

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **3.1 Metode Penelitian**

Metode penelitian merupakan cara yang akan dilakukan dalam proses penelitian dalam menyusun proses proposal penelitian harus diuraikan secara rinci seperti variabel penelitian rancangan penelitian teknik pengumpulan data analisis data cara penafsiran dan penyimpulan hasil penelitian untuk penelitian yang menggunakan metode kualitatif dapat menjelaskan Metode pendekatan yang digunakan proses pengumpulan data analisis informasi proses penafsiran dan penyimpulan hasil penelitian.(Hidayat, 2012 : 23)

Metode penelitian yang digunakan adalah studi kasus. Studi kasus merupakan rancangan penelitian yang mencakup pengkajian satu unit penelitian secara intensif misalnya satu klien, keluarga, kelompok, komunitas, atau institusi. Meskipun jumlah subjek cenderung sedikit namun jumlah variable yang diteliti sangat luas. Oleh karena itu, sangat penting untuk mengetahui semua variable yang berhubungan dengan masalah penelitian (Nursalam, 2008:81).

Penelitian studi kasus ini menggunakan desain penelitian deskriptif. Penelitian deskriptif adalah suatu metode penelitian yang digunakan dengan tujuan utama untuk membuat gambaran dengan suatu keadaan secara objektif (Setiadi, 2013:64).

Dalam penelitian ini, peneliti ingin meneliti tentang tekanan darah pada lansia dengan hipertensi sebelum dan sesudah dilakukan teknik relaksasi progresif.

### **3.2 Subyek Penelitian**

Subjek penelitian adalah subjek yang dituju untuk diteliti oleh peneliti (Arikunto, 2006:145). Subyek penelitian pada studi kasus ini adalah dua orang lansia dengan criteria lansia pertama dapat melakukan dan mengikuti aktivitas secara mandiri dan criteria lansia kedua aktivitasnya dibantu oleh staff panti di Griya Kasih Siloam Malang.

Criteria subjek studi kasus yang digunakan dalam penelitian ini adalah:

#### **a. Kriteria Inklusi**

Kriteria inklusi adalah karakteristik umum penelitian dari suatu populasi yang terjangkau yang akan diteliti (Nursalam, 2008:92)

Karakteristik subyek penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Usia 60-70 tahun dan kooperatif
2. Tekanan darah klien systole >140 mmHg dan diastole <90 atau >90 mmHg
3. Klien adalah penghuni atau bertempat tinggal di Griya Kasih Siloam Malang
4. Klien bersedia menjadi subyek penelitian

#### **b. Kriteria eksklusi**

Criteria eksklusi adalah menghilangkan/mengeluarkan subyek yang memenuhi criteria inklusi dari studi (Nursalam, 2008:92). Karakteristik

subyek penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Usia >70 tahun dan tidak kooperatif
2. Tekanan darah klien systole <140 mmHg dan diastole <90mmHg
3. Klien mengalami sakit berat dan kondisi lemah saat terapi relaksasi progresif berlangsung

### **3.3 Lokasi dan Waktu Penelitian**

#### **3.3.1 Lokasi Penelitian**

Lokasi penelitian ini dilakukan di Griya Kasih Siloam, jalan Bendungan Sigura-Gura Barat No. 17, Karang Besuki, Sukun, Kota Malang, Jawa Timur, 65149.

#### **3.3.2 Waktu Penelitian**

Penelitian dilakukan Februari-Maret 2020

### **3.4 Fokus Studi**

Fokus penelitian merupakan sebagai ciri, sifat, atau ukuran yang dimiliki dan didapatkan oleh penelitian tentang suatu konsep pengertian tertentu (Notoatmodjo, 2010:103). Fokus studi kasus ini adalah tekanan darah lansia yang mengalami Hipertensi di Griya Kasih Siloam Malang.

