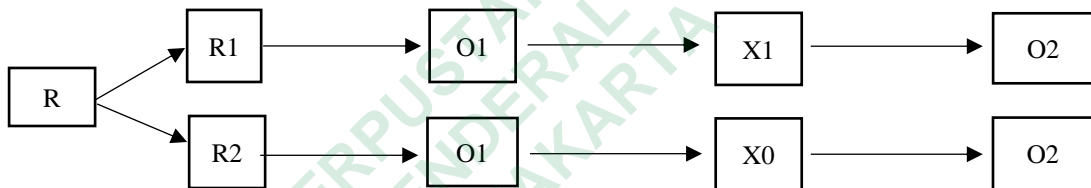


BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan adalah metode kuantitatif dengan desain eksperimen (*quasi-eksperimen*). Desain penelitian mengadopsi model *two group kontrol pre and post test nonequivalent control group design*, yang bertujuan untuk menganalisis pengaruh aromaterapi lavender terhadap gejala *PostPartum blues* pada ibu nifas sebelum dan setelah dilakukan intervensi. Intervensi dilakukan pada satu kelompok, sementara kelompok lainnya berfungsi sebagai kelompok kontrol yang tidak menerima aromaterapi. Diagram di bawah ini mengilustrasikan desain penelitian ini:



Gambar 3. Desain Penelitian

Keterangan :

R : Responden

R1: Responden yang diberikan intervensi

R2: Responden tanpa diberikan intervensi

X1: Dilakukan intervensi

X0: Tanpa intervensi

O1: Kecemasan ibu pre test

O2: Kecemasan ibu post test

B. Lokasi dan Waktu Penelitian

Lokasi penelitian akan dilakukan di rumah ibu nifas yang merupakan pasien PMB Umu Hani. Waktu penelitian akan dilaksanakan di bulan 26 Mei- 18 Agustus 2024.

C. Populasi/Sampel/Objek Penelitian

1. Populasi

Populasi adalah semua objek/subjek yang mempunyai kuantitas dan karakteristik khusus menjadi fokus penelitian, dan kemudian dianalisis untuk menarik kesimpulan (Sugiyono, 2021). Dalam penelitian ini, populasi mencakup semua ibu hamil yang memiliki Hari Perkiraan Lahir (HPL) antara bulan Mei -Agustus 2024 di PMB Umu Hani, yaitu sebanyak 47 ibu.

2. Sampel

Sampel penelitian ini yaitu ibu nifas di PMB Umu Hani Kabupaten Bantul. Metode pengambilan sampel dengan menggunakan *non-probability sampling*. Memakai Teknik *Purposive Sampling*, yaitu pemilihan sampel dengan berdasarkan kriteria khusus. Sampel akan dipilih kemudian diberikan intervensi berupa aromaterapi lavender. Kriteria dalam penelitian ini yaitu:

a. Kriteria Inklusi

- 1) Ibu melahirkan di PMB Umu Hani, Kabupaten Bantul.
- 2) Ibu primipara dan multipara
- 3) Ibu nifas yang kurang dari 2 minggu.
- 4) Ibu memahami baca dan tulis

b. Kriteria Eksklusi

- 1) Ibu dengan gangguan fisik dan mental.
- 2) Ibu alergi lavender.
- 3) Ibu yang memiliki riwayat sakit jantung, paru-paru serta penyakit lainnya.
- 4) Ibu yang mendapatkan rujukan.

Peneliti ini mendapatkan jumlah sampel dengan rumus slovin, tingkat kepercayaan 10%. Berdasarkan perhitungan sampel di penelitian ini sebanyak 32 ibu nifas.

Rumus Slovin sebagai berikut :

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

n = Ukuran sampel yang dibutuhkan

N = Jumlah Populasi

e = *margin of error* yang diinginkan (dalam desimal)

$$n = \frac{47}{1 + 47(0.10^2)}$$

$$n = \frac{47}{1 + 47(0.01)}$$

$$n = \frac{47}{1 + 0.47}$$

$$n = \frac{47}{1.47}$$

$$n = 31.97$$

jumlah sampel yang diperlukan di penelitian ini adalah 32 ibu nifas, karena jumlah ibu nifas harus sesuai dalam perhitungan bulatan, ukuran sampel ditetapkan menjadi 32. Penelitian ini memakai dua kelompok, kelompok intervensi dan kelompok kontrol, sehingga masing-masing kelompok terdiri dari 16 orang.

