**BAB III**

**METODE PENELITIAN**

**3.1 Desain Penelitian**

Penelitian ini menggunakan desain penelitian deskriptif studi kasus. Menurut (Nursalam, 2008:81) studi kasus merupakan rancangan penelitian yang mencakup pengkajian satu unit penelitian secara intensif, misalnya satu pasien, keluarga, kelompok atau institusi. Meskipun jumlah dari subjek cenderung sedikit, jumlah variable yang diteliti sangat luas.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran aktivitas fisik keluarga dalam gerakan masyarakat hidup sehat. Dengan mendeskripsikan atau menguraikan aktivitas fisik yang dilakukan keluarga dalam gerakan masyarakat hidup sehat di Kelurahan Cepokomulyo Kecamatan Kepanjen.

**3.2 Subjek Studi Kasus**

Subjek penelitian adalah subjek yang disetujui untuk diteliti sebagai subjek yang menjadi pusat perhatian atau sasaran penelitian (Arikunto,2006).

Pada studi kasus ini subjek penelitian yang diambil sesuai dengan kriteria inklusi sebagai berikut:

1. Seluruh anggota dari keluarga inti *(nuclear family)* yang berkumpul dan tinggal di suatu tempat dibawah satu atap dan memiliki hubungan darah.
2. Dalam kondisi kesadaran penuh, tidak cacat mental, tidak tuna rungu dan tuna wicara
3. Bersedia menjadi responden.
   1. **Fokus Studi**

Fokus studi kasus adalah gambaran aktivitas fisik keluarga dalam gerakan masyarakat hidup sehat di Kelurahan Cepokomulyo Kecamatan Kepanjen. Yang menjadi fokus studi dalam penelitian ini adalah gambaran aktivitas fisik keluarga dalam gerakan masyarakat hidup sehat yang meliputi kegiatan sehari-hari, latihan fisik dan olahraga yang digolongkan menjadi 3 yaitu aktivitas ringan, sedang dan berat.

* 1. **Definisi Operasional**

Gambaran aktivitas fisik keluarga dalam gerakan masyarakat hidup sehat merupakan gambaran individu di dalam sebuah keluarga dalam melakukan aktivitas fisik yang meliputi:

1. Kegiatan ringan : hanya memerlukan sedikit tenaga dan biasanya tidak menyebabkan perubahan dalam pernapasan atau ketahanan (endurance). Kegiatan ini meliputi: menyapu lantai, mengepel, memasak, mencuci piring, mencuci pakaian, menyetrika pakaian, berkebun/menyiram tanaman, mencuci mobil, motor atau sepeda, belajar, menonton TV, dan bermain.
2. Kegiatan sedang: membutuhkan tenaga intens atau terus menerus, gerakan otot yang berirama atau kelenturan (flexibility). Kegiatan ini meliputi :jalan kaki, jogging, sit up, push up, bersepeda, dan peregangan.
3. Kegiatan berat :biasanya berhubungan dengan olahraga dan membutuhkan kekuatan *(strength),* membuat berkeringat. Kegiatan ini meliputi :sepak bola, bola voly, bola basket, tenismeja, badminton, *aerobic*, tenis lapangan, olahraga beladiri, dan lari.

Dalam studi kasus ini dilihat keteraturan dalam melakukan aktivitas fisik yang diukur menggunakan kuesioner yang disebut APARQ (Adolescent Physical Activity Recall Questionnare). Subjek menuliskan jenis, frekuensi dan durasi aktivitas yang biasa dilakukan selama seminggu kedalam kuesioner ini. Selanjutnya aktivitas dinilai menjadi tiga yaitu aktif, kurang aktif dan tidak aktif.

* 1. **Tempat dan Waktu Penelitian**

Penelitian ini dilakukan pada 2 keluarga inti *(nuclear family)* dan dilakukan di masing – masing rumah kedua keluarga yang menjadi subjek penelitian di RT 26 RW 03 Kelurahan Cepokomulyo Kecamatan Kepanjen. Waktu penelitian ini dilaksanakan pada 14 – 20 Mei 2018.

