

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Kuantitatif adalah suatu metode penelitian yang bersifat objektif dan ilmiah dimana data yang diperoleh berupa angka-angka atau pernyataan yang dinilai dan dianalisa dengan analisis statistik (Hermawan, 2019). Deskriptif adalah penelitian untuk menggambarkan suatu keadaan (Notoatmodjo, 2018). Pada penelitian ini desain penelitian deskriptif kuantitatif karena peneliti menggambarkan tingkat pengetahuan ibu hamil tentang prenatal yoga dimana dalam pengumpulan dan pengolahan data menggunakan angka.

B. Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di wilayah Puskesmas Sukatenang Kabupaten Bekasi Jawa Barat. Wilayah kerja Puskesmas Sukatenang terdiri dari 8 kelurahan yaitu Kelurahan Sukawangi, Kelurahan Sukabudi, Kelurahan Sukadaya, Kelurahan Sukakerta, Kelurahan Sukaringin, Kelurahan Sukatenang, Kelurahan Sukamekar. Penelitian dilakukan pada tanggal 02-20 Desember Tahun 2020.

C. Subyek Penelitian

1. Populasi dan Sampel Penelitian

a. Populasi

Populasi adalah keseluruhan subyek penelitian yang akan diteliti Kartika (2017). Populasi merupakan keseluruhan dari obyek dalam penelitian yang akan dilakukan Sabri dan Hastono, (2018). Menurut Setiadi (2013) populasi adalah bukan sekedar jumlah yang ada pada objek yang akan diteliti, akan tetapi meliputi seluruh karakteristik yang dimiliki oleh objek tersebut

Pada penelitian ini populasi yang digunakan yaitu seluruh ibu hamil yang berada di Puskesmas Sukatenang Kabupaten Bekasi Jawa Barat pada bulan november tahun 2020 sejumlah 72 orang ibu hamil.

b. Sampel

Menurut Kartika (2017) sampel adalah sebagian dari keseluruhan obyek yang di teliti dan dianggap mewakili seluruh populasi. Sampel merupakan sebagian dari populasi yang karakteristiknya kita ukur yang nantinya akan dipakai untuk menduga karakteristik dari populasi Sabri dan Hastono, (2018). Pada penelitian ini sampel yang digunakan yaitu seluruh ibu hamil yang berada di Puskesmas Sukatenang Kabupaten Bekasi Jawa Barat pada bulan November tahun 2020 sejumlah 72 ibu hamil.

c. Teknik Sampling

Teknik pengambilan sampel yang digunakan pada penelitian ini adalah teknik total sampling karena jumlah populasi pada penelitian ini kurang dari 100 orang. Menurut Syamsuni (2019) total sampling jika jumlah populasi dibawah 100. Jenis pengambilan sampel yang digunakan yaitu sampling aksidental adalah cara pengambilan sampel yang dilakukan dengan kebetulan bertemu.

D. Definisi Operasional

Definisi Operasional merupakan suatu informasi yang membantu mempermudah pembaca dalam mengartikan makna penelitian (Kartika, 2017).

Tabel 3.1 Definisi Operasional

NO	VARIABLE	DEFINISI OPERASIONAL	CARA UKUR	ALAT UKUR	HASIL UKUR	SKALA UKUR
1.	Pengetahuan ibu hamil tentang prenatal yoga	Pemahaman responden menjawab pertanyaan tentang prenatal yoga	Mengisi kuisisioner dengan menggunakan pilihan pernyataan salah benar, mengenai pengetahuan prenatal yoga	Kuisisioner terdiri dari 30 pernyataan	1. Baik, jika pernyataan yang benar 76%- 100%, jika skor 23-27 2. Cukup, jika pernyataan yang benar 56%-75%, jika skor 17-22 3. Kurang, jika pernyataan yang benar < 56%, jika skor <17-14	Ordinal
SUB VARIABLE						
1.	Pengetian Prenatal Yoga	Prenatal yoga adalah jenis modifikasi dari gerakan yoga yang disesuaikan kondisi ibu hamil	Mengisi kuisisioner dengan menggunakan pilihan pernyataan salah benar, mengenai pengertian prenatal yoga	Kuisisioner terdiri dari 4 pernyataan	1. Baik, jika pernyataan yang benar 76%- 100%, jika skor >3 2. Cukup, jika pertanyaan yang benar 56%-75%, jika skor 3 3. Kurang, jika pertanyaan yang benar < 56%, jika skor <3	Ordinal
2.	Manfaat Prenatal Yoga	Pada kehamilan bermanfaat dalam menjaga kesehatan emosi dan fisik	Mengisi kuisisioner dengan menggunakan pilihan pernyataan salah benar, mengenai manfaat prenatal yoga	Kuisisioner terdiri dari 4 pernyataan	1. Baik, jika pernyataan yang benar 76%- 100%, jika skor >3 2. Cukup, jika pernyataan yang benar 56%-75%, jika skor 3	Ordinal

