

## BAB III

### METODE PENELITIAN

#### A. Rancangan Penelitian

##### 1. Pendekatan Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dan kualitatif atau biasa disebut sebagai *mixed methods* (metode gabungan) dengan kuantitatif sebagai pendekatan utama. Penggabungan antara dua pendekatan ini akan saling melengkapi dan menutupi kekurangan antara keduanya. Penggunaan metode tersebut dilakukan agar data yang diperoleh lebih komprehensif, valid, reliabel dan obyektif.<sup>1</sup> Selain keuntungan-keuntungan di atas, metode ini juga mempermudah peneliti untuk memahami dinamika psikologis peserta selama mengikuti rangkaian sesi terapi.

*Mixed methods* memiliki beberapa model, dan salah satunya akan diterapkan pada penelitian ini. Model tersebut adalah *concurrent embedded strategy*. Menurut Creswell dalam sugiyono, model *concurrent embedded strategy* merupakan model penelitian yang menggabungkan penggunaan metode penelitian kuantitatif dan kualitatif secara bersamaan tetapi bobot metodenya berbeda.<sup>2</sup> Dalam penelitian ini, pendekatan kuantitatif digunakan sebagai pendekatan utama untuk memperoleh data primer. Sedangkan

---

<sup>1</sup>Sugiyono, *Metode Penelitian Kombinasi (Mixed Methods)* (Bandung: Alfabeta, 2014), hlm. 404.

<sup>2</sup>*Ibid.*, hlm. 412.

pendekatan kualitatif digunakan untuk mendapatkan data yang akan memperkuat data primer.

Dalam penelitian ini, rumusan masalah yang digunakan berbentuk hubungan kausal atau hubungan sebab akibat. Hubungan sebab akibat dapat diketahui dengan metode perbedaan (*methode of difference*) dengan mengamati dampak atau hasil yang berbeda pada dua kejadian yang sama pada semua faktor kecuali satu faktor yang berbeda.<sup>3</sup> Metode tersebut digunakan karena peneliti akan menguji pengaruh variabel independen berupa *rational-emotive behaviour therapy* berbasis *tazkiyatun nafs* terhadap variabel dependen yaitu tekanan darah penderita hipertensi esensial.

Pendekatan kuantitatif dalam penelitian ini menggunakan bentuk rumusan masalah asosiatif yang berarti suatu rumusan masalah penelitian yang bersifat menanyakan hubungan dua variabel atau lebih.<sup>4</sup> Hubungan sebab akibat dapat diketahui dengan metode perbedaan (*methode of difference*) dengan mengamati dampak atau hasil yang berbeda pada dua kejadian yang sama pada semua faktor kecuali satu faktor yang berbeda.<sup>5</sup>

## 2. Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode kuasi eksperimen. Eksperimen adalah observasi dibawah kondisi buatan (*artificial condition*) dimana kondisi tersebut dibuat dan diatur oleh peneliti.<sup>6</sup>

---

<sup>3</sup>Liche Seniati dkk., *Psikologi Eksperimen* (Jakarta: Indeks, 2015), hlm. 30.

<sup>4</sup>Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif dan R&D* (Bandung: Alfabeta, 2011), hlm. 37.

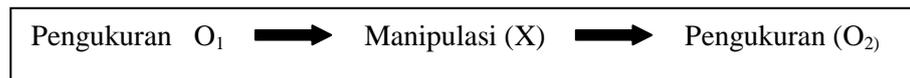
<sup>5</sup>Liche Seniati dkk, *Psikologi Eksperimen...*, hlm. 30.

<sup>6</sup>Moh. Nazir, *Metode Penelitian* (Bogor: Ghalia Indonesia, 2005), hlm. 63.

Sedangkan desain eksperimen yang digunakan adalah *one group pretest-posttest design*. Menurut Christensen dalam Seniaty dkk, desain ini disebut juga *before-after design*. Dengan desain ini, pada awal penelitian, dilakukan pengukuran terhadap variabel terikat (VT) dengan alat ukur yang sama. Efektivitas atau pengaruh dari variabel bebas (VB) terhadap VT dilihat dari perbedaan antara hasil pengukuran *pre-test* ( $O_1$ ) dengan *post-test* ( $O_2$ ). Simbol dari desain ini adalah sebagai berikut:

**Gambar 3.1**

**Desain Eksperimen**



Keterangan:

Pengukuran  $O_1$  : Dilakukan pengukuran tekanan darah *pre-test* sebelum diberikan intervensi pada subjek.

