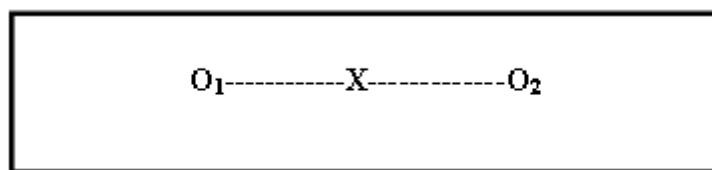


BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis dan Desain Penelitian

Penelitian ini merupakan jenis penelitian eksperimen dengan bentuk *Pre-Experiment*. Desain penelitiannya yaitu menggunakan *One Group Pretest-Posttest Design* adalah desain penelitian eksperimen yang hanya melibatkan satu kelompok yang diukur sebelum dan sesudah perlakuan (*treatment*). *Pretest* dilakukan untuk mengukur kondisi awal kelompok, sedangkan *posttest* mengukur kondisi kelompok setelah diberikan perlakuan (Sugiyono, 2021). Dengan demikian hasil perlakuan dapat diketahui lebih akurat, karena dapat membandingkan dengan keadaan sebelum diberi perlakuan. Desain ini digunakan sebagai tujuan yang hendak dicapai untuk mengetahui “Pengaruh audio hipnoterapi terhadap kecemasan ibu hamil trimester III di PMB Wilayah Kec. Madang Suku II Kab. OKU Timur”. Berikut tabel desain penelitian *One Group Pretest-Posttest Design*. Bentuk rancangan penelitian ini sebagai berikut:



Gambar 3.1 Desain Penelitian

Keterangan :

O_1 : Tingkat kecemasan sebelum dilakukan Audio Hipnoterapi

X : Perlakuan dengan diberikan Audio Hipnoterapi

O_2 : Tingkat kecemasan sesudah dilakukan Audio Hipnoterapi

B. Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian akan dilakukan di PMB Wilayah Kec. Madang Suku II Kab. OKU Timur pada bulan Februari–April 2026.

C. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi adalah keseluruhan data subjek penelitian, apabila seseorang ingin meneliti yang ada di wilayah penelitian, maka penelitiannya merupakan penelitian populasi (Arikunto, S., 2019). Adapun populasi dalam penelitian ini adalah ibu hamil trimester III berjumlah 32 orang yang berkunjung di PMB Wilayah Kec. Madang Suku II Kab. OKU Timur.

2. Sampel

Sampling adalah proses menyeleksi porsi dari populasi untuk dapat mewakili populasi. Teknik sampling merupakan cara-cara yang ditempuh dalam pengambilan sampel agar memperoleh sampel yang benar-benar sesuai dengan keseluruhan subjek penelitian.

a. Cara Pengambilan Sampel

Cara pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan metode *non-probability sampling* dengan teknik *purposive sampling*. *Purposive sampling* adalah teknik pengambilan sampel sumber data dengan pertimbangan tertentu.” Alasan menggunakan teknik *Purposive Sampling* adalah karena tidak semua sampel memiliki kriteria yang sesuai dengan fenomena yang diteliti. Oleh karena itu, penulis memilih teknik *Purposive Sampling* yang menetapkan berdasarkan pada kriteria

inklusi dan eksklusi tertentu yang harus dipenuhi oleh sampel-sampel yang digunakan dalam penelitian ini. Sampel dalam penelitian ini merupakan sebagian ibu hamil trimester III yang mengalami kecemasan di PMB Wilayah Kec. Madang Suku II Kab. OKU Timur.

b. Besar sampel

Sampel yang digunakan adalah 30 responden ibu hamil trimester III di PMB Wilayah Kec. Madang Suku II Kab. OKU Timur bulan Februari-April tahun 2026. Dengan memenuhi kriteria kelayakan yaitu :

1)Kriteria inklusi

- a) Ibu hamil Trimester III yang mengalami kecemasan ringan atau sedang.
- b) Ibu bersedia menjadi responden.

2)Kriteria eksklusi

- a) Ibu hamil dengan komplikasi.

Penentuan besar sampel dengan menggunakan rumus Slovin untuk menaksir proporsi populasi (Notoatmodjo, 2010).

Rumus Slovin :

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

Keterangan :

n = jumlah sampel

N = besar populasi

d = tingkat kesalahan ketelitian (0,05)

Berdasarkan rumus tersebut maka besar sampel dalam penelitian ini adalah

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

$$n = \frac{32}{32 \cdot (0,05)^2 + 1}$$

$$n = \frac{32}{1,08}$$

$$n = 29,62$$

$$n = 30$$

Jadi jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 30 orang.

D. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data

Data primer adalah jenis data yang digunakan dalam penelitian ini dan dikumpulkan langsung dari responden penelitian melalui teknik pengisian kuesioner. (Sugiyono, 2022)

1. Data Primer

Data primer dalam penelitian ini adalah data yang diperoleh langsung dari responden (ibu hamil) melalui metode pengumpulan data seperti kuesioner, wawancara, dan observasi sebelum dan sesudah intervensi audio hipnoterapi.

2. Data Sekunder

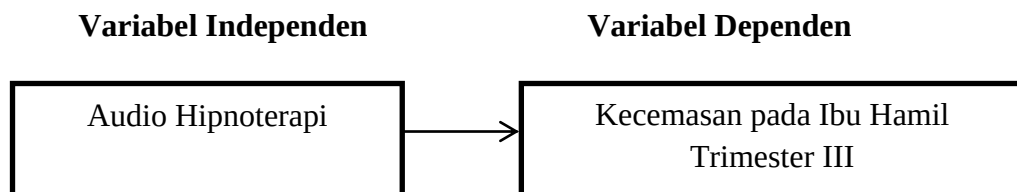
Data sekunder adalah data yang diperoleh dari sumber yang sudah ada sebelumnya, seperti jurnal, buku, laporan resmi atau dokumen kesehatan yang relevan dengan penelitian. Data sekunder pada penelitian ini didapat dari data demografi, jumlah kunjungan ibu hamil yang terdaftar dipuskesmas dan hasil studi sebelumnya.

E. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian adalah segala alat, bahan, dan sarana yang diperlukan dalam kegiatan penelitian. Instrumen penelitian dapat berupa alat ukur standar, kuesioner dan pedoman observasi (Fahrul, 2023). Instrument yang digunakan dalam penelitian ini berupa Audio Hipnoterapi yang diadopsi dari bidan Susilawati yang disosialisasikan bersama *Prenatal Gentle Yoga* dan Kuesioner PRAQ-R2 (Mudra, 2019).

F. Variabel Penelitian

Variabel Independen yang digunakan dalam penelitian ini adalah Audio Hipnoterapi dan variabel dependent yang digunakan dalam penelitian ini adalah kecemasan ibu hamil trimester III.



