BAB IV

METODE PENELITIAN

4.1 Rancangan Penelitian

Desain penelitian ini adalah *Quasi-eksperimental* dengan pendekatan *pretest-postest,* dengan kelompok kasus dan kontrol. Dalam rancangan ini kelompok kasus diberi terapi resitasi Al-Qur'an sedangkan kelompok kontrol tidak diberi terapi resitasi Al-Qur'an. Pada kedua kelompok tersebut masing-masing dilakukan dua kali pengukuran yaitu *pretest* dan *posttest*.

Tabel 4.1 Bentuk Rancangan Penelitian

Subjek Penelitian	Pre test	Perlakuan	Post test
Kelompok Kasus	01	X	02
Kelompok Kontrol	01	-	02

Keterangan:

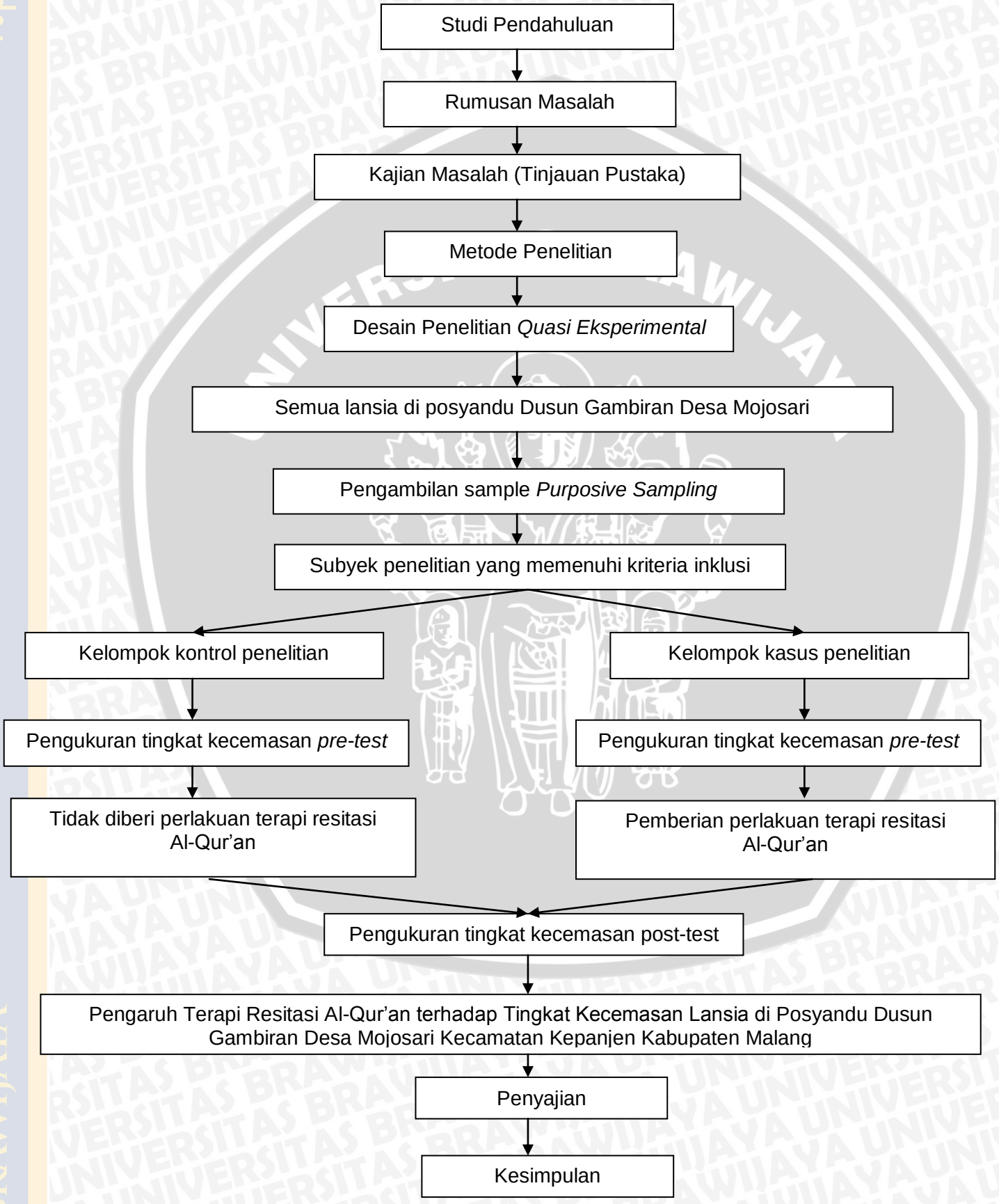
01 : Pengukuran tingkat kecemasan sebelum diberi terapi resitasi Al-Qur'an

