

BAB III

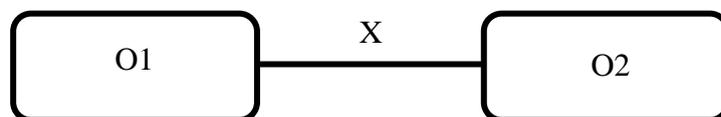
METODE PENELITIAN

A. Jenis dan Desain Penelitian

1. Jenis Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif yaitu mengumpulkan, menyusun, mengolah serta menganalisis data dalam bentuk angka yang dalam praktiknya diberikan perlakuan tertentu yang diteliti didalamnya. Pendekatan ini berangkat dari suatu kerangka teori, gagasan para ahli, maupun pemahaman peneliti berdasarkan pengalamannya, kemudian dikembangkan menjadi permasalahan-permasalahan yang diajukan untuk memperoleh pembenaran (verifikasi) atau penolakan dalam bentuk dokumen data empiris lapangan.

Desain penelitian yang digunakan adalah metode penelitian Pre-Experimental dengan rancangan *One Group Pre-test post-test design* dimana dalam desain penelitian ini terdapat suatu kelompok yang diberi perlakuan (treatment) dan sudah diobservasi sebelumnya, dan selanjutnya diobservasi hasilnya setelah diberi perlakuan.



Gambar 1. Desain Penelitian

Keterangan :

O1 : Nyeri sendi sebelum dilakukan senam lansia

O2 : Nyeri sendi setelah dilakukan senam lansia

X : Senam lansia (treatment)

B. Lokasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh lansia di Karang Werda Werda Mukti sebanyak 30 lansia.

2. Sampel

Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah lansia di Karang Werda Werda Mukti yang telah memenuhi kriteria inklusi berjumlah 30 orang. Mengenai penentuan besarnya sampel Suharsimi Arikunto (2010: 112), mengemukakan di dalam pengambilan sampel apabila subyeknya kurang dari 100 diambil semua sehingga penelitian merupakan penelitian populasi.

3. Teknik Sampling

Dalam penelitian ini teknik yang digunakan yakni Teknik *Total Sampling*. Alasan mengambil total sampling karena menurut Page 2 Sugiyono (2007) jumlah populasi yang kurang dari 100 seluruh populasi dijadikan sampel penelitian semuanya.

C. Waktu dan Tempat

1. Waktu Penelitian

Penelitian dilaksanakan pada semester 8 tahun ajaran 2022/2023 mulai dari bulan Oktober 2022 hingga bulan Juni 2023.

2. Lokasi Penelitian

Lokasi Penelitian dilakukan di Karang Werda Werda Mukti RW 06 Kelurahan Purwantoro Kecamatan Blimbing Kota Malang Jawa Timur Adapun alasan peneliti memilih lokasi tersebut yaitu :

- a. Peneliti mengetahui lokasi penelitian.
- b. Lokasi penelitian dekat dengan tempat tinggal peneliti.
- c. Peneliti mengenal informan-informan tertentu, sehingga dapat dengan mudah untuk mendapatkan data yang dibutuhkan.

D. Variabel Penelitian

Variabel penelitian menjadi aspek fokus dari penelitian yang dilakukan yaitu :

- a. Variabel Independen (variabel bebas)

Variabel independen dalam penelitian ini yaitu senam lansia.

- b. Variabel Dependen (variabel terikat)

Variabel dependen dalam penelitian ini yaitu tingkat nyeri sendi

E. Definisi Operasional

Definisi operasional adalah mendefinisikan variabel secara operasional berdasarkan karakteristik yang diamati, memungkinkan peneliti untuk melakukan observasi atau pengukuran secara cermat terhadap suatu objek atau fenomena (Nursalam, 2013).

Tabel 3. 1 Definisi Operasional

No.	Variabel	Definisi Operasional	Cara Pengukuran dan Klasifikasi	Alat Ukur	Hasil Ukur	Skala
1.	Nyeri Sendi	Nyeri sendi adalah rasa sakit dan tidak nyaman pada sendi, Nyeri sendi dapat berupa nyeri tumpul, tajam, kaku, dengan intensitas ringan hingga berat.	Menggunakan lembar Ceklis yang berisikan skala nyeri VAS yang telah dikemukakan oleh (Boonstra, 2014; Wahyuliati, 2006).	Lembar Observasi Nyeri Sendi	Kategori nyeri sendi : Tidak Nyeri = 0 Ringan = 1 - 3 Sedang = 4 - 6 Berat = 7 - 10	Ordinal
2.	Gerakan Senam Lansia	Kemampuan lansia dalam melakukan senam yang dimulai dari pemanasan, inti, dan pendinginan	Menggunakan lembar Ceklis yang berisikan Gerakan senam lansia. Jika dilakukan bernilai = 1, jika tidak dilakukan bernilai = 0	Lembar Observasi Gerakan Senam Lansia	Kategori penilaian Dilakukan = 1 Tidak Dilakukan = 0 Baik : 80% - 100% Cukup : 60% - 79% Kurang : <60%	Ordinal

F. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data

1. Jenis Data

a. Data Primer

Data dikumpulkan sendiri oleh peneliti langsung dari sumber pertama atau tempat objek penelitian dilakukan dengan melakukan wawancara kepada wilayah kader, karakteristik responden, observasi senam lansia dan perilaku pencegahan nyeri sendi.

b. Data Sekunder

Dalam penelitian ini yang menjadi sumber data sekunder adalah artikel dan jurnal yang berhubungan dengan penelitian yang dilakukan didapatkan melalui website resmi, dan data dari kader setempat.

2. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini antara lain :

a. Pengukuran

Penelitian ini akan mempergunakan pengukuran ceklis nyeri sendi dalam mengambil data di lapangan. Tes ini digunakan untuk mengukur pengaruh senam lansia dalam penurunan nyeri sendi pada lansia di Karang Werda Werda Mukti. Tes ini akan berbentuk lembar observasi yang cara pengisiannya berupa ceklis pengukuran nyeri sendi.

b. Observasi

Observasi digunakan untuk melakukan pengamatan lansia dalam melakukan senam lansia. Kuesioner akan berbentuk lembar observasi yang cara pengisiannya adalah ceklis gerakan yang dilakukan ataupun yang tidak dilakuakn selama 2 kali mengikuti senam lansia di Karang Werda Werda Mukti.

G. Instrumen dan Bahan Penelitian

Instrumen dalam penelitian ini adalah

a. Kuesioner

Tipe pertanyaan dalam angket dibagi menjadi dua, yaitu: tertutup.

Instrument untuk penelitian ini adalah lansia.

b. Checklist

Bentuk pertanyaan yang digunakan yaitu dengan memberi tanda (✓) pada jawaban yang dianggap benar. Untuk setiap jawaban benar akan diberi skor 1 sedangkan jawaban yang salah akan diberi skor 0.

H. Uji Validitas dan Reliabilitas

1. Uji Validitas

Uji validitas kuesioner penelitian menggunakan SPSS Version 23, dengan nilai signifikansi 5% ujikan kepada 10 responden di Karang Werda Wijaya Kusuma diluar sampel tetapi dalam satu populasi yang sama dengan pertanyaan pengetahuan 25 soal. Uji coba kuesioner menggunakan *Korelasi Product Moment*. Menggunakan taraf signifikansi 5%, maka rtabel 0,632. Dengan kriteria jika r hitung $>$ r tabel maka kuesioner valid, tetapi jika r hitung $<$ rtabel maka kuesioner tidak valid. Dari hasil uji validitas penelitian ini didapatkan hasil dalam setiap 25 item pertanyaan r hitung $>$ rtabel artinya kuesioner valid.

2. Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas yang dilakukan peneliti dalam angket pengetahuan dengan menggunakan rumus uji *Cronbach's Alpha* yang disertakan dalam aplikasi SPSS Version 23. Sebuah faktor dinyatakan reliabel jika *Cronbach's Alpha* lebih besar 0,06. Berdasarkan hasil pengolahan data SPSS Versi 23, dan didapatkan hasil reliabilitas 0,762. Uji reliabilitas penelitian ini adalah dengan menggunakan teknik Alpha yang dikembangkan oleh George dan Mallery untuk menentukan tingkat reliabilitas instrumen menggunakan kriteria sebagai berikut:

$\alpha \leq 0,7$: Tidak dapat diterima

$0,7 < \alpha \leq 0,8$: Dapat diterima

$0,8 < \alpha \leq 0,9$: Reliabilitas bagus

$\alpha > 0,9$: Reliabilitas memuaskan

I. Prosedur Penelitian

1. Tahap Persiapan

a. Penyusunan Skripsi

Pengurusan surat izin untuk melakukan studi pendahuluan dan penelitian yang diajukan kepada Ketua Jurusan Kesehatan Terapan Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang.

b. Pengajuan surat izin studi pendahuluan dan penelitian yang bertujuan kepada Kepala Kelurahan Purwantoro, Ketua RW 06, Purwantoro Kota Malang, Kader Senam Lansia Karang Werda Werda Mukti.

