

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **3.1 Rancangan Penelitian**

Rancangan Penelitian ini menggunakan penelitian deskriptif dengan metode studi kasus. Menurut shields; Rangarajan (2013) didalam (Sinambela, 2014) menyatakan penelitian yang mendeskripsikan karakteristik dari suatu populasi tentang suatu fenomena yang diamati. Penelitian deskriptif salah satu penelitian yang bertujuan untuk menyajikan gambaran yang lengkap mengenai seting sosial.

Studi kasus adalah suatu penelitian secara intensif dan mendetail terhadap suatu kasus, yang bisa berupa peristiwa, lingkungan, dan situasi tertentu yang memungkinkan untuk mengungkapkan atau memahami sesuatu hal (Prastowo, 2014). Dalam penelitian ini peneliti mendeskripsikan mengenai gambaran senam ergonomis terhadap tekanan darah pada klien yang mengalami hipertensi.

#### **3.2 Subjek Penelitian**

Subjek penelitian adalah subjek yang ditunjuk untuk diteliti oleh peneliti. Pada penelitian ini, penulis mengambil dua orang sebagai subjek penelitian yang sesuai dengan kriteria Inklusi. Kriteria Inklusi adalah kriteria atau ciri-ciri yang perlu dipenuhi oleh setiap anggota populasi yang dapat diambil sampel (Notoatmodjo, 2010:130).

Karakteristik Subjek penelitian sebagai berikut:

1. Usia 45-59 dan kooperatif
2. Tekanan darah klien systole 140-160 mmHg dan diastole 90-99 mmHg.

3. Klien bertempat tinggal di wilayah kerja Puskesmas Arjuno Malang.
4. Klien bersedia menjadi subyek penelitian.

### 3.3 Lokasi dan Waktu Penelitian

#### 1. Lokasi Penelitian

Lokasi penelitian ini dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Arjuno Kota Malang

#### 2. Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan 15 Februari-31 Maret 2017.

### 3.4 Fokus Studi

Fokus studi kasus ini adalah tekanan darah klien yang mengalami Hipertensi di Puskesmas Arjuno Malang.

### 3.5 Definisi Operasional

Definisi operasional adalah unsur penelitian yang menjelaskan bagaimana caranya menentukan variabel dan mengukur suatu variabel, sehingga definisi operasional merupakan suatu informasi ilmiah yang akan membantu peneliti lain yang ingin menggunakan variabel yang sama (Setiadi, 2007).

Tabel 3.1 Tabel Definisi Operasional

Variabel	Definisi Operasional	parameter	Alat ukur	skor
Tekanan Darah	Suatu hasil pengukuran tekanan darah sistole dan diastole responden yang diukur 3x sebelum dan sesudah	- Sistole: 140-159 mmHg - Diastole: 90-99 mmHg	<i>Sphygmomanometer</i> kompas	- Normal: Sistole: < 130 mmHg, Diastole: < 85 mmHg - Ringan: Sistole 140-

	melakukan senam ergonomik.			159 mmHg, Diastole 90-99 mmHg. - Sedang: Sistole 160-179 mmHg, Diastole 100-109 mmHg - Berat: Sistole $\geq 180$ mmHg, Diastole $\geq 110$ mmHg.
Senam Ergonomik	Latihan senam yang dilakukan oleh responden sebanyak 3x/minggu selama 15 menit dan sebelum responden mengkonsumsi obat. Dimana sebelum dilakukan penelitian, responden dilatih terlebih dahulu oleh peneliti selama 2x/minggu di minggu awal.	Gerakan Senam: - Gerakan Lapang Dada: 40 putaran. - Gerakan Tunduk Syukur: 5 kali. - Duduk Perkasa: 5 kali - Duduk Pembakaran : 5 kali. - Berbaring Pasrah: 5 menit	- Lembar SOP - Lembar Observasi - Lembar wawancara	

### 3.6 Metode Pengumpulan Data

Pengumpulan data adalah suatu proses pendekatan pada subjek yang diperlukan dalam suatu penelitian (Nursalam, 2008). Adapun metode yang dilakukan dalam pengumpulan data adalah wawancara dan observasi.

Wawancara adalah suatu metode yang dipergunakan untuk mengumpulkan data, di mana peneliti mendapatkan keterangan atau informasi secara lisan dari

seseorang sasaran penelitian (responden), atau bercakap-cakap berhadapan muka dengan orang tersebut (face to face) (Notoatmodjo, 2010:139). Wawancara yang digunakan yaitu wawancara terpimpin yang dilakukan berdasarkan pedoman-pedoman kuisisioner, sehingga pewawancara tinggal membacakan pertanyaan-pertanyaan tersebut kepada responden. wawancara ini berisi pertanyaan lamanya mengidap penyakit hipertensi, pengobatan yang dilakukan, dan lain-lain

Pengamatan atau Observasi adalah suatu prosedur yang berencana, yang antara lain meliputi melihat, mendengar, dan mencatat sejumlah dan taraf aktivitas tertentu atau situasi tertentu yang ada hubungannya dengan masalah yang diteliti (Notoatmodjo, 2010:131). Observasi digunakan untuk mendapatkan data mengenai perkembangan tekanan darah. Pengambilan data tekanan darah dilakukan sebanyak 3x kesempatan, dimana kesempatan pertama melihat tekanan darah awal dan pengukuran tekanan selanjutnya melihat apakah ada perubahan tekanan darah. Pengukuran ini dilakukan selama 1 minggu sebelum dan sesudah melakukan senam Ergonomik.

