

BAB IV METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Pada penelitian ini, peneliti memilih jenis penelitian deskriptif. Desain penelitian deskriptif merupakan penelitian untuk melihat gambaran fenomena yang terjadi di dalam suatu populasi tertentu. Dalam bidang kesehatan, penelitian deskriptif digunakan untuk mendeskripsikan atau menggambarkan masalah-masalah kesehatan yang terjadi di masyarakat atau kelompok tertentu (Masturoh dan Anggita, 2018). Pendekatan yang digunakan pada penelitian ini yaitu *one group pretest posttest*, dalam penelitian ini akan dilakukan *pretest* dengan mengukur tekanan darah terlebih dahulu kemudian diberikan intervensi berupa terapi senam yoga, selanjutnya diberikan *posttest* pengukuran tekanan darah sehingga dapat mengetahui perubahan-perubahan yang terjadi sebelum dan sesudah diberikan perlakuan atau intervensi, namun dalam desain ini tidak ada kontrol sebagai pembandingan antarkelompok.

B. Tempat Dan Waktu

Penelitian ini telah dilakukan di Banjar Abiantimbul Desa Pemecutan Kelod Denpasar Barat. Adapun waktu penelitian ini terhitung sejak pengumpulan data yaitu dari bulan Maret sampai bulan April 2022.

C. Populasi Dan Sampel Penelitian

1. Populasi

Populasi terdiri atas objek/subjek yang mempunyai kualitas atau karakteristik yang telah ditetapkan oleh peneliti (Masturoh dan Anggita, 2018).

Populasi tersebut dapat berbentuk orang, kelompok orang, organisasi, benda, kejadian, atau kasus (Suiraoaka dkk., 2019). Populasi yang akan digunakan pada penelitian ini yaitu sebanyak 50 orang pasien yang diteliti dengan masalah keperawatan yang sama yaitu Lansia Hipertensi di Banjar Abiantimbul Desa Pemecutan Kelod Denpasar Barat Kota Denpasar.

2. Sampel Penelitian

Sampel adalah sebagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi yang secara nyata diteliti dan ditarik kesimpulan. Penelitian dengan menggunakan sampel akan menguntungkan karena dapat menghemat waktu, biaya dan tenaga peneliti (Masturoh dan Anggita, 2018). Dalam penelitian ini diperlukan besaran sampel yang akan digunakan, diketahui populasi pada penelitian ini yang akan digunakan yaitu 50 lansia hipertensi. Maka untuk menentukan besaran sampel, peneliti akan menggunakan rumus slovin. Adapun Rumus Slovin adalah sebagai berikut (Masturoh dan Anggita, 2018) :

$$n = \frac{N}{1+Ne^2}$$

Keterangan:

n = Jumlah sampel

N = Jumlah populasi

e = Tingkat kesalahan dalam penelitian 5% (d=0,05)

Berdasarkan rumus diatas maka besaran sampel yang didapatkan oleh peneliti di dapatkan hasil :

$$n = \frac{N}{1+Ne^2}$$

$$n = \frac{50}{1+50(0,05)^2}$$

$$n = 44,44 = 44$$

Berdasarkan perhitungan rumus di atas maka di dapatkan jumlah sampel yaitu sebanyak 44 sampel. Namun, peneliti akan menyiapkan sampel cadangan sebanyak 10% (4 sampel cadangan). Jadi total sampel dalam usulan penelitian ini yaitu sebanyak 48 sampel yang memenuhi kriteria yang telah ditetapkan oleh peneliti. Penentuan kriteria sampel sangat membantu peneliti untuk mengurangi bias hasil penelitian, khususnya jika terhadap variabel-variabel kontrol ternyata mempunyai pengaruh terhadap variabel yang kita teliti. Dalam penelitian ini untuk memilih sampel digunakan dengan kriteria. Kriteria sampel dapat dibedakan menjadi dua bagian, yaitu: inklusi dan eksklusif.

a. Kriteria inklusi

Kriteria inklusi adalah kriteria yang akan menyaring anggota populasi menjadi sampel yang memenuhi kriteria secara teori yang sesuai dan terkait dengan topik dan kondisi penelitian (Masturoh dan Anggita, 2018). Kriteria inklusi yang akan digunakan dalam penelitian ini yaitu :

- 1) Pasien hipertensi yang berusia 60-74 tahun di banjar Abiantimbul.
- 2) Pasien hipertensi dengan tekanan darah \geq 140 mmHg atau berada di Hipertensi Derajat I dan II
- 3) Pasien hipertensi yang bersedia menjadi responden

b. Kriteria eksklusif

Kriteria eksklusif adalah kriteria yang dapat digunakan untuk mengeluarkan anggota sampel dari kriteria inklusi atau dengan kata lain ciri-ciri anggota populasi yang tidak dapat diambil sebagai sampel (Masturoh dan Anggita, 2018). Kriteria eksklusif yang akan digunakan pada penelitian ini adalah

