

## BAB III

### METODE PENELITIAN

#### A. Desain Penelitian

Metode penelitian ini menggunakan jenis penelitian eksperimental dengan rancangan *Quasy Eksperiment* (penelitian eksperimen semu) yang menggunakan *pre-test and post-test with control group design*, yaitu pada kelompok eksperimen diberi perlakuan sedangkan pada kelompok kontrol tidak. Pada penelitian ini perlakuan yang dilakukan berupa pemberian *Reminiscence Therapy* yang akan diberikan pada kelompok eksperimen untuk dianalisis pengaruhnya terhadap penurunan tingkat stres pada lansia. Sebelumnya pada kedua kelompok diawali dengan diberikan *pre-test* dan setelah pemberian perlakuan dilakukan pengukuran kembali (*post-test*).

**Tabel 1.** Desain Penelitian

Subjek	Pre-test	Perlakuan	Post-Test
K-A	O	I	OI-A
K-B	O	-	OI-B

Keterangan:

K-A : Subjek (lansia) pada kelompok eksperimen

K-B : Subjek (lansia) pada kelompok kontrol yang tidak diberi perlakuan

I : Perlakuan (*Reminiscence Therapy*)

O1 (A+B): Pengukuran kembali tingkat stres setelah diberikan perlakuan pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.

## B. Populasi dan Sampel penelitian

Populasi penelitian pada tahap pertama adalah semua lansia yang tinggal di PSTW Unit Budi Luhur, Kasongan, Bantul, Yogyakarta. Berdasarkan data Januari 2014 didapatkan bahwa lansia yang tinggal di PSTW Unit Budi Luhur sebanyak 88 orang. Setelah dilakukan skrining dengan tes GDS dan MMSE pada semua lansia didapatkan jumlah sampel lansia yang memenuhi kriteria inklusi sebanyak 38 orang. Batasan usia lansia adalah  $\geq 60$  tahun sesuai dengan klasifikasi usia menurut WHO. Sampel dibagi menjadi dua kelompok yaitu 19 orang pada kelompok intervensi dan 19 orang pada kelompok kontrol.

Kriteria inklusi yang diterapkan yaitu populasi lansia dengan usia  $\geq 60$  tahun, kesadaran kompos mentis, kooperatif, dapat diajak berkomunikasi dengan baik, dan bersedia menjadi responden serta sanggup mengikuti *Reminiscence Therapy* selama 3 sesi. Sedangkan kriteria eksklusi pada penelitian ini adalah lansia yang berada diruang isolasi, sulit mendengar (tuli), lansia dengan demensia berat (skor MMSE  $< 16$ ) dan lansia dengan depresi berat (skor GDS 10-15).

### C. Lokasi dan Waktu penelitian

#### 1. Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilakukan di PSTW Unit Budi Luhur, Kasongan, Bantul, Yogyakarta.

#### 2. Waktu Penelitian

Pengambilan data penelitian ini berlangsung selama bulan Maret-April.

### D. Variabel Penelitian

Variabel penelitian adalah pemberian *Reminiscence Therapy* pada lansia.

Definisi operasional variabel dapat dilihat pada tabel di bawah ini :

### E. Definisi Operasional

**Tabel 2.** Definisi Operasional

No	Variabel	Definisi	Alat ukur	Skala pengukuran	Hasil
1	Tingkat Stres	Skala penilaian terhadap peristiwa kehidupan yang muncul dalam kehidupan lansia (yang tinggal di PSTW Unit Budi Luhur) yang dapat membahayakan kesejahteraan	DASS-42	Rasio	Perbedaan nilai sebelum dan sesudah intervensi
2	<i>Reminiscence Therapy</i>	Proses yang terstruktur secara sistematis dan berguna untuk merefleksikan kehidupan lansia untuk	Modul <i>Reminiscence Therapy</i> Terdapat 3 sesi dalam pemberian intervensi ini.	Nominal	Pemberian intervensi <i>Reminiscence Therapy</i> dan tidak diberi intervensi <i>Reminiscence</i>

mengevaluasi ulang, menyelesaikan konflik dari masa lalu, menemukan makna kehidupan, dan menilai koping adaptif mana yang sebaiknya digunakan	yaitu sesi pertama responden menceritakan masa anak-anaknya, sesi kedua responden menceritakan tentang masa remajanya, dan sesi ketiga responden menceritakan tentang masa dewasa dan kejayaannya.	<i>Therapy</i>
---	--	----------------

## F. Instrumen Penelitian

Data yang dikumpulkan pada tahap ini adalah tingkat stress pada lansia sebelum dan sesudah diberi perlakuan. Hasil penelitian adalah untuk melihat perbedaan tingkat stress sebelum dan sesudah diberikan perlakuan pada kelompok intervensi, dan melihat tingkat stress saat *pretest* dan *posttest* pada kelompok kontrol yang tidak diberikan perlakuan. Alat yang digunakan untuk mengukur tingkat stress lansia adalah kuesioner demografi yang berisi tentang identitas dan karakteristik responden, serta kuesioner DASS-42 untuk skala stress yang terdiri dari 14 pertanyaan yaitu nomor 1, 6, 8, 11, 12, 14, 18, 22, 27, 29, 32, 33, 35, dan 39. Pengisian dilakukan dengan cara memberikan cek list (V) pada pilihan yang tersedia kemudian dilakukan penskoran dalam bentuk skala *likert*.

Setiap item pertanyaan diberikan nilai tidak pernah (skor 0), kadang-

kadang (skor 1), sering (skor 2) dan hampir setiap saat (skor 3). Nilai dari tiap item pertanyaan dijumlahkan, kemudian dikategorikan menjadi 5 kategori diadaptasi dari *Depression Anxiety and Stress Scale (DASS)-42*. Skor total menunjukkan tingkat stress responden. Skor 0-14 (normal), skor 15-18 (stres ringan), skor 19-25 (stres sedang), skor 26-33 (stres berat), dan skor diatas 34 (stres sangat berat).