### **3.5 Definisi Operasional**

Definisi operasional adalah penjelasan semua variabel dan istilah yang digunakan dalam penelitian secara operasional dan adanya penjelasan mengenai unsur penelitian (cara menentukan dan mengukur variabel) sehingga

dapat mempermudah pembaca dalam memahami makna penelitian (Setiadi, 2013:122-123). Jadi dapat disimpulkan bahwa operasional merupakan pengertian dari setiap variabel yang tercantum dalam suatu judul penelitian disertai dengan adanya parameter, alatukur, skala, dan skor. Definisi operasional pada penelitian ini sebagai berikut :

1. Tekanan darah merupakan merupakan suatu hasil pengukuran tekanan darah sistole dan diastole responden yang diukur 2 kali sebelum senam hipertensi dan 2 kali sesudah melakukan senam hipertensi pada lansia yang diobservasi selama 4 minggu. Pemetaan hasil pengukuran tekanan dikatakan normal apabila hasil pengukuran darah sistole  $<130$  mmHg dan diastole  $< 85$  mmHg, hipertensi sedang ringan 140-159 mmHg dan diastole 90-99 mmHg, hipertensi sedang sistole 160-179 mmHg dan diastole 100-109 mmHg, hipertensi berat apabila sistole  $\geq 180$  mmHg dan diastole  $\geq 110$  mmHg. Selain data tekanan darah juga dikumpulkan data-data lain seperti keluhan yang dirasakan klien. Keluhan tersebut ditanyakan sebelum dan sesudah melakukan senam hipertensi dan bagaimana cara klien mengatasi keluhan yang ia rasakan. Selain itu juga data tentang kebiasaan berolahraga klien, pola makan sehari-hari, pola hidup dan aktivitas sehari-hari serta pemeriksaan fisik yang dilakukan kepada klien.
2. Lanjut usia dengan hipertensi merupakan seseorang dalam rentang usia antara 60-70 tahun yang menderita hipertensi dan bersedia menjadi subjek dan mampu dalam melakukan senam hipertensi yang bertempat tinggal di Griya Kasih Siloam Malang.

3. Relaksasi otot progresif merupakan terapi yang dilakukan responden secara teratur dan terarah serta membuat perubahan yang menguntungkan dalam tubuh responden, yang mana perubahan tersebut seperti keluhan sebelum relaksasi otot progresif dan sesudah relaksasi otot progresif berkurang atau tetap. relaksasi otot progresif dilakukan setiap hari 2 dalam 1 bulan selama kurang lebih 15 menit minimal sehari 1 kali. Dimana sebelumnya peneliti melatih responden dengan mecontohkan kepada responden sampai bisa

### **3.6 Pengumpulan Data**

Pengumpulan data adalah suatu proses pendekatan pada subjek yang diperlukan dalam suatu penelitian. Langkah-langkah pengumpulan data bergantung pada rancangan penelitian dan teknik instrumen yang digunakan (Nursalam, 2008:111).

#### **3.6.1 Metode Pengumpulan Data**

Pengumpulan data adalah suatu proses pendekatan pada subjek yang diperlukan dalam suatu penelitian (Nursalam, 2008:111). Metode pengumpulan data dalam studi kasus ini menggunakan metode wawancara dan observasi.

##### **a. Observasi**

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 (Notoadmojo, 2010:131). Observasi digunakan untuk mendapatkan data mengenai perkembangan tekanan

darah, pelaksanaan terapi dan kemampuan dalam melakukan teknik relaksasi progresif. Pengukuran tekanan darah atau observasi dilakukan sebanyak 2 kali dalam 1 minggu dan dilakukan selama 8 kali atau 4 minggu sebelum dan sesudah diberikan terapi relaksasi progresif. Untuk observasi selain dari 8 kali pertemuan tersebut, observasi melakukan terapi relaksasi progresif atau tidaknya dibantu oleh staff panti

b. Wawancara

Wawancara adalah suatu metode yang dipergunakan untuk mengumpulkan data secara lisan dari responden atau bercakap-cakap berhadapan muka dengan wawancara (Setiadi, 2007:170). Dalam studi kasus ini, wawancara ini dilakukan dengan indeep interview/wawancara mendalam. Dalam penelitian ini wawancara yang dilakukan adalah melalui wawancara data umum meliputi identitas klien dan riwayat hipertensi. Lalu melalui wawancara data khusus meliputi respon perasaan, tekanan darah dan tindakan relaksasi yang dilakukan klien sebelum dan sesudah diberikan terapi relaksasi progresif.

