

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Desain Penelitian**

Penelitian dilakukan menggunakan rancangan penelitian *quasi experimental, pre test-post test control group design*. Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis pengaruh pemberian intervensi *brief* MBSR dalam menurunkan distress *caregiver* informal skizofrenia.

#### **B. Lokasi dan Waktu Penelitian**

Penelitian ini dilaksanakan secara daring melalui aplikasi *zoom meeting* dalam kurun waktu bulan September – Oktober 2022.

#### **C. Subjek Penelitian**

1. Populasi umum penelitian  
Populasi umum penelitian adalah *caregiver* informal skizofrenia.
2. Populasi target penelitian  
Populasi target penelitian adalah *caregiver* informal skizofrenia poli rawat jalan RSJ Dr. Arif Zainudin Surakarta.
3. Populasi terjangkau penelitian  
Populasi terjangkau penelitian adalah *caregiver* informal skizofrenia poli rawat jalan RSJ Dr. Arif Zainudin Surakarta yang tergabung dalam grup *Zoom Meeting* intervensi *brief* MBSR dan grup kontrol yang diberikan psikoedukasi.

#### **D. Teknik Penetapan Subjek Penelitian**

1. Kriteria inklusi
  - a. Partisipan berusia dewasa (18 - 55 tahun).
  - b. Pendidikan minimal SMP
  - c. Telah menjadi *caregiver* minimal 1 tahun
  - d. Mampu membaca, menulis, dan memiliki akses daring.

- e. Dapat memahami dan berbicara dengan Bahasa Indonesia.
  - f. Bersedia menjadi responden penelitian dan mengisi *informed consent*.
  - g. Skor PSS  $\geq 14$
2. Kriteria eksklusi
- a. Partisipan pernah atau sedang didiagnosis dengan gangguan jiwa.
  - b. Partisipan pernah atau sedang dalam pengobatan jiwa baik psikofarmaka dan non psikofarmaka terutama yang serupa.
  - c. Partisipan memiliki riwayat penyalahgunaan zat dan alkohol.
  - d. Partisipan memiliki penyakit medis berat yang mengancam nyawa.
  - e. Partisipan menolak berpartisipasi dalam penelitian ini.

### E. Teknik Pengambilan Sampel

Teknik pengambilan sampel dilakukan dengan menggunakan teknik *purposive sampling* dari populasi *caregiver* pasien skizofrenia RSJ Dr. Arif Zainudin yang telah dilakukan skrining. Perhitungan subjek penelitian menggunakan rumus penentuan besar sampel penelitian analitik numerik berpasangan dua kelompok (Dahlan, 2016).

$$n1 = n2 = \left( \frac{(Z\alpha + Z\beta)S}{X1 - X2} \right)^2$$

Keterangan

n1 = jumlah kelompok perlakuan

n2 = jumlah kelompok kontrol

Z $\alpha$  = tingkat kemaknaan  $\alpha$  (ditentukan)

Z $\beta$  = tingkat kemaknaan  $\beta$  (ditentukan)

S = standar deviasi untuk penilaian skor PSS

X1-X2 = selisih minimal rerata yang dianggap bermakna

Berdasar data kepustakaan diperoleh rerata skor PSS *caregiver* pasien skizofrenia adalah  $31.13 \pm 8.35$  (Sapharina, 2020). Peneliti menetapkan kesalahan tipe I sebesar 5% dan kesalahan tipe II sebesar 10% dengan hipotesis satu arah. Perbedaan skor rerata minimal yang dianggap bermakna adalah 8.

$$n1 = n2 = \left( \frac{(1.64 + 1.28)8.35}{8} \right)^2$$

$$n1 = n2 = 9.28 \text{ (dibulatkan menjadi 10)}$$

Perkiraan jumlah subjek yang tidak dapat meneruskan penelitian adalah 10%, sehingga jumlah sampel dari rumus di atas ditambah 10% dari 10 menjadi 11. Total jumlah subjek penelitian untuk masing-masing kelompok perlakuan dan kontrol adalah 11 subjek.

#### **F. Identifikasi Variabel Penelitian**

Variabel penelitian terdiri atas

1. Variabel bebas : intervensi *brief* MBSR, psikoedukasi
2. Variabel terikat : distres yang diukur dengan Skor PSS

#### **G. Izin Subjek Penelitian**

Penelitian akan dilakukan setelah lolos kaji etik, mendapat izin dari Kepala Bagian Psikiatri FK-UNS/RSUD Dr. Moewardi Surakarta dan mendapatkan *Ethical Clearance* Komite Etik FK-UNS/RSUD Dr. Moewardi Surakarta. Sebelum dilakukan penelitian, subjek penelitian diberikan penjelasan tentang tujuan dan aktivitas penelitian ini. Subjek penelitian yang setuju dan memberikan *informed consent* daring dinyatakan sebagai responden.

