

## **BAB III**

### **METODOLOGI PENELITIAN**

#### **A. Subyek Penelitian**

Menurut Bungin (2006), populasi merupakan keseluruhan dari subjek penelitian yang dapat berupa manusia hewan, tumbuhan, gejala, benda, udara, nilai, peristiwa, sikap hidup dan lain sebagainya yang memiliki kesamaan karakteristik dan digunakan sebagai sumber dalam penelitian. Adapun karakteristik yang dimaksud dapat berupa usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan wilayah tempat tinggal dan lain sebagainya. Lebih lanjut Bungin (2006) menjelaskan bahwa ada dua macam populasi, yaitu populasi sasaran dan populasi sampel. Populasi sasaran adalah keseluruhan objek yang ada didalam ruang lingkup tempat dilakukannya penelitian. Sedangkan populasi sampel merupakan keseluruhan objek yang sesuai dengan karakteristik subjek penelitian yang ada dalam ruang lingkup tempat dilakukannya penelitian.

Adapun yang dimaksud peneliti dalam penelitian ini adalah populasi sampel. Jika dikaitkan dengan tujuan yang ingin dicapai peneliti dalam penelitian ini, maka populasi yang dilibatkan sebagai sumber data dalam penelitian ini harus memiliki karakteristik sebagai berikut:

1. Petugas Kesehatan laki-laki dan perempuan di Puskesmas Bulak Banteng.
2. Petugas kesehatan dengan rentang usia 20-65 tahun dan lama bekerja minimal satu tahun sebagai petugas kesehatan.
3. Menjadi petugas Siaga penanganan Virus Covid-19.
4. Memiliki skor kecemasan sedang, berat dan sangat berat dalam menghadapi wabah virus Covid-19
5. Bersedia menjadi partisipan penelitian (mengisi *informed consent*)

Menurut Bungin (2006), sampel merupakan bagian dari populasi yang dapat menggambarkan keseluruhan dari populasi yang dimaksud dalam penelitian. Subyek penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling*, yakni pemilihan sampel non random dimana peneliti menentukan pengambilan sampel dengan cara menetapkan ciri-ciri khusus yang sesuai dengan tujuan penelitian sehingga diharapkan dapat menjawab permasalahan penelitian.

Tahapan penentuan subjek penelitian

1. Pengambilan data awal  
Petugas Siaga Penanganan Covid-19 Puskesmas Bulak Banteng adalah semua petugas kesehatan di Puskesmas Bulak Banteng yang berjumlah 32 orang. Dalam pengambilan data awal, keseluruhan petugas kesehatan

di puskesmas Bulak Banteng diberikan skala kecemasan dari peneliti yang sudah lulus uji validitas dan reliabilitasnya.

2. Skoring dan kategorisasi

Setelah dilakukan pengambilan data menggunakan skala kecemasan, dilakukan skoring dan pengkategorian, untuk kategori kecemasan ada lima (sangat ringan, ringan, sedang, berat, sangat berat). Dalam penelitian ini yang menjadi subjek yakni dengan kategori sedang dengan skor antara 145 sampai 176 , berat dengan skor antara 177 sampai 208 dan sangat berat dengan skor antara 209 keatas.

3. Penentuan subjek penelitian

Berdasarkan hasil skoring dan kategorisasi dari 32 orang, terdiri dari 11 laki-laki dan 21 perempuan. Dari pengukuran awal dengan pemberian skala didapatkan hasil 16 orang dengan kategori sangat ringan, 13 orang dengan kategori sedang dan 3 orang dengan ketegori tinggi. Peneliti kemudian memperoleh 6 orang yang bersedia menjadi subjek dalam penelitian ini, dengan rincian 1 orang laki-laki dengan kategori sedang, 3 orang perempuan dengan kategori sedang dan 2 orang perempuan dengan kategori berat.

