

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Desain Penelitian**

Penelitian ini termasuk penelitian deskriptif korelasi yang bertujuan untuk mengungkapkan hubungan korelatif antar variabel. Desain ini dipilih peneliti karena mencoba melakukan penelitian hubungan aktivitas fisik dengan tingkat hipertensi pada pasien hipertensi peserta prolanis di Klinik Gracia Ungaran.

Pendekatan yang digunakan oleh peneliti adalah pendekatan *cross-sectional*, yaitu jenis penelitian yang menekankan pada waktu pengukuran atau observasi data variabel independen dan dependen yang hanya dengan satu kali pada satu saat (Nursalam, 2008). Studi cross sectional dalam penelitian ini yang dimaksud adalah hubungan aktivitas fisik dengan tekanan darah pada pasien hipertensi diukur dalam satu waktu yang sama.

#### **B. Lokasi dan Waktu Penelitian**

Waktu yang diperlukan dalam penelitian ini dari bulan september sampai dengan bulan desember. Kemudian proses penelitian pengambilan data dilakukan pada tanggal 20-21 Desember 2022 di Klinik Gracia Ungaran selama 2 hari berturut-turut (kegiatan prolanis).

#### **C. Populasi dan Sampel**

##### **1. Populasi**

Populasi merupakan semua objek studi atau orang yg akan di survei. Populasi dapat dipergunakan di penelitian ini ialah anggota yang

mengikuti prolans hipertensi pada klinik gracia yang berjumlah sebanyak 200 orang pada bulan Agustus tahun 2022, data bersumber dari Klinik Gracia Ungaran.

## 2. Sampel

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut (Sugiyono, 2011). Dengan demikian sampel adalah sebagian dari populasi yang karakteristiknya hendak diselidiki, dan bisa mewakili keseluruhan populasinya sehingga jumlahnya lebih sedikit dari populasi.

Sampel yang digunakan dalam penelitian ini yaitu pasien yang terkena hipertensi. Adapun penelitian ini menggunakan rumus Slovin karena dalam penarikan sampel, jumlahnya harus representative agar hasil penelitian dapat digeneralisasikan dan perhitungannyapun tidak memerlukan tabel jumlah sampel, namun dapat dilakukan dengan rumus dan perhitungan sederhana (Sugiyono, 2011). Rumus Slovin untuk menentukan sampel adalah sebagai berikut:.

$$n = \frac{N}{1 + N (e)^2}$$

Keterangan:

n = Sampel

N = Populasi

e = Persen kelonggaran ketidaktelitian karena kesalahan pengambilan sampel yang masih dapat ditolerir (5%)

Berdasarkan rumus tersebut maka penghitungan sampel dalam penelitian ini sebagai berikut :

$$n = \frac{N}{1 + N (e)^2}$$

$$n = \frac{200}{1 + 200 (5\%)^2}$$

$$n = \frac{200}{1 + 200 (0,05)^2}$$

$$n = \frac{200}{1 + 0,5}$$

$n = 133,33 \rightarrow$  dibulatkan menjadi 133 Responden

Jenis sampling dalam penelitian ini menggunakan jenis *non-probability sampling*. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling* yaitu teknik pengambilan data dengan pertimbangan tertentu sesuai dengan kriteria (Sugiyono, 2012). Pengambilan sampel tersebut berdasarkan kriteria yang sudah ditentukan.

Penelitian ini menggunakan penentuan kriteria sampel untuk mengurangi bias hasil penelitian khususnya jika terhadap variabel-variabel kontrol yang ternyata mempunyai pengaruh terhadap variabel yang akan diteliti, kriteria ini yaitu inklusi dan eksklusi dengan karakteristik yang dimiliki responden penelitian yang akan diteliti (Nursalam, 2013).

Pada penelitian ini kriteria inklusi yaitu :

- 1) Responden yang bersedia menjadi responden
- 2) Responden yang terkena hipertensi, dibuktikan dengan hasil pengukuran tekanan darah

- 3) Responden yang mengikuti prolanis
- 4) Memiliki kemampuan untuk melakukan aktivitas fisik

Kriteria eksklusi dalam penelitian ini yaitu :

- 1) Responden mengalami stroke yang mengakibatkan gangguan aktivitas fisik pada separuh anggota tubuh atau seluruh anggota tubuh.