02 : Pengukuran tingkat kecemasan setelah diberi terapi resitasi Al-Qur'an

X : Intervensi terapi resitasi Al-Qur'an surat Ad-Dhuha selama 10 menit

\- : Tidak diberi intervensi terapi resitasi Al-Qur'an

4.2 Kerangka Kerja



4.3 Populasi dan Sampel

4.3.1 Populasi

Populasi dalam penelitian ini adalah lansia-lansia yang mengalami kecemasan di wilayah jangkauan Posyandu Dusun Gambiran Desa Mojosari, Kepanjen-Malang sejumlah 60 orang. Karena pelaksanaan penelitian ini merupakan suatu kegiatan resitasi Al-Qur'an, maka tidak semua lansia tersebut di atas bisa dijadikan sebagai subjek pengamatan atau responden. Untuk kepentingan penelitian ini anggota populasi lansia yang akan dipilih sebagai responden diberikan batasan-batasan sebagai kriteria inklusi dan eksklusi.

Kriteria inklusi:

1) Lansia muslim/muslimah
2) Lansia yang mengikuti sholat subuh berjamaah di masjid
3) Lansia yang memiliki tingkat kecemasan sedang dan berat dengan skrening test yang dilakukan sebelumnya.
4) Lansia yang bisa membaca dan memahami terjemahan Al-Qur'an dalam bahasa Indonesia
5) Lansia yang bersedia menjadi responden

Dari hasil *screening test* yang dilakukan kepada 60 orang lansia tadi, didapatkan 55 orang lansia yang menunjukkan kecemasan tingkat ringan, sedang dan berat.

4.3.2 Sampel

Untuk kepentingan penelitian eksperimental, jumlah sampel diperhitungkan dengan rumus:

P (n-1) > 15

2n-2 > 15

2n > 17

n > 17:2

n = 8,5 → 9

Keterangan:

P = kelompok perlakuan

n = jumlah responden

15 = nilai deviasi

Berdasarkan penghitungan jumlah responden di atas, hanya membutuhkan 9 responden untuk setiap kelompok. Dalam penelitian sosial jumlah sampel sebanyak ini kurang bisa dianalisa karena luasnya variasi sosial yang ditemukan dalam konteks sosial atau masyarakat. Dari 55 orang lansia hasil *screening,* ternyata hanya ada 42 orang responden yang memenuhi kriteria sebagai sampel. 13 orang lainnya termasuk di dalam kriteria eksklusi sebagai berikut:

1) Lansia yang mengalami gangguan pendengaran berat yang hanya mampu mendengarkan kurang dari setengah meter
2) Lansia yang mengalami hambatan mobilitas fisik sehingga tidak bisa mengikuti sholat subuh berjamaah di masjid
3) Lansia yang tidak datang minimal 2x pertemuan saat pengambilan data dilakukan
4) Lansia dengan penyakit stroke (lumpuh)
5) Lansia dengan cacat mental

Yang tidak bisa dimasukkan kedalam kelompok responden yang akan diteliti dengan rancangan eksperimental.

