

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Rancangan Penelitian

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *single subjek design* atau design subyek tunggal. Penelitian dengan subjek tunggal disebut juga sebagai penelitian eksperimen dengan memfokuskan pada suatu perilaku yang hendak dirubah. Pada desain penelitian ini, pengukuran variabel terikat atau target tingkah laku diukur secara berulang-ulang dengan periode waktu tertentu yang dilakukan untuk mengevaluasi pencapaian tujuan intervensi. Pengukuran berulang dilakukan setelah intervensi yang diterapkan untuk melihat apakah terjadi perubahan pasca intervensi.

Menurut Sunanto, Takeuci, dan Nakata (2005:41), terdapat dua jenis single subjek design yaitu jenis reversal dan multiplebaseline. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan desain A-B-A dari jenis reversal, yang kemudian dibandingkan pada subjek yang sama dalam kondisi berbeda. Kondisi yang dimaksud adalah baseline (A1) berupa kondisi natural sebelum intervensi, yang dibandingkan dengan kondisi baseline (A2) berupa kondisi pengukuran target behaviour pada subjek yang diteliti. Intervensi (B) yang dilakukan mengacu pada kondisi baseline (A1), yang merupakan suatu kondisi yang diberikan untuk mengubah target behavior pada subyek penelitian. Pengukuran dilakukan setelah intervensi sehingga diharapkan terjadi perubahan pada target behavior.

Penelitian dengan menggunakan desain A-B-A dipilih karena dalam penggunaannya telah menunjukkan adanya hubungan sebab akibat antara variabel terikat dan variabel bebas.

3.2 Definisi Operasional

Definisi operasional dibuat dalam penelitian ini untuk menghindari terjadinya kesalahan dalam memahami istilah-istilah yang digunakan. Definisi operasional tersebut sebagai berikut:

1. REBT Stop yang dimaksud dalam penelitian ini adalah intervensi terapi yang memadukann antara REBT dan *thought stopping*.
2. *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) yang dimaksud dalam penelitian ini adalah terapi yang bertujuan merubah pikiran irasional korban penyalahgunaan Napza menjadi rasional.
3. *Thought Stopping* dalam penelitian ini adalah rangkaian prosedur untuk memblokir munculnya pikiran irasional subjek yang menyebabkan kecemasan dan mengubahnya dengan memunculkan pikiran-pikiran baru yang rasional.
4. Kecemasan yang dimaksud dalam penelitian ini merupakan target perilaku yang akan diukur yaitu merasa khawatir (kaki bergerak terus menerus saat duduk), kesulitan tidur (kesulitan memulai tidur baik siang atau malam hari),sulit berkonsentrasi (meminta lawan bicara mengulang kembali perkataan

atau penjelasannya) dan perasaan berubah-ubah sepanjang hari (tiba-tiba marah, mudah tersinggung, tiba-tiba ceria)

5. Korban Penyalahguna Napza adalah klien Yayasan Generasi Jabez Indonesia yang menjadi subyek penelitian dengan kriteria tidak mengalami *dual diagnosis*, pernah mengonsumsi obat-obatan golongan narkotika, psikotropika dan zat adiktif lainnya yang tidak sesuai dengan fungsinya, dan mengalami gejala kecemasan.
6. Yayasan Generasi Jabez Indonesia merupakan lokasi penelitian yang merupakan lembaga rehabilitasi swasta bagi korban Penyalahguna Napza terletak di Cijengkol Selarwi, Kecamatan Soreang, Kabupaten Bandung, Jawa Barat.

3.3 Populasi dan Teknik Penarikan Sampel

Populasi dalam penelitian ini adalah Korban Penyalahguna Napza yang tengah menjalani proses rehabilitasi di Yayasan Generasi JABEZ Indonesia dan mengalami gejala kecemasan. Populasi tersebut berjumlah 3 orang, kemudian dipilih menggunakan teknik simple random sampling dimana ketiga orang terpilih sebagai subjek dalam penelitian. Subyek penelitian berjenis kelamin laki-laki dan tidak mengalami dual diagnosis. Subyek dinilai telah mengalami permasalahan kecemasan yang mencakup khawatir, kesulitan tidur, kesulitan berkonsentrasi dan perasaan berubah-ubah sepanjang hari..

Berikut tiga subyek yang diteliti dengan karakteristik:

1. NN (25 tahun) Laki-laki, mengalami kecemasan.
2. ES (28 tahun) Laki-laki, mengalami kecemasan.
3. JL (33 tahun) Laki-laki, mengalami kecemasan.

3.4 Sumber Data

Sumber data yang digunakan dalam penelitian ini adalah sumber data primer dan sumber data sekunder. Sumber data primer disini adalah informasi hasil wawancara yang berasal dari subyek penelitian secara langsung dan perilaku hasil pengamatan peneliti mau pun pengamat kedua yaitu staf Yayasan Generasi Jabez Indonesia.