## **B. Desain Penelitian Eksperimen**

### **1. Jenis Penelitian**

Eksperimen psikologis adalah observasi yang objektif terhadap suatu fenomena yang dibuat agar terjadi dalam suatu kondisi yang terkontrol ketat, dimana satu atau lebih factor divariasikan dan faktor yang lainnya dibuat konstan (Seniati, Yulianto, Seriadi 2018). Solso dan Maclin (2002) memberikan definisi singkat mengenai penelitian eksperimental, yaitu pendidikan dimana minimal salah satu variable dimanipulasi untuk mempelajari hubungan sebab-akibat.

Latipun (2006) mengungkapkan bahwa penelitian eksperimen merupakan penelitian yang dilakukan dengan melakukan manipulasi yang bertujuan untuk mengetahui akibat manipulasi terhadap perilaku yang diamati. Menurut Neuman (2000) dalam penelitian eksperimen terdapat tiga hal yang perlu diperhatikan oleh peneliti. Tiga hal tersebut adalah seluruh kegiatannya dilakukan berdasarkan hipotesis yang telah dibuat, terdapat suatu perlakuan yang merubah sesuatu dalam sebuah situasi, dan membandingkan hasil dari perlakuan dengan hasil tanpa perlakuan.

Pada penelitian ini, jenis yang digunakan adalah penelitian eksperimen semu (*quasi experimental*) yaitu penelitian yang dilaksanakan pada satu

kelompok yang dinamakan kelompok eksperimen tanpa adanya kelompok pembandingan atau disebut dengan kelompok kontrol (Arikunto, 2006).

Penelitian ini akan menggunakan *one group pre-test posttest design* yaitu desain eksperimen semu (*quasi eksperiment*) yang hanya menggunakan satu kelompok subyek (kasus tunggal) serta melakukan pengukuran sebelum dan sesudah pemberian perlakuan pada subjek (Latipun, 2006). Secara skematis rancangannya penelitian eksperimennya adalah sebagai berikut:

$$\underline{R \text{ (KE)} \quad O1 \quad X \quad O2}$$

Gambar Rancangan eksperimen *One Group Pretest-Posttest design*

Keterangan:

O1 : Pengukuran sebelum diberikan perlakuan

O2 : Pengukuran setelah diberikan perlakuan

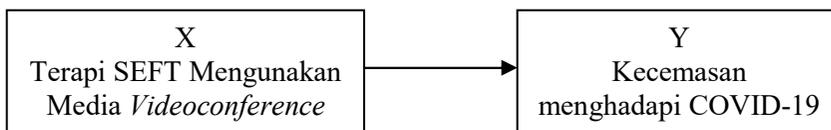
X : Intervensi "*Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) melalui *videoconference*"

## 2. Identifikasi Variabel

Variabel adalah objek penelitian, atau apa yang menjadi titik perhatian suatu penelitian (Arikunto, 2006). Sesuatu dinamai variabel dikarenakan secara kuantitatif atau kualitatif hal tersebut dapat bervariasi. Apabila sesuatu tidak dapat bervariasi maka sesuatu tersebut bukan variabel melainkan konstanta (Azwar, 2010).

Variabel yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah kecemasan sebagai terikat (Y) dan *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) menggunakan media *videoconference* sebagai variabel bebas (X).

Bagan 2. Identifikasi Variabel



### 3. Definisi Operasional

Definisi operasional variabel adalah suatu definisi mengenai variabel yang didasarkan atas sifat-sifat hal yang didefinisikan atau yang dapat diamati dan agar mendapatkan alat pengambilan data yang cocok untuk digunakan (Suryabrata, 2005). Definisi operasional ini dimaksudkan untuk dapat menghindari salah satu pengertian serta penafsiran yang berbeda dalam penelitian ini. Adapun definisi operasional variabel-variabel yang terlibat dalam penelitian ini yaitu:

#### a. Kecemasan (Y)

Dalam penelitian ini variabel terikat yang digunakan adalah kecemasan. Kecemasan yang dimaksud dalam penelitian ini adalah suatu kondisi psikologis seseorang manifestasi dari pengalaman subjektif mengenai ketegangan mental yang menggelisahkan sebagai wujud ketidakmampuan masalah, ancaman atau kondisi yang tidak diinginkan, akan tetapi tidak memiliki objek yang jelas.