* 1. **Metode Pengumpulan Data**

Pengumpulan data adalah suatu proses pendekatan kepada subjek dan proses pengumpulan karakteristik subjek yang diperlukan dalam suatu penelitian (Nursalam, 2008:111). Pengumpulan data dalam metode penelitian bertujuan untuk mengungkapkan gambaran aktivitas fisik keluarga dalam gerakan masyarakat hidup sehat. Pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan metode wawancara. Wawancara yang digunakan adalah wawancara bebas terpimpin. Kemudian subjek mengisi kuisioner tentang aktivitas fisik yang dilakukan selama 1 minggu. Instrument pengumpulan data pada penelitian ini akan dijabarkan dalam lampiran.

* 1. **Prosedur Pengumpulan Data**

Adapun prosedur pengumpulan data adalah sebagai berikut:

1. Mengajukan surat ijin penelitian ke Jurusan Keperawatan untuk mendapatkan surat pengantar pada tangal 27 April 2018.
2. Mengurus surat izin dari institusi untuk penelitian yang ditujukan pada Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Kabupaten Malang pada tanggal 30 April 2018.
3. Setelah mendapat disposisi surat, surat tersebut kemudian dilanjutkan ke Dinas Kesehatan Kabupaten Malang pada tanggal 3 Mei 2018.
4. Memberikan surat ijin penelitian pada Kantor Kecamatan Kepanjen pada tanggal 10 Mei 2018.
5. Memberikan surat ijin penelitian pada Kantor Kelurahan Cepokomulyo pada tanggal 10 Mei 2018.
6. Peneliti menentukan wilayah dan keluarga yang dapat bertanggung jawab dan atau selalu mendampingi kegiatan di rumah.
7. Memberikan penjelasan kepada responden tentang maksud, tujuan, dan waktu yang dibutuhkan untuk melakukan wawancara dan mengisi kuisioner. Oleh karena itu diharapkan agar keluarga bersedia menjadi responden sepenuh hati.
8. Meminta persetujuan dengan *informed consent* (lembar persetujuan) yang telah ditandatangani kepada responden pada tanggal 14 Mei 2018.
9. Menciptakan suasana yang akrab dengan responden.
10. Peneliti melakukan wawancara secara bebas terpimpin yaitu memberikan beberapa butir pertanyaan dan djawab oleh keluarga setelah itu memberikan lembar kuisioner yang diisi oleh seluruh anggota keluarga.
11. Peneliti menyimpulkan gambaran aktivitas fisik keluarga dalam gerakan masyarakat hidup sehat dari hasil wawancara dan pengisian kuisioner.
    1. **Pengolahan dan Analisa Data**

Pengambilan data diambil dari data hasil wawancara dan pengisian kuisioner. Data yang sudah terkumpul kemudian dianalisa sesuai jawaban responden kemudian aktivitas di nilai menjadi tiga yaitu aktif, kurang aktif dan tidak aktif dan ditarik kesimpulan mengenai gambaran aktivitas fisik keluarga dalam bentuk narasi. Seseorang dikatakan aktif apabila berpartisipasi dalam aktivitas berat paling sedikit 3 kali seminggu untuk minimal 20 menit per hari, dikatakan kurang aktif apabila hanya melakukan aktivitas sedang paling sedikit 3 jam perhari dalam 1 minggu, dan dikatakan tidak aktif bila tidak memenuhi syarat di atas. Pengolahan data yang digunakan untuk teknik non statistik yaitu pengolahan data tidak menggunakan analisis statistik, melainkan dengan analisis kualitatif, dikarenakan data yang didapatkan merupakan data kualitatif. Analisis kualitatif ini dapat dilakukan melalui cara induktif, yakni pengambilan kesimpulan umum berdasarkan hasil wawancara dan pengisian kuisioner.