4.3.3 Teknik Sampling

Empat puluh dua (42) orang yang terjaring dalam *screening* merupakan responden yang dimabil dengan cara *non probability sampling technique* dengan pendekatan *purposive sampling*. Kemudian dibagi menjadi 2 kelompok perlakuan secara randomisasi dengan penomoran responden dari nomor urut 1 sampai dengan 42 dengan menetapkan kelompok nomor ganjil (22 orang) sebagai kelompok kontrol (pembanding) dan nomor urut genap (20 orang) sebagai kelompok kasus.

4.4 Variabel Penelitian

4.4.1 Variabel Bebas *(Independen)*

Variabel bebas dalam penelitian ini adalah terapi resitasi Al-Qur'an (kelompok kasus) dan mendengarkan lagu *Tombo Ati* (kelompok kontrol).

4.4.2 Variabel Tergantung *(Dependen)*

Variabel tergantung dalam penelitian ini adalah tingkat kecemasan.

4.5 Lokasi dan Waktu Penelitian

Tempat penelitian dilaksanakan tepatnya di Masjid Agung Ahmad Yani pusat kegiatan lansia untuk melakukan sholat subuh berjamaah setiap pagi di Dusun Gambiran Desa Mojosari Kecamatan Kepanjen pada tanggal 20-26 November 2013.

4.6 Bahan dan Alat/Instrumen Penelitian

Pada penelitian ini menggunakan alat-alat sebagai berikut:

a) MP3 Laptop

b) Sound speaker

c) Alat tulis-menulis (bollpoin, pensil, spidol, papan tulis).

d) Blanko absensi klien

e) Lembar observasi klien

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah untuk pengukuran tingkat kecemasan pada lansia dengan menggunakan format pengembangan dari *Geriatric Anxiety Inventory (GAI)* yang terdiri dari 9 pernyataan yang diberikan dan diisi langsung oleh responden sesuai dengan apa yang dirasakan saat itu. Pada kelompok kasus kuisioner diberikan sebelum dan sesudah pemberian terapi resitasi Al-Qur'an, sedangkan pada kelompok kontrol diberikan kuisioner tanpa diberikan terapi resitasi Al-Qur'an tetapi diberikan terapi mendengarkan lagu *tombo ati* yang dinyanyikan oleh *Opick*. Setiap pernyataan harus dijawab oleh responden dengan melingkari/menandai nomor alasan yang menurut lansia benar atau mengisi di tempat titik-titik yang telah disediakan. Responden bisa menanyakan kepada peneliti apabila kurang memahami maksud dari pernyataan pada kuisioner. Total kesimpulan cemas pada setiap poin pertanyaan diinterpretasikan dalam kondisi cemas sesuai dengan kriteria tingkat cemas yang telah ditentukan.

Geriatric Anxiety Inventory (GAI) merupakan kuesioner yang paling efektif dan memiliki sensitivitas dan spesifitas yang tinggi jika dibandingkan dengan kuesioner yang lain. Berdasarkan penelitian yang sudah pernah

dilakukan oleh Departemen keperawatan psikogeriatrik Australia diidentifikasi bahwa sensitivitas *GAI* adalah 84% dan spesivitasnya 75% dengan koefisien alpha cronbach 0,91. *GAI* memang spesifik ditujukan untuk mengukur tingkat kecemasan pada lansia. Alat ukur *GAI* lebih sederhana sehingga mudah untuk diaplikasikan dan dikembangkan sesuai dengan kondisi lansia yang ada di Indonesia.

4.6.1 Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen

Instrumen untuk mengukur tingkat kecemasan lansia menggunakan quisoner yang dikembangkan dari *Geriatric Anxiety Inventory* (GAI). Uji validitas dan realibitas dilakukan kepada 20 lansia di Dusun Pepen. Uji validitas menggunakan rumus *Pearson Product Moment*, jika t hitung > t tabel berarti valid demikian sebaliknya, jika nilai t hitungnya < t tabel berarti tidak valid. Dengan t tabel sebesar 0,05. Sedangkan rumus yang dipakai pada penelitian ini untuk menguji reliabilitas yaitu *Cronbcha Alpha*. Instrumen dapat dikatakan ajeg dan andal apabila koefisien keandalan reliabilitas sebesar 0,6 atau lebih (Notoatmojo, 2002). Perhitungan ini dilakukan dengan bantuan program komputer yaitu *SPSS 16.00 for windows*. Hasil Uji validitas dari 9 pertanyaan didapatkan hasil valid dengan t hitung sebesar 0,689, sedangkan reliabilitas didapatkan hasil t hitung sebesar 0,927.