D. Variabel Penelitian

1. Variabel Bebas

Variabel bebas di penelitian ini yaitu faktor yang mempengaruhi atau menyebabkan terjadinya perubahan/kemunculan variabel terikat (Sugiyono, 2021). Penelitian ini, variabel bebasnya yaitu pemberian aromaterapi lavender.

2. Variabel Terikat

Variabel terikat yaitu variabel dipengaruhi atau memiliki efek dari variabel bebas, serta mencerminkan hasil dari keberadaan variabel bebas (Sugiyono, 2021), dalam penelitian ini, *PostPartum Blues* merupakan variabel terikat.

E. Definisi Operasional

Definisi operasional adalah penentuan makna variabel berdasarkan operasi atau tindakan yang dapat diukur sesuai dengan karakteristik yang relevan atau penelitian (Settiawan & Suryono, 2018). Definisi operasional ini ditetapkan menggunakan alat ukur yang sesuai dengan tujuan penelitian dalam tabel yang telah di sediakan.

Tabel 2. Definisi Operasional

Variable	Definisi Operasional	Alat Ukur	Hasil Ukur	Skala
Aromaterapi Lavender	Pemberian Aromaterapi Lavender yang diberikan pada Ibu Nifas hari ke 1-5 selama kurang lebih 14 hari, dengan jenis Aromaterapi diffuser Brillona.	SOP Pemberian Aromaterapi Lavender	1 Dilakukan 2 Tidak dilakukan	Nominal
Gejala <i>Post Partum Blues</i>	Pengukuran Gangguan Psikologis pada Ibu Nifas hari ke 1-5 setelah persalinan, dengan lembar kuesioner <i>Edinburgh Postnatal Depression Scale</i> (EPDS). Ibu nifas yang memiliki gejala <i>post partum blues</i> bisa dilihat dengan mengisi lembar <i>Edinburgh Postnatal Depression Scale</i> (EPDS).	Lembar Quesioner <i>Edinburgh Postnatal Depression Scale</i> (EPDS)	1. Tidak ada resiko <i>post partum blues</i> : 0-4 2. Resiko rendah <i>post partum blues</i> : 5-9 3. Resiko sedang <i>post partum blues</i> : 10-12	Ordinal

4. Resiko tinggi

depresi post

partum : >12

F. Alat dan Bahan

Alat serta bahan yang dipakai di penelitian meliputi diffuser stick aromaterapi lavender dan kuesioner check list skala EPDS untuk mengukur skor *Postpartum Blues* pada ibu nifas di PMB Umu Hani Kabupaten Bantul..

G. Pelaksanaan Penelitian

1. Pengumpulan Data

Penelitian ini mengambil data yang diperoleh dari 2 kategori sumber : data sekunder serta data primer. Data sekunder salah informasi yang dikumpulkan sebelumnya dari berbagai sumber yang ada, sedangkan data primer diperoleh secara langsung melalui pengumpulan informasi dari ibu nifas di PMB Umu Hani Kabupaten Bantul.

Di sisi lain, data primer adalah informasi dengan dikumpulkannya langsung oleh peneliti dari sampelnya, dengan konteks penelitian ini, data primer meliputi kuesioner *Edinburgh Postpartum Depression Scale* (EPDS) yang telah diisi oleh responden sebelum dan setelah mendapatkan intervensi.

