

## BAB 3

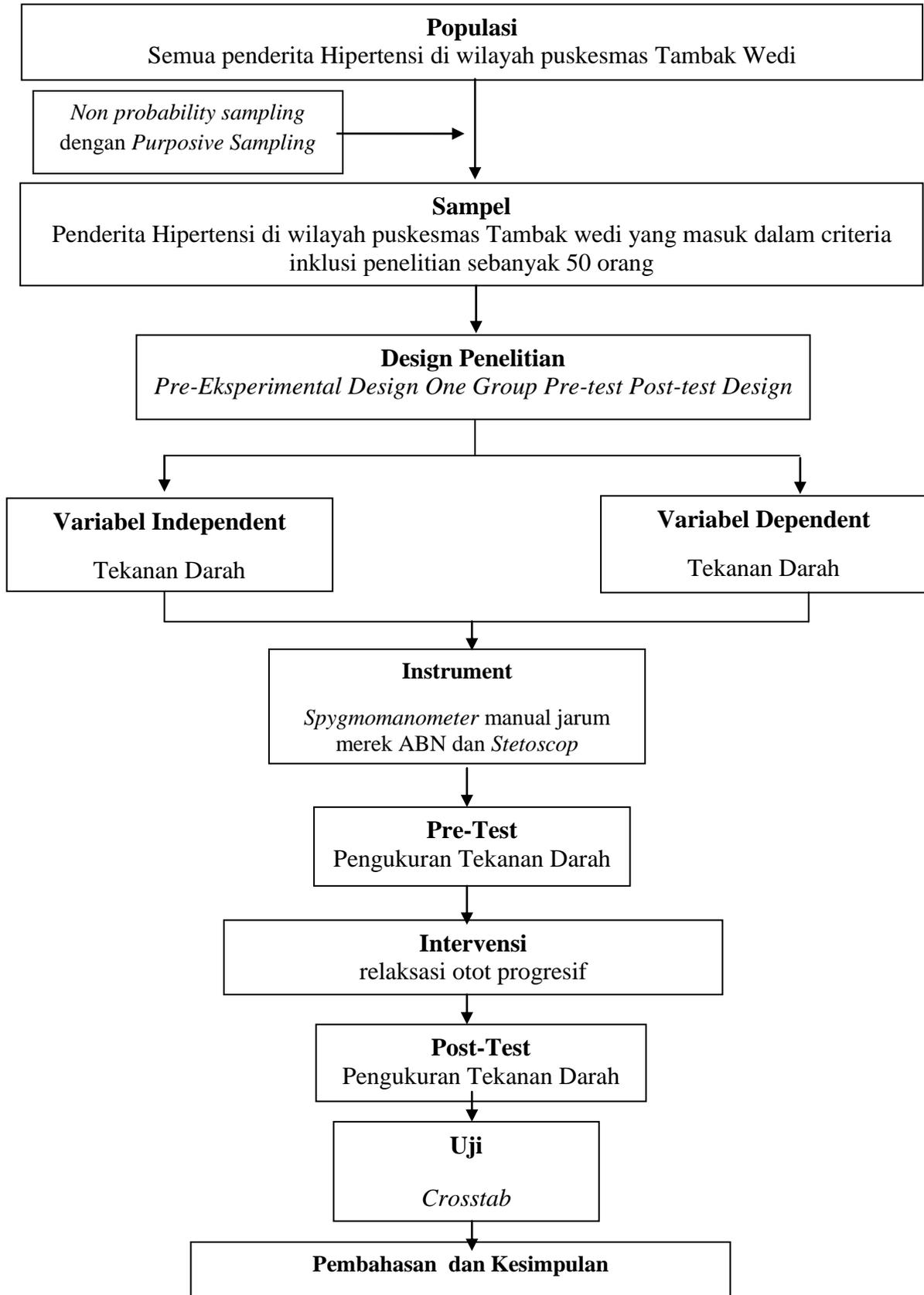
### METODE PENELITIAN

Metode penelitian merupakan cara yang akan dilakukan dalam proses penelitian. Pada bab ini akan dijelaskan mengenai desain penelitian, definisi variable, definisi operasional populasi, sampel, teknik sampling, pengumpulan data dan etika penelitian.