#### **H. Etika Penelitian**

Studi dilakukan dengan mengacu pada kaidah-kaidah dasar bioetika. Berdasarkan kaidah *respect for autonomy*, peneliti meminta subjek untuk mengisi *informed consent* setelah mereka mendapatkan penjelasan yang cukup, dan diberikan kesempatan untuk menanyakan hal-hal yang masih kurang jelas. Tidak ada unsur paksaan untuk mengikuti penelitian. Subjek juga dapat menghentikan partisipasi dalam penelitian bila mereka merasakan hal-hal negatif yang timbul selama penelitian berlangsung. Berdasarkan kaidah *justice*, peneliti tidak membedakan individu, misalnya suku atau agama dalam pemilihan peserta. Berdasarkan kaidah *beneficence*, penelitian dilakukan untuk memberikan

kebaikan dan manfaat terbaik bagi peserta. Berdasarkan kaidah *non-maleficence*, penelitian ini tidak menimbulkan suatu dampak negatif terhadap peserta.

## I. Definisi Operasional Variabel

Tabel 3.1 Definisi operasional variabel

Variabel	Definisi	Jenis Data (satuan)
<i>Caregiver</i> informal skizofrenia	individu yang bertanggungjawab memberikan perhatian dan asuhan perawatan kepada pasien skizofrenia kurang lebih tiga perempat perawatan pasien tanpa dibayar dan menerima pelatihan sebagai <i>caregiver</i> dan biasanya merupakan kerabat terdekat dari pasien	
<i>Brief</i> MBSR	<i>Brief Mindfulness Based Stress Reduction</i> (MBSR) merupakan pelatihan <i>mindfulness</i> intensif berbasis bukti yang ditujukan untuk menurunkan distres. Program <i>brief</i> MBSR dilaksanakan dalam bentuk sesi kelompok terstruktur terdiri atas 4 sesi selama 4 minggu dengan praktik rumah harian yang disarankan.	Nominal
Skor PSS-10	PSS-10 ( <i>perceived stress scale</i> ) adalah skala <i>self-report</i> yang bertujuan untuk melihat kecenderungan individu merasakan adanya persepsi stres sebagai akibat dari situasi yang penuh tekanan selama satu bulan terakhir dalam kehidupan sehari-harinya (Cohen, Kamarck, & Mermelstein, 1983). Persepsi stres pada alat ukur ini ditandai dengan rendahnya kontrol individu terhadap diri, masalah, atau lingkungannya. PSS-10 merupakan alat ukur yang paling sering digunakan untuk mengukur persepsi	Interval

	<p>terhadap stres. Terdapat 10 pertanyaan dalam alat ukur ini, di mana pilihan jawabannya menggunakan skala (0, 1, 2, 3, 4: Tidak Pernah, Hampir Tidak Pernah, Kadang-Kadang, Agak Sering, Sangat Sering) untuk menjawab setiap pertanyaannya. PSS ini memiliki interpretasi sebagai berikut:</p> <p>0-13 : stres ringan  14-26 : stres sedang  27-40 : stres berat</p>	
Psikoedukai	<p>Psikoedukasi merupakan salah satu program psikoterapi di mana penyedia layanan kesehatan menggunakan teknik sistematis dan psikososial untuk menciptakan perubahan perilaku yang diinginkan untuk seseorang. Psikoedukasi yang dilakukan kepada <i>caregiver</i> informal skizofrenia berupa informasi tentang etiologi, gejala, pengobatan, prognosis distres dan skizofrenia melalui telepon sebanyak 1 sesi.</p>	Nominal