					3. Kurang, jika pernyataan yang benar < 56%, jika skor <3	
3.	Prinsip Prenatal Yoga	Tindakan yang ada di prenatal yoga	Mengisi kuisisioner dengan menggunakan pilihan pernyataan salah benar, mengenai prinsip prenatal yoga	Kuisisioner terdiri dari 3 pernyataan	1. Baik, jika pernyataan yang benar 76%- 100%, jika skor 3 2. Cukup, jika pernyataan yang benar 56%-75%, jika skor 2 3. Kurang, jika pernyataan yang benar < 56%, jika skor <2	Ordinal
4.	Indikasi Prenatal Yoga	Ibu hamil yang boleh mengikuti latihan prenatal yoga	Mengisi kuisisioner dengan menggunakan pilihan pernyataan salah benar, mengenai indikasi prenatal yoga	Kuisisioner terdiri dari 3 pernyataan	1. Baik, jika pernyataan yang benar 76%- 100%, jika skor 3 2. Cukup, jika pertanyaan yang benar 56%-75%, jika skor 2 3. Kurang, jika pertanyaan yang benar < 56%, jika skor <2	Ordinal
5.	Kontraindikasi Prenatal Yoga	Ibu hamil yang tidak boleh mengikuti latihan prenatal yoga	Mengisi kuisisioner dengan menggunakan pilihan pernyataan salah benar, mengenai kontraindikasi prenatal yoga	Kuisisioner terdiri dari 6 pernyataan	1. Baik, jika pernyataan yang benar 76%- 100%, jika skor 5-6 2. Cukup, jika pernyataan yang benar 56%-75%, jika skor 4 3. Kurang, jika pertanyaan yang benar < 56%, jika skor 3	Ordinal
6.	Persiapan Prenatal Yoga	Perlengkapan untuk melakukan latihan prenatal yoga	Mengisi kuisisioner dengan menggunakan pilihan pernyataan salah benar, mengenai persiapan	Kuisisioner terdiri dari 4 pernyataan	1. Baik, jika pernyataan yang benar 76%- 100%, jika skor >3 2. Cukup, jika pertanyaan yang	

			prenatal yoga		benar 56%-75%, jika skor 3	
					3. Kurang, jika pernyataan yang benar < 56%, jika skor <2	
7.	Teknik Prenatal Yoga	Gerakan latihan prenatal yoga	Mengisi kuisisioner dengan menggunakan pilihan pernyataan salah benar, mengenai teknik prenatal yoga	Kuisisioner terdiri dari 6 pernyataan	1. Baik, jika pertanyaan yang benar 76%-100%, jika skor 5-6 2. Cukup, jika pernyataan yang benar 56%-75%, jika skor 4 3. Kurang, jika pernyataan yang benar < 56% , jika skor <4	Ordinal

E. Pengumpulan Data

Pengumpulan data merupakan bagaimana peneliti menentukan metode yang tepat untuk memperoleh data dengan cara menyusun alat pembantunya yaitu instrument Arikunto, (2013).