#### D. Definisi Operasional

**Tabel 3.1 Definisi Operasional**

Variabel	Definisi Operasional	Cara Ukur	Hasil Ukur	Skala Ukur
Variabel Independen : Aktivitas Fisik	Setiap gerakan tubuh yang dihasilkan oleh otot rangka yang membutuhkan pengeluaran energi dan dilakukan paling sedikit 10 menit tanpa henti	Pengukuran aktivitas fisik dilakukan dengan menggunakan koesioner <i>Global Physical Actifity Questionnaire</i> (GPAQ). Yang terdiri dari 16 item pertanyaan.	Penilaian dikategorikan menjadi tiga yaitu : 1. Aktivitas ringan= METs <600/minggu 2. Aktivitas sedang= 600-3000 METs/minggu 3. Aktivitas berat = > METs 3000/minggu	Ordinal
Variabel Dependen : Tingkat hipertensi	Tekanan darah yang melebihi batas normal atau tekanan darah sistole $\geq$ 140 mmHg dan tekanan darah diastole $\geq$ 90 mmHg	Pengukuran secara langsung menggunakan sfigmomanometer	Penilaian dikategorikan menjadi beberapa tingkatan dalam tekanan darah : 1. Pra-Hipertensi : 120-139/80-89 mmHg 2. Hipertensi tingkat 1 : $\geq$ 140/90 mmHg 3. Hipertensi tingkat 2 : $\geq$ 160/100 mmHg	Ordinal

#### E. Prosedur Pengumpulan Data

##### 1. Prosedur Penelitian

Prosedur perijinan dan pengumpulan data yang dilakukan oleh peneliti melalui beberapa tahapan sebagai berikut :

- 1) Peneliti meminta surat permohonan ijin penelitian dan mencari data dari kampus Universitas Ngudi Waluyo sebagai pengantar yang akan ditunjukkan kepada pimpinan Klinik Gracia Ungaran
- 2) Peneliti mengajukan surat untuk izin penelitian dan mencari data kepada pimpinan Klinik Gracia Ungaran
- 3) Sesudah peneliti menerima balasan serta pula menerima ijin dari pimpinan Klinik Gracia, peneliti dan asisten penelitian bersiap melakukan penelitian sesuai mekanisme

## 2. Pemilihan Asisten Penelitian

Untuk memudahkan dalam pengambilan data, peneliti memakai asisten, adapula kriteria asisten peneliti yaitu:

- a. Mahasiswa/mahasiswi aktif Prodi S1 Keperawatan Universitas Ngudi Waluyo atau setidaknya yang memiliki tingkatan sekolah setara dengan peneliti.
- b. Memahami prosedur dan tatacara mengisi instrumen

## 3. Tugas Asisten Peneliti

- a. Membantu peneliti minta *informed consent* kepada calon yang akan diteliti
- b. Membantu peneliti dalam menyebarkan instrumen yang akan diberikan kepada responden serta memberikan penjelasan tentang tatacara pengisian instrumen pengumpulan data pada calon yang akan diteliti
- c. Membantu peneliti dalam mengoreksi kembali kuesioner yang usai diisi dengan responden.

#### 4. Prosedur Pengambilan Data

- a. Peneliti melakukan penyamaan persepsi dengan asisten peneliti perihal tatacara mengisi kuesioner dan penyebaran kuesioner kepada orang yang akan diteliti
- b. Peneliti menjelaskan kepada asisten peneliti proses pengambilan data dilaksanakan selama 2 hari yaitu jika saat penelitian hari pertama belum didapatkan responden sebanyak yang ditentukan oleh peneliti maka dilanjutkan pada hari kedua sehingga target jumlah penelitian dapat dicapai.
- c. Setelah itu, peneliti melakukan penelitian dengan datang ke Klinik Gracia pada saat ada Prolanis (Program Pengelolaan Penyakit Kronis).
- d. Kemudian peneliti dan asisten peneliti memperkenalkan diri serta memberikan penjelasan pada calon responden tentang penelitian yang terkait dan manfaatnya
- e. Jika responden yang akan dijadikan bahan penelitian menyatakan setuju untuk membantu penelitian tersebut maka akan dipersilakan untuk membaca lembar persetujuan dan kemudian menandatangani sebagai bukti bahwa sukarela mengikuti dalam penelitian ini.
- f. Responden akan dibagikan kuesioner yang mengukur aktivitas fisik (kuesioner GPAQ) dan dipersilahkan mengisi pertanyaan tersebut dan apabila dari pertanyaan tersebut ada yang susah dimengerti bisa ditanyakan kepada peneliti maupun asisten peneliti.