#### **G. Cara Pengumpulan Data dan Cara Kerja**

Data yang didapatkan pada penelitian ini adalah tingkat stress sebelum dan sesudah diberikan perlakuan berupa *Reminiscence Therapy*. Pengumpulan data dilakukan terlebih dahulu dengan melakukan perijinan antara pihak peneliti dengan pihak-pihak terkait seperti UMY, Sekda Yogyakarta, Sekda Bantul, Dinsos Yogyakarta, Dinsos Bantul, Dinkes Bantul, Kantor Kesatuan Bangsa dan Politik Bantul, dan PSTW Unit Budi Luhur Yogyakarta.

Setelah mendapatkan ijin untuk melakukan penelitian, maka peneliti dibantu dengan 4 asisten peneliti yaitu 3 orang dari PSIK UMY dan 1 orang dari KU UMY melakukan skrining untuk menentukan kriteria inklusi dan eksklusi dengan menggunakan tes GDS untuk melihat tingkat depresi lansia dan tes MMSE untuk melihat tingkat demensia lansia. Setelah mendapatkan responden yang sesuai dengan kriteria inklusi, kemudian peneliti membagi responden dalam kelompok intervensi dan kontrol dengan menggunakan metode acak, yaitu sebanyak 19 orang untuk

kelompok intervensi dan 10 orang untuk kelompok kontrol

Setelah didapatkan jumlah sampel yang sesuai, kemudian peneliti melakukan *Informed Consent* pada lansia untuk mengikuti kegiatan *Reminiscence Therapy* selama 3 sesi. Sebelum terapi dimulai, peneliti memberikan kuesioner DASS-42 terkait tingkat stress untuk melihat nilai tingkat stress sebelum diberikan perlakuan. Untuk menyamakan persepsi terkait tentang pemberian *Reminiscence Therapy* antara peneliti dan asisten peneliti, peneliti menjelaskan terlebih dahulu tentang pengertian, manfaat, metode yang digunakan, dan cara melakukan *Reminiscence Therapy*. Kemudian peneliti dan asisten peneliti melakukan *Reminiscence Therapy* selama 3 sesi pada kelompok intervensi.

*Reminiscence Therapy* merupakan metode yang berhubungan dengan memori, dimana para lansia mendiskusikan mengenai pengalaman masa lalu yang menyenangkan saat anak-anak, dewasa, dan dewasa/masa tuanya. Dalam penelitian ini lansia dibagi menjadi 4 kelompok yaitu 5 orang, 5 orang, 5 orang, dan 4 orang. Setiap sesi dilakukan selama 90 menit dan masing-masing kelompok didampingi oleh 1 orang fasilitator yaitu peneliti atau asisten peneliti. Pada akhir perlakuan, peneliti kembali mengukur tingkat stress pada lansia pada kelompok intervensi dan kontrol. Setelah selesai mengukur tingkat stress pada kedua kelompok, peneliti dan asisten peneliti melakukan *Reminiscence Therapy* selama 3 sesi kepada kelompok kontrol. Pembagian kelompok masing-masing 5 orang dalam 3

## **H. Uji Validitas dan Reliabilitas**

Uji validitas dan reliabilitas tidak dilakukan kembali karena kesamaan data adopsi dengan penelitian sebelumnya yaitu semua instrumen valid dengan nilai reliabilitas 0,8806 (Damanik, 2011).

## **I. Analisa Data**

### **1. Analisis Univariat**

Penelitian ini menggunakan analisis univariat yang berguna untuk mendeskripsikan distribusi dari masing-masing variabel yang diteliti. Variabel yang dideskripsikan adalah karakteristik lansia meliputi umur, jenis kelamin, pendidikan, status perkawinan, riwayat pekerjaan, alasan masuk ke panti werdha dan lama tinggal di panti werdha.

### **2. Analisis Bivariat**

Analisis bivariat yang digunakan dalam penelitian ini dilakukan untuk mengetahui perbedaan tingkat stress antara pretest dan posttest pada masing-masing kelompok, yaitu kelompok intervensi dan kelompok kontrol dengan menggunakan uji Paired Samples T-test dengan tingkat kepercayaan 95%. Sedangkan untuk mengetahui perbedaan tingkat stress antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol menggunakan uji Independent Samples T-test. Kedua uji

## **J. Kesulitan Penelitian**

Kesulitan dalam penelitian ini adalah sebagian besar respondennya kesulitan dalam membaca atau mengisi kuesioner sehingga peneliti harus membantu responden dalam mengisi kuesioner. Peneliti menggunakan metode wawancara langsung. Apabila ada pertanyaan yang kurang atau tidak dipahami oleh responden maka pertanyaan tersebut diubah atau dimodifikasi dengan bahasa yang lebih dipahami kalimatnya tanpa menghilangkan maksud dan tujuan dari pertanyaan.

## **K. Etik Penelitian**

Etika dalam penelitian merupakan hal yang sangat penting dalam pelaksanaan sebuah penelitian mengingat penelitian keperawatan akan berhubungan langsung dengan manusia, maka segi etika penelitian harus diperhatikan karena manusia mempunyai hak asasi dalam kegiatan penelitian. Etika penelitian diproses dan didapatkan dari Komisi Etik dan Penelitian Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan UMY.

Sebelum penelitian dilakukan, peneliti melakukan permohonan dan persetujuan dari instansi, badan/ lembaga yang terkait untuk melaksanakan penelitian. Kepada responden penelitian, peneliti memberikan penjelasan mengenai tujuan penelitian, kesediaan menjadi responden penelitian dengan