Dalam penelitian ini, kecemasan diukur dengan menggunakan skala kecemasan yang disusun oleh peneliti berdasarkan aspek-aspek kecemasan menurut Gail W Stuart, (2006) yaitu reaksi perilaku, kognitif, dan afektif.

#### b. *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) menggunakan media *videoconference* (X)

Dalam penelitian ini variabel bebas yang digunakan adalah *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) menggunakan media *videoconference*. *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) menggunakan media *videoconference* yang dimaksud dalam penelitian ini adalah metode terapi yang memanfaatkan energi spiritual dan kekuatan psikologi secara teknis diberikan menggunakan media *videoconference*. *Videoconference* yang dimaksud dalam penelitian ini adalah media komunikasi dua orang atau lebih dengan menggunakan jaringan internet berupa audiovisual yang memungkinkan dilakukan di tempat yang berbeda dan dengan waktu yang sama (*real time*).

### 4. Prosedur Eksperimen

Prosedur pelaksanaan eksperimen dalam penelitian ini, terdiri 6 sesi, yaitu :

1. Sesi I Pretest
2. Sesi II Pelatihan *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) menggunakan Media *Videoconference*
3. Sesi III Pelaksanaan Terapi bersama dan Monitoring Berkala

4. Sesi IV Pelaksanaan Terapi bersama dan Monitoring Berkala
5. Sesi V Pelaksanaan Terapi bersama dan Monitoring Berkala
6. Sesi VI Post Tes

Pada sesi I subjek mengisi skala kecemasan dengan menggunakan media google form yang mana hal ini dilakukan bersamaan dengan pengukuran awal populasi. Hasil pengukuran awal ini yang kemudian dijadikan data pretest subjek penelitian.

Pada sesi II, subjek diberikan materi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) yang muatannya pengenalan terapi tersebut mulai dari sejarah, manfaat sampai bagaimana cara menggunakan SEFT sebagai terapi mandiri dalam menurunkan kecemasan. Setelah materi yang disajikan dengan ceramah selesai, subjek diajak pemateri untuk melakukan simulasi bersama-sama. Pada saat subjek sudah dinilai pemateri bisa melakukannya, subjek melaksanakan SEFT secara bersamaan dipandu dengan video peraga yang ditayangkan dalam *videoconference* ini.

Video peraga dibuat oleh pemateri bersama peneliti. video peraga ini berisikan peragaan melakukan SEFT yang sudah disesuaikan untuk menurunkan tingkat kecemasan yang dialami tenaga kesehatan dalam menghadapi wabah COVID-19. Dalam video peraga SEFT dilakukan dengan 3 putaran dengan durasi 6,47 menit. Hal ini sesuai dengan apa yang disampaikan Zainuddin (2006) bahwa, terapi SEFT dalam waktu 5 hingga 25 menit bisa menyembuhkan berbagai keluhan fisik maupun psikis yang bersifat permanen.

Pada sesi III sampai V subjek diajak untuk melakukan SEFT secara bersamaan dipandu oleh video peraga. Setelah melaksanakan SEFT peneliti memberikan waktu kepada subjek untuk sharing kegiatan yang dilakukannya sehari. Hal ini dilakukan untuk mengetahui kondisi subjek dalam menghadapi situasi yang setiap harinya selama eksperimen dilaksanakan dan memastikan bahwa subjek tidak melaksanakan SEFT secara mandiri selain pada saat *videoconference*.

Pada sesi IV yakni posttest, subjek dipersilahkan untuk mengisi skala yang sama dengan media *google form*. Hal ini sebagai pengukuran setelah subjek mendapatkan perlakuan.

Pelaksanaan eksperimen ini dilaksanakan di rumah subjek masing-masing secara bersamaan dan real time dengan menggunakan *videoconference*. Hal-hal teknis yang perlu diperhatikan agar proses eksperimen ini berjalan dengan lancar antara lain:

- a. Subjek memiliki perangkat untuk digunakan *videoconference* smartphone, laptop atau komputer dengan *webcamera*

- b. Subjek mampu mengoperasikan aplikasi *videoconference*, dalam hal ini peneliti menggunakan aplikasi Zoom
- c. Subjek memiliki koneksi internet yang cepat dan stabil

Dalam eksperimen ini pemateri SEFT yakni seorang psikolog dan telah bersertifikasi SEFT. Sehingga kapasitasnya dan kapabilitasnya dalam keterlibatan dalam penelitian ini dapat dipertanggungjawabkan.