Instrumen penelitian adalah alat-alat yang akan digunakan untuk pengumpulan data. Instrumen penelitian ini dapat berupa kuisisioner (daftar pertanyaan), formulir observasi, formulir-formulir lain yang berkaitan dengan pencatatan data dan sebagainya (Notoatmodjo, 2010:87). Instrumen penelitian dalam pengambilan data yaitu daftar klien di Puskesmas Arjuno Kota Malang, Lembar kuisisioner/wawancara, dan alat ukur Tekanan darah.

Prosedur pengumpulan data sebagai berikut :

1. Tahap Awal
  - a. Setelah persetujuan proposal,peneliti mengurus surat ijin dari institusi yang ditujukan pada Bakesbangpol (Badan Kesatuan Bangsa dan Politik) Kota Malang.
  - b. Surat ijin dari Bakesbangpol (Badan Kesatuan Bangsa dan Politik) Kota Malang diserahkan peneliti kepada Puskesmas Arjuno Kota Malang, serta menjelaskan maksud dan tujuan penelitian.
  - c. Setelah itu peneliti melakukan studi pendahuluan di Puskesmas Arjuno Malang.
  - d. Setelah mendapat ijin dari Puskesmas Arjuno Kota Malang, peneliti melakukan pengambilan data penelitian dengan menjelaskan maksud dan tujuan penelitian.
2. Tahap Pelaksanaan
  - a. Setelah Mendapat ijin dari Puskesmas Arjuno Kota Malang , Peneliti memilih responden dengan melihat data yang sesuai dengan kriteria inklusi.
  - b. Kemudian peneliti melakukan pendekatan dan memberikan penjelasan kepada subyek penelitian tentang tujuan, teknik pelaksanaan, kerahasiaan data, manfaat dari penelitian yang dilakukan terhadap subjek.
  - c. Setelah mendapat penjelasan penelitian dan subyek menyetujui, maka selanjutnya subyek menandatangani *informed consent* sebagai buktipersetujuan sebagai subyek penelitian.
  - d. Melakukan kontrak waktu dengan subjek penelitian.

- e. Kegiatan pengambilan data dilakukan selama 2 minggu, 2 hari minggu pertama untuk latihan senam, dan di minggu kedua selama 3 hari 15 menit dilakukannya senam.

Tabel 3.2 uraian kegiatan Pelaksanaan Penelitian

Pertemuan	Kegiatan	Instrumen
1	Peneliti melakukan wawancara kepada subjek tentang riwayat hipertensi, dan kebiasaan-kebiasaan yang dilakukan dalam mengurangi sakitnya. kemudian peneliti melakukan pengukuran tekanan darah.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Lembar wawancara</li> <li>- <i>Sphygmomanometer</i> kompas</li> </ul>
2	Responden dilatih senam terlebih dahulu diminggu pertama selama 2 hari	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Lembar SOP Senam Ergonomik</li> </ul>
3,4,5	Peneliti melakukan penelitian terhadap responden yang melakukan senam ergonomik. Sebelum senam responden diukur terlebih dahulu tekanan darahnya, kemudian responden melakukan senam selama 15 menit dalam 3 kali pertemuan. Setelah 30 menit istirahat, responden dilakukan pengukuran tekanan darah sesudah senam. Setelah dilakukannya pengukuran tekanan darah, responden diwawancarai tentang keadaan yang dirasakan setelah melakukan kegiatan senam tersebut.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Lembar Observasi</li> <li>- <i>Sphygmomanometer</i> kompas</li> <li>- Lembar wawancara</li> </ul>

### 3.7 Pengelolaan Data

Dalam suatu penelitian, pengolahan data merupakan salah satu langkah yang penting. Hal ini disebabkan karena data yang diperoleh langsung dari penelitian masih mentah, belum memberikan informasi apa-apa, dan belum siap disajikan. Untuk memperoleh penyajian data sebagai hasil yang berarti dan kesimpulan yang baik, diperlukan pengolahan data (Notoatmodjo, 2010).

