

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis dan Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan pendekatan *quasi* eksperimen dengan *pretest posttest one group design*. Dalam desain ini, dilakukan observasi awal melalui *pretest*, kemudian diberikan perlakuan atau intervensi. Setelah itu, dilaksanakan *posttest* untuk mengidentifikasi perubahan yang terjadi sebelum dan setelah diberikan intervensi.

Rancangan penelitian dalam studi ini dapat dijelaskan sebagai berikut :

Kelompok	Pretest	Perlakuan	Posttest
Eksperimen	O1	X1	O2
Kontrol	O3	X2	O4

Gambar 3.1 Rancangan Penelitian

Keterangan :

O1 : *Pretest* (observasi) tingkat stres sebelum dilakukan terapi musik keroncong pada kelompok eksperimen.

X 1 : Pemberian terapi musik keroncong.

O2 : *Posttest* (observasi) tingkat stres setelah dilakukan terapi musik keroncong pada kelompok eksperimen.

O3 : *Pretest* (observasi) tingkat stres sebelum dilakukan terapi musik keroncong pada kelompok kontrol.

X2 : Pemberian terapi musik instrumental alam

O4 : *Posttest* (observasi) tingkat stres setelah dilakukan terapi musik keroncong pada kelompok kontrol.

B. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi merupakan wilayah generalisasi yang mencakup objek atau subjek dengan kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti (Charismana D., Retnawati H. & Dhewantoro H., 2022).

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh lansia yang tinggal di UPT RPSLUT Budhi Dharma Yogyakarta. Hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada bulan Oktober 2024 bahwa jumlah lansia yang tinggal di UPT RPSLUT Budhi Dharma Yogyakarta sebanyak 57 orang penghuni tetap, dengan jumlah pria sebanyak 24 orang dan jumlah wanita sebanyak 33 orang.

2. Sampel

Sampel merupakan sebagian dari jumlah serta karakteristik yang terdapat dalam populasi tersebut (Charismana D., Retnawati H. & Dhewantoro H., 2022). Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan metode *non-probability* dengan pendekatan *purposive sampling* atau juga

disebut sebagai pengambilan sampel penilaian, selektif, atau subjektif, metode ini mencakup berbagai teknik pengambilan sampel yang bergantung pada penilaian peneliti dalam menentukan unit yang akan diteliti (Firmansyah & Dede, 2022).

Kriteria yang digunakan dalam pemilihan subyek penelitian ini, sebagai berikut :

a. Kriteria inklusi

- 1) Lansia yang mampu berkomunikasi dengan baik.
- 2) Lansia berusia > 60 tahun.
- 3) Masuk kategori stres sesuai kuesioner *SESS*
- 4) Bersedia menjadi responden dengan memberikan persetujuan melalui *informed consent* yang disediakan oleh peneliti.
- 5) Bersedia berpartisipasi dalam penelitian hingga selesai.

b. Kriteria eksklusi :

- 1) Lansia yang mengalami gangguan pendengaran

3. Besar Sampel

Penentuan jumlah sampel dalam sebuah penelitian sangat bergantung pada desain penelitian yang dipilih serta jenis data yang dikumpulkan (Machali, 2021). Metode perhitungan sampel menggunakan *sampel size application* :

$$n = \frac{(z_{1-\alpha/2} + z_{1-\beta})^2}{0.00061(\arcsin\sqrt{P_2} - \arcsin\sqrt{P_1})^2}$$

Keterangan :

$$\alpha = 10\%$$

$$1 - \beta = 80\%$$

P_1 = Proporsi populasi 1 (0,40)

P_2 = Proporsi populasi 2 (0,08)

Dari hasil perhitungan aplikasi sampel size terdapat 18 responden untuk menghindari adanya *dropout* ditambahkan sebanyak 50% menjadi **27 responden** setiap kelompok perlakuan dan kelompok control.

C. Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan secara langsung di UPT RPSLUT Budhi Dharma Yogyakarta pada tanggal 24 Februari hingga 7 Maret 2025.

D. Variabel Penelitian

Variabel yaitu suatu atribut, nilai atau sifat dari objek penelitian yang menunjukkan variasi tertentu antar objek (Nilda, 2021).

