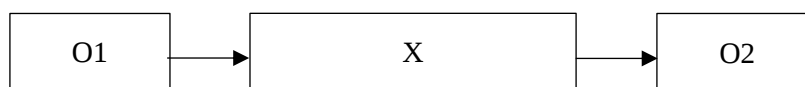


BAB IV METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Pre- Experimental Design*. Pre-experimental post only atau pre-post. Penelitian ini dilakukan dengan *one group pre-post test design*. Ciri tipe penelitian *one group pre-post test design* adalah mengungkapkan hubungan sebab akibat dengan cara melibatkan satu kelompok subjek. Kelompok subjek diobservasi sebelum dilakukan intervensi, kemudian diobservasi lagi setelah intervensi. Pengujian sebab akibat dilakukan dengan cara membandingkan hasil pra-tes dengan pasca-tes. Namun tetap tanpa melakukan perbandingan dengan pengaruh perlakuan yang dikenakan pada kelompok lain (Nursalam, 2020).

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian latihan *brisk walking* terhadap kualitas hidup penderita hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas II Denpasar Barat, Kota Denpasar. Rancangan penelitian dijelaskan pada gambar 2 sebagai berikut :



Keterangan :

O1 = Penilaian persepsi kualitas hidup sebelum diberikan perlakuan

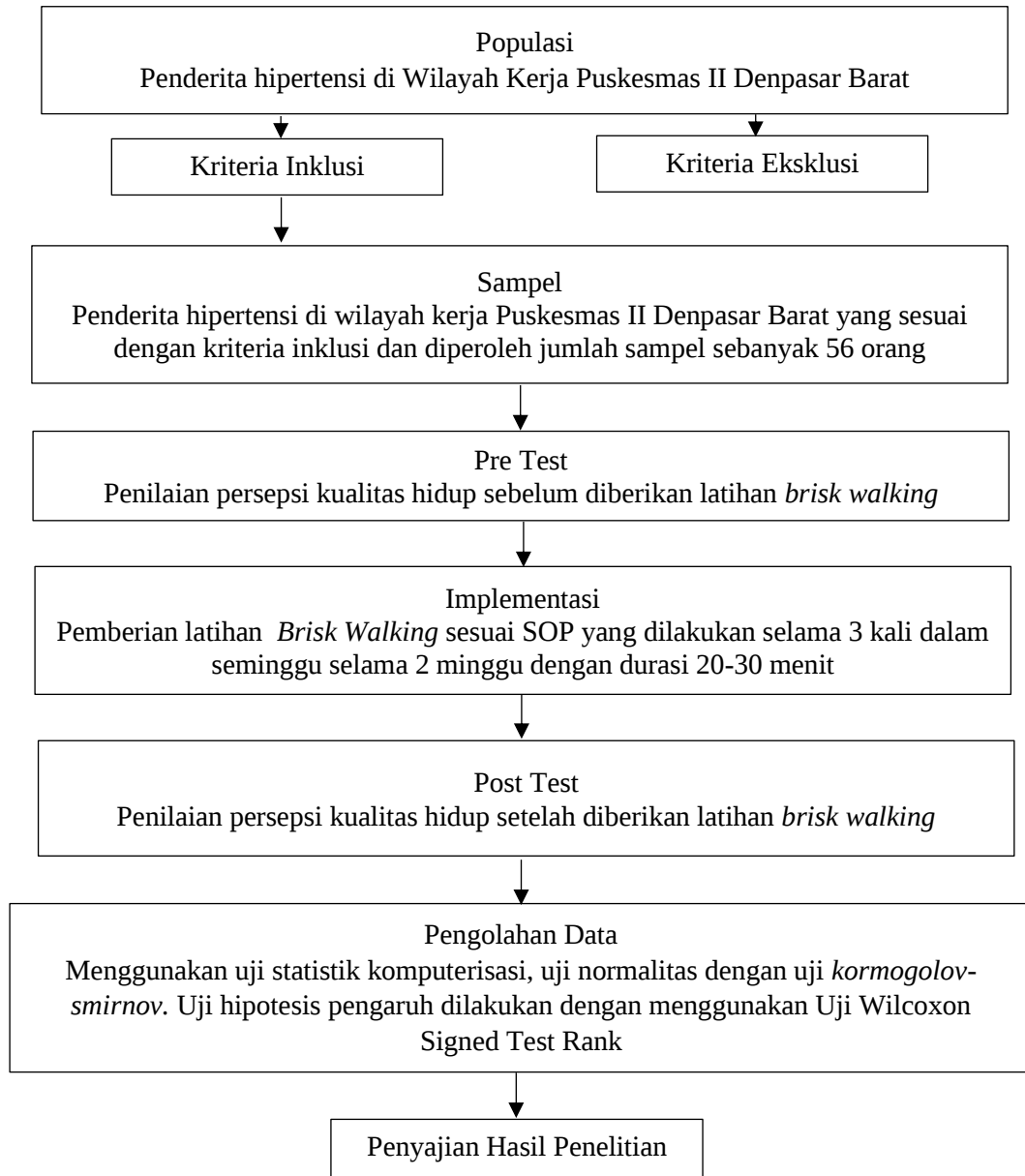
X = Intervensi pemberian latihan *brisk walking exercise*

