 2018). Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu yang memiliki bayi usia 1-6 bulan yang datang ke posyandu. Populasi yang akan digunakan pada penelitian ini berjumlah 30 orang. Terdapat 4 Posyandu. Posyandu Mawar 1 terdiri dari 8 orang, Posyandu Anggrek 6 orang, Posyandu Melati 8 orang, dan Posyandu Tulip 8 orang.

2. Sampel

Sampel adalah representasi kecil dari populasi yang lebih besar, yang mencerminkan karakteristik keseluruhan populasi tersebut. Ketika populasi sangat besar atau sumber daya terbatas, peneliti dapat menggunakan sampel yang representatif untuk membuat kesimpulan

tentang populasi secara keseluruhan. Penting untuk memastikan sampel benar-benar mewakili populasi agar hasil penelitian akurat (Sugiyono, 2022). Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah ibu yang mempunyai bayi umur 1-6 bulan di desa cikubang tahun 2024.

Tenik pengambilan sampel ini menggunakan teknik total sampling yang berjumlah 30 bayi yang terdiri dari 15 orang kelompok intervensi dan 15 kelompok kontrol. Sampel penelitian ini adalah ibu yang mempunyai bayi usia 1-6 bulan di Desa Cikubang. Sampel yang diambil dari setiap posyandu dihitung dengan rumus strata:

Jumlah sampel tiap strata

$$= \frac{\text{Jumlah anggota strata}}{\text{Jumlah total anggota populasi}} \times \text{Jumlah sampel}$$

Posyandu Mawar I : $\frac{8}{30} \times 15 = 4$ (4 orang) = 1-3 bulan (1 orang)
4-6 bulan (3 orang)

Posyandu Anggrek : $\frac{6}{30} \times 15 = 3$ (3 orang) = 1-3 bulan (1 orang)
4-6 bulan (2 orang)

Posyandu Melati : $\frac{8}{30} \times 15 = 4$ (4 orang) = 1-3 bulan (2 orang)
4-6 bulan (2 orang)

Posyandu Tulip : $\frac{8}{30} \times 15 = 4$ (4 orang) = 1-3 bulan (0 orang)
4-6 bulan (4 orang)

Total jumlah: 30 bayi usia 1-6 bulan. Pembagian sampel kelompok intervensi dari setiap posyandu sesuai hasil perhitungan dari strata, Posyandu Mawar 1 diambil 4 orang, usia 1-3 bulan (1 orang) dan usia 4-6 bulan (3 orang). Posyandu Anggrek 3 orang, usia 1-3 bulan (1 orang) dan usia 4-6 bulan (2 orang). Posyandu Melati 4 orang, usia 1-3 bulan (2 orang) dan usia 4-6 bulan (2 orang). Posyandu Tulip 4 orang, usia 1-3 bulan (0 orang) dan usia 4-6 bulan (4 orang).

Pembagian sampel Kelompok kontrol, Posyandu Mawar 1 4 orang, usia 1-3 bulan (3 orang) dan usia 4-6 bulan (1 orang). Posyandu

Anggrek 3 orang, usia 1-3 bulan (2 orang) dan usia 4-6 bulan (1 orang). Posyandu Melati 4 orang, usia 1-3 bulan (1 orang) dan usia 4-6 bulan (3 orang). Cara pembagian kelompok intervensi dengan kontrol yaitu dengan cara diundi pakai angka. Responden yang mendapatkan angka 1 itu artinya masuk kelompok intervensi, sedangkan responden yang mendapatkan angka 2 masuk kelompok kontrol.

Adapun untuk kriteria inklusi dan kriteria eksklusi dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

- a. Kriteria inklusi penelitian ini antara lain:
 - 1) Bayi usia 1-6 bulan yang datang ke Posyandu.
 - 2) Bayi usia 1-6 bulan yang sehat.
 - 3) Ibu bayi usia 1-6 bulan yang bersedia menjadi responden.
- b. Kriteria Eksklusi penelitian ini antara lain:
 - 1) Ibu yang tidak kooperatif
 - 2) Bayi dengan infeksi kulit
 - 3) Bayi yang melakukan imunisasi dalam waktu satu minggu ke depan
 - 4) Terdapat balita lain di rumah yang sedang sakit.