1. Variabel bebas (*Independent*)

Variabel bebas adalah jenis variabel yang memengaruhi atau menyebabkan perubahan pada variabel lain (Nilda, 2021). Variabel bebas dalam penelitian yaitu terapi musik keroncong.

2. Variabel terikat (*Dependent*)

Variabel terikat adalah jenis variabel yang dipengaruhi oleh perubahan pada variabel bebas (Nilda, 2021). Variabel terikat dalam penelitian ini adalah tingkat stres.

E. Definisi Operasional

Definisi operasional adalah penjelasan suatu variabel dengan cara memberikan arti, menetapkan kegiatan, atau menentukan prosedur yang diperlukan untuk mengukur variabel tersebut (Rachmayani, 2022).

Tabel 3.1 Definisi Operasional

No.	Variabel	Definisi Operasional	Instrument	Hasil Ukur	Skala
1.	Variabel bebas : Terapi musik keroncong	Terapi kelompok lansia dilaksanakan pada setiap pagi hari pukul 09.00 WIB di aula panti dengan posisi duduk di kursi, kemudian diiringi musik keroncong dengan lagu-lagu yang diputar meliputi Dibawah Sinar Bulan Purnama, Bengawan Solo, Aryati, Kota Solo, Mengapa Harus Jumpa, Dewi Murni,	Menggunakan SOP Terapi Musik Keroncong	Diberikan terapi musik keroncong	Nominal

		Jembatan Merah, Sapu Tangan, Dinda Bestari, yang diberikan sebanyak 3 kali seminggu dalam waktu pelaksanaan 30 menit dengan pemutaran lagu- lagu secara acak melalui speaker yang terhubung dengan laptop, dengan tingkat desibel 55.0 dB				
2.	Variabel terikat : Tingkat stres	Kondisi emosional berdasarkan <i>SESS</i> diklasifikasikan dengan tingkatannya terdapat stres ringan, stres sedang dan stres berat. Terdiri dari 15 item pertanyaan dengan pilihan jawaban tidak mengalami (1), jarang mengalami (2), kadang mengalami (3), sering mengalami (4), yang kemudian kita jumlah skor yang didapat dan diklasifikasikan berdasarkan dengan tingkatan stres ringan, sedang, dan berat. Pre test dan post test diberikan setiap saat melakukan intervensi.	Tingkat stres diukur menggunakan kuesioner <i>SESS</i>	Stres ringan (20-30) Stres sedang (31-40) Stres berat (>40)	Ordinal	

F. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data

1. Jenis Data

a. Data primer

Penelitian ini menggunakan data primer yang diperoleh langsung dari responden, seperti nama, usia, jenis kelamin, status perkawinan, keluarga, lama tinggal.

b. Data sekunder

Pengumpulan data dilakukan secara tidak langsung oleh peneliti mencakup data jumlah lansia di panti, dan gambaran umum di panti.

2. Teknik Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data dalam penelitian ini melibatkan teknik observasi, wawancara, dan studi dokumentasi terhadap responden yang memenuhi kriteria. Instrument yang digunakan meliputi SOP terapi musik keroncong, dan kuesioner *SESS*.

G. Instrumen Penelitian

Instrumen merupakan alat pendukung yang digunakan saat melakukan penelitian dengan metode tertentu untuk mengumpulkan data (Rachmayani, 2022). Dalam penelitian ini, menggunakan instrumen *Seo's Elderly Stress Scale (SESS)* yang telah diadaptasi oleh Seo Hyun Mi et al. (2021) untuk mengetahui tingkat stres pada lansia. Penilaian tingkat stres menggunakan *SESS* yang terdiri dari 15 pertanyaan dengan pilihan jawaban terdiri dari : tidak mengalami = 1, jarang mengalami = 2, dan kadang-kadang mengalami = 3, sering mengalami =

4. Tingkat stres seseorang ditentukan berdasarkan total skor yang diperoleh, dengan kategori sebagai berikut : stres ringan (20-30), stres sedang (31-40), dan stres berat (>40).

H. Uji Validitas dan Reabilitas

Instrumen *Seo's Elderly Stress Scale (SESS)* adalah alat ukur standar untuk menilai tingkat stres seseorang yang telah diuji validitas dan reabilitasnya. Hasil uji reabilitas menunjukkan nilai *Cronbach Alpha* sebesar 0,923 dan sudah terbukti reliabel dengan nilai >0,6 dalam penelitian Seo Hyun Mi et al. (2021). Hal ini menunjukkan bahwa pengukuran tingkat stres menggunakan kuisioner *SESS* menghasilkan data yang valid dan reliabel, sehingga peneliti tidak perlu melakukan uji validitas dan reliabilitas ulang.