O2 = Penilaian persepsi kualitas hidup setelah diberikan perlakuan

Gambar 1 Rancangan Penelitian Pengaruh Pemberian Latihan *Brisk Walking* Terhadap Kualitas Hidup Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas II Denpasar Barat, Kota Denpasar Tahun 2023

B. Alur Penelitian

Alur penelitian digambarkan seperti pada gambar 3 dibawah :



Gambar 2 Bagan Alur Penelitian Pengaruh Pemberian Latihan *Brisk Walking* Terhadap Kualitas Hidup Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas II Denpaar Barat, Kota Denpasar Tahun 2023.

C. Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di Wilayah Kerja Puskesmas II Denpasar Barat berada di daerah Denpasar Barat, Kota Denpasar. Waktu penelitian dilaksanakan pada bulan Maret – April 2023.

D. Populasi dan Sampel

1. Populasi Penelitian

Populasi adalah subjek yang memenuhi kriteria yang telah ditetapkan oleh peneliti (Nursalam, 2020). Kriteria yang dimaksud memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Populasi dalam penelitian ini adalah penderita hipertensi yang melakukan pengobatan kepuskesmas pada bulan Januari 2023 di Puskemas II Denpasar Barat Kota Denpasar sebanyak 124 orang.

2. Sampel Penelitian

Sampel adalah bagian dari populasi terjangkau yang dapat dipergunakan sebagai subjek penelitian melalui sampling (Nursalam, 2020). Jumlah sampel pada penelitian adalah sebanyak 56 orang, sesuai dengan teknik sampling serta memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Adapun kriteria sampel dalam penelitian ini yaitu kriteria inklusi dan eksklusi

a. Kriterion Inklusi

Kriteria inklusi adalah karakteristik umum subjek penelitian dari populasi terget yang terjangkau dan akan diteliti (Nursalam, 2020). Berikut inklusi dari penelitian ini adalah :

- 1) Penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas II Denpasar Barat.
- 2) Bersedia menjadi responden penelitian.
- 3) Penderita dengan rentang umur 45-59 tahun.

- 4) Penderita yang mengkonsumsi obat antihipertensi.
- 5) Tidak sedang meminum vitamin/suplemen kesehatan.

b. Kriteria Eksklusi

Kriteria eksklusi adalah menghilangkan atau mengeluarkan subjek yang memenuhi kriteria inklusi dari studi karena berbagai alasan atau penyebab tertentu (Nursalam, 2020). Berikut kriteria eksklusi dalam penelitian sebagai berikut :

- 1) Penderita hipertensi yang tidak bisa berdiri dan berjalan
- 2) Responden yang tidak mengikuti kegiatan secara penuh

3. Jumlah dan besar Sampel

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan rumus *slovin* seperti berikut (Nursalam, 2017) :

$$n = \frac{N}{1+N(e)^2}$$

$$n = \frac{124}{1+124 (0,1)^2}$$

$$n = \frac{124}{2,24}$$

$$= 55,357$$

$$= 56 \text{ responden}$$

Keterangan :

N = Ukuran populasi

n = Ukuran sampel/jumlah responden

e = peresentase kelonggaran ketelitian kesalahan pengambilan sampel yang masih bisa ditolerir (e = 0,1)

Dalam rumus *slovin* terdapat ketentuan sebagai berikut :