1. Intrumen Penelitian

Penelitian yang digunakan dalam peneliti merupakan kuisisioner yaitu pertanyaan tertulis yang digunakan untuk memperoleh informasi dari responden tentang hal-hal yang diketahui (Arikunto, 2013)

Pada peneltian ini menggunakan kuisisioner tertutup merupakan kuisisioner yang sudah diberikan jawabannya sehingga ibu hamil hanya memilih jawaban yang sesuai dengan pengetahuan ibu hamil tentang pengertian, manfaat, prinsip, indikasi, kontraindikasi, persiapan, teknik prenatal yoga.

Pernyataan ini berisi 30 pernyataan tertutup, jumlah pernyataan postif 23 pernyataan dengan skor jawaban benar nilai 1 dan jawaban salah diberi nilai 0, dan jumlah pertanyaan negatif 7 penyatan dengan skor jawaban benar 0 dan skor jawaban salah 1. Teknik pengumpulan

data melalui kuisisioner diberikan kepada ibu hamil dengan meminta kesediaan ibu untuk menjadi responden dengan mengajukan surat persetujuan untuk di tandatangani. Setelah itu memberikan penjelasan singkat tentang cara pengisian kuisisioner.

Tabel 3.2 Kisi-kisi instrument penelitian

NO.	KISI-KISI PERNYATAAN	JUMLAH SOAL	PERNYATAAN	
			Positif	Negatif
1.	Pengertian Prenatal Yoga	4	1,2,3	4
2.	Manfaat Prenatal Yoga	4	5,6,7	8
3.	Prinsip Prenatal Yoga	3	9,10	11
4.	Indikasi Prenatal Yoga	3	12,13	14
5.	Kontraindikasi Prenatal Yoga	6	15,16,17,18,19	20
6.	Persiapan Prenatal Yoga	4	21,22,23	24
7.	Teknik dalam Prenatal Yoga	6	25,26,27,28,29	30

a. Jenis Data

- 1) Data primer adalah data di peroleh melalui kuisisioner yang diberikan pada ibu hamil yaitu mengenai pengetahuan prenatal yoga.
- 2) Data sekunder adalah data yang telah tersedia dari hasil pengumpulan data untuk keperluan tertentu yang dapat digunakan sebagai sumber data penelitian. Peneliti mendapatkan data yang sudah jadi yaitu dengan data ibu hamil yaitu register ibu hamil.

2. Validitas dan Reliabilitas

a. Uji Validitas

Validitas merupakan indeks yang menunjukkan alat ukur itu benar-benar mengukur apa yang diukur Notoatmodjo, (2018). Peneliti melakukan uji validitas di Puskesmas Srijamur karena semua karakteristik responden sama dengan di Puskesmas

Sukatenang. Menurut Abdullah dan Sutanto (2015) Jumlah ibu hamil untuk uji validitas yaitu paling sedikit 30 orang.

Kuisisioner tingkat pengetahuan ibu hamil tentang prenatal yoga di buat sendiri oleh peneliti. Penghitungan uji validitas pada penelitian ini menggunakan SPSS 24. Mengetahui validitas kuisisioner dilakukan dengan membandingkan nilai r tabel dengan r hitung. Nilai r tabel dapat diketahui dengan menggunakan $df = 30 - 2 = 28$, pada tingkat kemaknaan 5% didapat angka r tabel = 0,361. Jika r hasil $>$ r tabel maka pernyataan valid. Kuisisioner tersebut sudah dilakukan uji validitas di Puskesmas Srijamur Kabupaten Bekasi Jawa Barat pada 30 ibu hamil. Pada kuisisioner pengetahuan didapat 30 soal yang valid dari 66 soal pernyataan meliputi nomor 1, 3, 6, 7, 10, 11, 12, 14, 15, 17, 18, 19, 20, 22, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 32, 34, 36, 42, 45, 46, 56, 60, 66 dengan hasil uji validitas antara 0,361-0,768 dikatakan valid karena r hasil $>$ dari r tabel 0,361. Hasil yang tidak valid berjumlah 36 pernyataan yang meliputi nomor 2, 4, 5 pernyataannya pengertian yang sudah diwakalkan pernyataan yang valid pada nomor 1, 3, 6, 7 dan nomor 8, 9, 13 pernyataan manfaat yang sudah diwakalkan pernyataan yang valid pada nomor 10, 11, 12, 14, pada nomor 16 pernyataan prinsip yang sudah diwakalkan pernyataan yang valid pada nomor 15, 17, 18 dan pada nomor 21 pernyataan indikasi yang sudah diwakalkan oleh pernyataan yang valid nomor 19, 20, 22, pada nomor 23 termasuk pernyataan kontraindikasi yang sudah diwakalkan oleh pernyataan yang valid nomor 24, 25, 26, 27, 28, 29 dan pada nomor 31, 33, 35 termasuk pernyataan persiapan yang sudah diwakalkan oleh pernyataan yang valid nomor 30, 32, 34, 36, pada nomor 37, 38, 39, 40, 41, 43, 44, 47, 48, 49, 50, 51, 52, 53, 54, 55, 57, 58, 59, 61, 62, 63, 64, 65 termasuk pernyataan teknik yang sudah diwakalkan oleh pernyataan yang valid nomor 42, 45, 46, 56, 60, 66. Pernyataan