I. Prosedur Penelitian

1. Tahap persiapan
 - a. Melakukan bimbingan penyusunan proposal penelitian bersama pembimbing.
 - b. Mengajukan izin studi pendahuluan kepada Ketua Jurusan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.
 - c. Melaksanakan studi pendahuluan di UPT RPSLUT Budhi Dharma Yogyakarta.
 - d. Melakukan penelusuran literatur, dan menyusun proposal penelitian dengan pembimbing I dan II.
 - e. Melaksanakan seminar proposal penelitian.

- f. Melakukan perbaikan proposal penelitian.
- g. Peneliti mengajukan permohonan *ethical clearance* kepada Komisi Etik Poletkkes Kemenkes Yogyakarta.
- h. Peneliti juga mengurus surat izin penelitian kepada Dinas Sosial, Tenaga Kerja, dan Transmigrasi Yogyakarta kepada kepala UPT RPSLUT Budhi Dharma.
- i. Melakukan pertemuan secara langsung untuk berkoordinasi dengan enumerator yang berjumlah 1 orang.

2. Tahap pelaksanaan

- a. Peneliti dan enumerator mencari calon responden sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi sebanyak 54 sampel. Peneliti berkoordinasi dengan petugas sosial di UPT RPSLUT Budhi Dharma mengenai kriteria inklusi dan eksklusi, dan petugas sosial memberikan data tentang lansia yang tinggal di panti tersebut. Mengarahkan secara langsung untuk mencocokkan lansia yang masuk dalam kriteria tersebut.
- b. Peneliti memberikan penjelasan kepada responden mengenai tujuan, manfaat, prosedur, serta hak dan kewajiban mereka jika bersedia menjadi responden penelitian.
- c. Peneliti dan enumerator akan memberikan formulir *informed consent* kepada responden untuk ditandatangani sebagai bukti persetujuan untuk berpartisipasi dalam penelitian.

- d. Peneliti kemudian melakukan *pre-test* dengan memberikan penjelasan dan pendampingan mengenai cara mengisi kuisisioner yang dibagikan kepada 56 responden.
 - e. Peneliti akan melaksanakan terapi musik keroncong secara berkelompok kepada lansia. Terapi ini dilakukan sebanyak 3 kali dalam seminggu selama 15 – 30 menit lamanya.
 - f. Pada sesi pertama, peneliti dan enumerator akan melakukan perkenalan, berbincang-bincang, dan membangun hubungan saling percaya, rasa nyaman antara peneliti dengan responden. Pada sesi kedua, peneliti akan menjelaskan tujuan pemberian terapi musik keroncong, kemudian mengidentifikasi harapan lansia secara mendalam dan memberikan umpan balik positif. Sesi ketiga, peneliti melaksanakan terapi musik keroncong selama 15 – 30 menit. Sesi keempat, peneliti akan menanyakan kepada responden perasaan setelah mendengarkan terapi musik keroncong.
 - g. Peneliti dan enumerator melakukan *posttest* kepada responden menggunakan kuisisioner.
3. Tahap penyelesaian
- a. Peneliti mengolah dan menganalisis data yang diperoleh dari penelitian.
 - b. Peneliti membahas serta menarik kesimpulan dari hasil penelitian.
 - c. Peneliti menyusun laporan penelitian akhir.

J. Manajemen Data

1. Pengolahan Data

a. Editing

Langkah untuk meninjau, mengoreksi, dan meningkatkan kualitas data yang diperoleh dalam suatu penelitian data tersebut digunakan dalam proses analisis.

b. Coding

Proses menetapkan kode atau simbol khusus pada data untuk membantu mengelompokkan, menyusun, dan memudahkan proses analisis.