Penelitian dilaksanakan dengan meliputi 2 tahap yaitu :

a. Tahap Awal (persiapan)

Persiapan yang peneliti siapkan dalam pelaksanaan penelitian diantaranya :

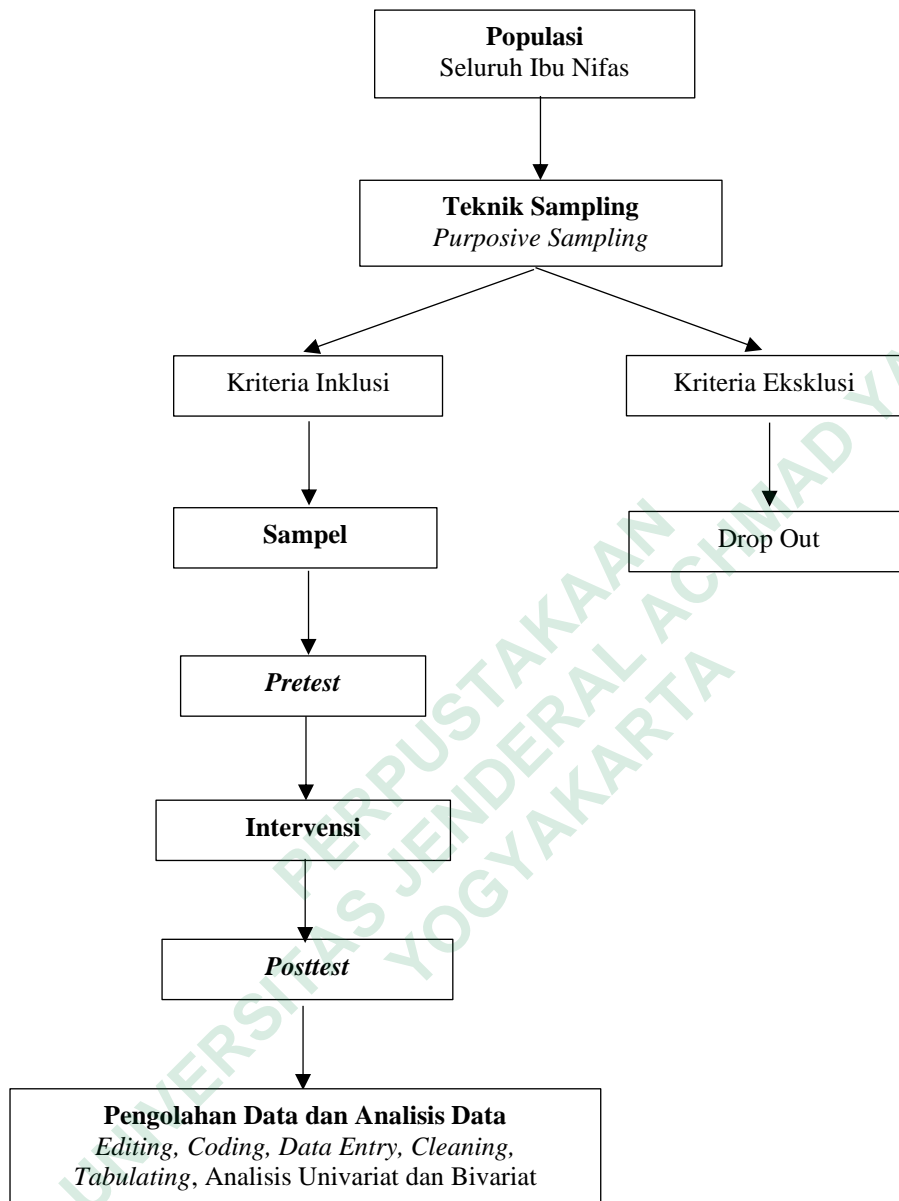
- 1) Mengumpulkan data, artikel, dan referensi jurnal untuk penyusunan proposal.
- 2) Peneliti mengajukan judul kepada dosen pembimbing.
- 3) Setelah judul di ACC peneliti mengajukan berkas perizinan untuk melakukan pengambilan data awal atau studi pendahuluan.

