

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Karya Tulis Ilmiah

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif merupakan penelitian yang bersifat deskriptif dan lebih mengutamakan pada kualitas suatu barang atau jasa (Purba, 2021).

B. Lokasi dan Waktu Penelitian

1. Lokasi Penelitian

Lokasi penelitian ini dilakukan di Asrama Unjaya yang bertempat di Jl. Brawijaya Jl Ringroad Barat, Gamping Kidul, Ambarketawang, Kec. Gamping, Kabupaten Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta 55294.

2. Waktu Penelitian

Waktu pelaksanaan pengambilan data pada hari sabtu 10 juni 2023.

C. Populasi dan Sampel

Populasi merupakan jumlah keseluruhan dari kelompok yang akan diambil datanya. Sedangkan sampel merupakan sebagian dari populasi yang memiliki karakter yang sama dengan populasi (Ul'fah Hernaeny, 2021). Populasi pada penelitian ini adalah 82 mahasiswa penghuni di asrama Unjaya. Sampel penelitian terdiri dari remaja putri di Asrama Unjaya yang berusia antara 18-24 tahun, remaja putri yang tinggal di Asrama sampai saat ini dan mengikuti senam aerobik. Data yang diperoleh akan dianalisis menggunakan uji Chi-Square untuk melihat perbedaan antara sebelum dan sesudah senam, 15 menit setelah senam dan 30 menit setelah melakukan senam.

Teknik yang digunakan, peneliti menggunakan yaitu Teknik *Random Sampling* dimana sampel yang akan diambil memiliki kesempatan yang sama untuk mendapatkan peluang untuk dijadikan sampel.

1. Inklusi

1. Penghuni asrama yang rutin mengikuti senam aerobik
2. Penghuni asrama umur 18-24 tahun
3. Penghuni asrama Unjaya
4. Penghuni asrama yang bersedia menjadi responden

2. Eksklusi

- a. Penghuni asrama yang tidak mengikuti senam aerobik
- b. Penghuni asrama yang tiba-tiba pingsan saat melakukan senam

Rumus yang akan digunakan untuk menghitung sampel menggunakan rumus slovin sebagai berikut:

$$n = N / (1 + Ne^2)$$

n = jumlah sampel

N = jumlah populasi

e² = nilai estimasi besar kesalahan (5%)

populasi yang akan digunakan untuk menghitung mahasiswi penghuni asrama yang mengikuti senam yaitu 82 responden.

$$n = N / (1 + Ne^2)$$

$$n = 82 / 1 + (0.025)^2$$

$$n = 82 / 1.025$$

$$n = 68 \text{ sampel}$$

D. Variabel Penelitian

Variabel penelitian/kajian karya tulis ilmiah dapat dipakai untuk melihat ada tidaknya pengaruh senam aerobik terhadap tekanan darah calon pendonor darah pada remaja putri di Asrama Unjaya adalah variabel Tunggal.

E. Definisi Operasional

Tabel 3.1 Definisi Operasional

No	Variable	Definisi	Alat Ukur	Hasil Ukur	Skala
	Tekanan Darah remaja putri	Tekanan Darah responden saat dilakukan pemeriksaan	Tensimeter	1. Tekanan darah rendah ✓ Sistolik <90mmHg ✓ Diastolik <60mmHg 2. Tekanan darah normal ✓ Sistolik <120mmHg ✓ Diastolik <80mmHg 3. Tekanan darah tinggi ✓ Sistolik \geq 130 mmHg ✓ Diastolik \geq 89 mmHg	Nominal
	Waktu	Waktu yang ditentukan untuk melakukan pemeriksaan tekanan darah	Jam	1. Sebelum melakukan senam aerobik 2. 15 menit setelah senam aerobik 3. 30 menit setelah melakukan senam aerobik	Nominal

F. Alat dan Metode Pengumpulan data/Informasi

1. Data Primer

Data primer adalah metode pengolahan data yang dilakukan secara langsung dari sumber pertama atau tempat objek penelitian dilakukan (Siregar, 2017)

a. Pemeriksaan Tekanan Darah

Pemeriksaan tekanan darah ini akan dilakukan di Asrama Unjaya menggunakan alat tensimeter manual dengan responden yang sesuai kebutuhan peneliti dan dibantu oleh orang yang sudah profesional sebagai tenaga kesehatan dalam melakukan pemeriksaan tekanan darah. Kemudian penelitian ini akan dilakukan sebelum dan sesudah senam 15 menit setelah senam dan 30 menit setelah melakukan senam.