2. Tahap Pelaksanaan

a. Minggu pertama

- 1) Pengambilan data pada lansia dilakukan pada hari minggu 12 Maret 2023 di lapangan RW 06 Kelurahan Purwantoro
- 2) Peneliti menjelaskan tujuan dan manfaat dilakukannya penelitian ini kepada calon responden.
- 3) Peneliti meminta kepada calon responden untuk mengisi *informed consent*.
- 4) Peneliti menjelaskan kepada responden cara pengisian kuesioner.
- 5) Peneliti meminta kepada calon responden untuk mengisi lembar kuisisioner *pre-test* penelitian yang berisikan lembar observasi skala nyeri dan gerakan senam kepada responden dengan durasi waktu 10 Menit dengan dipandu oleh peneliti.
- 6) Peneliti mengumpulkan kembali lembar kuesioner yang telah diisi oleh responden.

b. Minggu kedua

- 1) Pengambilan data pada lansia dilakukan pada hari minggu 19 Maret 2023 di lapangan RW 06 Kelurahan Purwantoro
- 2) Peneliti menjelaskan tujuan dan manfaat dilakukannya penelitian ini kepada calon responden.
- 3) Peneliti meminta kepada calon responden untuk mengisi *informed consent*.
- 4) Peneliti menjelaskan kepada responden cara pengisian kuesioner.

- 5) Peneliti meminta kepada calon responden untuk mengisi lembar kuisisioner *post-test* penelitian yang berisikan lembar observasi skala nyeri dan gerakan senam kepada responden dengan durasi waktu 10 Menit dengan dipandu oleh peneliti.
- 6) Peneliti mengumpulkan kembali lembar kuesioner yang telah diisi oleh responden
- 7) Peneliti mengucapkan terimakasih kepada lansia di Karang Werda Werda Mukti RW 06 Kelurahan Purwantoro

3. Penyusunan laporan hasil penelitian.

J. Manajemen Data dan Pengolahan Data

1. Pengolahan Data

a. Editing

Kuesioner dan lembar observasi yang telah terkumpul kemudian dilakukan pengecekan kelengkapan data. Dalam penelitian ini editing dilakukan setelah pengisian kuesioner.

b. Coding

Coding adalah mengubah data berbentuk kalimat atau huruf menjadi data angka atau bilangan (Notoatmodjo, 2012).

a. Data Umum :

a) Responden

Responden 1 : R1

Responden 2 : R2

Responden 3 : R3, dan seterusnya

b) Jenis Kelamin

Perempuan : 1

Laki-laki : 2

b. Data Khusus

a) Senam Lansia

Dilakukan : 1

Tidak Dilakukan : 0

b) Koding Nyeri

1) Tidak Nyeri : TN

2) Nyeri Ringan : NR

3) Nyeri Sedang : NS

4) Nyeri Berat : NB

c. *Skoring*

Pada tahap skoring dilakukan pemberian nilai untuk setiap kuesioner dan lembar observasi yang dikerjakan oleh lansia dengan menjumlahkan semua skor dari setiap jawaban sehingga diketahui nilai pengetahuan masing-masing lansia.

a. Skoring Skala Nyeri Sendi

a) Tidak Nyeri : 0

b) Nyeri Ringan: 1 – 3

c) Nyeri Sedang: 4 – 6

- d) Nyeri Berat : 7 – 10
- b. Skoring Gerakan Senam Lansia
 - a) Dilakukan : 1
 - b) Tidak Dilakukan : 0
- c. Skoring Penilaian Gerakan Senam Lansia
 - a) Baik : 80 – 100%
 - b) Cukup : 60 – 79%
 - c) Kurang : <60%

d. *Tabulating*

Tabulating adalah membuat tabel-tabel data, sesuai dengan tujuan penelitian atau yang diinginkan oleh peneliti (Notoatmodjo, 2012).

2. Analisis Data

a. Analisis Univariat

Analisa data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisa univariat pada karakteristik responden dan masing-masing variable pengetahuan dan keterampilan terkait senam lansia terhadap penurunan nyeri sendi.