- g. Peneliti dan asisten peneliti mendampingi responden saat mengisi kuesioner serta apabila terdapat beberapa responden yang sulit untuk membaca akan dibantu dalam pengisiannya oleh asisten peneliti.
- h. Setelah responden selesai mengisi kuesioner maka peneliti akan menarik kuesioner tersebut dan diteliti kelengkapannya, apabila ada jawaban yang kurang lengkap maka peneliti atau asisten peneliti meminta responden untuk melengkapinya.

## 5. Sumber Data

### a. Data Primer

Data primer yaitu data yang didapatkan asli di calon yang akan diteliti atau dari sumber utama (Notoatmodjo, 2012). Data primer dalam penelitian ini ialah data mengenai hubungan aktivitas fisik dengan tingkat hipertensi pada pasien prolans hipertensi yang didapatkan asli dari responden melalui pengisian kuesioner dan pengukuran tekanan darah.

### b. Data Sekunder

Data sekunder merupakan data yang dikumpulkan peneliti yang di dapat melalui objek lain/data yang tidak didapatkan secara asli (Notoatmodjo, 2012). Data sekunder didalam penelitian ini adalah jumlah yang mengikuti prolans pada bulan Agustus 2022 pada Klinik Gracia.

## 6. Alat Pengumpulan Data (Instrumen)

Instrumen yang dipergunakan untuk mengambil data di penelitian ini ialah kuesioner. Kuesioner ialah sederet pertanyaan-pertanyaan yang sudah disiapkan oleh peneliti yang akan dipergunakan menjadi alat mengumpulkan data penelitian.

a. Variabel Aktivitas Fisik

Jenis kuesioner yang dipilih oleh peneliti adalah kuesioner yang sudah baku. Kuesioner yang peneliti gunakan pada penelitian ini adalah *Global Physical Actifity Questionnaire* (GPAQ) yang berisi 16 item pertanyaan. Adapun kisi-kisi pada kuesioner tersebut adalah :

**Tabel 3.2 Kisi-kisi Kuesioner Variabel Aktivitas Fisik**

Variabel	Jenis Aktivitas	No.Pertanyaan	Jumlah
Aktivitas Fisik	Aktivitas Saat Belajar/bekerja	1, 2, 3, 4, 5, 6	6
	Perjalanan ke dan dari tempat aktivitas	7, 8, 9	3
	Aktivitas Rekreasi	10, 11, 12, 13, 14, 15	6
	Aktivitas Menetap	16	1

b. Variabel Tingkat Hipertensi

Variabel tingkat hipertensi pada penderita hipertensi ditentukan dengan cara melakukan pengukuran tekanan darah langsung pada peserta prolans (penderita hipertensi).

## F. Etika Penelitian

### 1. *Informed Consent*



*Informed consent* adalah suatu bentuk kesepakatan antara peneliti dan responden dengan cara menawarkan selebar kertas berisi persetujuan. *Informed consent* tersebut diberikan pada saat sebelum melakukan penelitian dengan memberikan lembar persetujuan menjadi responden. Tujuan dari *informed consent* adalah supaya responden mengerti akan maksud dan tujuan dari penelitian tersebut. Kemudian jika responden bersedia maka harus menandatangani lembar persetujuan tersebut dan jika tidak bersedia maka peneliti harus menghormati keputusan responden. Ada beberapa yang harus terdapat di dalam *informed consent* antara lain : partisipan responden, tujuan dan manfaat penelitian, komitmen prosedur pelaksanaan, kerahasiaan, dan sebagainya.