D. Variabel Penelitian

Variabel merupakan elemen-elemen yang sengaja dipilih dan diteliti secara mendalam oleh peneliti. Tujuannya adalah untuk mengumpulkan informasi yang berguna sebagai dasar penarikan kesimpulan (Sugiyono, 2022). Berikut jeni-jenis variabel penelitian:

1. Variabel independen

Variabel Independen atau variabel bebas yaitu variabel yang mempengaruhi atau variabel yang menyebabkan perubahan terhadap variabel lainnya (Notoatmodjo, 2018). Variabel independen pada penelitian ini adalah Pijat Bayi.

2. Variabel dependen

Variabel Dependen atau variabel terikat merupakan variabel yang dipengaruhi atau mengalami perubahan sebab adanya variabel bebas

(Notoatmodjo, 2018). Variabel dependen pada penelitian ini yaitu kualitas tidur bayi.

3. Variabel *Counfounding* (Perancu)

Variabel perancu merupakan variabel yang memiliki hubungan dengan variabel independen dan dependen, namun bukan merupakan variabel antara (Notoatmodjo, 2018). Variabel perancu pada penelitian ini yaitu usia dan jenis kelamin.

E. Definisi Operasional

Definisi operasional merupakan batasan variabel yang dimaksud, atau tentang apa yang diukur oleh variabel yang bersangkutan, bertujuan untuk mengarahkan pada pengukuran atau observasi terhadap variabel-variabel yang bersangkutan serta pengembangan instrument (Notoatmodjo, 2018).

Tabel 3. 3 Definisi Operasional

Variabel	Definisi Operasional	Alat Ukur	Kategori	Skala
Variabel Independen: Pijat Bayi	Gerakan usapan lembut pada tubuh bayi dimulai dari kaki, perut, dada tangan, wajah dan punggung bayi. Intervensi 2x seminggu selama 15-20 menit, pada hari ke 1 dan 3.	SOP	-	-
Variabel dependen: kualitas tidur bayi usia 1-6 bulan	Kualitas tidur cukup dan tidak mengalami gangguan tidur jika pada malam hari tidurnya kurang dari 9 jam, terbangun lebih dari 3 kali dan terbangun lebih dari 1 jam. Pengisian kuisisioner BISQ hari ke 1 dan 8.	<i>Brief Infant Sleep Questionnaire</i> (BISQ)	Kriteria: •Masalah Berat Skor: 1-5 •Masalah ringan Skor: 6-10 •Tidak ada masalah Skor: 11-15	Ordinal

F. Alat dan Bahan

Alat yang digunakan dalam studi ini untuk variabel independen adalah prosedur operasional standar (SOP) teknik pijat bayi, sementara untuk mengukur kualitas tidur, digunakan lembar kuesioner tertutup. Pengukuran kualitas tidur dapat dilakukan dengan kuesioner seperti Brief Infant Sleep Questionnaire (BISQ) dapat dipakai untuk mengukur gangguan tidur pada anak, terutama bayi di bawah usia tiga tahun, karena telah divalidasi terhadap aktigrafi. Pertanyaan dalam BISQ meliputi usia dan jenis kelamin bayi, durasi tidur di malam (jam 19.00-07.00 WIB), durasi tidur bayi di siang hari (jam 07.00-19.00 WIB), jumlah terbangun di malam hari; durasi terjaga di malam hari (mulai jam 22.00-06.00 WIB), waktu tidur di malam hari, lama waktu bayi untuk terlelap, metode yang membuat bayi tertidur, tempat bayi tertidur, dan posisi tubuh bayi saat tertidur (Retnosari et al., 2021) .

Hasil penilaian dari ke-5 komponen ini disebut dengan *global score*. Nilai terendah setiap komponen adalah 1 dan nilai tertinggi adalah 3. Penghitungan skornya yaitu skor 11-15 tidak ada masalah, skor 6-10 masalah ringan, skor 1-5 masalah berat. Masalah ringan jika durasi tidur bayi di malam hari <9 jam, durasi tidur bayi di siang hari antara 2- 3 jam, durasi terjaga setelah bangun di malam hari bisa tidur kembali dalam waktu kurang dari 2 jam, jumlah terbangun di malam hari mencapai 2-3 kali, tidur tidak tepat waktu dan selisih kurang dari 1 jam dengan hari-hari sebelumnya. (Retnosari et al., 2021).

