

BAB 3

METODE PENELITIAN

3.1 Desain Penelitian

Desain penelitian adalah suatu yang sangat penting dalam penelitian, yang memungkinkan pengontrolan maksimal beberapa faktor yang dapat mempengaruhi akurasi suatu hasil (Nursalam, 2008)

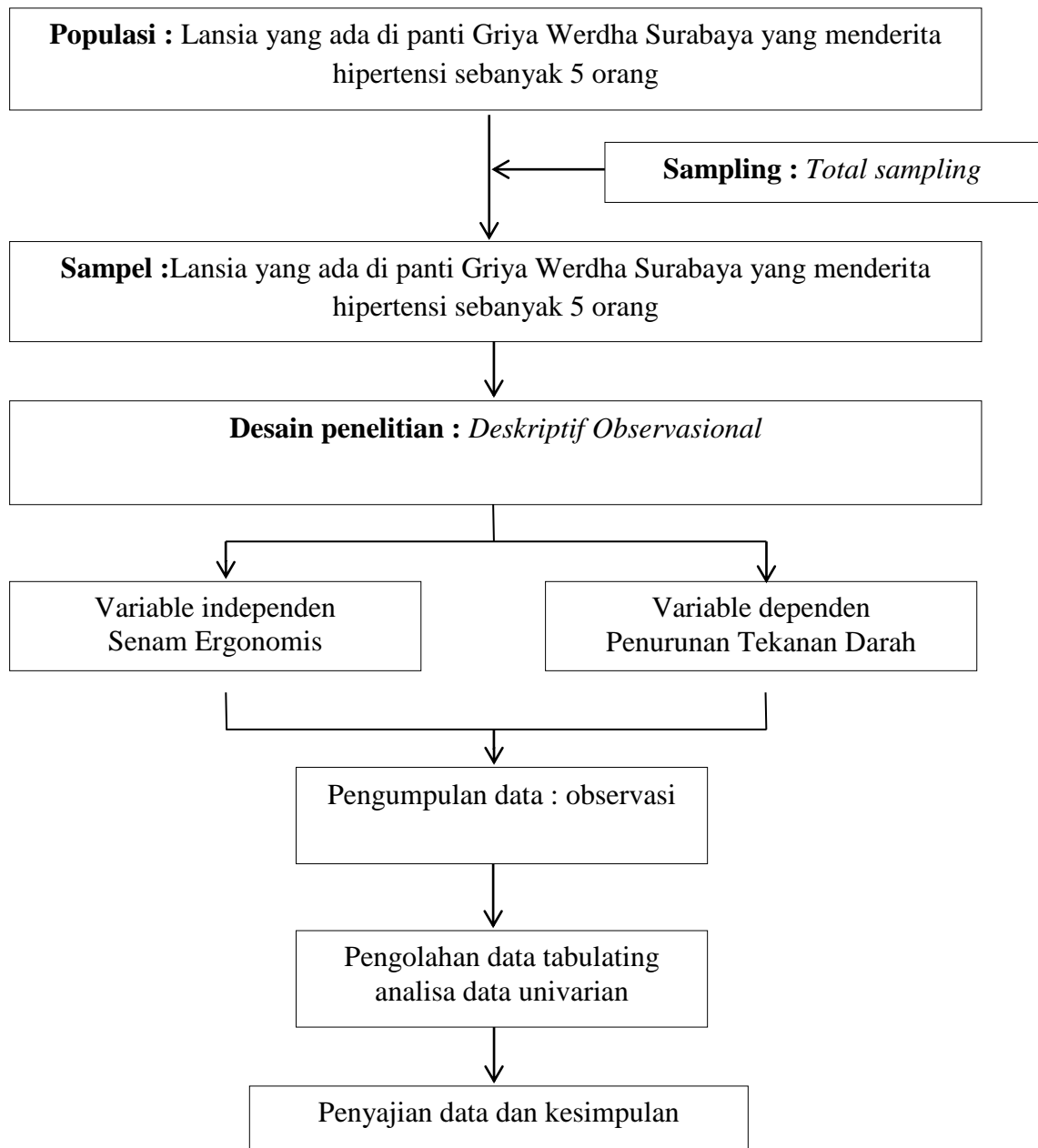
Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif yang terdiri atas penelitian studi kasus, survey, study perkembangan, study lanjut analisis documenter, dan analisis kecenderungan (Furchan, 2004 dalam Hidayat, 2010).