- 1) Pasien yang tidak kooperatif

- 2) Pasien yang sedang dirawat di Rumah Sakit saat penelitian berlangsung
- 3) Pasien yang memiliki kelainan atau gangguan saat duduk

3. Teknik Sampling

Sampling adalah proses menyeleksi porsi dari populasi untuk dapat mewakili populasi. Teknik sampling merupakan cara-cara yang ditempuh dalam pengambilan sampel, agar memperoleh sampel yang benar-benar sesuai dengan keseluruhan subjek penelitian. Cara pengambilan sampel dapat digolongkan menjadi dua, yaitu: *probability sampling* dan *nonprobability sampling*. Dalam penelitian ini tehnik pengambilan sampel yang digunakan yaitu *probability sampling* dengan *simple random sampling* jenis probabilitas ini yang paling sederhana. Untuk mencapai sampling ini, setiap elemen diseleksi secara acak. Jika sampling frame kecil, nama bisa ditulis pada secarik kertas, diletakkan di kotak, diaduk, dan diambil secara acak setelah semuanya terkumpul (Nursalam, 2015).

D. Jenis Dan Teknik Pengumpulan Data

1. Jenis Pengumpulan Data

Data adalah fakta empirik yang dikumpulkan oleh peneliti untuk kepentingan memecahkan pertanyaan penelitian. Dalam statistika, data adalah kumpulan fakta yang digunakan dalam penarikan kesimpulan. Data penelitian dapat berasal dari berbagai sumber yang dikumpulkan dengan menggunakan berbagai teknik pengumpulan data (Masturoh dan Anggita, 2018).

Data yang dikumpulkan pada penelitian ini adalah data primer dan data sekunder. Data primer merupakan data yang diperoleh atau dikumpulkan oleh peneliti secara langsung dari sumber datanya yaitu berupa hasil pengukuran

tekanan darah sebelum dan sesudah pemberian terapi senam yoga. Data sekunder dapat diperoleh dari jurnal, lembaga, laporan, dan lain-lain. Pada penelitian ini peneliti menggunakan data sekunder yang didapatkan dari data kunjungan penderita hipertensi di Puskesmas II Denpasar Barat.

2. Metode Pengumpulan Data

Pengumpulan data adalah suatu proses pendekatan kepada subjek dan proses pengumpulan karakteristik subjek yang diperlukan dalam suatu penelitian (Nursalam, 2015). Tujuan dari pengumpulan data adalah untuk menemukan data yang dibutuhkan dalam tahapan penelitian (Masturoh dan Anggita, 2018). Metode pengumpulan data yang akan digunakan peneliti dalam penelitian ini yaitu berupa studi dokumentasi. Hal yang akan diamati peneliti dalam pengumpulan data yaitu pengukuran tekanan darah responden sebelum dan sesudah diberikan terapi senam yoga serta karakteristik responden seperti usia, jenis kelamin, pendidikan dan pekerjaan responden.

Langkah-langkah dalam pengumpulan data bergantung pada rancangan penelitian dan teknik instrumen yang digunakan. Teknik pengumpulan data pada penelitian ini yakni :

- a. Mengurus surat permohonan izin melaksanakan penelitian di Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Denpasar
- b. Mengajukan permohonan izin penelitian ke Kesbangpol Kota Denpasar
- c. Peneliti mendapat surat izin dari Kesbangpol Kota Denpasar yang selanjutnya diserahkan kepada Kepala Desa Pemecutan Kelod sekaligus mencari data kependudukan di Banjar Abiantimbul yang akan menjadi sampel.

- d. Mempersiapkan instrument penelitian terkait pemberian terapi senam yoga pada penderita hipertensi di Desa Pemecutan Kelod.
- e. Peneliti melakukan pendekatan kepada responden dengan menyampaikan tujuan dari penelitian ini dan menyampaikan permintaan kesediaan responden menjadi sampel penelitian. Jika responden menyetujui, maka responden diminta untuk menandatangani lembar persetujuan (*inform consent*), jika responden tidak bersedia menjadi responden penelitian, peneliti tidak akan memaksa dan menghormati hak responden.
- f. Melakukan kontrak waktu dan tempat untuk dilakukan intervensi senam yoga.
- g. Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan SOP (Standar Operasional Prosedur), saat penelitian dilakukan peneliti dan responden tetap menjaga protokol kesehatan seperti mencuci tangan, menjaga jarak dan menggunakan masker. Peneliti akan menggunakan masker dan *face shield* sedangkan responden hanya menggunakan masker.
- h. Penelitian ini dilakukan dengan cara mengukur tekanan darah terlebih dahulu lalu diawali dengan tehnik pemanasan, gerakan inti, pendinginan dan yang terakhir pengukuran kembali tekanan darah responden.