#### 3.1. Desain Penelitian

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Pre-Experimental Design One Group Pre-test Post-test Design*. penelitian ini dilakukan dengan cara sebelum diberikan perlakuan, variabel diobservasi atau diukur terlebih dahulu (*pre test*) setelah itu dilakukan treatment atau perlakuan dan setelah perlakuan dilakukan pengukuran atau observasi (*post test*).

### 3.2. Kerangka Kerja



### **3.3. Populasi Sampel dan Sampling**

#### **3.3.1. Populasi**

Populasi adalah kumpulan dari keseluruhan dari subjek, individu dan elemen lainnya atau suatu variable yang menyangkut masalah yang diteliti (Hidayat, 2010). Pada penelitian ini populasinya adalah semua penderita Hipertensi di wilayah puskesmas Tambak wedi Surabaya.

#### **3.3.2. Sampel**

Sample adalah bagian dari populasi yang akan diteliti atau sebagian jumlah dari karakteristik yang dimiliki oleh populasi, (Hidayat, 2010). Sampel pada penelitian ini adalah semua penderita hipertensi yang datang ke puskesmas Tambak wedi baru Surabaya bulan Juni 2017.

Kriteria inklusi dalam penelitian ini yaitu:

1. Penderita Hipertensi tanpa komplikasi
2. bersedia untuk menjadi responden
3. tekanan darah sistol antara 140 -  $\geq 160$  mmHg dan tekanan diastole antara 90 -  $\geq 100$  mmHg

Kriteria eksklusi pada penelitian ini yaitu:

1. Penderita hipertensi dengan keterbatasan gerak,
2. Penderita hipertensi yang tuna rungu dan tuna netra,
3. Penderita hipertensi hamil.

### 3.3.3. Sampling

Teknik Sampling adalah suatu proses seleksi sampel yang digunakan dalam penelitian dari populasi yang ada, sehingga jumlah sampel akan mewakili keseluruhan populasi yang ada. Pada penelitian ini sampel diambil dengan *non probability sampling* dimana tidak ada kesempatan yang sama bagi populasi. Teknik sampling yang digunakan dengan teknik *Purposive sampling* yaitu teknik penetapan sampel dengan cara memilih sampel diantara populasi sesuai dengan kehendak peneliti (tujuan / masalah peneliti) sehingga karakteristik populasi dapat terwakilki. (Nursalam, 2013)

### 3.4. Variable Penelitian

Variable mengandung pengertian yakni ukuran atau ciri yang dimiliki oleh anggota suatu kelompok yang berbeda dengan yang dimiliki oleh kelompok (Hidayat, 2010). Penelitian ini memiliki dua variable yaitu variable independent dan variable dependent. Terapi relaksasi otot progresif sebagai variable independent dan tekanan darah sebagai variable dependent.

### 3.5. Devinisi Oprasional

Definisi operasional adalah mendefinisikan variable secara operasional dan berdasarkan karakteristik yang diamati, memungkinkan peneliti untuk melakukan observasi/pengukuran secara cermat terhadap suatu obyek/fenomena (Hidayat, 2010).

Tabel 2 : Defiinisi Identifikasi Perbedaan Tekanan Darah Penderita Hipertensi Setelah diberikan Relaksasi Otot Progresif di Wilayah Tambak Wedi Surabaya.