Dalam penelitian ini menggunakan metode survey penelitian dalam pengambilan desain deskriptifnya yang pada penelitian ini bertujuan untuk mendiskripsikan atau memaparkan peristiwa-peristiwa penting yang terjadi pada masa kini (Nursalam, 2011).

3.2 Kerangka Kerja

Kerangka kerja merupakan bagan kerja terdapat kegiatan penelitian yang akan dilakukan meliputi subjek penelitian, variabel yang akan diteliti dan variabel yang mempengaruhi dalam penelitian (Hidayat, 2010).

Kerangka kerja dalam penelitian ini dapat digunakan secara skematis sebagai berikut:



Gambar 3.1 : Kerangka kerja identifikasi senam ergonomis terhadap penurunan hipertensi pada lansia di panti Griya Werdha Surabaya.

3.3 Populasi, Sampel Dan Sampling

3.3.1 Populasi

Populasi merupakan seluruh subyek atau objek dengan karakteristik tertentu yang akan diteliti, bukan hanya objek atau subyek yang dipelajari saja tetapi seluruh karakteristik atau sifat yang dimiliki subyek atau objek tersebut (Hidayat, 2010).

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh lansia penderita hipertensi di panti Griya Werdha Surabaya sebanyak 5 orang.

3.3.2 Sampel dan Teknik Pengambilan Sampling

Sampel merupakan sebagian populasi yang akan diteliti atau sebagian jumlah dari karakteristik yang dimiliki oleh populasi (Hidayat, 2010). Dalam penelitian ini sampel yang diteliti adalah sebagian lansia penderita hipertensi di panti Griya Werdha Surabaya sebanyak 5 orang.

Dalam pengambilan sampel peneliti menggunakan teknik total sampling, yaitu cara pengambilan sampel dengan mengambil anggota populasi semua menjadi sampel. Cara ini dilakukan karena populasinya kecil.

3.4 Variabel Penelitian

3.4.1 Variabel Independent (Variabel Bebas)

Variabel independent merupakan variabel yang menjadi sebab perubahan atau timbulnya variabel dependent (terikat). Variabel ini juga dikenal dengan nama variabel bebas yang artinya bebas dalam mempengaruhi variabel lain. Variabel tersebut mempunyai nama lain seperti variabel resiko, prediktor, dan

kausa (Hidayat, 2010). Untuk variabel independent dalam penelitian ini adalah senam ergonomik.

3.4.2 Variabel Dependent (Variabel Terikat)

Variabel dependent yaitu variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat karena variabel independent (bebas), (Hidayat, 2010). Sedangkan untuk variabel dependent dalam penelitian ini adalah penurunan tekanan darah.

3.5 Definisi Operasional

Definisi operasional merupakan definisi dari variabel secara operasional dan berdasarkan dengan karakteristik yang diamati dalam melakukan pengukuran secara cermat terhadap suatu objek atau fenomena dengan menggunakan pengamatan yang jelas, (Hidayat, 2010).

Tabel 3.1 Definisi operasional pengaruh senam ergonomik terhadap penurunan hipertensi pada lansia di panti Griya Werdha Surabaya.

Variabel	Definisi Operasional	Indikator / Parameter	Instrumen / Alat Ukur	Skala	Kategori / Skor
Variabel independent : Senam Ergonomik	Senam ergonomis adalah senam fundamental yang gerakannya sesuai dengan susunan dan fungsi fisiologis tubuh. Tubuh dengan sendirinya terpelihara hemeostasisnya (keteraturan dan keseimbangannya) sehingga tetap dalam keadaan bugar.	1. Frekuensi dan waktu pemberian 3x seminggu dalam 2 minggu 2. Lama pemberian \pm 30 menit 3. Gerakan-gerakan a. pemanasan tahap gerakan untuk mempersiapkan berbagai system tubuh sebelum	- SAK, - Musik, - Sound, - Tape	-	-