Gangguan kualitas tidur bayi dilihat dalam tiga aspek. Namun, jika bayi mengalami salah satu dari gejala ini, hal tersebut sudah masuk ke dalam gangguan kualitas tidur. Tiga aspek tersebut yaitu pada malam hari tidurnya kurang dari 9 jam, terbangun lebih dari tiga kali, dan lama terbangun/terjaga lebih dari 1 jam. Masalah ringan yaitu tidur yang tidak cukup meskipun tidak menyebabkan kelelahan ekstrem dapat menyebabkan masalah ringan seperti merasa terjaga di malam hari, tidur terputus, atau tidur yang tidak nyenyak (Febriani & Munawarah, 2022). Kuesioner BISQ mengadopsi dari Anikmahtul Choiriah.

G. Pelaksanaan Penelitian

Peneliti merencanakan pelaksanaan penelitian secara bertahap melalui serangkaian tahapan, yakni:

1. Persiapan

- a. Melakukan tinjauan literatur dari jurnal-jurnal terkait.
- b. Mengajukan judul penelitian kepada dosen pembimbing.
- c. Melakukan konsultasi dengan pembimbing tentang judul yang telah diajukan.
- d. Setelah judul di ACC peneliti melakukan konsultasi dengan pembimbing untuk langkah-langkah selanjutnya dalam penyusunan proposal.
- e. Peneliti selanjutnya mengajukan surat izin studi pendahuluan penelitian di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.
- f. Peneliti memperoleh surat izin studi pendahuluan dengan nomor surat: KTI/159/Keb-S1/III/2024
- g. Peneliti datang ke Puskesmas Taraju dengan membawa surat izin dari Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta untuk meminta persetujuan melakukan studi pendahuluan di Desa Cikubang Kecamatan Taraju Kabupaten Tasikmalaya.
- h. Setelah disetujui kemudian peneliti melakukan studi pendahuluan di salah satu posyandu yang ada didesa Cikubang dengan melakukan wawancara kepada ibu yang memiliki bayi mengenai kualitas tidur bayi.
- i. Menyusun proposal penelitian dan konsultasi dengan pembimbing serta melakukan revisi.
- j. Menyiapkan presentasi proposal penelitian melakukan ujian proposal penelitian yang telah disetujui dan ditanda tangani oleh dosen pembimbing.
- k. Setelah disetujui dosen pembimbing dengan dibukikan melalui tandatangan maka dilakukan ujian proposal. Ujian proposal dilakukan pada tanggal 27 Mei 2024.

- l. Melakukan revisi atau perbaikan proposal penelitian atas arahan pembimbing dan penguji.
 - m. Mengurus surat izin penelitian dengan Nomor: KTI/314/Keb-S1/VII/2024.
 - n. Mengurus surat izin penelitian ke Badan Kesatuan Bangsa Dan Politik (Kesbangpol) dengan Nomor: B/070/1065/Wasnas.
 - o. Mengurus surat izin penelitian ke Dinas Kesehatan dengan Nomor: Ks.07.VII/55/Dinkes/2024.
 - p. Peneliti mengantarkan surat izin penelitian ke Puskesmas Taraju untuk melakukan penelitian di Posyandu Desa Cikubang.
 - q. Peneliti mendapatkan surat balasan dari Puskesmas Taraju dengan nomor: TU.01.02/0433/PKM.TRJ/2024.
 - r. Peneliti terjun penelitian setelah mendapatkan surat balasan dari Puskesmas Taraju.
2. Pelaksanaan Penelitian
 - a. Peneliti memulai dengan melakukan perkenalan.
 - b. Mendata bayi yang hadir di posyandu, dan jika memenuhi kriteria inklusi, mereka dapat menjadi responden.
 - c. Membagi kelompok intervensi dengan kontrol yaitu dengan cara diundi pakai angka. Responden yang mendapatkan angka 1 itu artinya masuk kelompok intervensi, sedangkan responden yang mendapatkan angka 2 masuk kelompok kontrol.
 - d. Menjelaskan maksud, tujuan, dan manfaat dari penelitian.
 - e. Memberikan informasi dan mendapatkan persetujuan dari responden (*informed consent*).
 - f. Mengisi identitas responden dan bayi.
 - g. Pada kelompok pertama yaitu kelompok intervensi responden diberikan penilaian Pretest-Posttest serta memperoleh intervensi pijat bayi sebanyak 2 kali dalam seminggu dalam waktu 15-20 menit yang dilakukan selama satu minggu. Kelompok kedua sebagai kelompok kontrol yang hanya diberikan penilaian Pretest-Posttest tanpa diberikan