Manipulasi (X) : Pemberian intervensi berupa REBT berbasis *tazkiyatun nafs* kepada subjek.

Pengukuran  $O_2$  : Dilakukan pengukuran tekanan darah *post-test* setelah intervensi diberikan.

Penelitian ini akan memberikan suatu bentuk perlakuan atau intervensi terapi kelompok dengan pendekatan REBT berbasis *tazkiyatun nafs* terhadap penurunan tekanan darah penderita hipertensi esensial. Subjek dalam penelitian ini adalah pasien rawat jalan di Puskesmas Bendilwungu yang menderita hipertensi esensial. Setiap sesi terapi juga akan dilakukan

disana dengan rincian agenda yang telah dirancang sebelumnya, yaitu sebagaimana dalam tabel berikut:

**Tabel 3.1**  
**Agenda Intervensi dan Pengukuran**  
**Tekanan Darah**

HARI	SESI	AGENDA	WAKTU
Pertama	1	Persiapan <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pengukuran tekanan darah <i>pre-test</i></li> <li>• Penjelasan tentang metode terapi</li> <li>• Keuntungan mengikuti terapi</li> <li>• Membuat kesepakatan jadwal pertemuan</li> <li>• Tanggung jawab peserta</li> </ul> Setelah persiapan <ul style="list-style-type: none"> <li>• Perkenalan diri anggota kelompok</li> <li>• Membuat norma kelompok yang disepakati bersama</li> </ul>	20 menit
	2	Materi; penjelasan mengenai faktor pencetus hipertensi, terutama faktor psikologis	20 menit
	3	Materi; Pikiran irrasional (distorsi kognisi) yang dapat mengakibatkan stres dan hipertensi.	20 menit
	4	Pemberian tugas rumah ( <i>home working</i> )	10 menit
Kedua	1	Diskusi; <i>Home working</i> dan <i>review</i> materi	10 menit
	2	Materi dan diskusi; Berpikir rasional dan <i>Disputing</i>	20 menit
	3	Membangun masa depan	20 menit
	4	Pelatihan relaksasi dzikir nafas	10 menit
	5	Pengukuran tekanan darah	Secukupnya
Ketiga	1	<i>Worksheet</i>	60 menit
	2	Mencegah <i>relapse</i>	60 menit
	3	Relaksasi	10 menit
	4	Mengukur tekanan darah	Secukupnya
Keempat	1	<i>Follow-up</i> dan evaluasi	50 menit
	2	Relaksasi	10 menit
	3	Pengukuran tekanan darah <i>post-test</i>	Secukupnya

## B. Variabel Penelitian

Variabel yang terlibat dalam penelitian ini mencakup variabel independen (variabel bebas), variabel dependen (variabel terikat) dan variabel sekunder

atau variabel luar yang tidak bisa atau sulit dikontrol.<sup>7</sup> Adapun ketiga variabel tersebut adalah:

1. Variabel Independen : *Rational-Emotive Behaviour Therapy* Berbasis *Tazkiyatun Nafs*.
2. Variabel Dependen : Tekanan Darah Penderita Hipertensi Esensial.
3. Variabel Sekunder : Faktor jenis kelamin, pendidikan, diagnostik penyakit medik umum dan kondisi neurologik.

### **C. Lokasi Penelitian**

Penelitian ini dilakukan di Pusat Kesehatan Masyarakat (PUSKESMAS) Bendilwungu, kecamatan Sumbergempol, kabupaten Tulungagung. Pemilihan lokasi tersebut berdasarkan beberapa pertimbangan sebagai berikut:

1. Terdapat banyak pasien yang menderita hipertensi esensial.
2. Telah mendapat izin dari Badan Kesatuan Bangsa dan Politik dan Departemen Kesehatan kabupaten Tulungagung.
3. Lokasi yang mudah dijangkau peneliti dan para partisipan.