Nilai e = 0,1 (10%) untuk populasi dalam jumlah besar

Nilai $e = 0,2$ (20%) untuk populasi dalam jumlah kecil

Besar sampel ditetapkan sebesar 56 responden

4. Teknik sampling

Sampling merupakan suatu proses menyeleksi porsi dari populasi untuk mendapatkan besaran sampel dari populasi. Teknik sampling merupakan cara- cara yang ditempuh dalam pengambilan sampel, agar memperoleh sampel yang benar- benar sesuai dengan keseluruhan subjek penelitian (Nursalam, 2020). Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan teknik non random sampling. *Non random sampling* atau *prabability sampling* adalah teknik pengambilan sampel yang tidak memberi peluang atau kesempatan sama bagi setiap unsur atau anggota populasi untuk dipilih menjadi sampel (Sugiyono, 2018). Peneliti menggunakan metode pengambilan sampel dengan metode *non random sampling* yang menggunakan teknik purposive sampling. Yang dimaksud dengan *purposive sampling* adalah pengambilan sampel sumber data dengan pertimbangan tertentu (Sugiyono, 2018).

E. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data

1. Jenis data yang dikumpulkan

a. Data primer

Sumber data yang langsung memberikan data kepada pengumpul data. Data dikumpulkan sendiri oleh peneliti langsung dari sumber pertama atau tempat objek penelitian dilakukan (Sugiyono, 2018). Data primer yang dikumpulkan dalam penelitian ini adalah hasil studi wawancara dengan 10 penderita hipertensi mengenai pengetahuan penderita hipertensi mengenai latihan *brisk walking* dan didapatkan dari pengumpulan data menggunakan dan form dummy tabel meliputi

data demografi yaitu jenis kelamin, usia, pekerjaan. Data hasil pemeriksaan melalui kuesioner dan skala ukur kualitas hidup *WHOQOL-BREF* yang diteliti sebelum dan setelah pemberian latihan *brisk walking* terhadap kualitas hidup penderita hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas II Denpasar Barat yang menjadi responden.

b. Data sekunder

Sumber data yang tidak langsung memberikan data kepada pengumpul data, misalnya lewat orang lain atau lewat dokumen. Dalam penelitian ini yang menjadi sumber data sekunder adalah sesuai dengan Undang-Undang Ketenagakerjaan, buku, jurnal, artikel yang berkaitan dengan topik penelitian mengenai sistem pengendalian internal atas sistem dan prosedur penggajian dalam usaha mendukung efisiensi biaya tenaga kerja (Sugiyono, 2018). Data sekunder yang dikumpulkan dalam penelitian ini adalah jumlah penderita hipertensi di Puskesmas II Denpasar Barat 2 dan data jumlah kunjungan hipertensi 3 bulan terakhir di Puskesmas II Denpasar Barat yang didapatkan dari tempat penelitian Puskesmas II Denpasar Barat.

2. Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data merupakan suatu proses pendekatan kepada subyek dan proses pengumpulan karakteristik subyek yang diperlukan dalam suatu penelitian. Langkah-langkah dalam pengumpulan data bergantung pada rancangan penelitian dan teknik instrumen yang digunakan (Nursalam, 2020). Pada penelitian ini jenis instrumen yang digunakan untuk mengumpulkan data adalah dengan kuesioner. Metode dalam pengumpulan data yaitu dengan memberikan latihan *brisk walking* dan kuesioner perubahan sikap perilaku subyek, yang kemudian subyek penelitian

menjawab pertanyaan secara tertulis. Langkah -langkah pengumpulan data dilakukan dengan cara :

- a. Melakukan pengurusan surat izin melakukan studi pendahuluan di Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Denpasar.
- b. Mengajukan surat permohonan untuk melakukan studi pendahuluan ke Dinas Kesehatan Kota Denpasar dengan tembusan Puskesmas II Denpasar Barat, setelah mendapatkan surat tembusan, memohon izin untuk melakukan studi pendahuluan di Puskesmas II Denpasar Barat dengan mencari data sekunder dan data primer.
- c. Melakukan pengurusan surat izin penelitian di Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Denpasar.
- d. Setelah mendapatkan surat izin penelitian, penelitian mulai dilakukan dengan melakukan pendekatan formal dengan pemegang program PTM Puskesmas II Denpasar Barat.
- e. Melakukan pemilihan populasi yang sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi untuk dijadikan sampel di Wilayah Kerja Puskesmas II Denpasar Barat.
- f. Melakukan persamaan persepsi dengan enumerator mengenai SPO pelaksanaan intervensi saat penelitian.
- g. Melakukan pendekatan informal kepada sampel yang diteliti dengan menjelaskan maksud dan tujuan penelitian, memberikan lembar persetujuan dan jika calon responden bersedia maka harus menandatangani lembar persetujuan sebagai responden, apabila terdapat responden yang tidak ingin untuk diteliti maka peneliti tidak akan memaksa dan menghormati keputusan responden.