### 3.6.2 Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian ini adalah alat yang digunakan untuk pengumpulan data, instrument ini dapat berupa kuisisioner pertanyaan (daftar pertanyaan), formulir observasi, ataupun formulir-formulir lain yang berkaitan dengan pencatatan data (Notoatmodjo, 2010:154-155).

Pada penelitian ini instrument yang digunakan adalah lembar wawancara, lembar observasi pengukuran tekanan darah, lembar observasi pelaksanaan terapi, lembar observasi gerakan terapi, tensimeter, stetoskop, SOP pengukuran tekanan darah, SOP terapi relaksasi progresif, handphone/alat rekam, buku catatan, alat tulis.

### 3.6.3 Langkah-langkah pengumpulan data

Langkah-langkah pengumpulan data secara operasional, metode pengumpulan data dan penjelasan tentang cara-cara pengisian instrument (Setiadi, 2013:139). Adapun langkah-langkah pengumpulan data adalah sebagai berikut :

1. Peneliti mengurus surat penelitian di Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Malang.
2. Menjelaskan tujuan penelitian dan langkah pengambilan data ke Kepala Griya Kasih Siloam Malang
3. Peneliti memilih responden sesuai kriteria subyek yang diperlukan.
4. Peneliti menjelaskan maksud dan tujuan penelitian pada responden.
5. Peneliti meminta persetujuan kepada subjek penelitian untuk menandatangani informed consent sebagai bukti bersedia dilibatkan dalam penelitian.
6. Selanjutnya untuk pertemuan ke-1, dengan uraian sebagai berikut :
  - a. Peneliti melakukan wawancara kepada subjek penelitian sesuai lembar wawancara yang telah disusun.

- b. Peneliti menjelaskan teknik pelaksanaan terapi relaksasi otot progresif sesuai dengan SOP.
  - c. Peneliti melakukan pengukuran tekanan darah awal sesuai SOP.
  - d. Peneliti mendampingi subjek penelitian dalam melaksanakan terapi yang sudah dijelaskan.
  - e. Peneliti mengukur tekanan darah subjek penelitian setelah melakukan terapi relaksasi otot progresif.
  - f. Dokumentasi hasil yang didapat dilembar observasi.
7. Pertemuan ke-2 sampai ke-8
    - a. Peneliti menjelaskan kembali prosedur tindakan yang akan dilakukan.
    - b. Peneliti melakukan kembali pelaksanaan seperti di pertemuan pertama (c,d,e,f).
    - c. Hari lain dari 8 kali pertemuan dengan peneliti, observasi melakukan terapi relaksasi otot progresif atau tidaknya dibantu oleh staff panti
  8. Peneliti melakukan wawancara kembali kepada subjek penelitian sesuai lembar wawancara yang telah disusun.
  9. Menarik kesimpulan dari data yang telah didapatkan.
  10. Menyusun laporan.

### **3.7 Pengolahan Data**

Dalam penelitian studi kasus ini peneliti mengambil pengolahan data secara naratif yang diadaptasi dari fokus studi. Pengolahan data pada studi kasus ini menggunakan teknik non statistik yaitu pengolahan data

menggunakan analisis kualitatif. Pada pengolahan data secara kualitatif dapat dilakukan setelah data terkumpul atau pengolahan data selesai. Dalam hal ini, data sementara yang terkumpulkan, data yang sudah ada dapat diolah dan dilakukan analisis data secara bersamaan.