### **D. Populasi, Sampling dan Sampel Penelitian**

#### **1. Populasi**

Menurut Suharsimi Arikunto populasi adalah keseluruhan subjek penelitian<sup>8</sup>. Sedangkan menurut Sugiyono populasi adalah wilayah

---

<sup>7</sup>Liche Seniati dkk., *Psikologi...*, hlm. 26.

generalisasi yang terdiri atas, objek/subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulan.<sup>9</sup> Dari uraian tersebut populasi dalam penelitian ini ialah seluruh pasien yang mengalami hipertensi esensial di PUSKESMAS Bendilwungu.

Namun demikian, dalam penelitian ini tidak mencantumkan jumlah populasi karena tidak dianggap perlu. Alasannya adalah karena penelitian ini menggunakan data non-parametrik yang mana hasil penelitian hanya berlaku pada subyek penelitian saja dan tidak bisa digeneralisir kepada populasi.

## **2. Sampel dan Cara Pengambilannya**

Sampel dapat diartikan sebagai atau wakil populasi yang diteliti. Menurut Ali yang dikutip oleh Tukiran dan Hidayati, sampel penelitian adalah sebagian yang diambil dari keseluruhan obyek yang diteliti yang dianggap mewakili terhadap seluruh populasi dan diambil dengan menggunakan teknik tertentu.<sup>10</sup> Sampel dalam penelitian ini ialah pasien PUSKESMAS Bendilwungu yang memenuhi kriteria sampel yang telah ditetapkan.

Teknik sampling yang dirumuskan oleh Sugiyono merupakan teknik pengambilan sampel. Penelitian menggunakan teknik *purposive sampling*,

---

<sup>8</sup>Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian suatu Pendekatan Praktik* (Jakarta: Rineka Cipta, 2010), hlm. 173.

<sup>9</sup>Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif kualitatif dan R&D* (Jakarta: Alfabeta, 2011), hlm. 80.

<sup>10</sup>Tukiran Taniredja dan Hidayati Mustafidah, *Penelitian Kuantitatif (Sebuah Pengantar)* (Bandung: Alfabeta, 2011), hlm. 34.

yaitu, teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu.<sup>11</sup> Oleh karena itu, peneliti membuat kriteria sampel secara inklusi dan eksklusi sebagai berikut:

a. Kriteria inklusi

- 1) Mampu berkomunikasi dengan baik.
- 2) Terdiagnosa menderita hipertensi esensial dengan menyertakan hasil pemeriksaan dari dokter.
- 3) Berusia dewasa, yaitu diatas 22 tahun.
- 4) Bersedia menjalani sesi terapi hingga selesai dan menandatangani surat pernyataan dan persetujuan.
- 5) Jenis kelamin laki-laki atau perempuan.
- 6) Beragama Islam

b. Kriteria eksklusi

- 1) Sedang menderita gangguan mental berat (psikotik).
- 2) Sedang menderita penyakit yang membutuhkan penanganan intensif.
- 3) Mengalami penurunan atau kurangnya kemampuan kognisi signifikan yang disebabkan oleh masalah fungsional maupun organik.

## **E. Instrumen Penelitian**

### **1. Instrumen Kuantitatif**

Dalam sebuah penelitian, yang dimaksud instrumen penelitian adalah suatu alat yang digunakan untuk mengukur variabel penelitian.<sup>12</sup> Variabel

---

<sup>11</sup>Sugiyono, *Statistika untuk Penelitian* (Bandung: Alfabeta, 2011), hlm. 62-68.

yang akan diukur dalam dalam penelitian ini adalah tekanan darah klien. Oleh karena itu, instrumen penelitian yang digunakan adalah spigmomanometer (tensimeter) sebagai instrumen utama. Kemudian alat lain yang digunakan adalah stetoskop. Stetoskop digunakan untuk mendengarkan denyut nadi ketika tekanan darah diukur dengan tensimeter.

Spigmomanometer adalah alat yang biasa dipakai untuk mengukur tekanan darah. Saat ini ada beberapa jenis spigmomanometer, mulai dari spigmomanometer digital, pegas, dan air raksa. Pada penelitian ini, tensimeter yang digunakan adalah jenis tensimeter pegas. Tensimeter pegas terdiri dari beberapa komponen utama, yaitu :

- a. Manset (*Cuff*) dari karet, yang dibungkus kain
- b. Manometer pegas berskala 0 mmHg – 300 mmHg.
- c. Pompa karet.
- d. Pipa karet atau selang.
- e. Ventil bundar.