Variabel	Definisi	Indikator	Instrumen	skala	Skoring
Independent	Terapi relaksasi Otot progresif adalah salah satu cara dari teknik relaksasi mengombinasikan latihan napas dalam dan serangkaian seri kontraksi dan relaksasi otot tertentu. (Kustanti dan Widodo, 2008)	Terdiri dari : Terapi relaksasi Otot Progresif diberikan dengan arahan secara audio (Suara) dengan durasi 20 menit, 2 kali dalam 1 minggu. Terdapat 14 gerakan.	1. SOP 2. Laptop 3. Loud speaker 5. Kursi 6. Bantal	-	-
Dependent	Tekanan darah adalah gaya yang diberikan oleh darah terhadap dinding pembuluh darah saat darah dipompa dari jantung keseluruhan tubuh (Palmer, 2007; Guyton dan Hall, 2008)	Pengukuran tekanan darah - Sistol (Siklus jantung mencakup periode dari akhir kontraksi) - Diastol (Siklus jantung mencakup periode akhir dari relaksasi) (Guyton, 2012)	Observasi dengan <i>Sphygmomanometer</i> jarum merk <i>ABN Healthcare system</i> dan <i>stetoskop</i> merk <i>ABN</i>	Ordinal	1. Normal : Sistol < 120 Diastole < 80 2. Prahipertensi : Sistol 120 - 139 Diastol 80 - 90 3. HT derajat 1 : Sistol 140 - 159 Diastol 90 – 99 4. HT derajat 2 : Sistol ≥ 160 Diastol ≥ 100  (Satuan mmHg)

## **3.6. Pengumpulan dan Pengolahan Data**

### **3.6.1. Instrumen penelitian**

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini ialah *sphygmomanometer* manual jarum merk *ABN Health care system*, *stetoskop* merk *ABN* dan lembar observasi.

### **3.6.2. Lokasi dan tempat penelitian**

Pengaruh relaksasi otot progresif dalam menurunkan tekanan darah penderita hipertensi di wilayah puskesmas Tambak Wedi Baru, meliputi Tanah Kali Kedinding, Kelurahan Bulak Banteng, dan Kelurahan Kedung Cowek kota Surabaya dilakukan pada bulan agustus 2017.

### **3.6.3. Prosedur Pengumpulan Data**

Pada langkah ini dilakukan pemilihan lahan penelitian dan pengurusan surat pengambilan data awal serta surat izin penelitian dari Universitas Muhammadiyah Surabaya untuk diserahkan pada BAKESBANGPOL dan dilanjutkan ke Dinas Kesehatan dengan tujuan mendapat surat rekomendasi perijinan pengambilan data awal dan penelitian di puskesmas Tambak Wedi Baru Surabaya. Setelah itu akan dilakukan pengambilan data awal berupa penderita hipertensi yang datang ke Puskesmas Tambak Wedi Surabaya.

Didapatkan responden berjumlah 50 orang dengan berbekal data dari puskesmas dan hasil wawancara dengan responden yang berada di wilayah puskesmas Tambak Wedi Surabaya. Responden dicari dan dipilih sesuai

kriteria yang telah ditetapkan oleh peneliti. Setelah itu, responden diberikan penjelasan mengenai penelitian ini dan di berikan *inform concent*. Setelah responden menyetujui tindakan yang diberikan maka responden siap berpartisipasi dalam penelitian ini. Selanjutnya dilakukan *pre tes* yaitu pengukuran tekanan darah sebagai data sebelum perlakuan lalu diberikan relaksasi otot progresif dan diukur kembali tekanan darahnya sebagai hasil *post test* untuk diuji dengan *crosstab* dan diobservasi. Penelitian dilakukan secara *door to door* ( datang ke tiap rumah ) penderita hipertensi di wilayah puskesmas Tambak Wedi. Relaksasi yang dilakukan oleh responden dapat dilakukan di kursi maupun tempat tidur karena tidak ada gerkan sulit ataupun yang memerlukan alat khusus.