Sumber data sekunder dalam penelitian ini adalah hasil studi dokumentasi peneliti terkait subyek penelitian. Dokumen data diri subyek dan hasil wawancara saat seleksi masuk yayasan sangat bermanfaat sebagai data awal yang dapat menjadi pedoman peneliti dalam mendalami lebih jauh terkait subyek penelitian.

3.5 Alat Ukur Penelitian

Alat ukur dalam penelitian modifikasi perilaku (behavior modification) tidak selalu dapat diukur menggunakan suatu alat tertentu seperti instrumen pertanyaan yang diisi oleh subyek penelitian. Alat ukur harus dilakukan secara langsung oleh manusia yang mengandalkan ketelitian inderanya (Sunanto et al., 2005). Secara garis besar ada tiga macam prosedur pencatatan data yang digunakan pada penelitian modifikasi perilaku, yaitu (1) pencatatan data secara otomatis, (2) pencatatan data dengan produk permanen, dan (3) pencatatan data dengan observasi langsung. Pencatatan yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah pencatatan kejadian. Pencatatan kejadian (menghitung frekuensi) merupakan cara yang paling sederhana untuk dilakukan, yaitu dengan cara memberikan tanda menggunakan tally pada lembar pedoman observasi yang telah peneliti susun.

Alat ukur yang digunakan dalam penelitian adalah pedoman pengamatan untuk mencatat frekuensi munculnya perilaku yang mengindikasikan kecemasan subyek penelitian dengan menuliskan tally pada kertas yang disiapkan sebagai berikut:

Tabel 3.1 Pedoman Pengamatan Perilaku Kecemasan Subjek

Nama Subjek : Jenis Kelamin : Usia : Fase : Tanggal : Turus (<i>tally</i>) banyaknya kejadian			
No	Perilaku	Tally	Total
1	Khawatir (kaki bergerak terus menerus saat duduk)		
2	Kesulitan Tidur (kesulitan memulai tidur baik siang atau malam hari, dimalam hari tidur lebih dari jam 1 dini hari)		
3	Kesulitan berkonsentrasi (meminta lawan bicara mengulang kembali perkataan atau penjelasannya)		
4	Perasaan berubah-ubah sepanjang hari (tiba-tiba marah, mudah tersinggung, tiba-tiba ceria)		

Sumber: Catatan Peneliti Tahun 2024

Instrumen alat ukur baku guna mendukung melihat skor kecemasan subyek penelitian digunakan dalam penelitian ini. Instrumen tersebut adalah *Hamilton Anxiety Rating Scale* (HARS). Skala HARS merupakan pengukuran kecemasan yang didasarkan pada munculnya symptom individu yang mengalami kecemasan. Menurut skala HARS terdapat 14 symptom yang nampak, setiap item yang di

observasi diberi 5 tingkatan skor antara 0 (NoI Persent) sampai dengan 4 (Severe) (Hidayat: 2017).

Skala HARS pertama kali digunakan pada tahun 1959 yang diperkenalkan oleh Max Hamilton dan sekarang telah menjadi standar dalam pengukuran kecemasan. Skala HARS telah dibuktikan memiliki validitas dan reliabilitas cukup tinggi untuk melakukan pengukuran kecemasan yaitu 0,93 dan 0,97. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa pengukuran dengan menggunakan skala HARS akan diperoleh hasil yang valid dan reliabel.

3.6 Uji Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur

3.6.1 Uji Validitas

Uji validitas yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji validitas muka (face validity). Validitas muka adalah validitas yang berhubungan dengan penilaian para ahli terhadap suatu alat ukur (Nazir,2014). Upaya yang ditempuh dalam melakukan uji validitas alat ukur ini yaitu dengan telaahan pustaka dengan jurnal, buku, diuji oleh *expert judgement* dengan beberapa kali seminar dan konsultasi dengan ahli dalam hal ini adalah dosen terkait

3.6.2 Uji Realibilitas

Uji reliabilitas penelitian ini menggunakan persentasi kesepakatan dengan pengamat kedua, pengamat kedua dalam penelitian ini yaitu staf Yayasan Generasi Jabez Indonesia yang tinggal di dalam yayasan selama 24 jam. Jika pengamatan dilakukan oleh lebih dari satu orang, maka “untuk mengetahui apakah pencatatan pada data tersebut sudah reliabel atau belum perlu menghitung persentase kesepakatan (*percent agreement*)” (Sunanto dkk, 2006: 28). Persentase kesepakatan

dilakukan dengan menghitung hasil pengamatan perilaku dari dua orang pengamat secara berulang-ulang terhadap subjek penelitian. Untuk mengukur persentase kesepakatan total (total percent agreement) dengan rumus sebagai berikut:

$$\frac{O + N}{T}$$

Keterangan

- O : Occurance agreement, yaitu interval dimana target behavior terjadi dan terjadi persamaan (*agreement*) antara observer 1 dan 2
 N : *Nonoccurance agreement*, yaitu interval dimana target behavior tidak terjadi menurut kedua observer
 T : Banyaknya interval yang digunakan