perlakukan intervensi pijat bayi. Pijat dilakukan oleh peneliti dan rekan bidan 3 orang. Melakukan apersepsi teknik pijat bayi menggunakan video dengan tim H-3 penelitian.

h. Berikut jadwal pelaksanaan

Tabel 3. 4 Jadwal Pelaksanaan

No	Kategori	Posyandu	Hari		Jam	Posttes
			Ke-1	Ke-2		
1.	Kelompok Intervensi	Mawar 1 (4 orang)	Senin	Jum'at	08.00	Senin ke-2 (09.15)
			Pre-test dan intervensi	Intervensi		
		Anggrek (3 orang)	Selasa	Sabtu	08.00	Selasa ke -2 (09.15)
			Pre-test dan intervensi	Intervensi		
2.		Melati (4 orang)	Rabu	Minggu	08.00	Rabu ke-2 (09.15)
			Pre-test dan intervensi	Intervensi		
		Tulip (4 orang)	Kamis	Senin ke-2	08.00	Kamis ke-2 (09.15)
			Pre-test dan intervensi	Intervensi		
3.		Mawar 1(4 orang)	Senin		08.00	Senin ke-2 (09.15)
			Pre-test			
4.	Kelompok Kontrol	Anggrek (3 orang)	Selasa		08.00	Selasa ke -2 (09.15)
			Pre-test			
5.		Melati (4 orang)	Rabu		08.00	Rabu ke-2 (09.15)
			Pre-test			
6.		Tulip (4 orang)	Kamis		08.00	Kamis ke-2 (09.15)
			Pre-test			

i. Responden mengumpulkan kuesioner yang telah diisi dan menyerahkan kepada penelitian.

- j. Peneliti memeriksa untuk memastikan apakah semua responden sudah mengisi kuesioner.
 - k. Membagikan souvenir kepada responden penelitian sebagai ucapan terimakasih.
 - l. Peneliti mengolah data dengan menggunakan aplikasi SPSS statistics 27.
 - m. Peneliti membaca analisis data.
3. Penyusunan Laporan

Tahap akhir penelitian ini adalah tahap penyusunan laporan dengan mengolah dan menganalisis data menggunakan program komputer. Selanjutnya yang akan dilakukan oleh peneliti yaitu:

- a. Hasil data yang sudah terkumpul, maka data akan dilakukan seperti *editing, coding*, memasukan data (*entry*), dan *tabulating*.
- b. Melakukan proses pembuatan BAB IV dan BAB V meliputi hasil, pembahasan, kesimpulan dan saran.
- c. Membuat hasil revisi mengenai perbaikan dari pembimbing.
- d. Melakukan seminar hasil ujian skripsi dan perbaikan dan pengumpulan hasil skripsi.

H. Metode Pengolahan dan Analisis Data

1. Metode Pengolahan

Proses pengolahan data dilakukan menggunakan komputer yang diolah menggunakan perangkat lunak komputer melalui tahapan-tahapan:

a. Editing

Editing, yaitu merupakan tahap dimana data yang diperoleh dari responden diperiksa kembali untuk memastikan kelengkapannya.

b. Coding

Memberikan kode angka sesuai dengan petunjuk pada data yang telah terkumpul.