---

<sup>12</sup>Sugiyono, *Metode Penelitian Kombinasi...*, hlm. 148.

**Gambar 3.1**  
**Spigmomanometer Pegas<sup>13</sup>**



Alat kedua yang digunakan adalah stetoskop. adalah sebuah alat medis akustik untuk memeriksa suara dalam tubuh.<sup>14</sup> Dalam penelitian ini stetoskop digunakan untuk mendengarkan denyut nadi sehingga dapat diketahui nilai sistolik dan diastolik tekanan darah subjek. Stetoskop terdiri dari beberapa bagian sebagai berikut:

- a. *Ear-tips*
- b. Binaural atau pipa besi
- c. Selang karet
- d. *Chestpiece*

---

<sup>13</sup>Gambar diambil dari <http://tokoalkes.com/wp-content/uploads/2014/03/tensi-anoroid-onemed-02.jpg>, diakses pada 5 Juni 2006.

<sup>14</sup><https://id.wikipedia.org/wiki/Stetoskop>, diakses pada 5 Juni 2016.

**Gambar 3.2**  
**Stetoskop Akustik**



Pengukuran tekanan darah dilakukan dengan memasang manset pada lengan atas, kira-kira 3 cm di atas lipatan siku. Jari tangan diletakkan lipatan siku untuk meraba denyut pembuluh nadi, pompa karet ditekan beberapa kali agar udara masuk ke dalam, sampai denyut pembuluh tidak teraba lagi. Kemudian, stetoskop dipasang dilipatan siku sambil ventil putar dibuka sedikit secara perlahan untuk menurunkan tekanan udara dalam manset. Dengan memperhatikan turunnya jarum penunjuk angka tekanan pada manometer (yang menunjukkan tekanan dalam manset) hingga terdengar bunyi denyut pertama dari stetoskop, itu lah tekanan darah sistol. Selanjutnya tetap dengarkan denyut dan perhatikan jarum penunjuk pada

tensimeter hingga tidak terdengar lagi denyutan, maka itu adalah tekanan diastol.

## **2. Instrumen Kualitatif**

Dalam pendekatan kualitatif, instrumen utamanya adalah peneliti sendiri.<sup>15</sup> Selanjutnya, setelah fokus penelitian menjadi jelas, maka akan dikembangkan instrumen penelitian sederhana yang akan digunakan untuk melengkapi data primer dalam penelitian. Peneliti akan turun langsung ke lapangan dan aktif pada setiap tahap, menentukan fokus dan menyeleksi, pengumpulan data, analisis dan membuat kesimpulan.

Selain instrumen utama, dalam mengumpulkan data kualitatif peneliti juga menggunakan instrumen sekunder berupa alat perekam dan lembar tugas rumah. Alat perekam diperlukan untuk menyimpan hasil wawancara, sehingga akan memudahkan peneliti untuk membuat verbatim dan analisis data kualitatif. Sedangkan lembar tugas rumah digunakan untuk diisi sendiri oleh peserta di rumahnya masing-masing. lembar tugas tersebut berfungsi sebagai alat monitoring perilaku penerimaan diri yang kemudian akan digunakan sebagai penunjang data kualitatif.

## **F. Sumber Data**

Sumber data menurut Suharsimi Arikunto adalah subjek dari mana data dapat diperoleh.<sup>16</sup> Sumber data kuantitatif dalam penelitian ini adalah hasil pengukuran tekanan darah subyek. Sedangkan sumber data kualitatif berasal

---

<sup>15</sup>Sugiyono, *Metode Penelitian Kombinasi...*, hlm. 307.

<sup>16</sup>Suharsimi Arikunto, *Prosedur...*, hlm., 172.

dari hasil wawancara terhadap para subjek dan ditunjang oleh data dari lembar tugas rumah.

## **G. Teknik Pengumpulan Data**

### **1. Teknik Pengumpulan Data Kuantitatif**

Teknik pengumpulan data menggunakan observasi terstruktur terhadap tekanan darah yang diukur menggunakan spigmomanometer sebelum intervensi diberikan pada kedua kelompok. Ini dilakukan untuk mengetahui nilai tekanan darah *pretest*. Kemudian setelah pemberian intervensi, pengukuran teknan darah kembali dilakukan untuk mengetahui nilai *posttest*.