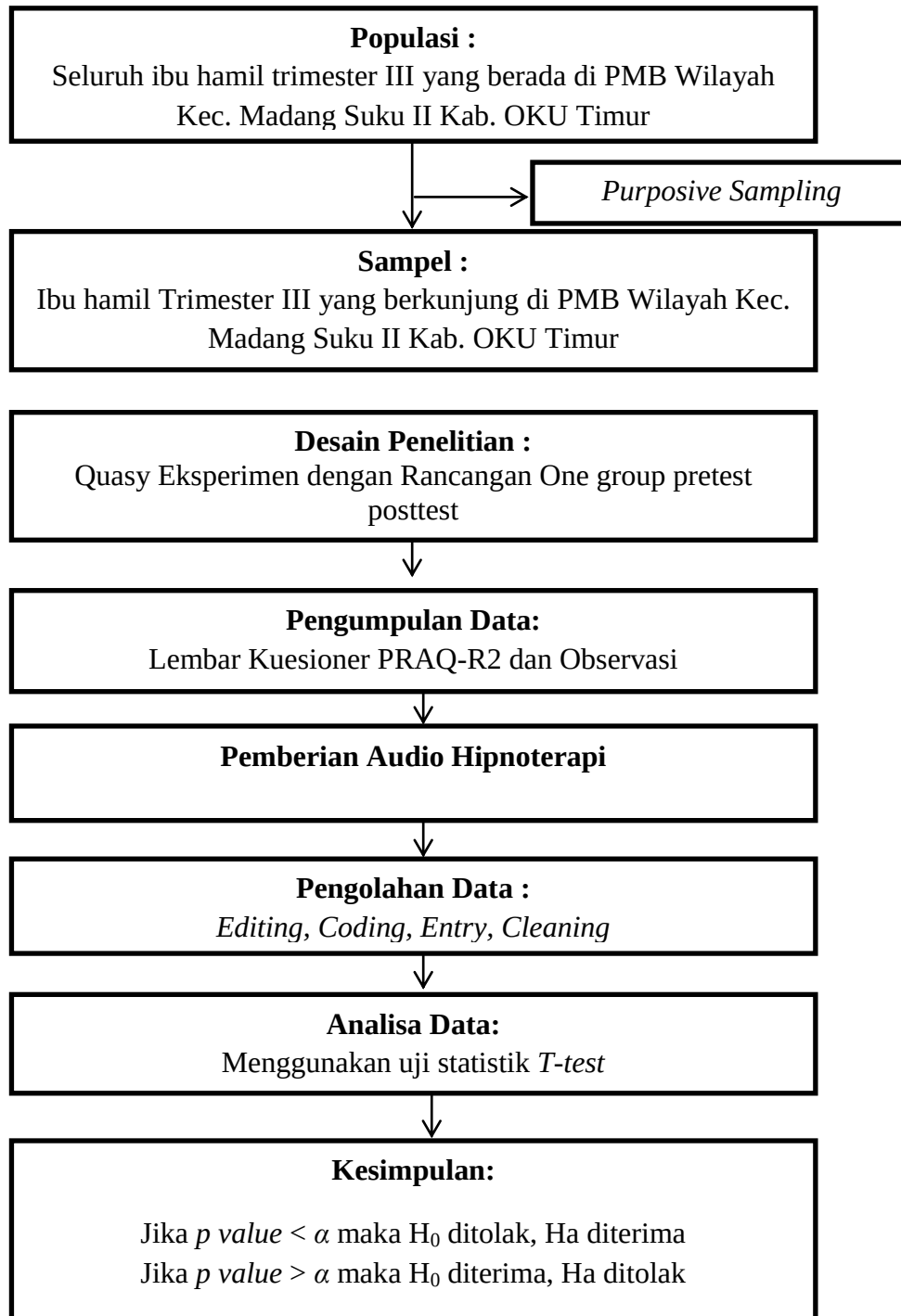
Gambar 3.2. Kerangka Konsep

G. Definisi Operasional

Variabel	Definisi	Alat Ukur	Cara Ukur	Hasil Ukur	Skala Ukur
Audio Hipnoterapi	Media suara yang digunakan untuk membuat keadaan trance di mana ibu hamil kehilangan kemampuan logisnya dan mengalami perubahan pada	SOP	Mendengarkan audio hipnoterapi	Mendengarkan audio hipnoterapi - sebelum - sesudah	-

	sensasi, persepsi, pikiran atau perilaku					
Kecemasan Ibu Hamil	Kekhawatiran yang tidak jelas dan menyebar, yang berkaitan dengan perasaan yang tidak pasti dan tidak berdaya pada ibu selama masa kehamilan, dimana keadaan emosi ini tidak memiliki objek yang spesifik	PRAQ-R2 (pregnancy anxiety questionnaire)	Mengisi kuisisioner	1. Kecemasan Ringan, (skor <23) 2. Kecemasan Sedang, (skor ≥ 23 - <37) 3. Kecemasan Berat, (skor ≥ 37) (Huizink, et al., 2016)	Ordinal	

H. Kerangka Operasional



Gambar 3.2 Kerangka Operasional

I. Cara Pengolahan

Pengolahan data yang dilakukan dalam penelitian terdiri dari empat tahap yaitu, *editing*, *coding*, *entry* dan *cleaning*, mengeluarkan informasi. (Sugiyono, 2022)

a. *Editing*

Editing adalah mengkaji dan meneliti data yang telah terkumpul, apakah sudah baik dan dapat dipersiapkan untuk proses berikutnya. Proses editing ini meliputi langkah-langkah sebagai berikut: pertama, mengecek nama dan identitas responden. Kedua, mengecek kelengkapan data, apabila ternyata ada kekurangan isinya, yaitu: memeriksa kembali isi kuesioner, dan apakah ada kuesioner yang rusak dan sobek. Ketiga, mengecek macam-macam isian data. Jika didalam instrumen sebuah atau beberapa item yang diisi “tidak tahu” atau isian lain yang tidak dikehendaki peneliti, padahal isian yang diharapkan merupakan variabel pokok, maka item perlu didrop (Sugiyono, 2022).

b. *Coding*

Coding adalah mengklasifikasi jawaban dari responden, macam-macamnya dengan memberikan kode pada masing-masing jawaban. Dan mengumpulkan hasil observasi dari responden dengan kode masing-masing hasil observasi (Sugiyono, 2022). Untuk jawaban pertanyaan kuesioner PRAQ-R2 (Pregnancy anxiety questionnaire) jika responden menjawab pertanyaan “pernah” maka diberi skor 1 , “kadang-kadang”

diberi skor 2, “cukup sering” diberi skor 3, “sering” diberi skor 4, dan “sangat sering” diberi skor 5.

c. Entry

Setelah semua isian kuesioner terisi penuh dan benar , dan juga sudah melewati *coding*, maka langkah selanjutnya adalah memproses data agar dapat dianalisis. Proses data dilakukan dengan meng-*entry* data dari kuesioner ke paket program komputer. *Entry* dari data kuesioner yang telah di coding kemudian dilakukan *analyze* frekuensi untuk mengetahui frekuensi dari setiap variabel yang didapatkan dari responden (Sugiyono, 2022).

d. Cleaning

Cleaning merupakan kegiatan pengecekan kembali data yang sudah di-*entry*, apakah ada kesalahan atau tidak. Kesalahan tersebut dimungkinkan terjadi pada saat kita meng-*entry* ke komputer (Sugiyono, 2022).

e. Mengeluarkan Informasi

Setelah melakukan proses *editing*, *coding*, data *entry*, dan *cleaning*, peneliti menyajikan data dalam bentuk tulisan dan tabel (tabulasi) (Sugiyono, 2022).

