

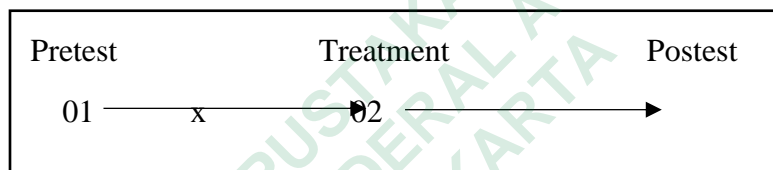
BAB III

METODE PENELITIAN

A. Metode Penelitian Dan Desain Penelitian.

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif *pre eksperimental design*. Rancangan yang digunakan dalam penelitian ini adalah *one grup pretest dan posttest* tanpa kelompok control , dimana peneliti melakukan *pre test* sebelum melakukan intervensi yang kemudian dilakukan *post test* setelah dilakukan intervensi (Sugiyono, 2017a).

Rancangan Pretest dan postests dapat digambarkan sebagai berikut:



Keterangan: 01: *Pretest*
 X : *Treatment* (Perlakuan)
 02 : *Posttest*

B. Lokasi dan Waktu

1. Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan dalam jangka waktu 8 hari pada di bulan Mei - Juni 2023.

2. Lokasi Penelitian

Lokasi penelitian adalah tempat atau objek untuk diadakan suatu penelitian. Penelitian ini akan dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Sedayu II yang beralamat di Jl. Wates KM 1, Argodadi, Sedayu, Bantul, daerah Istimewa Yogyakarta

C. Populasi dan Sampel Penelitian

1. Populasi

Populasi dalam penelitian ini merupakan wilayah yang ingin diteliti oleh peneliti. Menurut Sugiyono, wilayah generalisasi yang terdiri dari atas objek/subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan ditarik kesimpulannya. Populasi pada penelitian ini adalah semua ibu hamil trimester III yang mengalami nyeri punggung di Puskesmas Sedayu II yaitu sebanyak 19 responden (Sugiyono, 2017).

2. Sampel

Sampel adalah sebagian dari jumlah populasi. Bila populasi besar, dan peneliti tidak mungkin mempelajari semua yang ada pada populasi, misalnya karena keterbatasan dana, tenaga dan waktu, maka peneliti dapat menggunakan sampel yang diambil dari populasi tersebut. Teknik pengambilan sampling dalam penelitian ini menggunakan purposive sampling, adalah teknik penentuan sample dengan pertimbangan tertentu. Untuk itu, sampel yang diambil dari populasi harus betul-betul representatif (mewakili) (richard oliver (dalam Zeithml., 2021).

Menurut sugiono (2016), metode penentuan sampel jenuh atau total sampling adalah teknik penentuan sampel untuk semua anggota populasi dijadikan sebagai sampel. Alasan mengapa menggunakan semua anggota populasi menjadi sampel adalah dikarenakan mewakili seluruh populasi karena, jika sampel kurang dari 100 populasi, maka dijadikan semua anggota sampel. oleh karena itu peneliti mengambil semua anggota populasi sebanyak 19 responden menjadi sampel penelitian (Sugiono 2016 dalam Fakhri, 2021)

3. Kriteria Inklusi dan Esklusi

a. Kriteria inklusi

- 1) Ibu hamil trimester III (usia kehamilan >28 minggu – 35 minggu) yang mengalami nyeri punggung dan bersedia menjadi responden
- 2) Ibu hamil *Primigravida* atau *Multigravida*

- 3) Ibu dengan usia ≥ 20 s/d ≤ 35 tahun
- 4) Ibu hamil yang tidak memiliki riwayat cedera panggul
- 5) ibu hamil yang dapat berkomunikasi dengan baik
- 6) ibu hamil yang tidak mengonsumsi obat-obatan analgetik.
- 7) Bersedia menandatangani lembar persetujuan penelitian (*informed consent*)

b. Kriteria Eksklusi

- 1) Ibu hamil yang memiliki riwayat menggunakan terapi farmakologi selama nyeri punggung
- 2) ibu grandmultipara
- 3) Ibu hamil dengan komplikasi
- 4) ibu hamil yang mengikuti kelas yoga dan senam hamil

c. Dropout

- 1) Hasil penelitian ini tidak ada sampel yang drop out
- 2) Responden tidak mengikuti kegiatan secara penuh dari awal sampai selesai
- 3) Responden tidak mengikuti aturan peneliti.