## 2. *Anonymity*

Untuk menjaga kerahasiaan responden, peneliti tidak lagi memberikan atau mencantumkan nama pada lembar alat ukur dan paling sederhana menulis dengan inisial, angka atau kode.

## 3. *Confidentiality*

Peneliti menjamin semua kerahasiaan informasi yang telah diberikan responden, kerahasiaan tersebut dijamin tidak akan disampaikan kepada pihak terkait dan hanya digunakan sebagai bahan kepentingan penelitian.

## 4. *Beneficiency dan Non maleficence*

Peneliti melakukan penelitian sesuai dengan strategi dengan maksud untuk mencapai hasil yang dapat bermanfaat bagi responden (*beneficiency*) yaitu responden mendapatkan informasi yang berhubungan dengan pentingnya melakukan aktivitas fisik, khususnya bagi penderita hipertensi. Peneliti menjelaskan kepada responden bahwa penelitian yang dilakukan tidak berdampak merugikan pada responden (*non maleficence*).

#### 5. *Veracity*

*Veracity* merupakan jujur, peneliti menjamin keaslian dan kejujuran saat melakukan studi tersebut.

#### 6. *Justice*

*Justice* adalah keadilan, penelitian akan memberikan perlakuan yang adil dan tidak ada yang dibeda-bedakan jadi semua responden memperoleh perilaku yang mirip (Swarjana, 2019).

### **G. Pengolahan Data**

Data dikumpulkan melalui proses pengumpulan data. Data yang sudah terkumpul harus di olah. Ada beberapa tahapan untuk pengolahan data yaitu sebagai berikut :

#### 1. *Editing*

Peneliti memeriksa informasi, kelengkapan data, kesalahan dan konsistensi setiap jawaban setelah semua responden selesai mengisi setiap pertanyaan yang diajukan dalam kuesioner. Editing dilakukan pada titik pengumpulan data sehingga jika terdapat point yang tidak terisi, peneliti

akan meminta responden untuk melengkapinya lagi sehingga tidak terjadi kesalahan atau kekeliruan dalam pengumpulan data.

## 2. *Scoring*

*Scoring* adalah pemberian skor pada jawaban responden untuk menuai catatan kuantitatif yang ditentukan, skor/nilai diberikan untuk setiap jawaban responden (Sugiyono, 2012). Karakteristik responden dalam penelitian ini berdasarkan usia jenis kelamin, pekerjaan, riwayat keluarga, dan riwayat merokok. Penilaian skor kuesioner aktivitas fisik dalam penelitian ini dibedakan menjadi 3 sesuai dengan tingkat data yang diperoleh sebagai berikut :

- a. Aktivitas fisik ringan = jika METs <600 METs/minggu
- b. Aktivitas fisik sedang = jika METs 600-3000 METs/minggu
- c. Aktivitas fisik berat = jika METs >3000 METs/minggu

Penilaian dari variabel tingkat tekanan darah pada penderita hipertensi (peserta prolanis) adalah sebagai berikut :

- a. Pra - Hipertensi = 120-139/80-89 mmHg
- b. Hipertensi tingkat 1 =  $\geq$ 140/90 mmHg
- c. Hipertensi tingkat 2 =  $\geq$ 160/100 mmHg

## 3. *Coding*

*Coding* adalah kegiatan mengubah informasi berupa huruf menjadi statistik berupa angka (Riyanto, 2014). Tahap pengkodean dilakukan untuk memudahkan metode pengolahan data, peneliti akan memberikan kode yang diterima untuk memudahkan pengelompokan kelas klasifikasi.

Pemberian kode dari jumlah skor pada variabel aktivitas fisik adalah sebagai berikut :

- a. Aktivitas fisik ringan = diberi kode 1
- b. Aktivitas fisik sedang = diberi kode 2
- c. Aktivitas fisik berat = diberi kode 3

Pemberian nilai kode dari pengukuran pada variabel tingkat tekanan darah adalah sebagai berikut :

- a. Pra - Hipertensi = diberi kode 1
- b. Hipertensi tingkat 1 = diberi kode 2
- c. Hipertensi tingkat 2 = diberi kode 3

#### 4. *Tabulating*

Peneliti mengklasifikasikan atau mengurutkan data berdasarkan pada *scoring* dan *coding*. Setelah menyelesaikan skoring dan pengkodean pada setiap data responden selanjutnya dilakukan tabulasi untuk mengelompokkan data kuesioner agar lebih mudah untuk dilakukan analisis.