J. Analisis Data

1. Analisis Univariat

Analisis univariat digunakan untuk menganalisis setiap variabel dari hasil penelitian. Audio hipnoterapi dan kecemasan dianggap sebagai

variabel independen, dan analisis diskriptif digunakan dengan distribusi frekuensi dan persentase.

2. Analisis Bivariat

Analisis bivariat adalah analisa data pada dua variable yang diduga mempunyai korelasi (Notoatmojo, 2018). Uji yang digunakan adalah uji T (paired t-test) untuk membandingkan data pretest dan posttest pada kelompok eksperimen jika berdistribusi normal. Apabila data berdistribusi tidak normal maka digunakan Uji Wilcoxon Sign Rank. Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui bagaimana penyebaran data pada sebuah kelompok atau populasi terdistribusi normal dan tidak normal. Terdapat cara uji normalitas salah satunya adalah Shapiro-Wilk untuk sampel data yang kurang dari 100. Suatu data dikategorikan berdistribusi normal apabila nilai signifikansi $\geq 0,05$ (Sig. ≥ 0.05). Pada penelitian ini terdapat 30 sampel, maka dilakukan uji normalitas menggunakan Saphiro-Wilk. (Rita Dwi Lestari Hulu et al., 2023).

K. Etika Penelitian

1. Informed Consent

Informed Consent (lembar persetujuan) berisi penjelasan mengenai penelitian yang dilakukan, tujuan penelitian, tata cara penelitian, manfaat yang diperoleh responden, dan resiko yang mungkin terjadi. Pernyataan dalam lembar persetujuan jelas dan mudah dipahami sehingga responden tahu bagaimana penelitian ini dijalankan.

2. *Confidentiality*

Confidentiality, Peneliti menjamin kerahasiaan informasi yang diberikan kepada subjek penelitian. Peneliti hanya membuat inisial dari setiap subjek yang memenuhi kriteria dan memasukkannya ke dalam formulir pengumpulan data, menghindari mempublikasikan identitas mereka.

3. *Benefit*

Benefit, Penelitian ini bertujuan untuk menghasilkan sebanyak mungkin keuntungan dari penelitian dan sesedikit mungkin kerugian. Hasil penelitian ini akan menguntungkan tidak hanya peneliti tetapi juga pemangku kebijakan dan bidan di wilayah penelitian karena mereka akan dapat memberikan informasi terkait dengan temuan penelitian.

4. *Justice*

Justice, semua subjek yang termasuk ke dalam penelitian diberi hak yang sama.

L. Prosedur Penelitian

Prosedur pengumpulan data dalam penelitian berguna untuk mempermudah dalam menyelesaikan penelitian. Adapun jalannya penelitian sebagai berikut :

1. Tahap Pelaksanaan

- a. Peneliti menemui responden selanjutnya menjelaskan tujuan penelitian, manfaat penelitian dan proses penelitian harapan dari penelitian serta memberi kesempatan bertanya bila ada yang

kurang jelas. Apabila responden bersedia berpartisipasi dalam penelitian ini maka responden diminta menandatangani lembar persetujuan menjadi responden. Apabila tidak bersedia maka keputusan responden tetap dihargai.

- b. Peneliti melakukan wawancara secara langsung dengan pedoman kuesioner.
- c. Setelah itu peneliti mengumpulkan kuesioner yang telah diisi oleh responden.
- d. Peneliti mengumpulkan kuesioner-kuesioner yang telah diisi dalam satu berkas.
- e. Setelah itu peneliti melakukan intervensi pada ibu hamil trimester III yaitu Audio Hipnoterapi untuk mengurangi kecemasan ibu hamil.
- f. Intervensi Audio Hipnoterapi dilakukan selama 2 minggu.
- g. Setelah dilakukan intervensi audio hipnoterapi pada ibu hamil trimester III, selanjutnya peneliti melakukan posttest kuesioner penelitian.
- h. Peneliti melakukan pengolahan data dengan program komputer
- i. Analisis hasil dilakukan dengan analisa univariat dan bivariat untuk mengetahui pengaruh kedua variabel tersebut.