D. Variabel

- 1) Variabel Bebas (Independen)

Variabel independen dalam penelitian ini adalah *pelvic tilting exercise*

- 2) Variabel Terikat (Dependen)

Variabel dependen dalam penelitian ini adalah nyeri punggung pada ibu hamil trimester II

E. Definisi Oprasional

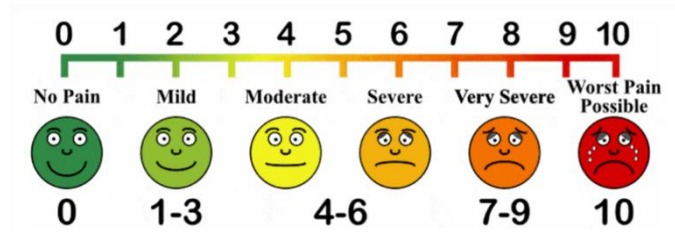
Tabel 3.1
Definisi Oprasional

No	Variabel	Definisi Operasional	Alat Ukur	Hasil Ukur	Skala Ukur
1.	<i>Pelvic Tilt Sitting Exercise</i>	<i>Pelvic tilt Sitting exercise</i> atau latihan memiringkan panggul adalah salah satu latihan mobilitas yang tampaknya untuk memperkuat atau meningkatkan fleksibilitas otot yang diperlukan untuk mengimbangi peningkatan massa perut dan dengan demikian dapat mempertahankan postur normal.	Standar Operasional Prosedur (SOP)	1. Sebelum dilakukan Intervensi a. Dilakukan b. Tidak dilakukan 2. Setelah dilakukan Intervensi a. Dilakukan b. Tidak Dilakukan	Ordinal
2.	Nyeri Punggung	Perasaan tidak nyaman yang terjadi pada area lumbal	Lembar Observasi dan <i>Visual Analog Scale</i> (VAS)	1. Tidak nyeri (0) 2. Nyeri ringan (1-3) 3. Nyeri sedang (4- 6) 4. Nyeri berat (7-9) 5. Nyeri sangat berat (10)	Ordinal

F. Metode Pengumpulan Data

1. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini yaitu:
 - a. Menggunakan lembar SOP (*Standar Oprasional Prosedure*) untuk pemberian gerakan *pelvic tilt sitting exercise*.
 - b. Menggunakan lembar observasi sebelum dilakukan intervensi dan sesudah dilakukan untuk menilai atau membedakan skala nyeri yang di alami ibu hamil.
 - c. Menggunakan alat ukur skala nyeri berupa penggaris lurus dengan gambaran verbal pada masing masing ujungnya, alat ini biasanya di sebut

dengan VAS (*Visual Analog Scale*) angka 0 (tanpa nyeri) sampai angka 10 (nyeri terberat).



Sumber : (Tombers et al., 2023)

Keterangan:

- 1) Tidak nyeri Skala (0) : Tidak Nyeri.
- 2) Nyeri Ringan Skala (1-3) : Secara objektif klien dapat berkomunikasi dengan baik.
- 3) Nyeri Sedang Skala (4-6) : Secara objektif klien mendesis, menyeringai, dapat menunjukkan lokasi nyeri, dan dapat mengikuti perintah dengan baik.
- 4) Nyeri Berat Skala (7-9) : Secara objektif klien terkadang tidak dapat mengikuti perintah tapi masih respon terhadap tindakan. Dapat menunjukkan dengan baik.
- 5) Nyeri Sangat Berat Skala (10) : Klien sudah tidak mampu lagi berkomunikasi atau memukul.

Skor dari VAS dilakukan dengan membaca skala yang telah ditunjukkan oleh garis yang telah di geser oleh pasien.

Pengambilan data dilakukan dengan menandai batas yang telah di geser oleh responden.

d. Syarat penggunaan VAS

- 1) Penderita sadar secara fisik dan mental atau tidak sedang menderita gangguan kognitif sehingga dapat melakukan komunikasi dengan baik.

- 2) Penderita tidak memiliki gangguan penglihatan, sehingga dapat menunjuk titik skala VAS yang sesuai dengan tingkat nyeri yang dirasakan.
- 3) Penderita kooperatif, sehingga dapat dilakukan pengukuran nyeri dengan benar.

e. Prosedur Penggunaan

- 1) Responden diminta melihat dengan teliti angka yang tertera pada VAS supaya dapat menunjukkan angka yang sesuai dengan rasa nyeri yang dialami.
- 2) Responden menunjuk garis atau menandai garis sesuai rasa nyeri intensitas nyeri yang dialami.
- 3) Angka didalam skala VAS lebih baik untuk tidak ditampilkan sehingga responden tidak terpengaruh dengan angka yang ada.
- 4) Setelah tercipta hasil dari tingkat nyeri yang dirasakan, maka peneliti menjelaskan pada responden makna yang ada dalam skala yang ditunjukkan (Setiawan, 2022).