#### 5. *Entering*

Peneliti melakukan proses pemasukan data hasil *scoring* dan *coding* ke dalam komputer setelah proses tabulasi selesai. Selanjutnya data dimasukan ke dalam program computer *microsoft excel* atau program computer lainnya untuk memudahkan proses pengolahan data.

#### 6. *Transferring*

Peneliti memindahkan hasil yang diklasifikasikan dan hasil pengkodean ke dalam program komputer tertentu. Peneliti menggunakan program komputer untuk mempercepat proses analisis data.

#### 7. *Cleansing*

Proses terakhir dalam pengolahan data adalah Cleansing. Peneliti memeriksa bahwa semua data yang masuk ke program pengolahan data sudah lengkap dan sesuai dengan kenyataan.

### **H. ANALISIS DATA**

Data yang sudah diolah kemudian dilakukan analisis data sesuai dengan tahapan sebagai berikut :

#### 1. *Analisis Univariat*

Analisis univariat adalah analisis yang dilakukan terhadap setiap variabel yang bertujuan memberikan penjelasan untuk setiap variabel independen (aktivitas fisik) dan variabel dependen (tingkat hipertensi). Analisis univariat ini digambarkan dengan menggunakan distribusi aktivitas fisik dengan tingkat hipertensi. Pada hal ini perhatikan, variabel yang dianalisis adalah tentang :

- a. Gambaran aktivitas fisik peserta prolanis hipertensi di Klinik Gracia Ungaran
- b. Gambaran tingkat hipertensi peserta prolanis hipertensi di Klinik Gracia Ungaran

## 2. Analisis Bivariat

Analisis bivariat merupakan evaluasi yang menghubungkan variabel, khususnya variabel tidak terikat dan variabel terikat (Sugiyono, 2014). Uji yang dilakukan dalam tampilan ini yaitu *Uji Rank Spearman*. Senada dengan Jhonatan dan Ely (2010) menyatakan bahwa korelasi Rank Spearman digunakan untuk mengetahui hubungan atau pengaruh antara variabel skala ordinal, khususnya variabel tidak terikat dan variabel terikat.

Koefisien berdasarkan rangking dapat menggunakan koefisien korelasi Spearman Rank, berikut rumus analisi korelasi tersebut (Sugiyono, 2013) :

$$r_s = 1 - \frac{6 \sum d_i^2}{n(n^2 - 1)}$$

Ket :

$$r_s = \text{Koefisien Korelasi Spearman}$$

$$\sum d^2 = \text{Total Kuadrat slisih antar ranking}$$

$$n = \text{Jumlah Sampel Penelitian}$$

Berikut adalah interpretasi koefisiensi korelasi :

Koefisien	Kekuatan Hubungan
0,00	Tidak ada hubungan
0,01 – 0,09	Hubungan kurang berarti
0,10 – 0,29	Hubungan lemah
0,30 – 0,49	Hubungan moderat
0,50 – 0,69	Hubungan kuat
0,70 – 0,89	Hubungan sangat kuat
>0,90	Hubungan mendekati sempurna

Hasil pengolahan data uji rank spearman akan diperoleh nilai p.

Dengan ketentuan sebagai berikut :

- a. Jika nilai  $p > 0,05$  maka  $H_0$  diterima, yang artinya tidak terdapat hubungan antara aktivitas fisik dengan tingkat hipertensi peserta prolanis hipertensi di Klinik Gracia Ungaran.
- b. Jika nilai  $p \leq 0,05$  maka  $H_0$  ditolak, yang artinya terdapat hubungan antara aktivitas fisik dengan tingkat hipertensi peserta prolanis hipertensi di Klinik Gracia Ungaran.