- h. Pada tahap pelaksanaan, sebelum dilakukan perlakuan *brisk walking exercise* responden diukur terlebih dahulu tekanan darahnya, selanjutnya diarahkan untuk pengisian penilaian persepsi diri mengenai kualitas hidup dengan menggunakan kuisioner, setelah itu pendataan dengan melengkapi nama, usia, jenis kelamin dan pekerjaan yang dicatat pada lembar yang sudah dibuat.
- i. Kemudian selama 14 hari responden diberikan perlakuan *brisk walking exercise* selama 20-30 menit yang dilakukan dalam tiga kali dalam seminggu sesuai dengan SPO yang berlaku, responden diukur tekanan darahnya sebelum dan setelah latihan *brisk walking exercise*, responden dikumpulkan di banjar dengan arahan kader Puskesmas II Denpasar Barat, latihan *brisk walking* dilakukan di sekitar jalan kecil atau gang banjar tersebut dipandu oleh peneliti dan dibantu kader dari Puskesmas II Denpasar Barat.
- j. Setelah 14 hari, peneliti kembali melakukan pengisian penilaian persepsi diri mengenai kualitas hidup kembali untuk mengetahui apakah ada perubahan pada kualitas hidup responden setelah diberikan latihan *brisk walking exercise* dan kemudian dicatat pada lembar yang sama sebelum dilakukan *brisk walking exercise*.

3. Instrumen Pengumpulan Data

Instrument yang digunakan oleh peneliti dalam penelitian ini adalah kuisioner *WHOQol-BREF*. *WHOQol-BREF* digunakan untuk mengetahui kualitas hidup responden sebelum dan setelah dilakukan *brisk walking exercise*. *WHOQol-BREF* dalam penelitian ini digunakan dari awal sampai akhir penelitian sehingga hasil identifikasi mengenai kualitas hidup didapatkan data yang valid. Hasil jawaban kuisioner sebelum dan setelah dilakukan *brisk walking exercise* di kumpulkan.

Langkah-langkah *brisk walking exercise* dilakukan sesuai dengan prosedur terlampir.

a. Uji validitas

Kuesioner kualitas hidup *WHOQOL-BREF* yang digunakan dalam penelitian ini telah baku dan telah dilakukan uji validitas oleh Fridolin dkk (2022) untuk mengukur kualitas hidup untuk menentukan skor kualitas hidup untuk digunakan dalam penelitian yang berjudul Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kualitas Hidup Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Gayamsari Kota Semarang, yang dilakukan di UPTD Puskesmas Talun dengan sampel sebanyak 30 orang lansia dengan hasil uji validitas nilai r hitung 0,390 sampai dengan 0,798, berdasarkan hasil tersebut menunjukkan bahwa setiap item pertanyaan kuesioner *WHOQOL-BREF* dinyatakan valid. Hasil validitas juga telah diuji oleh Ghahramanloo *et al* (2020) yang digunakan dalam penelitian *Comparison of SF-36 and WHOQoL-BREF in Measuring Quality of Life in Patients with Type 2 Diabetes* menyatakan dengan hasil uji validitas ($r \geq 0,40$) yang telah dilakukan dengan sampel sebanyak 1847 orang, berdasarkan hasil tersebut menyatakan bahwa kuesioner *WHOQOL-BREF* valid dan dapat digunakan dalam penelitian dalam mengukur skor kualitas hidup.

b. Uji reliabilitas

Kuesioner kualitas hidup *WHOQOL-BREF* yang digunakan dalam penelitian ini telah baku dan telah dilakukan uji reliabilitas oleh Ghahramanloo *et al* (2020) yang digunakan dalam penelitian *Comparison of SF-36 and WHOQoL-BREF in Measuring Quality of Life in Patients with Type 2 Diabetes* dengan banyak sampel 1847 orang, dengan hasil Koefisien Alfa Cronbach ($r = 0,69-0,86$) dengan hasil tersebut menyatakan bahwa kuesioner *WHOQOL-BREF* untuk mengukur kualitas

hidup memiliki tingkat reliabilitas yang tinggi. Berdasarkan hasil tersebut kuesioner *WHOQOL-BREF* telah dinyatakan valid dan reliable untuk dijadikan instrumen dalam penelitian untuk mengukur tingkat kualitas hidup.

