

### BAB III

## METODOLOGI

### A. Desain penelitian

Desain penelitian ini adalah eksperimen yaitu untuk mengetahui perbedaan tingkat kecemasan sebelum dan sesudah pemberian terapi musik langgam jawa jenis campursari terhadap tingkat kecemasan pada wanita menopause. Jenis eksperimen ini adalah Quasy eksperiment. Dengan menggunakan pendekatan pre post test with control group. Rancangan ini berupaya untuk mengungkapkan hubungan sebab akibat dengan cara melibatkan kelompok kontrol disamping kelompok eksperimen (Arikunto, 1997).

Pola rancangan penelitian sebagai berikut:

**Gambar 1.** Rancangan Penelitian

|   | Pre-test | perlakuan | Post-test |
|---|----------|-----------|-----------|
| E | 01       | X         | 02        |
| K | 03       | -         | 04        |

Keterangan :

E : kelompok Eksperiment

K : kelompok kontrol

X : diberi perlakuan

- : tidak diberi perlakuan

01 : hasil observasi sebelum diberi perlakuan pada kelompok eksperimen

02 : hasil observasi sesudah diberi perlakuan pada kelompok eksperimen

04 : hasil observasi awal sebelum diberi perlakuan pada kelompok control

04 : hasil observasi akhir tanpa perlakuan pada kelompok control

## **B. Populasi dan Sampel**

### **1. Populasi**

Populasi adalah subjek yang memenuhi kriteria yang sudah ditetapkan (Nursalam, 2008). Populasi yang dimaksud dalam penelitian ini adalah semua wanita yang sudah menopause di Desa Karangasem Seloharjo Pundong Bantul, Yogyakarta. Sampel adalah bagian dari populasi yang dipilih dengan sampling tertentu untuk bisa memenuhi atau mewakili populasi (Nursalam, 2003). Jumlah sampel yang diambil berjumlah 60 orang wanita. Sampel diambil dari populasi yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi sebagai berikut:

#### Kriteria inklusi

- a. Wanita berusia 51-60 tahun
- b. Bersedia menjadi responden
- c. Menetap di desa Karangasem Seloharjo Pundong Bantul

#### Kriteria eksklusi

- a. Diketahui gagal dalam menjalankan penelitian
- b. Diketahui tidak menjalankan aturan penelitian dengan baik

### **2. Sample**

Sampel adalah bagian dari populasi yang dipilih dengan sampling tertentu untuk bisa memenuhi atau mewakili populasi (Nursalam, 2003). Dalam penelitian ini diambil jumlah sampel 60 orang dari wanita menopause di Desa Karangasem, Seloharjo, Pundong, Bantul. Sample yang memenuhi kriteria akan mengikuti tes untuk mengetahui tingkat kecemasan awal dengan menggunakan

kuesioner dengan wawancara dengan perbandingan 22 orang wanita akan diberi perlakuan dan 22 orang wanita sebagai sample kontrol.

### **3. Lokasi dan Waktu Penelitian**

Penelitian ini akan dilakukan di Desa Karangasem, Seloharjo, Pundong, Bantul, Yogyakarta dan dilakukan pada bulan Maret sampai bulan Juli 2013. Peneliti memilih tempat ini untuk penelitian karena masih banyak nya wanita menopause yang masih belum bisa mengatasi kecemasan ketika menghadapi menopause. Penelitian ini dilakukan pada bulan Maret sampai dengan bulan Juli 2013

### **4. Variabel dan Definisi Operasional**

#### **a. Variabel independen**

Variabel Independen adalah suatu stimulus untuk menciptakan dampak pada dependent variabel sehingga independent variabel dalam penelitian ini adalah terapi musik langgam jawa

#### **b. Variabel Dependen**

Variabel dependen adalah variabel respon atau output akibat dipengaruhi oleh independent variabel sehingga dependent variabel pada penelitian ini adalah cara menilai tingkat kecemasan yang diukur dengan standar baku kecemasan T-MAS saat terapi, sebelum terapi dan sesudah terapi diberikan pada wanita menopause. Tingkat kecemasan menurut *Hamilton Rating Scale for Anxiety* terbagi menjadi empat tingkat yaitu kecemasan ringan, kecemasan sedang, kecemasan berat dan panik.