#### **3.6.4. Pengolahan Data**

Pengolahan Data merupakan cara mengolah data agar dapat disimpulkan atau di interpretasikan menjadi informasi (Hidayat, 2010). Analisa Data dalam penelitian ini ada beberapa tahapan yang harus dilalui, antara lain :

1. *Editing* yaitu melihat apakah data yang diperoleh sudah terisi lengkap atau belum.
2. *Coding* merupakan pemberian kode nomor/angka yang terdiri dari beberapa kategori. Pemberian kode ini penting karena pengolahan dan analisa data menggunakan computer. Dalam pemberian kode biasanya dibuat juga daftar kode dan artinya dalam *codebook* untuk memudahkan peneliti dalam melihat kembalilokasi dan arti dari suatu

kode dari suatu variabel. Tujuan dari pengidean ini adalah untuk memudahkan dalam pengolahan data.

Tekanan Darah

Kode angka 0 : Normal

Kode angka 1 : PraHipertensi

Kode angka 2 : Hipertensi Derajat 1

Kode angka 3 : Hipertensi Derajat 2

3. *Scoring*, setelah diberikan kode selanjutnya diberikan Skor pada masing-masing data tekanan darah sebelum dan sesudah pengukuran.

Normal : Sistol < 120 dan Diastole < 80

Prahipertensi : Sistol 120 – 139 dan Diastol 80 – 90

HT derajat 1 : Sistol 140 – 159 dan Diastol 90 – 99

HT derajat 2 : Sistol  $\geq$  160 dan Diastol  $\geq$  100

(Satuan mmHg)

4. *Tabulating* adalah Proses pengelompokkan Data dalam bentuk table tertentu menurut sifat-sifat yang dimiliki. Data hasil Observasi kemudian dimasukkan kedalam table. Setelah terbentuk Table, kemudian Tabel tersebut di Analisa dandinyatakan dalam bentuk tulisan.

5. Analisa Data

Kegiatan mengubah data hasil penelitian menjadi informasi yang dapat digunakan untuk mengambil kesimpulan dalam suatu penelitian. Adapun cara mengambil kesimpulan bisa dengan hipotesis maupun dengan estimasi hasil (Hidayat, 2010). Pada penelitian ini

data yang sudah dikumpulkan kemudian dianalisis dengan menggunakan crosstab dan uji *Chi Square* uji (*Pre-Post*) dengan nilai  $\alpha = 0,05$  pada program SPSS 16. Jika hasil statistik menunjukkan  $\rho \leq 0.05$  maka  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima yang berarti ada pengaruh yang signifikan antara variabel dan derajat kemaknaan. Sedangkan jika hasil statistik menunjukkan  $\rho \geq 0.05$   $H_0$  diterima dan  $H_1$  ditolak yang berarti tidak ada pengaruh yang signifikan antara variabel dan derajat kemaknaan.

### **3.7. Etik Penelitian**

#### 3.7.1. Lembar Persetujuan (*Informed Consent*)

Informed Consent berupa lembar persetujuan untuk menjadi responden.

#### 3.7.2. Tanpa Nama (*Anonymity*)

peneliti tidak akan mencantumkan nama subyek pada lembar pengumpulan data dari puskesmas dan diberi kode

#### 3.7.3. Kerahasiaan (*Confidentiality*)

Kerahasiaan informasi yang diberikan oleh subyek dirahasiakan oleh peneliti, hanya kelompok data tertentu yang akan disajikan.

#### 3.7.4. Keadilan (*Justice*)

Peneliti harus bersikap adil dalam memilih responden sesuai kebutuhan. Secara Moral hasil penelitian tidak boleh memberikan

Informasi yang Menyesatkan. Peneliti wajib melaporkan hasil temuan apa adanya.

#### 3.7.5. Bermanfaat dan tidak merugikan (*Beneficence dan non-maleficence*)

Penelitian yang dilakukan dengan melibatkan penderita hipertensi sebagai responden agar konsekuensi bahwa semuanya demi kebaikan penderita hipertensi sendiri. Penelitian yang dilakukan Peneliti hendaknya tidak mengandung unsur bahaya dan merugikan Responden, apalagi sampai mengancam jiwa Responden.