Pada penelitian ini uji reliabilitas dilakukan pada salah satu subyek penelitian yaitu NN. Uji reliabilitas dilakukan dalam 12 interval kepada 4 target behavior yaitu merasa gelisah, kesulitan tidur, kesulitan berkonsentrasi dan perasaan berubah-ubah sepanjang hari. Berikut hasil pengamatan kedua pengamat:

Uji Reliabilitas Perilaku Merasa Gelisah

Interval	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Pengamat 1	-	+	+	-	+	-	-	-	+	-	-	-
Pengamat 2	-	+	+	-	+	-	-	-	+	-	-	-

Uji Reliabilitas Perilaku Kesulitan Tidur

Interval	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Pengamat 1	-	-	-	-	-	-	-	+	-	-	-	-
Pengamat 2	-	-	-	-	-	-	-	+	-	-	-	-

Uji Reliabilitas Perilaku Kesulitan Berkonsentrasi

Interval	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Pengamat 1	+	-	+	-	+	-	-	-	+	-	-	-
Pengamat 2	+	-	+	-	+	-	-	-	+	-	-	-

Uji Reliabilitas Perilaku Perasaan Berubah-ubah Sepanjang Hari

Interval	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Pengamat 1	+	-	-	-	-	-	-	-	+	-	-	+
Pengamat 2	+	-	-	-	-	-	-	-	+	-	-	+

Berikutnya melakukan perhitungan total persentase kesepakatan sebagai berikut:

Tabel 3.1 Total Percent Agreement Observer 1 dan 2

Sesi	Total Percent Agreement	Hasil
1	$\frac{4+8}{12} \times 100\%$	100%
2	$\frac{1+11}{12} \times 100\%$	100%
3	$\frac{4+8}{12} \times 100\%$	100%
4	$\frac{3+9}{12} \times 100\%$	100%

Sumber : Catatan Peneliti Tahun 2024

Data penelitian dapat dikatakan reliabel jika total *percent agreement* lebih dari 50%, karena untuk mendapatkan data yang reliabel dibutuhkan kesepakatan yang sama atau hampir sama antara pengamat 1 dengan pengamat 2. Berdasarkan hasil penghitungan *percent agreement* diatas, pada keempat *target behavior* masing-masing adalah 100% sehingga dapat dikatakan bahwa data penelitian reliabel karena total *percent agreement* lebih dari 50%.

Selanjutnya menghitung *occurance agreement* menggunakan rumus sebagai berikut:

$$\frac{\text{agreement}}{\text{agreement} + \text{disagreement}} \times 100\%$$

Tabel 3.2 Total Occurance Agreement Observer 1 dan 2

Sesi	Total Occurance Agreement	Hasil
1	$\frac{4}{4+0} \times 100\%$	100%
2	$\frac{1}{1+0} \times 100\%$	100%
3	$\frac{4}{4+0} \times 100\%$	100%
4	$\frac{3}{3+0} \times 100\%$	100%

Sumber : Catatan Peneliti Tahun 2024

Jadi diketahui pada data tersebut *occurance agreement*nya adalah masing-masing *target behavior* adalah 100%. Jika *target behavior* terjadi lebih dari 75%, maka *nonagreement occurence* harus dihitung dengan rumus yang sama dengan

occurrence agreement namun peneliti memperhatikan pada interval dimana target behavior tidak terjadi pada salah satu pengamat.

Tabel 3.3 Total Nonoccurrence Agreement Observer 1 dan 2

Sesi	Total Percent Agreement	Hasil
1	$\frac{8}{8+0} \times 100\%$	100%
2	$\frac{11}{11+0} \times 100\%$	100%
3	$\frac{8}{8+0} \times 100\%$	100%
4	$\frac{9}{9+0} \times 100\%$	100%

Sumber : Catatan Peneliti Tahun 2024

Jadi diketahui pada data tersebut nonoccurrence agreementnya adalah masing-masing target behavior adalah 100%.