yang tidak valid tidak diikuti sertakan untuk uji reliabilitas karena tidak dapat digunakan untuk mengukur variabel pada penelitian ini.

b. Uji Reliabilitas

Reliabilitas merupakan ukuran yang menunjukkan seberapa sejauh alat pengukur yang dapat dipercaya Notoatmodjo, (2018). Peneliti melakukan uji reliabilitas di Puskesmas Srijamur karena semua kriteria responden sama dengan di Puskesmas Sukatenang. Pada kuisioner pengetahuan yang melakukan uji reliabilitas sebanyak 30 item.

Penghitungan uji reliabilitas pada penelitian ini menggunakan bantuan SPSS 24. Hasil uji reliabilitas kuisioner tingkat pengetahuan sebesar 0,914 sehingga pernyataan dari kuisioner pengetahuan dinyatakan reliabel karena lebih besar dari 0,6.

3. Etika Penelitian

1) Mendapat Persetujuan Responden

Menjelaskan tujuan, maksud dan manfaat, sehingga mau menjadi responden, lalu memberikan lembar persetujuan untuk menjadi responden. Jika responden menyetujui dipersilakan untuk menandatangani lembar persetujuan.

2) Menjamin Kerahasiaan Responden

Peneliti bertanggung jawab atas kerahasiaan untuk data responden seperti data umum yaitu, nama, umur, pekerjaan, pendidikan.

3) Jujur

Penelitian ini dilakukan dengan jujur dengan cara membagikan kuisioner pada setiap ibu hamil yang berdasarkan data yang sudah diminta dan diambil di Puskesmas Sukatenang.

4) Tanggung Jawab

Peneliti bertanggung jawab atas semua yang sudah dilakukan baik dari hasil data penelitian yang telah di isi oleh responden pada kuisisioner.

5) Bertindak Adil

Penelitian yang dilakukan bersifat adil seperti untuk data yang di isi oleh reponden dimana tidak adanya perbedaan pada pengisian kuisisioner serta tidak membeda-bedakan suka, agama dan lain sebagainya.

4. Prosedur Penelitian

Pengumpulan data dilaksanakan ditempat penelitian dengan prosedur sebagai berikut:

1) Tahap Persiapan

- a) Melakukan konsultasi dengan 18 Oktober 2020.
- b) Membuat surat izin studi pendahuluan dan mencari data di Puskesmas Sukatenang Kabupaten Bekasi Jawa Barat kepada Dekan Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo pada tanggal 20 Oktober 2020 di kirimkan melalui email persuratanunw@gmail.com
- c) Pada tanggal 21 Oktober 2020 izin persuratan studi pendahuluan dan mencari data yang sudah mendapatkan perizinan dari pihak kampus yang ditunjukan untuk Kepala Puskesmas Sukatenang Kabupaten Bekasi Jawa Barat.
- d) Pada tanggal 22 Oktober 2020 peneliti memberikan surat tersebut kepada Kepala Puskesmas Sukatenang Kabupaten Bekasi Jawa Barat dan peneliti menjelaskan maksud dan tujuan dari penelitian yang dilakukan.
- e) Setelah itu diarahkan untuk ke bidan koordinator KIA lalu menjelaskan kembali maksud dan tujuan penelitian yang akan dilakukan dan memberitahu bahwa penelitian ini dilakukan

secara langsung dengan cara *door to door* dengan di temani oleh kader. Bagi ibu hamil yang bekerja peneliti akan membuat janji terlebih dahulu dengan cara menghubunginya melalui nomor handphone untuk mendatangi alamat rumahnya.