G. Metode Pengolahan dan Analisis Data

Metode yang dilakukan dalam pengumpulan data adalah metode deskripsi yang ditampilkan berupa table distribusi frekuensi dengan program SPSS, peneliti mengumpulkan data dengan cara menghitung dan mengolah jumlah data tekanan darah dan karakteristik tekanan darah berdasarkan usia dan semester yang di dapat pada remaja putri di Asrama Unjaya.

1. *Editing* (Pemeriksaan Data) Tahap editing merupakan tahap perbaikan data dan pemeriksaan data secara menyeluruh untuk mengetahui apakah data sudah benar dan dapat digunakan untuk keperluan proses selanjutnya.
2. *Coding* (Pemberian Identitas) Tahap coding merupakan tahap mengklasifikasi data berdasarkan jenis atau macamnya. Cara pemberian identitas adalah dengan menandai setiap data tersebut dengan kode-kode berbentuk angka.
3. *Data Entry* (Memasukan Data) Tahap memasukan data yaitu tahap pemberian nilai atau skor pada setiap butir pertanyaan dalam kuisisioner. Karena dalam penelitian ini tidak digunakan kuisisioner, maka tahap scoring dilewati.
4. *Tabulasi* (Proses penomoran) Yakni membuat table-table data, sesuai dengan tujuan penelitian atau yang diinginkan oleh peneliti.

Analisis yang digunakan adalah dengan menggunakan analisis deskriptif untuk mendiskripsikan atau menggambarkan karakteristik dari setiap variabel penelitian.

H. Etika Penelitian

Penelitian ini telah melalui uji etik dan mendapatkan persetujuan etik dengan nomor Skep/257/KEP/VI/2023. Penelitian ini memperhatikan etika antara lain sebagai berikut:

1. *Respect for human dignity*

Peneliti memberikan informasi secara terbuka tentang penjelasan pengantar penelitian sebelumnya dengan menjaga prinsip, menghormati harkat dan martabat manusia.

2. *Confidentiality*

Untuk menjaga kerahasiaan subjek, peneliti tidak menuliskan nama lengkap subjek, hanya kode, seperti inisial dari nama tersebut.

I. Pelaksanaan Karya Tulis Ilmiah

1. Persiapan

- a. Peneliti mengajukan judul penelitian
- b. Mengajukan permohonan ijin studi pendahuluan di Asrama Unjaya Yogyakarta
- c. Melakukan penyusunan proposal KTI
- d. Melakukan bimbingan proposal KTI kepada pembimbing
- e. Peneliti melaksanakan ujian proposal KTI
- f. Melaksanakan bimbingan setelah ujian proposal

2. Pelaksanaan

- a. Membuat lembar ijin studi pendahuluan di kampus
- b. Memberikan lembar ijin penelitian di Asrama Unjaya
- c. Peneliti melakukan pengurusan ethical clearance di Asrama Unjaya
- d. Peneliti melakukan penelitian dengan mengambil data primer atau pemeriksaan tekanan darah secara langsung di Asrama Unjaya
- e. Peneliti menganalisis data yang didapatkan

3. Penyusunan laporan

- a. Menyusun laporan hasil penelitian pada BAB 4-5 yang masing-masing berisi hasil penelitian dan kesimpulan
- b. Mempersiapkan ujian dan ujian hasil KTI
- c. Revisian laporan KTI setelah melakukan ujian
- d. Mengumpulkan naskah KTI untuk dipublikasikan.