		<p>memasuki gerakan inti dilakukan selama 10 menit</p> <p>b. inti gerakan, memiliki gerakan indicator latihan yang telah memiliki target</p> <p>c. pendinginan gerakan yang mampu menurunkan denyut nadi normal gerakan di lakukan selama 10 menit</p>			
Variabel dependent: Penurunan Tekanan Darah	<p>Tekanan darah yaitu keadaan dimana otot jantung memompa darah keseluruh tubuh melalui arteri, serta memasok tubuh dan otak dengan oksigen dan nutrisi, dimana seberapa keras jantung bekerja dan kesehatan pembuluh darah mengalir di arteri, tekanan darah yaitu terdiri dari tekanan sistolik dan tekanan diastolik (Buckman 2010).</p>	<p>Tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih dari 90 mmHg (WHO, 2013)</p>	<p>Observasi tekanan darah dengan stetoskop dan <i>sphygnomanometer</i> (tensi meter) manual merk ABN</p>	<p>Ratio</p>	<p>Normal : <130/85 Hipertensi ringan: 140/90 – 159/99 Hipertensi sedang: 160/100 – 179/109 Hipertensi berat : 180/100 – 209/119, (Adib, 2009).</p>

3.6 Pengumpulan dan Pengelolaan Data

3.6.1 Instrumen Penelitian

Sugiyono (2014) menyatakan bahwa instrumen penelitian digunakan untuk mengukur nilai variabel yang akan diteliti. Sedangkan menurut Arikunto (2013) menjelaskan bahwa instrumen penelitian adalah alat atau fasilitas yang digunakan oleh peneliti dalam mengumpulkan data agar pekerjaannya lebih mudah dan hasilnya lebih baik, dalam arti lebih cermat, lengkap, dan sistematis sehingga lebih mudah diolah. Dalam penelitian ini instrument yang digunakan untuk pengumpulan data – data adalah:

1. Susunan Acara Kegiatan
2. *Sphygnomanometer* manual merk ABN
3. Stetoskop
4. Lembar Observasi
5. Formulir *Informed Consent*

3.6.2 Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Panti Griya Werdha Surabaya. Dengan waktu penelitian pertama pada Kamis, 10 Agustus 2017. Dan untuk pengambilan data ulang pada:

- Minggu Pertama Penelitian:
 - Hari pertama, 03 November 2017
 - Hari kedua, 04 November 2017
 - Hari ketiga, 05 November 2017
- Minggu Kedua Penelitian:
 - Hari pertama, 10 November 2017

- Hari kedua, 11 November 2017
- Hari ketiga, 12 November 2017

3.6.3 Prosedur Pengumpulan Data

Pengumpulan data dilakukan untuk memperoleh informasi yang dibutuhkan dalam rangka mencapai tujuan penelitian. Sebelum melakukan penelitian, seorang peneliti biasanya telah memiliki dugaan berdasarkan teori yang peneliti gunakan, dugaan tersebut disebut hipotesis. Untuk membuktikan hipotesis secara empiris, seorang peneliti membutuhkan pengumpulan data untuk diteliti secara lebih mendalam. Proses pengumpulan data ditentukan oleh variabel – variabel yang ada dalam hipotesis. Pengumpulan data dilakukan terhadap sampel yang telah ditentukan sebelumnya. Data adalah sesuatu yang belum memiliki arti bagi penerimanya dan masih membutuhkan adanya suatu pengolahan.

Dalam penelitian ini proses pengumpulan dan pengambilan data diperoleh setelah mendapatkan surat rekomendasi dari Universitas Muhammadiyah Surabaya untuk pengambilan data awal di panti Griya Werdha Surabaya. Setelah mendapat surat rekomendasi, proses pengambilan data diperoleh setelah mendapat izin dari pihak panti Griya Werdha Surabaya. Selanjutnya, meminta surat rekomendasi dari panti untuk pengambilan data para lansia. Dari pihak panti merekomendasikan untuk pengambilan data di panti. Sebagai langkah awal, peneliti mengumpulkan data lansia yang mengalami hipertensi dengan meminta data kesehatan dari pengurus panti. Dari data yang diberikan oleh pengurus panti, peneliti memperoleh data 5 lansia yang menderita hipertensi. Setelah mendapat responden yang terpilih dengan memberikan surat persetujuan menjadi responden,

yaitu surat persetujuan berupa *Informed Consent*. Kemudian dilakukan obeservasi dengan cara memeriksa tekanan darah para reponden. Dan setelah data terkumpul, lalu peneliti memberikan perlakuan dan tidak memberikan perlakuan pada responden dengan berupa senam ergonomik secara di kelompokkan. Peneliti mengobservasi penderita yang mengalami hipertensi sebelum dan sesudah dilakukannya senam selama 3 kali seminggu dalam 2 minggu. Dan dari hasil observasi pada awal penelitian dan hasil akhir observasi dari responden tersebut, hasilnya akan dijadikan data untuk kemudian dilakukan analisa guna mengetahui identifikasi senam ergonomik terhadap penurunan tekanan darah.