### **2. Teknik Pengumpulan Data Kualitatif**

Data kualitatif diperoleh dengan metode wawancara terstruktur yang dilakukan oleh peneliti sendiri. Menurut Sugiyono, wawancara terstruktur dilakukan apabila peneliti telah mengetahui dengan pasti tentang informasi apa yang akan diperoleh.<sup>17</sup> Pada penelitian ini, peneliti menggunakan wawancara terstruktur untuk mendapatkan data kualitatif. Data kualitatif yang dicari sudah jelas, yaitu adanya perubahan pola pikir, perasaan dan hasil positif lain selain stabilnya tekanan darah.

### **3. Petugas yang Terlibat**

Dalam penelitian ini, peneliti melibatkan tiga tenaga ahli yang akan bekerja dalam proses penelitian. Para tenaga ahli tersebut antara lain :

---

<sup>17</sup>Sugiyono, *Metode Penelitian...*, hlm., 233.

a. Psikolog

Psikolog akan bertindak sebagai terapis dalam sesi terapi kelompok.

b. Rohaniawan

Rohaniawan akan memberikan edukasi mengenai metode dan pengetahuan tentang spiritualitas dalam konsep *tazkiyatun nafs* dan pencapaiannya.

c. Dokter

Dokter medis berperan untuk memberikan diagnosis hipertensi pada pasien calon peserta penelitian.

d. Perawat medis

Seorang perawat medis akan bertugas untuk mengukur tekanan darah para peserta.

#### **4. Waktu Pengumpulan Data**

Telah dijelaskan sebelumnya bahwa penelitian ini menggunakan *one-group pretest-posttest design*. Berdasarkan desain tersebut, pengumpulan data kuantitatif dilakukan setelah dan sebelum intervensi diberikan dari kelompok eksperimen dan kontrol. Untuk data kualitatif dikumpulkan dengan metode wawancara yang dilakukan setiap akhir sesi kepada seluruh anggota kelompok eksperimen.

## H. Analisis Data

### 1. Analisis Data Kuantitatif

Menurut Sugiyono dalam penelitian kuantitatif teknik analisis data yang digunakan sudah jelas, yaitu diarahkan untuk menjawab rumusan masalah atau menguji hipotesis yang telah dirumuskan pada bab sebelumnya<sup>18</sup>. Untuk memudahkan pengambilan kesimpulan dari hasil analisis, maka penulis menggunakan tahapan-tahapan dalam analisis data, yaitu:

Tahap pertama dari proses analisis data adalah mengumpulkan semua data pengukuran tekanan darah yang telah dikelompokkan. Terdapat dua kelompok data yaitu:

- a. Hasil pengukuran tekanan darah *pretest* dari kelompok eksperimen
- b. Hasil pengukuran tekanan darah *posttest* dari kelompok eksperimen

Untuk mengetahui apakah REBT berbasis *tazkiyatun nafs* berpengaruh, maka dilakukan analisis statistik non parametrik yaitu uji Wilcoxon, dengan membandingkan nilai *pre-test* dan *post-test*. Metode analisis data dalam penelitian ini menggunakan uji statistik nonparametrik yang khusus digunakan untuk dua sampel data yang berhubungan, dalam hal ini adalah data *pre-test* dan *post-test*.

---

<sup>18</sup>*Ibid.*, hlm. 243.

## 2. Analisis Data Kualitatif

Menurut Seiddel dalam Burhan Bungin mengatakan bahwa analisis data kualitatif prosesnya sebagai berikut:<sup>19</sup>

- a. Proses mencatat yang menghasilkan catatan lapangan, dengan hal itu diberi kode agar sumber datanya tetap dapat ditelusuri.
- b. Mereduksi data, yaitu dengan mengumpulkan, memilah-milah, mengklasifikasikan, mensintesiskan, membuat ikhtisar dan membuat indeksinya.
- c. Berfikir, dengan jalan membuat agar kategori data itu mempunyai makna, mencari dan menemukan pola dan hubungan-hubungan.
- d. Membuat temuan-temuan umum.

---

<sup>19</sup>Burhan Bungin, *Penelitian Kualitatif* (Jakarta: Prenada Media Group, 2011), hlm. 149.