Pada penelitian ini data yang diperoleh dari hasil wawancara dan observasi tekanan darah serta ketepatan melakukan gerakan relaksasi otot progresif yang didokumentasikan dalam lembar observasi dan wawancara. Setelah data penelitian terkumpul, dilakukan pengecekan ulang baik berupa identitas, hasil wawancara dan hasil observasi. Selanjutnya data tersebut akan difokuskan sesuai dengan komponen yang telah ditentukan. Setelah data difokuskan selanjutnya dilakukan reduksi data. Reduksi data merupakan upaya untuk menganalisis data yang dilakukan dengan cara membuang data yang tidak diperlukan dan data yang kurang relevan. Setelah dilakukan reduksi data maka selanjutnya adalah melakukan penarikan kesimpulan dengan cara melihat pengukuran tekanan darah sebelum dan sesudah dilakukan senam hipertensi.

### **3.8 Analisa dan Penyajian Data**

#### **1. Analisa Data.**

Pada penelitian ini adalah menggunakan analisa kualitatif. Analisis kualitatif adalah upaya yang dilakukan dengan jalan berkerja dengan data, mengorganisasikan data, memilahnya menjadi kesatuan yang dapat dikelola, mensintesisikannya, mencari dan menemukan pola, menemukan apa yang penting. Analisa kualitatif ini dapat dilakukan

melalui cara induktif. Data yang diperoleh dari pengambilan kesimpulan berdasarkan hasil observasi dan wawancara yang dilakukan secara khusus. Data yang diperoleh dibuat dalam bentuk narasi. Tekanan darah akan ditulis/didokumentasikan sesuai dengan hasil pengukuran yang telah dilakukan pada lembar observasi/wawancara.

## 2. Penyajian data

Pada hasil penelitian ini data yang didapatkan akan disajikan dalam bentuk narasi, grafik dan tabel untuk menggambarkan perkembangan tekanan darah klien sebelum dan sesudah terapi relaksasi otot progresif selama 4 minggu. Hasil penelitian ini disajikan pula dalam bentuk deskriptif untuk menjabarkan secara tertulis yang responden yang diteliti.

### **3.9 Etika Penelitian**

Kode etik penelitian merupakan pedoman etika yang berlaku untuk kegiatan penelitian dan melibatkan pihak peneliti, pihak diteliti, dan masyarakat yang akan memperoleh dampak hasil penelitian. Etika penelitian mencakup perilaku peneliti terhadap subjek penelitian dan yang dihasilkan dari penelitian bagi masyarakat (Notoatmodjo, 2010:202).

#### 1. Justice (Keadilan)

Prinsip keadilan harus menjamin semua subjek penelitian memperoleh perlakuan dan keuntungan yang sama, tanpa membedakan jender, agama, etnis, dan sebagainya (Notoatmodjo, 2010:203-204).

#### 2. Benefits (Bermanfaat)

Sebuah penelitian harus memperoleh manfaat yang maksimal bagi masyarakat dan subjek penelitian khususnya dengan mengurangi dampak merugikan bagi subjek, maka hendaknya memenuhi kaidah keilmuan dan dilakukan berdasarkan hati nurani, moral, kejujuran, kebebasan, dan tanggungjawab, serta merupakan upaya dalam mewujudkan ilmu pengetahuan, kesejahteraan, martabat, peradaban, dan terhindar dari bahaya dan kerugian bagi subjek atau masyarakat (SK Wali Amanah Universitas Indonesia Nomor 007/Tap/MWA UI/2005 dalam Notoatmodjo, 2010:204).

### 3. Respect for Human (Menghormati Manusia)

Hak subjek penelitian dipertimbangkan untuk mendapatkan informasi tentang tujuan penelitian dan memberikan kebebasan informasi atau tidak. Peneliti menghormati harkat dan martabat subjek penelitian dengan mempersiapkan formulir Informed consent mencakup manfaat, risiko (ketidaknyamanan) yang ditimbulkan, dan persetujuan peneliti dapat menjawab setiap pertanyaan, dapat mengundurkan diri kapan saja, jaminan anonimitas dan kerahasiaan terhadap identitas dan informasi yang diberikan oleh subjek penelitian (Notoatmodjo, 2010:203).