3.7 Cara Analisa Data

Analisa data adalah cara mengolah data agar dapat disimpulkan atau diinterpretasikan menjadi informasi. Dalam melakukan analisis data terlebih dahulu data harus diolah, (Hidayat, 2010). Metode pengumpulan data yang digunakan yaitu:

1. Data primer

Data primer dalam penelitian ini adalah hasil observasi tekanan darah pada lansia penderita hipertensi.

2. Data sekunder

Data sekunder dari penelitian ini yaitu data yang dikumpulkan dari hasil dokumentasi lansia penderita hipertensi di panti Griya Werdha Surabaya.

3.7.1 Analisis Data

Analisa data merupakan bagian yang sangat penting untuk mencapai tujuan, dimana tujuan pokok penelitian dan pertanyaan-pertanyaan penelitian

dapat mengungkapkan fenomena. Pengolahan data dilakukan dengan cara sebagai berikut :

1. Tabulasi

Dalam tabulasi ini dilakukan penyusunan dan penghitungan data yang disajikan dalam bentuk table dan dilakukan evaluasi. Data-data yang didapat mulai dari observasi awal, data identifikasi, sampai dengan observasi akhir dikumpulkan kemudian disusun menggunakan table.

2. Analisah data univariat

Analisa data univariat adalah analisis statistik yang memperhitungkan faktor atau dua variable. Pada penelitian ini data yang sudah dikumpulkan kemudian dianalisis dengan menggunakan statistik deskriptif, yaitu dengan cara mendeskripsikan atau menggambarkan keadaan yang ada dengan presentase.

3.8 Etika Penelitian

Tujuan dari penelitian itu harus etik, dalam artian hak responden dan yang lainnya harus dilindungi, (Nursalam, 2013). Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan sebyek penelitian pada lansia penderita hipertensi di panti Griya Werdha Surabaya. Penelitian akan dilakukan setelah mendapat rekomendasi dari S1 keperawatan Universitas Muhammadiyah Surabaya dan atas izin pengurus panti setempat. Penelitian akan dimulai dengan melakukan beberapa prosedur yang berhubungan dengan etika penelitian yang meliputi:

3.8.1 *Informed Consent* (Lembar Persetujuan)

Lembar persetujuan diberikan pada responden yang menjadi subyek penelitian dengan memberikan penjelasan tentang maksud dan tujuan dari penelitian serta menjelaskan hal-hal yang terjadi jika responden bersedia menjadi subyek penelitian. Setelah dijelaskan pada lansia penderita hipertensi dan bersedia menjadi responden, selanjutnya menandatangani lembar persetujuan sebagai tanda kalau bersedia.

3.8.2 *Anonymity* (Tanpa Nama)

Nama subyek tidak dicantumkan dalam lembar pengumpulan data dan hasil penelitian. Namun hanya dicantumkan inisial nama pada lembar pengumpulan data.

3.8.3 *Confidentiality* (Kerahasiaan)

Informasi yang telah diperoleh dari responden di jamin kerahasiaannya. Hanya pada laporan tertentu saja peneliti sajikan.

3.8.4 *Beneficence* dan *Non-maleficence* (Menguntungkan dan Tidak Merusak)

Penelitian yang dilakukan memberikan keuntungan atau manfaat pada responden, dimana dengan intervensi yang sudah dilakukan dapat diterapkan oleh responden dalam penatalaksanaan hipertensi. proses penelitian yang dilakukan juga tidak menimbulkan kerugian, karena sebelumnya sudah ada kontrak dengan responden.

3.8.5 *Justice* (Keadilan)

Dalam penelitian yang dilakukan bersifat adil tanpa adanya perbedaan subyek maupun perlakuan yang diberikan. Selama penelitian berlangsung, semua

responden yang sudah dikelompokkan digerakan untuk mengikuti senam pada saat senam berlangsung, begitu pula responden juga bergantian saat observasi tekanan darah. Dan apapun yang diberikan pada responden semua harus disamakan.