- 1) 0% = Tidak seorangpun dari responden
- 2) 1%-25% = Sangat sedikit dari responden
- 3) 26% - 49% = Sebagian kecil/hamper setengah dari responden
- 4) 50% = Setengah responden
- 5) 51% - 75% = Sebagian besar dari responden

6) 76% - 99% = Hampir seluruh responden

7) 100% = Seluruh responden

b. Analisis Bivariat

Analisis bivariat dilakukan untuk melihat apakah ada pengaruh yang bermakna bagi sasaran yang telah diberi perlakuan dalam pengetahuan dan keterampilan terkait senam lansia terhadap penurunan nyeri sendi antara sebelum dan sesudah intervensi promosi kesehatan. Pada penelitian ini uji bivariat dilakukan menggunakan aplikasi computer SPSS yang bertujuan untuk mengetahui perbedaan tingkat nyeri sendi sebelum dan sesudah diberikan perlakuan. Uji yang digunakan yaitu Uji Wilcoxon. Menguji menerima atau menolak hipotesis penelitian ini maka dapat dilihat dari hasil penelitian yang menunjukkan bahwa:

- a. H_0 diterima, yaitu nilai $p \leq 0,05$, yaitu tidak Ada Pengaruh Program Senam Lansia Di Karang Werda Werda Mukti Lansia Terhadap Penurunan Nyeri Sendi Di RW 06 Kelurahan Purwantoro.
- b. H_0 ditolak, yaitu nilai $p > 0,05$, yaitu Ada Pengaruh Program Senam Lansia Di Karang Werda Werda Mukti Lansia Terhadap Penurunan Nyeri Sendi Di RW 06 Kelurahan Purwantoro.

3. Penyajian Data

Penyajian data dalam penelitian ini dilakukan dalam bentuk tabel. Penyajian dalam bentuk tabel merupakan penyajian data dalam bentuk angka yang disusun secara teratur dalam bentuk kolom dan baris.

K. Uji Normalitas

Dalam penelitian ini menggunakan uji normalitas Shapiro wilk dengan hasil bahwa nilai sig seluruh data > 0.05 maka dapat ditarik kesimpulan bahwa data berdistribusi normal

Tabel 3. 2 Uji Normalitas

Test Of Normality			
	Shapiro Wilk		
Hasil	Statistic	df	Sig
Observasi Senam Minggu ke-1	,865	30	,001
Observasi Senam Minggu ke-2	,577	30	,000
Skala Nyeri Sendi Sebelum Senam	,917	30	,023
Skala Nyeri Sendi Sesudah Senam	,822	30	,000

Pada tabel 3.2 diatas di ketahui bahwa nilai sig yang diperoleh dari hasil variabel Observasi senam pada minggu pertama sebesar $\text{Sig } 0,001 < 0,05$, dan pada minggu ke kedua $\text{Sig } 0,00 < 0,05$, maka hasil observasi pada minggu pertama dan minggu kedua tidak terdistribusi normal. Hasil variabel nyeri sendi sebelum senam sebesar $0,023 < 0,05$, dan nyeri sendi sesudah senam $0,00 < 0,05$, maka hasil nyeri sendi sebelum dan sesudah senam tidak terdistribusi normal.

L. Etika Penelitian

Etika penelitian adalah segala prinsip etis dalam melakukan penelitian, yang dimulai dari pembuatan Skripsi hingga publikasi hasil dari penelitian tersebut. Etika penelitian memiliki berbagai macam prinsip, di dalam penelitian ini menerapkan etika penelitian :

a. *Ethical clearance*

Untuk menjamin kelayakan etik penelitian, peneliti mengajukan permohonan kajian etik ke komisi etik Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang dan mengajukan permohonan untuk melakukan permohonan persetujuan penelitian kepada kepala Tata Usaha Puskesmas Cisadea, Kepada kepala Tata Usaha Kelurahan Purwantoro, kemudian lembar observasi dibagikan kepada lansia di Posyandu Karang Werda Werda Mukti RW 06 Kelurahan Purwantoro

b. *Informed consent*

Setiap responden yang terlibat dalam penelitian ini diberikan lembar persetujuan agar responden dapat mengetahui maksud dan tujuan penelitian serta manfaatnya selama proses penilaian ini berlangsung dengan menggunakan lembar penjelasan untuk mengikuti penelitian (PSP). Responden menandatangani persetujuan jika bersedia menjadi responden, dan jika menolak diteliti maka peneliti tidak memaksa dan tetap menghormati hak responden.

c. *Confidentiality*

Peneliti menjamin kerahasiaan informasi yang telah dikumpulkan dalam penelitian. Kerahasiaan informasi yang dikumpulkan dijamin oleh peneliti, hanya kelompok data tertentu yang akan dilaporkan dalam hasil penelitian.

d. *Benefit*

Penelitian ini berusaha memaksimalkan manfaat penelitian dan meminimalkan kerugian yang timbul.

e. *Justice*

Responden yang ikut dalam penelitian ini diperlakukan adil dan diberi hak yang sama.