Adapun tahapan proses analisis data kualitatif terdapat beberapa model analisis. Salah satunya menggunakan model Colaizzi (1978, dalam Streubert & Carpenter, 2011) sebagai berikut:

* 1. Mendeskripsikan fenomena yang diteliti. Peneliti mencoba memahami fenomena gambaran konsep penelitiannya dengan cara memperkaya informasi melalui studiliteratur.
  2. Mengumpulkan deskripsi fenomena melalui pendapat atau pernyataan dari partisipan. Dalam hal ini peneliti melakukan wawancara dan menuliskannya dalam bentuk naskah transkrip untuk dapat mendeskripsikan gambaran konsep penelitian.
  3. Membaca seluruh deskripsi fenomena yang telah disampaikan oleh semuapartisipan.
  4. Membaca kembali transkrip hasil wawancara dan mengutip pernyataanpernyataan yang bermakna dari semua partisipan. Setelah mampu memahami pengalaman partisipan, peneliti membaca kembali transkrip hasil wawancara, memilih pernyataan-pernyataan dalam naskah tranksrip yang signifikan dan sesuai dengan tujuan khusus penelitian dan memilih kata kunci pada pernyataan yang telah dipilih dengan cara memberikan garis penanda.
  5. Menguraikan arti yang ada dalam pernyataan-pernyataan signifikan. Peneliti membaca kembali kata kunci yang telah diidentifikasi dan mencoba menemukanesensi atau makna dari kata kunci untuk membentuk kategori.
  6. Mengorganisir kumpulan-kumpulan makna yang terumuskan ke dalam kelompok tema. Peneliti membaca seluruh kategori yang ada, membandingkan dan mencari persamaan diantara kategori tersebut, dan pada akhirnya mengelompokkan kategori-kategori yang serupa ke dalam sub tema dan tema.
  7. Menuliskan deskripsi yang lengkap. Peneliti merangkai tema yang ditemukan selama proses analisis data dan menuliskannya menjadi sebuah deskripsi dalambentuk hasil penelitian.
  8. Menemui partisipan untuk melakukan validasi deskripsi hasil analisis. Peneliti kembali kepada partisipan dan membacakan kisi-kisi hasil analisis tema.-Hal ini dilakukan untuk mengetahui apakah gambaran tema yang diperoleh sebagai hasil penelitian sesuai dengan keadaan yang dialami partisipan.
  9. Menggabungkan data hasil validasi ke dalam deskripsi hasil analisis. Peneliti menganalisis kembali data yang telah diperoleh selama melakukan validasi kepada partisipan, untuk ditambahkan ke dalam deskripsi akhir yang mendalam pada laporan penelitian sehingga pembaca mampu memahami pengalaman partisipan.
  10. **Penyajian Data**

Dalam studi kasus ini data disajikan dalam bentuk textular yaitu penyajian data berupa tulisan atau narasi dan hanya dipakai untuk data yang jumlahnya kecil serta memerlukan kesimpulan yang sederhana dan dapat disertai cuplikan ungkapan verbal dari subjek penelitian yang merupakan data pendukung. Penyajian secara textular biasanya digunakan untuk penelitian kualitatif, penyajian tabel digunakan untuk data yang sudah diklasifikasikan (Notoatmodjo, 2010). Pada penelitian ini data disajikan secara narasi yang sudah melalui proses pengolahan data.

* 1. **Etika Penelitian**

Secara umum prinsip etika dalam penelitian atau pengumpulan data dapat dibedakan menjadi tiga bagian yaitu prinsip manfaat, prinsip menghargai hak – hak subjek, dan prinsip keadilan (Nursalam,2008).

1. Prinsip Manfaat
2. Bebas dari penderitaan

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

1. Bebas dari eksploitasi

Partispasi 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 apapun.

1. Risiko *(benefits ratio)*

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

1. Prinsip menghargai hak asasi manusia *(respect human dignity)*
2. 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 paksaan siapapun atau akan berakibat terhadap kesembuhannya, jika mereka seorang klien.

1. Hak untuk mendapatkan jaminan dari perlakuan secara rinci serta bertanggungjawab jika ada sesuatu yang terjadi pada subjek.
2. *Informed consent*

Subjek harus mendapatkan informasi secara lengkap tentang tujuan penelitian yang akan dilaksanakan, mempunyai hak untuk bebas berpartisipasi atau menolak menjadi responden. Pada *informed consent* juga perlu dicantumkan bahwa data yang diperoleh hanya akan dipergunakan untuk pengembangan ilmu.

1. Prinsip keadilan *(right to justice)*
2. Hak untuk mendapatkan pengobatan yang adil *(right in frame 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.

1. Hak dijaga kerahasiaannya *(right to privacy)*

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