- f) Peneliti menanyakan berapa jumlah ibu hamil selama sebulan dan menanyakan apakah ada program prenatal yoga di Puskesmas Sukatenag.
 - g) Pada tanggal 01 Desember 2020 peneliti meminta data ibu hamil pada bulan November 2020 dan merekap data jumlah ibu hamil di Puskesmas Sukatenag. Data yang diminta meliputi identitas ibu hamil, alamat, dan nomor handphone yang dapat dihubungi.
 - h) Peneliti melakukan pengecekan ulang data yang sudah didapatkan dari Puskesmas terkait dengan nomor handphone yang tidak bisa dihubungi.
 - i) Peneliti menjelaskan tujuan dari penelitian dan jika responden setuju bisa menandatangani persetujuan menjadi responden dan dapat mengisi kuisioner. Pada penelitian ini responden diminta untuk mengisi kuisioner sesuai dengan pengetahuan responden dan tanpa adanya paksaan.
 - j) Pengisian kuisioner akan dilaksanakan pada tanggal 02-20 Desember 2020.
- 2) Tahap Pelaksanaan
- a) Pada tanggal 22 Oktober 2020 melakukan studi pendahuluan dengan cara mewawancarai 8 orang ibu hamil dan menanyakan data ibu hamil seperti nama, usia, pendidikan, pekerjaan, usia kehamilan, lalu menanyakan apa saja keluhan ibu pada saat kehamilan ini dan menanyakan apakah ibu mengetahui prenatal yoga yang meliputi tentang

pengertian, manfaat, prinsip, indikasi, kontraindikasi, persiapan, dan teknik prenatal yoga.

- b) Melakukan penelitian di wilayah Puskesmas Sukatenang Kabupaten Bekasi Jawa Barat pada tanggal 02-20 Desember 2020
- c) Pada tanggal 02 Desember responden yang mengisi kuisioner sebanyak 4 orang ibu hamil.
- d) Pada tanggal 03 Desember responden yang mengisi kuisioner sebanyak 4 orang ibu hamil.
- e) Pada tanggal 04 Desember responden yang mengisi kuisioner sebanyak 4 orang ibu hamil.
- f) Pada tanggal 05 Desember responden yang mengisi kuisioner sebanyak 4 orang ibu hamil.
- g) Pada tanggal 06 Desember responden yang mengisi kuisioner sebanyak 4 orang ibu hamil.
- h) Pada tanggal 07 Desember responden yang mengisi kuisioner sebanyak 4 orang ibu hamil.
- i) Pada tanggal 08 Desember responden yang mengisi kuisioner sebanyak 4 orang ibu hamil.
- j) Pada tanggal 09 Desember responden yang mengisi kuisioner sebanyak 4 orang ibu hamil.
- k) Pada tanggal 10 Desember responden yang mengisi kuisioner sebanyak 4 orang ibu hamil.
- l) Pada tanggal 11 Desember responden yang mengisi kuisioner sebanyak 4 orang ibu hamil.
- m) Pada tanggal 12 Desember responden yang mengisi kuisioner sebanyak 4 orang ibu hamil.
- n) Pada tanggal 13 Desember responden yang mengisi kuisioner sebanyak 4 orang ibu hamil
- o) Pada tanggal 14 Desember responden yang mengisi kuisioner sebanyak 4 orang ibu hamil.