c. Definisi Operasional

Pemberian terapi musik klasik langgam jawa yang dimaksud adalah musik langgam jawa yang berupa musik kroncong, musik tradisional, dan musik campursari. Serta terapi musik yang dapat mempengaruhi kecemasan pada wanita yang mengalami menopause. Perlakuan terapi musik adalah dengan menggunakan musik langgam jawa jenis campursari yang terdiri dari sembilan lagu yaitu *yen ing tawang ono lintang, caping gunung, walang keket, ojo lamis, jenang gulo, ande-ande lumut, kangen, gambang suling dan jamu jowo*. Musik langgam jawa diberikan 30 menit dalam sekali pemberian terapi. Cara pemberian terapi dengan menggunakan mp3 untuk didengarkan para wanita menopause antara pukul 10.00 WIB sampai pukul 15.00 WIB. Sedangkan pada kelompok kontrol tidak diberikan tindakan apapun.

Pemilihan musik yang akan di dengarkan sesuai dengan musik langgam jawa yang sudah dituliskan di atas. Pemberian musik hanya berjumlah enam lagu, dikarenakan waktu 30 menit hanya bisa mencakup antara lima sampai enam lagu. Pemberian terapi ini dilakukan di balai desa, dengan cara menggumpulkan wanita menopause untuk diberikan terapi musik selama 30 menit dengan lima sampai enam lagu setiap hari nya.

Tingkat kecemasan wanita menopause adalah merupakan respon emosional pada wanita menopause terhadap penilaian individu yang subyektif yang di pengaruhi alam bawah sadar dan tidak diketahui secara khusus apa penyebab nya. Ansietas merukan istilah yang sangat akrab

dengan kehidupan sehari-hari yang menggambarkan keadaan khawatir, gelisah, takut, tidak tenang dan disertai berbagai keluhan fisik. Keadaan tersebut dapat terjadi atau disertai kondisi situasi kehidupan dan berbagai gangguan kesehatan. (Dalami,2009). Pemberian terapi musik yang mampu membantu seseorang dalam mencapai tingkat kecemasan yang rendah dengan cara kemampuan memilih music yang sudah dikenal sebelumnya. Lama pemberian terapi musik pada bulan Februari 2012 sampai bulan Mei 2012. Tingkat kecemasan ini diukur dengan menggunakan standar baku kecemasan T-MAS yang merupakan skala nominal ( variabel diskrit ).

## 5. Instrument Penelitian

### a. Kuesioner

Untuk mengetahui sejauh mana derajat kecemasan wanita menopause apakah ringan, sedang, berat atau panik adalah dengan menggunakan alat ukur (instrumen) kuesioner yang dikenal dengan Tes-T-MAS. Cara pengisian kuesioner ini adalah dengan melihat jumlah keluhan yang dirasakan.

### b. Instrumen musik

Instrumen yang digunakan dalam penelitian adalah kaset, pengeras suara dan *tape recorder*. Dimana setiap wanita menopause mendengarkan musik campursari yang berada di dalam *mp3* yang berjumlah sembilan lagu dari sembilan lagu yaitu *yen ing tawang ono lintang, caping gunung, walang keket, ojo lamis, jenang gulo, ande-ande lumut, kangen, gambang suling dan jamu jowo*. Kita akan memilih lagu

campursari yang lebih disukai oleh wanita-wanita menopause yang sesuai umur 51-60 tahun.

## **6. Pelaksanaan**

Sosialisasi tentang penelitian ini perlu dilakukan dengan harapan dapat menjalin hubungan saling percaya antara peneliti dengan para sampel. Sehingga diharapkan akan mampu meningkatkan ketaatan sampel dalam proses penelitian. Pendidikan kesehatan tentang problem kecemasan dilakukan pada awal penelitian kepada semua sampel kelompok perlakuan kontrol maupun eksperimen. Hal ini dimaksudkan agar para sampel paham serta memudahkan sampel dalam mengenal dan mengidentifikasi tingkat kecemasan yang dirasakan.