### C. Pengembangan Alat Ukur

#### 1. Metode Pengumpulan Data

Instrumen merupakan alat yang digunakan untuk mengungkapkan aspek yang ingin diteliti dalam suatu penelitian. Penelitian ini menggunakan skala sikap model likert yaitu disusun untuk mengungkap sikap pro dan kontra, positif dan negatif, setuju dan tidak setuju terhadap suatu obyek sosial, dalam skala sikap, obyek sosial tersebut berlaku sebagai obyek sikap. Skala likert digunakan untuk mengukur sikap, pendapat dan persepsi seseorang atau sekelompok tentang kejadian atau gejala sosial. Skala ini berisi pernyataan *favourable* (mendukung atau memihak pada obyek sikap) dan *unfavourable* (tidak mendukung obyek sikap). (Azwar, 2010).

Pemberian respon dan penentuan Skor ini yang disebut sebagai prosedur penskalaan (*scaling*). Peneliti dapat menggunakan cara pemberian skor yang sederhana, yaitu:

**Tabel 1. Skor Skala Likert**

<b>Jawaban</b>	<b><i>Favourable</i></b>	<b><i>Unfavorable</i></b>
Hampir setiap waktu	4	1
Sebagian waktu	3	2
Kadang-kadang	2	3
Tidak pernah	1	4

Dengan penentuan skor seperti diatas akan didapatkan hasil, semakin tinggi skor yang didapat maka semakin tinggi tingkat kategori dari variabel yang diukur menggunakan skala ini.

Keempat pilihan jawaban tersebut merupakan modifikasi skala Likert dengan menghilangkan respon Netral (N). Hal tersebut dilakukan peneliti dengan alasan adanya kecenderungan responden untuk memilih jawaban ragu-ragu sehingga responden akan menjawab ditengah (*central tendency effect*) dan mengisikan pilihan jawaban netral terutama bagi subyek yang tidak yakin dengan jawaban pasti. Hal ini sangat memungkinkan peneliti akan kehilangan informasi yang berguna.

## **2. Instrumen Alat Ukur**

### **a. Skala Kecemasan**

Blue print skala kecemasan ini disusun berdasarkan teori Gail W Stuart, (2006) yang menyatakan aspek-aspek kecemasan antara lain:

#### **1. Respon Perilaku**

Merefleksikan gelisah, ketegangan fisik, tremor, reaksi terkejut, bicara cepat, kurang koordinasi, cenderung mengalami cedera, menarik diri dari hubungan interpersonal, inhibisi, melarikan diri dari masalah, menghindar, hiperventilasi, dan sangat waspada

#### **2. Kognitif**

Merefleksikan perhatian yang terganggu, konsentrasi buruk, pelupa, salah dalam memberikan penilaian, preokupasi, hambatan berpikir, lapang persepsi menurun, kreativitas menurun, produktivitas menurun, bingung, sangat waspada, kesadaran diri, kehilangan objektivitas, takut kehilangan kendali, takut pada gambaran visual, takut cedera atau kematian, kilas balik, dan mimpi buruk

#### **3. Afektif**

Merefleksikan mudah terganggu, tidak sabar, gelisah, tegang, gugup, ketakutan, waspada, kengerian, kekhawatiran, kecemasan, mati rasa, rasa bersalah, dan malu.