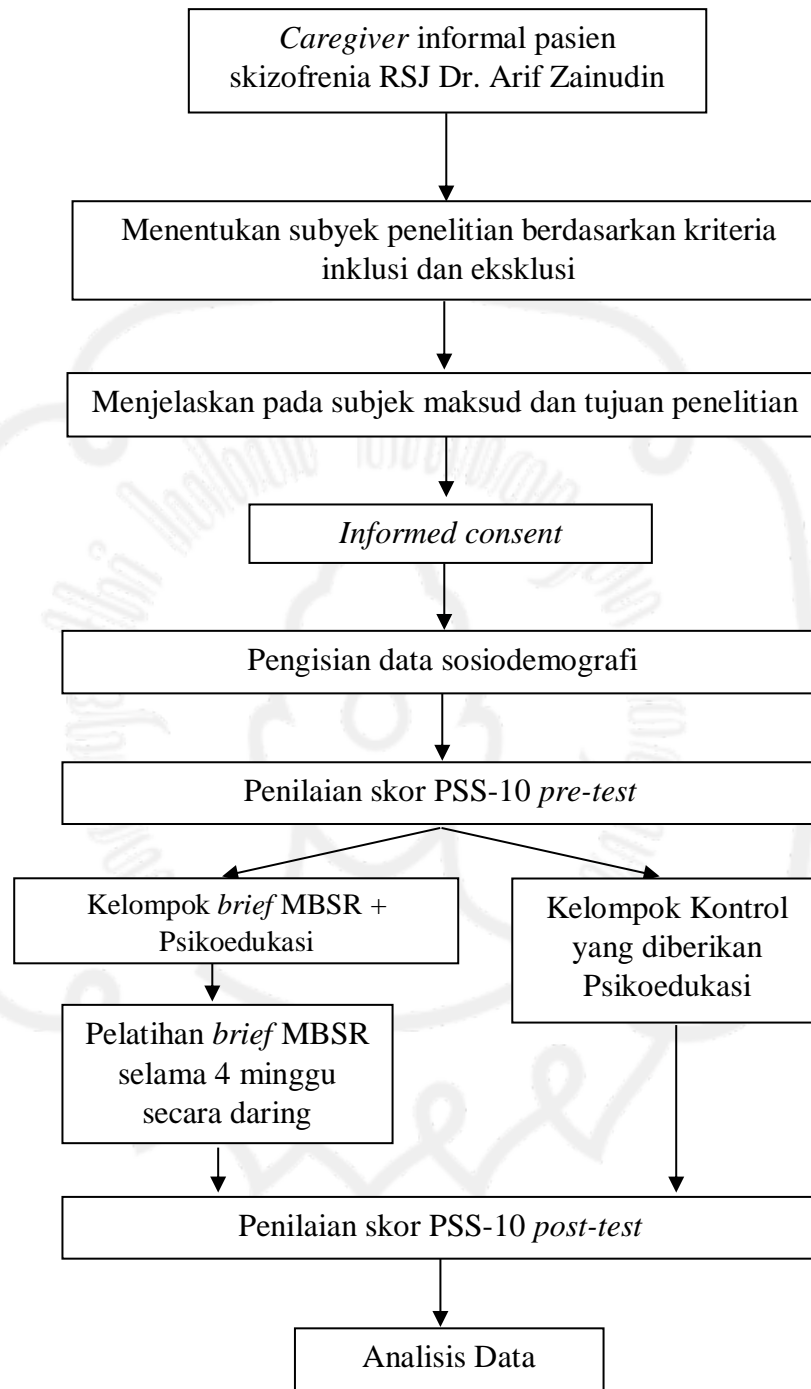
#### J. Instrumen Penelitian

1. Lembar *informed consent*.
2. Lembar data identitas partisipan.
3. Lembar isian demografi partisipan.
4. Instrumen *Perceived Stress Scale* (PSS) yang telah divalidasi ke dalam Bahasa Indonesia dengan uji nilai *Cronbach's Alpha* (0,96)
5. Aplikasi *Zoom Meeting*.
6. Modul *brief* MBSR yang telah divalidasi dengan nilai *face validity* 83% dan *content validity* 86%

### **K. Prosedur Penelitian**

1. *Caregiver* informal pasien skizofrenia RSJ Dr. Arif Zainudin Surakarta yang memenuhi kriteria inklusi dimotivasi untuk mengikuti penelitian.
2. Mengisi dan menandatangani lembar persetujuan penelitian.
3. Melakukan pemeriksaan medis umum.
4. Melakukan penilaian skor PSS sebelum pemberian intervensi.
5. Membagi kelompok menjadi kelompok intervensi yang mendapatkan pelatihan *brief* MBSR selama 4 minggu ditambah psikoedukasi dan kelompok kontrol yang diberikan psikoedukasi.
6. Menilai skor PSS setelah intervensi.
7. Menganalisis hasil secara statistik.

## L. Alur Penelitian



**Gambar 13.** Alur penelitian

### M. Teknik Analisis Data

Data yang diperoleh ditabulasi dan dianalisis dengan SPSS 22.0 secara univariat untuk memberikan gambaran karakteristik populasi dan penyajian hasil penelitian secara deskriptif. Analisis untuk mengetahui perbedaan rata-rata skor PSS-10 kelompok kontrol dan kelompok perlakuan sebelum dan sesudah dilakukan *brief* MBSR pada sampel tidak berpasangan menggunakan uji *independent t test* jika data terdistribusi normal, apabila data terdistribusi tidak normal digunakan uji *mann whitney*. Uji beda berpasangan menggunakan uji *paired t test* apabila data terdistribusi normal apabila data terdistribusi tidak normal maka akan menggunakan uji *wilcoxon*. Uji korelasi menggunakan uji *korelasi eta* untuk data skala nominal versus numerik, dan uji *spearman rank* untuk data skala ordinal versus numerik. Uji normalitas menggunakan uji *shapiro-wilk* dengan tingkat signifikansi yang digunakan  $p < 0,05$ . Dasar pengambilan keputusan penerimaan hipotesis berdasarkan tingkat signifikansi (nilai  $\alpha$ ) sebesar 0,5%; jika  $p < \alpha$  ( $\alpha = 0,05; df = 1$ ) maka hipotesis diterima.