4.7 Definisi Istilah/Operasional

Variabel	Definisi/Operasional	Parameter	Metode pengukuran	Alat Ukur	Skala	Hasil Ukur
Variabel Independen Terapi Resitasi Al-Qur'an	Memperdengarkan Murotal Misyari Rasyid Surat Ad-Dhuha dengan terjemah di Masjid Agung Ahmad Yani Dusun Gambiran Desa Mojosari, Kepanjen-Malang selama 10 menit yang diputar selama dua kali dalam situasi setelah sholat subuh berjamaah	Proses mendengarkan, mengilhami, memaknai lantunan ayat suci Al-Qur'an dengan terjemahannya sehingga dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari	- Observasi - MP3 Laptop	Check list-yang berisi poin-poin yang dinilai	-	Baik: 1. Konsentrasi/Ansitu/Perhatiannya baik 2. Menyimak yang didengar dgn baik 3. Disiplin/Mentaati/serius atau sungguh-sungguh dalam menjalani terapi Kurang Baik: 1. Bila memenuhi 2 diatara 3 poin 2. Ngantuk atau tertidur Tidak Baik: 1. Tidak memenuhi ketiganya 2. Kepingin pulang dan atau tertidur
Variabel Dependen Cemas	Perasaan menakutkan yang tidak bisa menyebutkan penyebab dari perasaan tsb (Kalau bisa menyebutkan apa yang yang menjadi penyebab perasaan takut berarti adalah takut (bukan cemas))	Merasa tidak berguna, kehilangan, kesepian, kurang kasih sayang, dikucilkan, gerakan wajah atau anggota tubuh berlebihan (meregangkan leher, mengernyitkan dahi)	Kuesioner untuk mengukur cemas	Kuesioner dikembangkan dari *Geriatric Axiety Inventory (GAI)*	Ordinal	- Cemas tingkat Berat - Cemas tingkat Sedang - Cemas tingkat Ringan

4.8 Prosedur Penelitian/Pengumpulan Data

Dalam pelaksanaannya peneliti meminta bantuan kepada kader posyandu lansia untuk menyiapkan tempat dan mengkondisikan lansia yang menjadi kelompok kasus dan kelompok kontrol. Setelah melaksanakan sholat subuh berjamaah lansia yang hadir diminta untuk mengisi kuesioner sebagai *pretest.* Peneliti menjelaskan prosedur pengisian kuisioner secara jelas dan mempersilahkan kepada lansia untuk bertanya apabila ada pernyataan pada kuisioner yang tidak dimengerti. Kemudian hasil pengisian kuesioner *pretest* dikumpulkan kepada peneliti.

Setelah itu kelompok kontrol diminta berpindah ke suatu tempat dan diberikan intervensi selama 10 menit oleh salah satu kader posyandu lansia dengan SOP sebagai berikut:

1. Lansia dikondisikan duduk secara rapi
2. Kader memutarkan lagu nasyid dari penyanyi Opick yang berjudul *"Tombo Ati"* selama 2 kali lansia mendengarkan lagu tersebut

Sedangkan kelompok kasus diminta untuk tetap tinggal di masjid. Kelompok kasus diberikan terapi resitasi Al-Qur'an selama 10 menit mendengarkan lantunan surat Ad-Dhuha beserta terjemahannya yang diputarkan oleh peneliti melalui media *MP3* laptop dan pengeras suara *sound speaker.* Berikut adalah langkah-langkah terapi resitasi Al-Qur'an yang dilakukan kepada kelompok kasus:

1. Lansia dikondisikan duduk secara rapi
2. Menganjurkan lansia untuk rileks dan tenang selama terapi dilakukan
3. Menganjurkan lansia untuk menutup mata