3. Instrumen Penelitian

Instrumen berfungsi sebagai alat bantu dalam pengumpulan data yang diperlukan. Bentuk instrumen yang digunakan berkaitan dengan metode pengumpulan data (Siyoto dan Sodik, 2015). Pada penelitian ini peneliti instrument yang akan digunakan oleh peneliti melalui studi dokumentasi yang

dibuat sendiri oleh peneliti berisikan karakteristik dan hasil pengukuran tekanan darah responden sebelum dan sesudah pemberian terapi senam yoga.

E. Metode Analisis Data

1. Pengolahan Data

Pengolahan data merupakan tahapan dari penelitian setelah mengumpulkan data. Pada tahap ini data mentah atau raw data yang telah dikumpulkan dan diolah atau dianalisis sehingga menjadi informasi (Masturoh dan Anggita, 2018). Langkah-langkah pengolahan data adalah :

a. Editing

Pengeditan adalah pemeriksaan kembali data yang telah dikumpulkan. Pengeditan data dilakukan untuk melengkapi kekurangan atau menghilangkan kesalahan yang terdapat pada data mentah. Pada tahap ini peneliti memeriksa kembali data-data yang sudah dikumpulkan melalui lembar dokumentasi yaitu berupa kelengkapan karakteristik responden dan hasil pengukuran tekanan darah sebelum dan sesudah dilakukan senam yoga.

b. Coding

Coding adalah kegiatan merubah data dalam bentuk huruf menjadi data dalam bentuk angka/bilangan. Pada tahap ini peneliti memberikan kode angka untuk mempermudah melakukan tabulasi data dan analisa data, serta mempercepat dalam entry data.

c. Data Entry

Data entry adalah mengisi kolom dengan kode sesuai dengan jawaban responden. Peneliti memasukan data berupa karakteristik responden dan hasil

pengukuran tekanan darah sebelum dan sesudah pemberian terapi senam yoga.

d. Cleaning data

Cleaning data adalah pengecekan kembali data yang sudah diinput apakah sudah betul atau ada kesalahan pada saat memasukkan data. Pada tahap ini peneliti melihat kembali hasil data yang sudah diinput seperti karakteristik responden dan tekanan darah sebelum dan sesudah senam yoga.

2. Tehnik Analisis Data

Data pada penelitian ini akan dianalisis dengan menggunakan analisis statistik deskriptif. Analisis statistik deskriptif adalah statistik yang digunakan untuk menganalisis data dengan cara mendeskripsikan atau menggambarkan data yang telah terkumpul sebagaimana adanya tanpa bermaksud membuat kesimpulan yang berlaku untuk umum atau generalisasi.

F. Etika Penelitian

Peneliti dalam melaksanakan seluruh kegiatan penelitian harus menerapkan sikap ilmiah (*scientific attitude*) serta menggunakan prinsip-prinsip yang terkandung dalam etika penelitian (Masturoh dan Anggita, 2018). Etika penelitian tersebut yaitu :

1. Informed Consent

Informed consent atau persetujuan setelah penjelasan (PSP) adalah proses dimana seorang subjek penelitian secara sukarela memberikan atau menyatakan keinginannya untuk berpartisipasi dalam penelitian, setelah diinformasikan atau dijelaskan keseluruhan ruang lingkup, manfaat, serta risiko dari penelitian tersebut. Setelah subjek penelitian memahami

penjelasan tersebut, kemudian dilakukan persetujuan dengan mendokumentasikan tanda tangan atau cap jempol dari subjek sebagai bukti persetujuan (Masturoh dan Anggita, 2018).

2. *Anonymity*

Memberikan suatu jaminan yang diberikan kepada subyek penelitian dengan tidak memberikan atau mencantumkan nama responden pada lembar pengumpulan data dan hanya menggunakan kode di hasil penulisan yang akan disajikan (Setiana, 2018).

3. Kerahasiaan (*Confidentiality*)

Memberikan jaminan kerahasiaan hasil penelitian baik informasi ataupun masalah-masalah lainnya. Semua informasi yang telah dikumpulkan dijamin kerahasiaannya oleh peneliti, hanya kelompok data tertentu yang akan dilaporkan pada hasil penelitian (Setiana, 2018).