**Tabel 2. *Blueprint* Skala Kecemasan Sebelum Uji Coba**

No	Aspek	Penjelasan	Item		Jml
			<i>favourable</i>	<i>unfavourable</i>	
1.	Respon Perilaku	Merefleksikan gelisah, ketegangan fisik, tremor, reaksi terkejut, bicara cepat, kurang koordinasi, cenderung mengalami cedera, menarik diri dari hubungan interpersonal, inhibisi, melarikan diri dari masalah, menghindari, hiperventilasi, dan sangat waspada	1, 8, 15, 27, 31, 38, 55, 57, 60, 72, 68, 51, 45, 13, 73	4, 10, 20, 24, 33, 37, 46, 50, 69, 74, 61, 54, 40, 18, 75	30
2.	Kognitif	Merefleksika perhatian yang terganggu, konsentrasi buruk, pelupa, salah dalam memberikan penilaian, preokupasi, hambatan berpikir, lapang persepsi menurun, kreativitas menurun, produktivitas menurun, bingung, sangat waspada, kesadaran diri, kehilangan objektivitas, takut kehilangan kendali, takut pada gambaran visual, takut cedera atau kematian, kilas balik, dan mimpi buruk	5, 11, 25, 32, 39, 58, 62, 70, 53, 43, 76	2, 16, 21, 30, 36, 52, 66, 71, 63, 49, 47	22
3.	Afektif	Merefleksikan mudah terganggu, tidak sabar, gelisah, tegang, gugup, ketakutan, waspada, kengerian, kekhawatiran, kecemasan, mati rasa, rasa bersalah, dan malu.	3, 17, 22, 29, 41, 64, 65, 48, 35, 23, 19, 9	6, 14, 26, 34, 42, 59, 67, 56, 44, 28, 12, 7	24
Total			38	38	76

## D. Pengujian Alat Ukur

### 1. Validitas

Menurut Azwar (2010) validitas berasal dari kata *validity* yang artinya sejauh mana ketepatan kecermatan suatu alat ukur dalam melakukan fungsi ukurnya. Validitas seringkali dikonsepsikan sebagai sejauhmana suatu alat ukur mampu mengukur atribut yang seharusnya diukur. Azwar (2010) menyebutkan bahwa ada beberapa tipe validitas yang digolongkan dalam tiga kategori besar yaitu *content validity* (validitas isi), *construct validity* (validitas konstruk) dan *criterion-related validity* (validitas berdasarkan kriteria). Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan validitas ini. Validitas isi merupakan validitas yang diestimasi lewat pengujian terhadap isi tes dengan analisis rasional atau lewat *professional judgment*. Validitas ini mengukur sejauhmana aitem-aitem tes mewakili komponen-komponen dalam keseluruhan kawasan isi objek yang hendak diukur dan sejauh mana aitem tes mencerminkan ciri perilaku yang hendak diukur (Azwar 2010).

Peneliti memilih pengujian isi tes lewat *professional judgment* yaitu dosen yang memiliki kompetensi yang sesuai dengan variabel yang akan diteliti kemudian instrument diuji coba kepada subjek dengan karakteristik yang sesuai. Ada dua elemen yang diuji validitas isinya yaitu isi tes dan modul. Data hasil dari pengisian *pre test* akan diolah secara statistik untuk mengetahui kondisi awal subjek. Hasil dari *pre test* akan dibandingkan dengan data pengisian *post test*. Perubahan skor yang terjadi akan dianggap sebagai akibat atau hasil dari *treatment* yang dilakukan.

Validitas instrumen dapat dilihat dari perhitungan menggunakan SPSS 25 for Windows, dimana *r*-hitung yang kemudian dibandingkan dengan *r*-tabel. Bila *r*-hitung lebih besar atau sama dengan *r*-tabel maka butir instrumen valid dan begitu pula sebaliknya jika *r*-hitung lebih kecil daripada *r*-tabel maka butir instrumen tidak valid.

Pengujian skala kecemasan ini dengan menggunakan media google form disebarakan secara random kepada tenaga kesehatan seluruh indonesia dengan batasan kurun waktu selama satu bulan. Peneliti mendapatkan respon sebanyak 75 responden. Respon tersebut dilakukan perhitungan menggunakan SPSS 25 for windows dengan 2 putaran didapatkan hasil sebagai berikut:

**Tabel 3. Blueprint Skala Kecemasan Sesudah Uji Coba**

No	Aspek	Item								Jml
		Sahih				Gugur				
		F		UF		F		UF		
1.	Respon Perilaku	1, 8, 13, 15, 27, 31, 38, 45,55, 57, 60, 72, 73	10, 18, 20, 24, 33, 37, 40, 46, 50, 54, 61, 69, 74, 75	51, 4, 68,					<b>30</b>	
2.	Kognitif	5, 11, 25, 32, 39, 43, 53, 58, 62, 70, 76	2, 21, 30, 36, 47, 49, 52, 63, 71,	-	16, 66				<b>22</b>	
3.	Afektif	3, 9, 17, 23, 29, 35, 41, 48, 64, 65,	7, 12, 14, 26, 34, 56, 67,	19, 6, 28, 22, 42, 44, 59,					<b>24</b>	

Hasil uji validitas skala Kecemasan dilakukan dalam dua kali putaran. Putaran pertama dari 76 aitem yang diujikan ada 10 aitem gugur yaitu pada nomor aitem 4, 16, 19, 28, 42, 44, 51, 59, 66, dan 68 dengan nilai *index Corrected Item Total Correlation* yang bergerak dari -0,158 sampai 0,282. Pada putaran kedua dari 66 aitem yang diujikan, ada 2 aitem gugur yaitu pada nomor aitem 6 dan 22 dengan nilai *index Corrected Item Total Correlation* sebesar 0,229 sampai dengan 0,293. Dari uji validitas skala kecemasan didapatkan hasil 64 aitem.

## 2. Reliabilitas

Reliabilitas dapat diartikan sebagai kemantapan, konsistensi, prediktabilitas atau keteramalan, dan kejituan atau ketepatan alias akurasi Kerlinger (1986). Sebuah alat ukur dapat dikatakan reliabel jika memiliki kemantapan, konsisten antara hari ini dan keesokan harinya. Memiliki kekuatan untuk meramalkan dan tepat mengukur apa yang diukur. Selanjutnya menurut Azwar (2010) pengukuran reliabilitas dinyatakan dengan koefisien reliabilitas yang angkanya berada dalam rentang 0 s/d 1,00, jika koefisien mendekati angka 1,00 maka semakin alat ukur tersebut memiliki reliabilitas yang tinggi.

Pada perhitungan pengujian reliabilitas dalam penelitian ini, peneliti menggunakan SPSS 25 for Windows. Hasil yang didapatkan nilai *alpha cronbach* 0,948 dari 64 item. Hasil ini dapat disimpulkan bahwa skala kecemasan yang telah lolos uji validitas sebanyak 64 mempunyai reliabilitas yang sangat baik.

## E. Analisa Data

Penelitian ini akan menghasilkan dua jenis data, yaitu data kuantitatif dan data kualitatif. Dimana data kualitatif akan digunakan sebagai data pendukung dari data kuantitatif. Kedua data tersebut akan dianalisis dengan metode berbeda, yaitu:

### 1. Analisis data kuantitatif

Analisis data kuantitatif dilakukan dengan menggunakan metode statistik yang teknisnya disesuaikan dengan tujuan penelitian. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah pelatihan SEFT melalui *videoconference* dapat menurunkan tingkat kecemasan petugas kesehatan dalam menghadapi virus Covid-19. Pengaruh pelatihan SEFT akan diamati berulang, yaitu sebelum perlakuan dan setelah perlakuan.

Data *pre-test* dengan *post-test* yang diperoleh dalam penelitian akan dianalisis dengan menggunakan *Mann Whitney test* (non parametrik) untuk mengetahui adakah signifikan perbedaan rata-rata (*mean*) diantara dua sampel yang tidak terdistribusi normal.

### 2. Analisis data kualitatif

Data kualitatif dalam penelitian ini diperoleh dari hasil observasi dan wawancara subjek. Data hasil observasi dianalisis secara deskriptif dan data dari hasil wawancara akan diolah menggunakan pendekatan studi kasus sesuai petunjuk Creswell (1994). Langkah pertama pengolahan data wawancara adalah penyajian hasil wawancara dalam bentuk deskripsi kasus setiap individu. Langkah kedua adalah menganalisis setiap kasus untuk menemukan tema dan hubungan antar tema. Langkah ketiga adalah melakukan analisis lintas kasus untuk mendapatkan tema-tema dan keterkaitan antar tema yang muncul untuk melihat hubungan sebab akibat antar tema dan dinamika prosesnya.