F. Pengolahan dan Analisis Data

1. Teknik pengolahan Data

Pengolahan data merupakan suatu proses bagian dari penelitian setelah melakukan pengumpulan data. Kegiatan yang dilakukan oleh peneliti dalam proses pengolahan data yaitu sebagai berikut :

a. *Editing*

Editing atau penyuntingan data adalah tahapan hasil data yang sudah dikumpulkan dari hasil pengisian kuesioner disunting kelengkapan jawabannya. Jika pada tahapan penyuntingan ternyata ditemukan ketidak lengkapan dalam pengisian jawaban, maka harus melakukan pengumpulan data ulang. *Editing* dilakukan untuk memeriksa ulang kelengkapan pengisian formulir kuesioner meliputi data identitas responden dan jawaban di masing - masing pernyataan pada kuesioner persepsi kualitas hidup *WHOQOL-BREF* dan mengumpulkan semua hasil kuisisioner kualitas hidup sebelum dan setelah dilakukan *brisk walking* dalam master tabel.

b. *Coding*

Coding merupakan cara mengklasifikasikan atau mengelompokkan data sesuai dengan kelompoknya dengan cara memberi kode tertentu. Kegunaan *coding* yaitu mempermudah pada saat analisis data dan mempercepat pada saat proses *entry* data. Dalam penelitian ini data yang di-*coding* yaitu data demografi terdiri atas jenis kelamin, usia, jenis pekerjaan, dan nilai skor pre test dan post test :

- 1) Jenis kelamin : jenis kelamin laki laki diberi kode 1, jenis kelamin perempuan diberi kode 2
- 2) Usia : usia 45-50 tahun diberi kode 1. Usia 51-55 tahun diberi kode 2, usia 56-59 tahun diberi kode 3.
- 3) Jenis pekerjaan : tidak bekerja diberi kode 1, ibu rumah tangga diberi kode 2, wiraswasta diberi kode 3, PNS diber kode 4, karyawan swasta diberi kode 5, buruh diberi kode 6, dan pensiunan diberi kode 7.
- 4) Hasil pengukuran kualitas hidup di coding dengan kode X1 untuk pre test dan X2 untuk post test.

c. *Entry*

Entry data dilakukan dengan cara memasukkan data dari lembar pengmpulan data ke paket program computer. Setelah semua data terkumpul lengkap dan sudah melalui proses pengkodean, maka dilanjutkan dengan memproses data yang akan di *entry* untuk dianalisis.

d. *Cleaning*

Cleaning merupakan pengecekan kembali data yang sudah di *entry* apakah sudah benar atau ada kesalahan pada saat memasukan data. Adapun empat tahapan *cleaning* data, antara lain mengetahui adanya missing data, mengetahui variasi data, dan mengetahui konsistensi data.

e. *Scoring*

Scoring dilakukan setelah reponden selesai dalam mengisi kuesioner yang diberikan oleh peneliti. Nilai *scoring* yang didapatkan berbeda-beda sesuai jenis jawaban yang diisi responden dalam setiap item kuesioner. Parameter pemberian *score* pertanyaan persepsi tingkat kualitas hidup dipresentasikan dalam :

- 1) Kualitas hidup sangat buruk : 0-20
- 2) Kualitas hidup buruk : 21-40
- 3) Kualitas hidup sedang : 41-60
- 4) Kualitas hidup baik : 61-80
- 5) Kualitas hidup sangat baik : 81-100.