Pengolahan data pada studi kasus ini menggunakan teknik non-statistik yaitu pengolahan data dengan analisis kualitatif. Analisis ini dilakukan dengan

cara induktif yaitu pengambilan kesimpulan berdasarkan hasil observasi dan wawancara yang khusus. Data yang diperoleh yaitu data yang digambarkan dengan kata-kata atau kalimat yang dipisah-pisah menurut kategori untuk memperoleh kesimpulan (Notoatmodjo, 2010).

Data yang terkumpul dari hasil wawancara dikumpulkan dan didukung dengan hasil pengukuran Tekanan Darah untuk selanjutnya disimpulkan. Kesimpulan ini dilihat dari apakah ada penurunan Tekanan darah dalam batas normal pada klien yang mengalami hipertensi setelah dilakukan senam ergonomik.

Setelah data terkumpul, dilakukan scoring naik, turun, atau tetap. Dengan mengelompokkan sesuai parameter, jika hipertensi ringan (sistol 140-159 mmHg, Diastol 90-99 mmHg), Hipertensi sedang (Sistol 160-179 mmHg, Diastol 100-109 mmHg), Hipertensi berat (Sistol  $\geq$  180 mmHg, Diastol  $\geq$  110 mmHg). Kemudian dilakukan pengecekan ulang terhadap kelengkapan data umum dan pengecekan apakah data wawancara dari jawaban subyektif penelitian sesuai dengan pernyataan yang telah dibuat dan didiskripsikan.

### **3.8 Analisis Data dan Penyajian Data**

#### **1. Analisis Data**

Analisis data pada penelitian ini adalah menggunakan analisis kualitatif dan kuantitatif. Analisis ini dilakukan dengan cara pengambilan kesimpulan berdasarkan hasil observasi dan wawancara yang khusus. Data yang diperoleh yaitu data yang digambarkan dengan kata-kata atau kalimat yang

dipisah-pisah menurut kategori untuk memperoleh kesimpulan dan data yang berbentuk angka, seperti tekanan darah.

## 2. Penyajian Data

Hasil penelitian ini disajikan dalam bentuk Tabel dan grafik line untuk menggambarkan hasil tekanan darah subyek penelitian sebelum dan sesudah dilakukan senam Ergonomik selama 3 kali. Hasil penelitian ini juga disajikan dalam bentuk narasi atau deskriptif yaitu menjabarkan secara tertulis data tiap subyek yang diteliti.

### **3.9 Etika Penelitian**

Prinsip etik dalam penelitian/pengumpulan data dapat dibedakan menjadi 3 bagian, yaitu prinsip manfaat, prinsip menghargai hak-hak subjek, dan prinsip keadilan (Nursalam, 2008: 114).

#### 1. Prinsip Manfaat

##### a. Bebas dari penderitaan

Penelitian harus dilaksanakan tanpa mengakibatkan penderitaan kepada subjek, khususnya jika menggunakan tindakan khusus.

##### b. Bebas dari eksploitasi

Partisipasi subjek dalam penelitian, harus dihindarkan dari keadaan yang tidak menguntungkan. Subjek harus diyakinkan bahwa partisipasinya dalam penelitian atau informasi yang telah diberikan, tidak akan dipergunakan dalam hal-hal yang dapat merugikan subjek dalam bentuk apa pun.

c. Risiko (*benefits ratio*)

Peneliti harus hati-hati mempertimbangkan risiko dan keuntungan yang akan berakibat kepada subjek pada setiap tindakan.

2. Prinsip menghargai hak asasi manusia (*respect human dignity*)

a. Hak untuk ikut/tidak menjadi responden (*right to self determination*)

Subjek harus diperlakukan secara manusiawi. Subjek mempunyai hak memutuskan apakah mereka bersedia menjadi subjek ataupun tidak, tanpa adanya sangsi apapun atau akan berakibat terhadap kesembuhannya, jika mereka seorang klien.

b. Hak untuk mendapatkan jaminan dari perlakuan yang diberikan (*right to full disclosure*)

Seorang peneliti harus memberikan penjelasan secara rinci serta bertanggung jawab jika ada sesuatu yang terjadi kepada subjek.

c. *Informed consent*

Subjek harus mendapatkan informasi secara lengkap tentang tujuan penelitian yang akan dilaksanakan, mempunyai hak untuk bebas berpartisipasi atau menolak menjadi responden.

3. Prinsip keadilan (*Right to justice*)

a. Hak untuk mendapatkan pengobatan yang adil (*right in fair treatment*)

Subjek harus diperlakukan secara adil baik sebelum, selama dan sesudah keikutsertaannya dalam penelitian tanpa adanya diskriminasi apabila ternyata mereka tidak bersedia atau dikeluarkan dari penelitian.

b. Hak dijaga kerahasiannya (*right to privacy*)

Subjek mempunyai hak untuk meminta bahwa data yang diberikan harus dirahasiakan, untuk itu perlu adanya tanpa nama (*anonymity*) dan rahasia (*confidentiality*).