Pemilihan responden dilakukan dengan mengambil keseluruhan wanita menopause di desa Karangasem, Seloharjo, Pundong, Bantul yang berusia antara 50 tahun sampai usia 60 tahun yang sudah menopause. Untuk mengetahui tingkat kecemasan awal pada wanita menopause di desa tersebut dengan menggunakan Quasioner T-MAS. Pembagian kelompok dengan menggunakan teknik acak kluser dengan undian berdasarkan pembagian kelompok kiri sebagai kelompok eksperimen dan kelompok kanan sebagai kontrol.

Tahap selanjutnya setelah diketahui tingkat kecemasan awal (pre-tes) pada kelompok kontrol dan perlakuan kemudian diberi terapi musik langgam jawa berupa campursari kepada kelompok perlakuan selama 30 menit setiap hari antara pukul 10.00 WIB sampai dengan pukul 15.00 WIB. Sedangkan

kelompok kontrol tidak diberi perlakuan apapun. Kemudian setelah pemberian terapi musik langgam jawa selama 29 hari, kemudian dilanjutkan dengan mengukur akhir (post test) yang juga menggunakan kuesioner T-MAS. Post test dilakukan kepada seluruh partisipan, sehingga diketahui ada atau tidaknya pengaruh dari pemberian terapi musik langgam jawa terhadap kecemasan wanita menopause.

#### **7. Cara Pengumpulan Data**

Teknik pengumpulan data pada penelitian ini adalah dengan wawancara dan kuisioner. Sumber data berasal dari data primer yang diperoleh melalui pengkajian dan observasi langsung kepada seluruh responden serta data sekunder yang berasal dari bapak Dukuh setempat.

#### **8. Pengolahan dan Metode Analisa Data**

Pengolahan dan metode analisa data dalam penelitian ini adalah dengan uji non parametrik, dikarenakan skala variabel yang digunakan adalah ordinal. Untuk mengetahui hubungan antara terapi musik langgam jawa jenis campursari dengan tingkat kecemasan wanita menopause digunakan uji *wilcoxon* dalam hal ini diartikan sebagai sebuah sampel dengan subyek yang sama, tetapi mendapat perlakuan dan pengukuran yang berbeda, dan uji *Kolmogorov Smirnov* digunakan untuk kelompok beda subyek dengan bantuan aplikasi *SPSS for windows release* sehingga diketahui perbedaan tingkat kecemasan sebelum dan sesudah pemberian terapi musik klasik gending jawa.

Kuesioner untuk mengukur kecemasan dalam penelitian ini. Skala pengukuran kecemasan yang digunakan adalah skala T-MAS (*Taylor Manifest Anxiety Scale*). Skala T-MAS mengukur tingkat kecemasan berdasarkan munculnya gejala fisik dan psikologis. Instrument T-MAS ini terdiri dari 50 item dengan pilihan jawaban yang berbentuk dikatomi yaitu “ya” dan “tidak” (kuesioner dalam lampiran). Dalam hal ini jika subjek menjawab sesuai kunci maka akan mendapat nilai 1, jika jawaban yang dibcrikan salah maka akan mendapat nilai 0. Semakin tinggi nilai yang didapat maka akan semakin tinggi pula tingkat kecemasannya. Sebaliknya semakin rendah nilai yang didapat maka semakin rendah pula tingkat kecemasan nya. Berikut ini adalah indikator kecemasan yang dipakai dalam kuisisionar ini :