- p) Pada tanggal 15 Desember responden yang mengisi kuisisioner sebanyak 4 orang ibu hamil.
- q) Pada tanggal 16 Desember responden yang mengisi kuisisioner sebanyak 4 orang ibu hamil.
- r) Pada tanggal 17 Desember responden yang mengisi kuisisioner sebanyak 4 orang ibu hamil.
- s) Pada tanggal 18 Desember responden yang mengisi kuisisioner sebanyak 4 orang ibu hamil.
- t) Pada tanggal 19 Desember responden yang mengisi kuisisioner sebanyak 3 orang ibu hamil.
- u) Pada tanggal 20 Desember responden yang mengisi kuisisioner sebanyak 1 orang ibu hamil.

F. Pengolahan Data

1. *Editing*

Berfungsi untuk meneliti kembali apakah isian lembar kuisisioner sudah lengkap. *Editing* dilakukan ditempat pengumpulan data, sehingga bila ada kekurangan bisa langsung dilengkapi (Notoatmodjo, 2018).

2. *Scoring*

Penskoran adalah proses pengubahan jawaban instrument menjadi angka yang merupakan nilai dari suatu jawaban terhadap item dalam instrument.

a. Pengetahuan ibu hamil tentang prenatal yoga

1) Pernyataan Positif

Benar : Skor 1

Salah : Skor 0

2) Pernyataan Negatif

Benar : Skor 0

Salah : Skor 1

3. Coding

Coding adalah suatu teknik untuk merubah data yang berbentuk kalimat atau huruf untuk menjadikannya data angka atau bilangan. *Coding* atau pemberian kode sangat berguna dalam memasukka data (*data entry*). Notoatmodjo (2018). Menurut Setiadi (2013) coding adalah mengklasifikasi jawaban dari responden ke dalam bentuk angka atau bilangan.

Kode yang dimaksud adalah:

a. Pengetahuan

Pengetahuan baik	= 1
Pengetahuan cukup	= 2
Pengetahuan kurang	= 3

b. Umur

<20	= 1
20-35	= 2
>35	= 3

c. Pendidikan

Pendidikan Dasar	= 1
Pendidikan Mengah	= 2
Pendidikan Tinggi	= 3

d. Status Pekerjaan

IRT	= 1
Petani	= 2
Pedagang	= 3
Swasta	= 4

d. Usia Kehamilan

TM 1	= 1
TM 2	= 2
TM 3	= 3

e. Infomasi

Pernah Mendapatkan	= 1
--------------------	-----

- | | | |
|----|--|-----|
| | Tidak Pernah Mendapatkan | = 2 |
| f. | Sumber Infomasi | |
| | Tenaga Kesehatan | = 1 |
| | Media Cetak (Buku, Majalah) | = 2 |
| | Media elektronik (Tv, Radio, Internet) | = 3 |
| | Teman, Saudara, Kader | = 4 |
| g. | Gravida | |
| | Primigravida | = 1 |
| | Multigravida | = 2 |
4. Memasukkan Data (*Data Entry*) atau *Processing*
 Memproses data yang dilakukan dengan cara meng-entry data dari kuisisioner dengan metode komputerisasi.
5. Pembersihkan Data (*Cleaning*)
 Cleaning adalah kegiatan pengecekan kembali data yang sudah di entry apakah ada kesalahan atau tidak.

G. Analisa Data

Menurut Notoatmodjo, (2018) menjelaskan bahwa analisa *univariat* bertujuan untuk menjelaskan karakteristik setiap variabel penelitian. Penelitian ini menggunakan analisa *univariat* distribusi frekuensi dari setiap variabel dan mengolah datanya menggunakan SPSS 24. Menghitung persentase dengan rumus:

$$P = \frac{a}{b} \times 100\%$$

Keterangan:

P = Angka persentase

a = Jumlah skor yang diperoleh

b = Jumlah skor yang sebenarnya

Kemudian kriteria pengetahuan diberi skor sebagai berikut:

- a. Pengetahuan baik bila responden dapat menjawab 76-100% dengan benar dari total jawaban pertanyaan.
- b. Pengetahuan cukup bila responden dapat menjawab 56-75% dengan benar dari total jawaban pertanyaan.
- c. Pengetahuan kurang bila responden dapat menjawab <56% dari total jawaban pertanyaan.