2. Analisis Data

Analisis data adalah bagian yang sangat penting untuk mencapai tujuan pokok dan suatu penelitian yakni menjawab pertanyaan - pertanyaan penelitian yang mengungkap sebuah fenomena. Data yang belum diolah atau data mentahan yang didapatkan tidak bisa menggambarkan informasi yang diinginkan untuk menjawab masalah penelitian, jadi perlu dilakukan suatu analisis data guna memberikan gambaran informasi dari sebuah penelitian (Nursalam, 2016).

a. Analisis univariate

Analisis univariat adalah analisis data yang akan menggambarkan setiap variabel baik itu variabel independen dan variabel dependen dengan menggunakan distribusi frekuensi dan proporsi sehingga tergambar fenomena yang berhubungan dengan variabel yang diteliti (Sugiyono, 2016). Variabel yang dianalisis univariat pada penelitian ini adalah data demografis yaitu jenis kelamin, usia , pekerjaan, hasil kuisioner kualitas hidup sebelum dan setelah perlakuan. Data jenis kelamin dan pekerjaan termasuk variabel kategorik dan dianalisis dengan statistik deskriptif, yaitu menggunakan distribusi frekuensi dan dijabarkan persentase dari masing-masing variabel.

b. Analisis bivariate

Analisis bivariate dalam penelitian ini digunakan untuk menganalisis perbedaan kualitas hidup sebelum dan setelah dilakukan *brisk walking*. Dalam pengujian uji statistik maka digunakan uji non parametrik uji *Wilcoxon signed test*. Uji *wilcoxon signed test* adalah uji non parametris yang dapat digunakan untuk mengukur perbedaan 2 kelompok data berpasangan berskala ordinal dengan distribusi data tidak normal. Uji ini juga dikenal dengan nama uji *match pair test*. Dasar pengambilan keputusan dalam uji *wilcoxon signed test* adalah sebagai berikut :

- 1) Ketika nilai probabilitas Asym.sig 2 failed $< 0,05$ maka terdapat perbedaan rata-rata.
- 2) Ketika nilai probabilitas Asym.sig 2 failed $> 0,05$ maka tidak terdapat perbedaan rata-rata.

G. Etika Penelitian

Penelitian harus memahami prinsip-prinsip etika penelitisn dikarenakan subjek yang digunakan dalam penelitian adalah manusia. Apabila prinsip etika penelitian tidak dilaksanakan maka akan melanggar hak (otonomi) manusia yang menjadi subjek dalam penelitian.

1. Menghormati harkat martabat manusia (*Respect for persons*)

Menghormati dari otonomi seseorang untuk memutuskan pilihannya sendiri (Adiputra dkk. 2021). Dalam hal ini responden diberikan kebebasan dalam memilih apakah mengikuti atau tidak mengikuti penelitian ataupun mau meneruskan ke ikut sertaan dalam penelitian atau berhenti. Apabila reponden tidak berpartisipasi maka peneliti bisa menghormati keputusan yang dan tidak memasakan.

2. Berbuat baik (*beneficence*) dan tidak merugikan (*non-maleficence*)

Penelitian yang dilakukan harus mencegah dan meminimalkan kerugian meningkatkan manfaat bagi manusia terutama seluruh responden yang terlibat dalam penelitian (Adiputra dkk, 2021). Dalam penelitian ini manfaat yang didapat yaitu ada pengaruh pemberian latihan *brisk walking* terhadap kualitas hidup penderita hipertensi. Penelitian juga tidak membahayakan atau merugikan responden karena hanya melakukan latihan *brisk walking* atau jalan cepat.

3. Keadilan (*Justice*)

Prinsip ini menetapkan kewajiban peneliti untuk memperlakukan responden secara benar dan layak dalam memperoleh haknya dengan tidak membebani dengan hal yang bukan tanggung jawab responden. Penelitian harus dilakukan dengan berdasarkan keadilan manusia. Peneliti dalam proses penelitian tidak boleh membedakan responden baik dari segi ekonomi, sosial, agama, dan hal yang lainnya, dan juga tidak berpihak kepada siapapun dalam memperlakukan responden.

4. Menghormati privasi dan kerahasiaan (*Respect for privacy and confidentiality*)

Dalam hal ini peneliti memberikan jaminan kerahasiaan dari hasil penelitian, baik itu informasi maupun masalah yang lainnya. Semua informasi yang terkumpul dijamin kerahasiaannya oleh peneliti dan yang hanya dilaporkan hasil penelitian yaitu hanya data-data tertentu saja.