- 4) Menyusun surat izin survey pendahuluan dengan nomor : KTI/034/Keb-SI/II/2024.
 - 5) Peneliti melakukan studi pendahuluan di PMB Umu Hani.
 - 6) Menyusun proposal penelitian mulai dari latar belakang, tinjauan teori, metode penelitian dan melakukan konsultasi setiap bab kepada dosen pembimbing.
 - 7) Peneliti melakukan bimbingan dan perbaikan proposal penelitian kepada dosen pembimbing.
 - 8) Peneliti melakukan cek plagiasi di perpustakaan.
 - 9) Melakukan ujian proposal penelitian pada hari Senin, 15 Mei 2024.
 - 10) Melakukan revisi atau perbaikan proposal penelitian atas arahan penguji dan pembimbing.
- b. Tahap pelaksanaan
- 1) Berkoordinasi dengan pihak PMB Umu Hani yang telah dipilih sebagai lokasi untuk penelitian dan pengumpulan data yang akan dilakukan oleh peneliti.
 - 2) Menentukan sampel yang akan digunakan dalam penelitian.
 - 3) Meminta persetujuan ibu sebagai responden penelitian dan menandatangani informed consent jika setuju.
 - 4) Melakukan pengukuran kecemasan pada lembar kuesioner EPDS sebagai pretest pada hari pertama
 - 5) Memberikan intervensi pemberian aromaterapi lavender, selama 14 hari dimulai pada hari pertama setelah melakukan pretest aromaterapi diberikan dan memberitahukan ibu untuk membuka aromaterapi di rumah, dan disimpan di samping tempat ibu tidur.
 - 6) Peneliti melakukan evaluasi kembali di hari ke 7 secara door to door dan ibu diminta mengisi kuesioner EPDS sebagai evaluasi.
 - 7) Setiap hari, peneliti menghubungi responden melalui WhatsApp untuk memastikan bahwa aromaterapi ya masih berada disamping ibu dan tidak tumpah.

- 8) Hari ke 14 peneliti mengunjungi rumah responden untuk menilai perubahan gejala *PostPartum blues* pada ibu sebagai posttest.
 - 9) Mengolah data dengan menggunakan SPSS
 - 10) Menganalisis data dengan uji *Mann Whitney*.
 - 11) Membaca hasil analisis data
- c. Penyusunan Laporan

Tahap akhir dari penelitian ini melibatkan penyusunan laporan serta penyajian hasil analisis data dan pembahasan mengenai temuan penelitian, dilengkapi dengan kesimpulan dan saran rekomendasi. Setelah data terkumpul, langkah selanjutnya adalah pengolahan data, *editing, coding, entry data, cleaning, processing*.

- 1) Melakukan proses pembuatan BAB IV dan BAB V meliputi hasil, pembahasan, kesimpulan dan saran.
- 2) Melakukan revisi sesuai arahan pembimbing
- 3) Melakukan seminar hasil ujian skripsi, perbaikan, dan pengumpulan skripsi.



Gambar 4. Alur Pelaksanaan Penelitian

H. Metode Pengolahan dan Analisis Data

1. Pengolahan data

Tahap pengolahan data yang akan dilakukan, sebagai berikut :

a. *Editing*

Editing yaitu proses mengecek kembali keakuratan data yang telah dikumpulkan. Proses ini dapat dilakukan baik selama pengumpulan data maupun setelah data terkumpul.

b. *Coding*

Tahap *Coding* adalah proses memberikan kode numerik pada data dari berbagai macam kategori, kode ini sangat perlu untuk mempermudah pengolahan serta analisis data memakai komputer. Dalam penelitian ini, *coding* dilakukan menggunakan kode sebagai berikut:

- 1) Usia
 - a) Kode 1 : <20 tahun
 - b) Kode 2 : 20-35 tahun
 - c) Kode 3 : >35 tahun
- 2) Pendidikan
 - a) Kode 1 : Tidak Sekolah
 - b) Kode 2 : SD
 - c) Kode 3 : SMP
 - d) Kode 4 : SMA
 - e) Kode 5 : Perguruan Tinggi
- 3) Pekerjaan
 - a) Kode 1 : Tidak Bekerja
 - b) Kode 2 : Buruh
 - c) Kode 3 : Wiraswasta
 - d) Kode 4 : PNS
 - e) Kode 5 : IRT
 - f) Kode 6 : Lainnya
- 4) Paritas
 - a) Kode 1 : Primigravida
 - b) Kode 2 : Multigravida
- 5) Gejala *Post partum Blues*
 - a) Kode 1 : Tidak ada risiko *Post Partum Blues*
 - b) Kode 2 : Resiko Rendah *Post Partum Blues*
 - c) Kode 3 : Resiko Sedang *Post Partum Blues*
 - d) Kode 4 : ResikoTinggi *Depresi Post Partum Blues*

c. *Processing*

Tahap *Processing* adalah proses manipulasi data agar data yang telah dimasukkan siap untuk dianalisis menggunakan komputer.

d. *Cleaning*

Proses *Cleaning* adalah tahap untuk memeriksa dan memperbaiki kesalahan dalam data yang telah dimasukkan, dengan tujuan untuk memastikan kualitas data sebelum dilakukan analisis.