4. Mendengarkan dan memahami lantunan ayat suci Al-Qur'an surat Ad-Dhuha beserta terjemahannya secara bersama-sama dalam durasi 10 menit setelah selesai sholat subuh
5. Membuka mata
6. Minum air putih dalam gelas
7. Bersama-sama melafalkan "Allah" 3x
8. Mengajarkan relaksasi nafas dalam

Setelah melewati langkah-langkah tersebut selama satu minggu, maka peneliti membagikan kuesioner untuk diisi kembali oleh responden lansia dalam kelompok kasus. Pembagian ini sebagai *posttest* setelah kelompok kasus diberikan terapi resitasi Al-Qur'an. Begitu pula dengan kelompok kontrol dipersilahkan untuk mengisi kuesioner sebagai *posttest.* Kemudian hasil *posttest* dikumpulkan ke peneliti. Terapi resitasi Al-Qur'an ini dilakukan setiap pagi hari setelah sholat subuh berjamaah selama satu minggu. Di akhir penelitian kelompok kontrol akan mendapatkan perlakuan yang sama dengan kelompok kasus agar bisa merasakan manfaat dari terapi resitasi Al-Qur'an.

4.9 Analisis Data

4.9.1 Pre Analisa

Setelah data kuesioner tentang tingkat kecemasan pada lansia terkumpul dilakukan pengolahan data melalui tahap pemeriksaan (editing), proses pemberian identitas (koding), dan tabulasi data.

1. Editing

Editing diperlukan untuk melihat apakah data yang sudah terkumpul terisi lengkap, tulisan cukup jelas, dan catatan sudah dipahami.

2. *Koding*

Koding yaitu memberikan identitas pada masing-masing angket kuesioner sesuai dengan nomor urut responden.

3. *Tabulasi*

Data yang telah dikumpulkan kemudian dikelompokkan berdasarkan jawaban yang sesuai dengan variabel yang diteliti dan diberi penilaian berdasarkan kriteria sebagai berikut:

Pemberian skor untuk tingkat kecemasan:

Dari 9 pertanyaan, apabila responden menunjukkan kesimpulan cemas:

7-9 poin: sangat cemas

4-6 poin: cemas

1-3 poin: kurang cemas

4.9.2 Analisa

a. Sebelum dan sesudah diberikan terapi pada kelompok kasus

Setelah dilakukan pengumpulan data *pretest* dan *posttest* pada kelompok kasus, maka data observasi tersebut akan ditabulasi untuk melihat adanya perbedaan antara skor kecemasan sebelum dan sesudah diberikan terapi pada kelompok kasus.

Kemudian data tersebut dianalisa dengan menggunakan uji nonprametrik *"Wilcoxon Matched-Pairs."* Uji ini dipilih karena data yang akan diuji adalah data kategorik dengan skala ukur ordinal dan

kemungkinan data untuk berdistribusi normal sangat kecil sehingga uji parametrik tidak dapat digunakan. *Wilcoxon test* sesuai untuk digunakan dalam penelitian ini karena dapat mengetahui signifikansi besarnya beda antara pasangan-pasangan dan arah beda sekaligus, sehingga akan dapat diketahui apakah terjadi penurunan tingkat kecemasan atau justru kenaikan tingkat kecemasan. Dengan tingkat signifikansi 5% (alpha= 0,05). Analisa data ini akan dikerjakan dengan program computer SPSS for Windows versi 16.00.