1) Umur

- a) Kode 1 = 1–3 Bulan
- b) Kode 2 = 4-6 Bulan

2) Jenis Kelamin

a) Kode 1 = Perempuan

b) Kode 2 = Laki-laki

3) Kualitas Tidur

Kode 1 = Tidak Ada Masalah

Kode 2 = Masalah Ringan

Kode 3 = Masalah Berat

c. Memasukan (*Data Entry*)

Entri data adalah proses memasukkan data berupa jawaban responden dalam bentuk kode ke dalam program komputer, seperti SPSS for Windows.

d. Tabulating

Agar analisis data, pengolahan, dan penarikan kesimpulan menjadi lebih mudah, data dimasukkan dalam bentuk tabel distribusi.

2. Analisis Data

a. Analisis Univariat

Analisis univariat merupakan teknik analisis yang umum digunakan untuk mendeskripsikan karakteristik masing-masing variabel dalam data penelitian, analisa ini hanya menghasilkan distribusi dan presentasi dari tiap variable (Notoatmodjo, 2018). Analisis univariat pada penelitian ini yaitu variabel Pijat bayi dan kualitas tidur bayi usia 1-6 bulan. Dengan menggunakan rumus distribusi frekuensi sebagai berikut:

$$p = \frac{f}{n} \times 100$$

Keterangan:

: Proporsi

: Jumlah karakteristik dari jumlah penelitian

: Jumlah sampel

b. Analisis Bivariat

Analisis bivariat dilakukan terhadap dua variabel yang diduga berhubungan. Dalam penelitian ini analisis bivariat yakni untuk menjelaskan dua variabel. Analisis bivariat dalam penelitian ini yaitu kriteria variabel Pijat Bayi dan kualitas tidur. Teknik analisis data bivariat menggunakan uji wilcoxon test untuk mengetahui perbedaan rata-rata dalam kelompok menggunakan uji *statistic Wilcoxon*. Karena skala datanya kategorik berpasangan. Uji *Wilcoxon* adalah uji non parametrik.

Dalam proses perhitungan dibantu program computer SPSS pada signifikan 0,05 sehingga penarikan kesimpulannya:

- 1) Apabila nilai $\rho < \alpha$ 0,05 maka H_a diterima, artinya ada pengaruh yang signifikan antara variabel independent dengan variabel dependen.

I. Etika Penelitian

Kegiatan penelitian merupakan prinsip etis/moral yang berpegang teguh pada etika, karena subjek penelitian (manusia) memiliki hak asasi manusia (Notoatmodjo, 2018). Penelitian ini telah dilakukan proses ethical clearance di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta dan telah mendapatkan persetujuan etik penelitian nomor No.Skep/031/KEP/I/2025. Etika penelitian yang harus diperhatikan ialah sebagai berikut:

1. Menghormati/Menghargai Subjek (*Repect For Person*)

Peneliti memberitahu tujuan penelitian dan manfaat yang diperoleh serta dampak-dampak yang terjadi pada subjek. Setelah memberitahu hal tersebut peneliti memberikan lembar informed consent bagi subjek yang telah bersedia maka harus menandatangani dan lanjut ke proses penelitian, namun jika subjek menolak maka peneliti harus menghargai hak subjek dan penelitian kepada subjek tersebut tidak akan

dilakukan, tidak ada unsur pemaksaan untuk mengikuti proses penelitian.

2. Memiliki Prinsip Berbuat Baik (*Beneficence*)

Peneliti melakukan penelitian sesuai dengan prosedur yang sudah ditetapkan seperti pemberian pijat bayi untuk mengetahui pengaruh pijat bayi terhadap kualitas tidur pada bayi usia 1-6 bulan dengan cara pemberian kuesioner sebelum dan sesudah diberikan pijat bayi terhadap kualitas tidur pada bayi usia 1-6 bulan, untuk melihat peningkatan kualitas tidur pada bayi usia 1-6 bulan sehingga dapat bermanfaat bagi subjek dan peneliti.

3. Keadilan dalam Penelitian (*Justice*)

Prinsip adil mengandung hak subjek untuk mendapatkan perlakuan selama penelitian yaitu dengan seadil-adilnya. Prinsip ini yaitu memperlakukan subjek dengan adil sebelum, selama dan setelah berpartisipasi subjek dalam penelitian. Berlaku adil atau menyetarakan semua perlakuan saat dilakukan pemberian pijat bayi.