Tabel 3. Kisi-Kisi Instrument T-MAS

| No.           | Indikator            | Nomor Pertanyaan                                  | Total     |
|---------------|----------------------|---|-----------|
| 1.            | Gangguan Fisik       | 1, 2, 4, 8, 9, 10, 12, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21 | 14        |
| 2.            | Sulit Konsentrasi    | 6, 7, 11, 13, 26, 41                              | 1         |
| 3.            | Khawatir             | 27, 28, 31, 32, 36, 37, 40, 43, 45, 46, 47, 48    | 6         |
| 4.            | Takut dan Menghindar | 25, 38, 39, 42, 49, 50                            | 12        |
| 5.            | Panik dan Gelisah    | 3, 5, 29, 30, 33, 34, 44                          | 6         |
| 6.            | Gangguan Tidur       | 14, 22, 23, 24, 35                                | 7         |
| <b>Jumlah</b> |                      |   | <b>50</b> |

Kunci jawaban dari pertanyaan-pertanyaan T-MAS yang sudah terstandar secara internasional berdasarkan uji validitas adalah sebagai berikut:



- a. Jawaban “ya” untuk pertanyaan nomor: 2, 5, 6, 7, 8, 10, 11, 13, 14, 16, 17, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 30, 31, 33, 34, 35, 36, 37, 39, 40, 41, 42, 43, 44, 45, 46, 47, 48, 49
- b. Jawaban “tidak” untuk pertanyaan nomor: 1, 3, 4, 9, 12, 15, 18, 29, 32, 38, 50. Berdasarkan kunci jawaban diatas kemudian skor yang diperoleh digolongkan menjadi tiga kelompok:
- 1)  $< 20$  : kecemasn ringan
  - 2)  $20 - 40$  : kcccmasan scdang
  - 3)  $> 40$  : kecemasn berat

Hasil validitas instrument T-MAS adalah 90% sensitivitasnya, spesifitasnya 95% serta reliabilitasnya dengan metode analisis KR 20 adalah  $r=0,86$  (Wicaksono cit Nurhadi, 2007).

Pengolahan data terdiri dari empat tahapan yaitu

a) *Editing*

Merupakan kegiatan untuk melakukan pengecekan isian kuosioner apakah jawaban sudah lengkap, jelas, relevan dan konsisten.

b) *Coding*

Merupakan kegiatan untuk merubah data berbentuk huruf menjadi data yang berbentuk angka untuk skor sehingga saat analisa data akan mudah dalam memasukkan data.

c) *Processing*

Merupakan kegiatan untuk memproses data dari kuesioner dimasukkan kedalam program SPSS.

d) *Cleaning*

Merupakan kegiatan untuk membersihkan data atau pengecekan ulang atau kembali apakah data yang telah dimasukkan terdapat kesalahan atau tidak.

## 9. Etik Penelitian

Penelitian ini berpedoman pada prinsip-prinsip etika dalam penelitian antara lain: tidak membahayakan sampel, menghargai kehormatan sampel, memperlakukan sampel secara adil. Setiap sampel mendapat penjelasan mengenai tujuan penelitian, manfaat penelitian serta jaminan terhadap kerahasiaan informasi yang diberikan oleh sampel kepada peneliti.

a. *Informed consent*

Setiap responden yang ikut akan diberi lembaran persetujuan agar responden dapat mengetahui maksud dan tujuan peneliti serta dampak yang diteliti selama proses penelitian ini berlangsung. Apabila wanita yang menopause bersedia untuk menjadi responden maka diharapkan responden untuk menanda tangani lembar persetujuan dan jika menolak untuk menjadi responden penelitian maka peneliti tidak memaksa dan tetap menghormati haknya.

Bentuk persetujuan antara peneliti dengan responden penelitian dengan memberikan lembar persetujuan (Hidayat, 2009).

b. *Confidentiality*

Kerahasiaan informasi yang diberikan oleh responden dijamin oleh peneliti.

c. *Benefit*

Peneliti memberikan jaminan kerahasiaan hasil penelitian, baik informasi maupun masalah-masalah lainnya. Dalam penelitian ini peneliti berusaha memaksimalkan manfaat penelitian dan meminimalkan kerugian yang timbul akibat penelitian ini.

d. *Justice*

Semua responden yang ikut dalam penelitian ini diperlakukan adil dan diberikan haknya yang sama.