Berikut kode yang digunakan peneliti :

1) Jenis Kelamin

- a) Kode 1 : Laki Laki
- b) Kode 2 : Perempuan

2) Latar Belakang Keluarga

- a) Kode 1 : Tidak memiliki keluarga
- b) Kode 2 : Memiliki Keluarga

3) Lama Tinggal

- a) Kode 1 : < 3 tahun
- b) Kode 2 : 3 – 8 tahun
- c) Kode 3 : > 8 tahun

4) Usia

- a) Kode 1 : 60 – 70 tahun (lansia elderly)
- b) Kode 2 : >70 tahun (lansia old)

5) Tingkat stres

- a. Kode 1 : stres ringan (20-30)
- b. Kode 2 : stres sedang (31- 40)
- c. Kode 3 : stres berat (> 40)

c. Scoring

Skor diperoleh dengan menghitung total angka yang berasal dari jawaban atas pernyataan-pernyataan dalam kuisioner. Adapun alternatif jawaban kuisioner, yaitu :

- 1) Tidak mengalami : 1
- 2) Jarang mengalami : 2
- 3) Kadang-kadang mengalami : 3
- 4) Sering mengalami ; 4

Kategori :

- 1) Stres ringan (20 -30)
- 2) Stres sedang (31-40)
- 3) Stres berat (> 40)

d. *Entry Data*

Memindahkan atau memasukkan data yang terkumpul ke dalam perangkat lunak guna mendukung proses analisis.

e. *Pembersihan Data (cleaning)*

Proses mengoreksi atau menyaring data yang telah diperoleh untuk memastikan data tersebut benar, konsisten, dan siap untuk dianalisis.

f. *Tabulasi Data (tabulating)*

Proses mengatur dan menyusun data ke dalam format tabel yang terstruktur untuk memudahkan analisis.

2. Analisis Data

a. Analisis univariat

Analisis univariat dalam penelitian ini akan mengevaluasi distribusi frekuensi responden berdasarkan variabel jenis kelamin, usia, status perkawinan, lama tinggal, latar belakang keluarga, dan tingkat stres, yang akan menunjukkan frekuensi dan presentase untuk masing-masing variabel. Tingkat stres akan dianalisis berdasarkan skor yang diperoleh dari pemeriksaan menggunakan SOP dan pre-posttest.

b. Analisis bivariat

Dalam penelitian ini, analisis bivariat dilakukan untuk mengevaluasi dampak terapi musik keroncong terhadap tingkat stres lansia.

Tabel 3.2
Uji Normalitas Data (n=54)

Kelompok	Kolmogrov Smirnov		
	Statistic	df	sig
Intervensi			
Pre Test 1	0,385	27	0,00
Post Test 1	0,346	27	0,00
Pre Test 2	0,346	27	0,00
Post Test 2	0,495	27	0,00
Pre Test 3	0,385	27	0,00
Post Test 3	0,535	27	0,00
Kontrol			
Pre Test 1	0,366	27	0,00
Post Test 1	0,366	27	0,00
Pre Test 2	0,346	27	0,00
Post Test 2	0,366	27	0,00
Pre Test 3	0,366	27	0,00
Post Test 3	0,346	27	0,00

Data menunjukkan data tidak berdistribusi normal, maka uji yang digunakan adalah uji non parametris yaitu *Wilcoxon*. Analisis statistik yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji *Wilcoxon signed rank*, yang bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat perbedaan tingkat stres sebelum dan sesudah pemberian terapi musik keroncong. Peneliti juga menggunakan uji Man Whitney untuk mengetahui perbedaan antara kelompok intervensi dan kontrol.

K. Etika Penelitian

Prinsip dasar etika penelitian (Suryanto, 2022), yaitu :

1) Informed Consent

Responden perlu menerima penjelasan yang transparan mengenai tujuan penelitian, langkah-langkah yang akan dilakukan, potensi manfaat, kemungkinan resiko, serta hak-hak yang mereka miliki.

2) Respect for person

Tujuannya untuk menghormati hak otonomi individu dalam membuat Keputusan secara mandiri (self-determination) serta melindungi kelompok-kelompok rentan dari potensi penyalhgunaan atau bahaya.

3) Beneficience dan Non Maleficience

Prinsip kebaikan berfokus pada memberikan manfaat yang optimal sekaligus meminimalkan resiko.

4) Justice

Prinsip ini menegaskan bahwa setiap individu berhak menerima perlakuan yang sesuai dengan haknya, mencakup keadilan distributive dan pembagian yang proporsional.