2. Analisa Univariat

Analisis univariat berfungsi menjelaskan serta mengumpulkan karakteristik dari setiap variabel secara terpisah, tanpa memperhitungkan hubungan antara variabel-variabel tersebut. Analisis ini menggunakan nilai-nilai numerik seperti rata-rata, median, dan deviasi standar, serta biasanya menghasilkan distribusi frekuensi dan persentase untuk setiap variabel (Notoatmodjo, 2016). Dalam penelitian ini, analisis univariat dilakukan memakai metode statistik *deskriptif*.

3. Analisa Bivariat

Penelitian ini bertujuan untuk menilai efek pemberian aromaterapi lavender terhadap gejala *postpartum blues* pada ibu nifas di PMB Umu Hani, kabupaten Bantul. Dalam analisis bivariat, dua kelompok dibandingkan: kelompok kontrol dan kelompok intervensi. Untuk menguji perbedaan, digunakan uji non-parametrik. Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi pengaruh aromaterapi lavender terhadap gejala *postpartum blues* pada ibu nifas, baik sebelum maupun setelah intervensi, dengan menggunakan Uji *Mann Whitney*.

I. Etika Penelitian

Penelitian ini telah mendapatkan persetujuan etika penelitian dari Komite Etik Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta 26 Juni 2024 dengan nomor Skep/328/KEP/VI/2024. Etika penelitian memiliki tujuan untuk melindungi subjek penelitian serta kerahasiaan identitas responden dari bahaya secara fisik, psikis serta konsekuensi hukum. Sebagai akibat keikutsertaan responden dalam penelitian, mempertimbangkan aspek-aspek sebagai berikut:

1. Persetujuan (*Informed Consent*)

Prinsip ini diterapkan sebelum pengisian kuesioner/pengambilan data, yaitu dengan meminta persetujuan dari responden penelitian. Awal penelitian, peneliti menyampaikan informasi mengenai tujuan penelitian, yang melibatkan penggunaan aromaterapi lavender untuk mengatasi gejala *postpartum blues* pada ibu nifas. Aromaterapi lavender akan diletakkan di samping tempat tidur ibu selama 14 hari setelah melahirkan, agar ibu dapat menghirup aromanya saat tidur. Penelitian ini bertujuan untuk menawarkan alternatif nonfarmakologis untuk gejala *postpartum blues*. Setelah responden memahami tujuan serta bersedia mengikuti penelitian, peneliti memberikan kertas persetujuan (*Informed Consent*) yang harus dibaca dan ditandatangani sebelum memulai penelitian. Peneliti wajib menghormati keputusan responden, tanpa adanya paksaan, dan jika responden memilih untuk tidak ikut serta, keputusan tersebut harus dihormati.

2. Tanpa Nama (*Anonimity*)

Prinsip anonimitas yaitu etika dimana harus diterapkan oleh peneliti, yaitu tidak mencantumkan nama responden dalam hasil penelitian. Sebagai gantinya, inisial saja yang digunakan, dan setiap kuesioner yang telah diisi diberi nomor kode yang tidak dapat mengidentifikasi responden saat penelitian ini dipublikasikan, tidak ada informasi yang dapat menghubungkan identitas dengan subjek penelitian atau responden.

3. Kerahasiaan (*Confidentially*)

Prinsip kerahasiaan diterapkan serta tidak mengungkapkan identitas/informasi pribadi responden terhadap pihak manapun. Data disimpan dengan baik serta aman oleh peneliti untuk mencegah akses oleh pihak tidak bertanggung jawab, setelah penelitian selesai, peneliti akan menghapus semua informasi terkait responden.