Hipotesis: $H_0 : d = 0$

$H_1 : d \neq 0$

Keterangan: d = selisih tingkat kecemasan sebelum dan setelah diberikan intervensi.

b. Perbedaan *pretest-posttest* pada kelompok kontrol dan kasus

Setelah dilakukan pengumpulan data *pretest* dan *posttest* pada kelompok kontrol dan kelompok kasus, maka data observasi tersebut akan ditabulasi untuk melihat perbandingan adanya perbedaan antara skor kecemasan *pretest-posttest* pada kelompok kontrol dan kasus. Uji statistika inferensial yang digunakan dalam hal ini adalah *"Mann-Whitney"*. Uji ini dipilih karena data yang akan diuji adalah data kategorik dengan skala ukur ordinal dan kemungkinan data untuk berdistribusi normal sangat kecil sehingga uji parametrik tidak dapat digunakan. *Mann-Whitney* pun tepat digunakan karena dalam hal ini terdiri dari 2 kelompok yang tidak berpasangan atau tidak saling mempengaruhi. Dengan demikian akan dapat diketahui apakah terjadi penurunan tingkat kecemasan

atau justru kenaikan tingkat kecemasan. Tingkat signifikansi 5% (alpha= 0,05). Analisa data ini akan dikerjakan dengan program computer SPSS for Windows versi 16.00.

4.10 Penyajian Data

Hasil penelitian disajikan dalam bentuk tabel dan diagram untuk menunjang interpretasi data serta akan diberikan indikator interpretasi data.

4.11 Etika Penelitian

Penelitian ini memperhatikan etika penelitian karena populasi yang diambil adalah salah satu populasi khusus yaitu lansia. Peneliti telah mengajukan permohonan ijin kepada institusi pendidikan (Fakultas) untuk mendapatkan surat keterangan melakukan penelitian di Posyandu Dusun Gambiran Desa Mojosari. Sebelumnya telah lulus uji *Ethical Clearance.* Beberapa etika dasar yang diperhatikan oleh peneliti, antara lain:

1. *Respect*
   a. Otonomi

      Responden mempunyai hak memutuskan apakah mereka bersedia menjadi subyek ataupun tidak dan boleh berhenti menjadi responden di tengah pengumpulan data tanpa adanya sanksi apapun.

   b. *Inform consent*

      Calon responden akan diberi penjelasan terlebih dahulu mengenai prosedur penelitian, adanya persetujuan sebelum dilakukan penelitian, dengan adanya pernyataan tertulis, dan calon responden

berhak untuk menolak berpartisipasi di awal dan selama penelitian berlangsung.

c. *Anonimity*

Untuk menjaga kerahasiaan identitas responden, peneliti tidak akan mencantumkan nama responden pada lembar pengumpulan data yang diisi oleh responden, lembar tersebut hanya akan diberi kode yang diketahui oleh peneliti saja (Notoatmojo, 2002).

2. *Beneficience*

Manfaat yang diperoleh dari penelitian ini adalah lansia dapat saling membantu dan menguatkan dalam menghadapi kecemasan yang sering muncul serta meningkatkan kemampuan lansia mengatasi kecemasan. Terapi ini bisa dilakukan bersama-sama setiap pagi setelah menjalankan sholat subuh berjamaah. Frekuensi resitasi juga bisa ditambahkan di saat lansia beranjak tidur. Saat pagi hari dan malam hari inilah merupakan saat yang tepat melakukan resitasi Al-Qur'an karena di saat inilah sistem saraf di otak berada dalam kondisi rileks dan tenang sehingga terapi ini secara efektif mempengaruhi sistem limbik di otak yang berhubungan dengan aspek emosi. Setelah menjalani terapi diharapkan tingkat kecemasan lansia menurun, meningkatkan kualitas hidup lansia sehingga dapat menjalani kehidupan dengan baik.

Kerugian dalam penelitian ini hampir tidak ada, mungkin akan sedikit mengganggu jadwal aktivitas lansia sehari-hari pada saat dilakukan terapi. Selain itu untuk mengatasi kelelahan yang dirasakan

oleh lansia maka pada setiap akhir terapi lansia dianjurkan untuk segera beristirahat.

3. *Justice*

Setelah pengambilan data selesai peneliti memberikan intervensi terapi resitasi Al-Qur'an kepada kelompok kontrol selama satu minggu yang dilakukan setelah sholat subuh berjamaah dengan metode yang sama. Hal ini bertujuan agar prinsip keadilan pada subjek penelitian terjaga.