3.7 Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data sangat penting dalam penelitian dikarenakan tanpa adanya teknik dalam pengumpulan data atau informasi, maka penelitian tidak akan berjalan dengan baik. Dalam penelitian mengenai "Implementasi REBT Stop (*Rational Emotive Behavior Therapy* dan *Thought Stopping*) dalam Mengatasi Kecemasan Korban Penyalahguna Napza di Yayasan Generasi JABEZ Indonesia". Peneliti akan menggunakan teknik kuesioner atau angket dan observasi. Adapun teknik pengumpulan data yang akan digunakan oleh peneliti sebagai berikut:

1. Angket atau Kuisisioner

Menurut Soehartono (2008), mendefinisikan bahwa angket merupakan salah satu teknik pengumpulan data dengan menyerahkan atau mengirimkan daftar pertanyaan untuk diisi sendiri oleh responden. Kuesioner dalam penelitian ini digunakan untuk mengukur tingkat kecemasan yang terbagi

dalam respon perilaku, kognitif, dan afektif. Angket ini diberikan kepada responden dengan tujuan agar memperoleh data sebelum dan sesudah intervensi.

2. Observasi

Observasi dilakukan dengan pengamatan secara langsung terhadap subjek di lokasi penelitian yaitu Yayasan Generasi JABEZ Indonesia. Proses observasi dilakukan dengan cara mengamati, merekam, menghitung dan mencatat kejadian yang berkaitan dengan target behavior.

3. Studi Dokumentasi

Studi dokumentasi adalah teknik pengumpulan data dengan cara peneliti menggunakan dokumen yang dapat dijadikan sebagai sumber data seperti dokumen-dokumen yang ada seperti arsip, buku, atau laporan ilmiah, bulletin, foto-foto, dan lain sebagainya yang berhubungan dengan responden penelitian.

4. Asesmen

Peneliti mendalami informasi melalui wawancara baik kepada subjek secara langsung, maupun kepada lingkungan terkait dalam hal ini adalah staf yayasan dan rekan yang mengikuti rehabilitasi di dalam yayasan.

3.8 Analisis Data

Teknik analisis data yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah analisa data kuantitatif yaitu mengukur selisih perbedaan antara perilaku pada fase baseline dan fase intervensi dengan menggunakan perbandingan two standard deviation (2SD). Selain itu dalam desain penelitian *single subject design*, analisis data pada dasarnya terdiri dari 2 macam yaitu analisis dalam kondisi dan antar kondisi. Untuk analisis dalam kondisi, yang perlu dianalisis meliputi 1) panjang

kondisi, 2) estimasi kecenderungan arah, 3) kecenderungan stabilitas, 4) jejak data, 5) level stabilitas dan rentang, serta 6) level perubahan.

Hal-hal yang perlu dianalisis dalam analisis antar kondisi meliputi 1) jumlah variabel, 2) perubahan trend dan efeknya, 3) perubahan stabilitas, 4) perubahan level, dan 5) persentase overlap. Analisis antar kondisi yang sama dilakukan terhadap hal-hal seperti pada analisis dalam kondisi. Analisa data dapat dilihat dari hasil pengolahan data yang sudah dicatat dalam kertas kerja yang telah ditentukan, serta dapat disajikan dalam bentuk grafik.

3.9 Langkah dan Jadwal Penelitian

Langkah-langkah yang akan peneliti lakukan dalam penelitian dengan menggunakan pendekatan subjek tunggal desain pengulangan A-B-A (Sunanto, 2005) adalah sebagai berikut:

1. Mendefinisikan target behavior sebagai perilaku yang dapat diukur secara akurat. Target behavior dalam penelitian ini adalah perilaku kecemasan yang terdiri dari merasa khawatir, kesulitan tidur, kesulitan berkonsentrasi dan perasaan berubah-ubah sepanjang hari.
2. Mengukur dan mengumpulkan data pada kondisi baseline (A1) secara kontinyu sampai trend dan level data menjadi stabil. Pengukuran pada fase baseline A1 dilaksanakan dengan panjang kondisi yaitu 5 dan dihentikan saat data sudah stabil.
3. Memberikan intervensi REBT *Stop* setelah *trend* data baseline A1 stabil.

4. Mengukur dan mengumpulkan data pada fase intervensi (B) dengan periode waktu tertentu sampai data menjadi stabil. Panjang kondisi pada fase intervensi adalah 8 hingga data menunjukkan sudah stabil.
5. Setelah kecenderungan dan level data pada fase intervensi (B) stabil, maka mengulang fase baseline (A2) dengan panjang kondisi yaitu 5.

Secara keseluruhan penelitian ini akan dilakukan peneliti sesuai dengan jadwal sebagai berikut:

Tabel 3.4 Matriks Jadwal Penelitian

No	Kegiatan	Feb	Mar	Apr	Mei	Jun	Jul
1	Bimbingan Proposal Tesis						
2	Ujian Proposal Tesis						
3	Bimbingan penulisan tesis						
4	Penelitian						
5	Seminar Hasil Penelitian						
6	Ujian Tesis						

Sumber : Proposal Penelitian