2. Metode Pengumpulann Data

Metode yang digunakan untuk pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan dengan melihat atau menggunakan lembar observasi. Pengumpulan data adalah proses pendekatan kepada subjek dan proses pengumpulan data karakteristik subjek yang diperlukan dalam suatu penelitian.

G. Uji Validitas dan Reabilitas

Validitas adalah derajat ketepatan antara data yang terjadi pada obyekpenelitian dengan daya yang dapat dilaporkan oleh peneliti. Uji validitas dan reabilitas tidak dilakukan lagi karena alat ukur skala nyeri *Visual Analog Scale* (VAS) yang digunakan dalam penelitian ini sudah teruji validitasnya dan sudah terstandarisasi, standar operasional *pelvic tilt sitting exercise* yang digunakan sudah ada di website resmi MS *Trust* (MS Trust, 2010).

H. Metode Pengolahan Dan Analisis Data

Dalam penelitian ini data di olah menggunakan aplikasi SPSS (*Statistical Program For Sosial Sciene*).

1. Teknik Pengelolaan Data

Menurut hidayat (2014) langkah-langkah dalam pengolahan data terdiri dari:

a. *Editing*

Pengeditan adalah pemeriksaan atau koreksi data yang telah dikumpulkan. Pengeditan dilakukan karena kemungkinan data yang masuk (*raw data*) tidak memenuhi syarat atau tidak sesuai dengan kebutuhan. Jadi, pengeditan data dilakukan untuk melengkapi kekurangan atau menghilangkan kesalahan yang terdapat pada data mentah.

b. *Coding*

Coding adalah pemberian kode-kode tertentu pada tiap data termasuk memberikan kategori untuk jenis data yang sama. Pengkodean yang dilakukan oleh peneliti dalam penelitian ini yaitu dengan memberi nomor yang mewakili dan berurutan data tiap kuisisioner sebagai jawaban dari responden.

1) Karakteristik Responden

1) Usia

a) ≤ 20 tahun atau ≥ 35 tahun : diberi kode U1

b) 20- 25 tahun : diberi kode U2

2) Paritas

- a) *Primigravida* : diberi kode P1
- b) *Multigravida* : diberi kode P2
- c) *Grandmultigravida* : diberi kode P3

1) Pendidikan

- a) Sd : diberi kode P1
- b) SMP : diberi kode P2
- c) SMA : diberi kode P3
- d) PT : diberi kode P3

2) Pekerjaan

- a) IRT : diberi kode K1
- b) Swasta : diberi kode K2
- c) Wiraswasta : diberi kode K3

c. *Coding* atau pemberian kode ini sangat berguna dalam memasukkan data (*data entry*)

d. *Processing*

Menentukan skor atau nilai untuk setiap item pertanyaan dan menentukan nilai terendah dan tertinggi. Proses *scoring* ini dilakukan setelah kode jawaban atau hasil observasi sehingga setiap jawaban responden dapat berikan skor.

Skor pada variabel nyeri punggung bawah didapatkan sebagai berikut.

- 1) Tidak nyeri (0)
- 2) Nyeri ringan (1-3)
- 3) Nyeri sedang (4-6)
- 4) Nyeri berat (7-9)
- 5) Nyeri sangat berat (10)

e. *Cleaning*

Setelah sumber data atau responden selesai dimasukkan, perlu dicek kembali untuk melihat kemungkinan-kemungkinan adanya

kesalahan- kesalahan kode, ketidak lengkapan, dan sebagainya, kemudian dilakukan pembetulan atau koreksi. Proses ini disebut pembersihan data (data cleaning).

f. *Tabulating*

Tabulating dilakukan dengan mengorganisasikan data yang terkumpul dalam bentuk tabel agar mudah dijumlah, disusun, ditata, disajikan dan di analisis.

2. Analisis Data

a. Analisis Univariat (Analisis Deskriptif)

Tujuan dari analisis univariat adalah untuk mendeskripsikan setiap masing masing variabel yang diteliti (Arvianti, 2019). Kemudian untuk fungsi dari analisis univariat adalah menyederhanakan atau meringkas sekumpulan data dari hasil pengukuran, sehingga data tersebut dapat dijadikan sebagai informasi yang berguna bagi peneliti. Peringkasan dapat berupa ukuran-ukuran statistic, tabel dan grafik (Afifah & Kes, 2018).

b. Analisis Bivariat

Analisa yang digunakan untuk uji bivariat pada penelitian ini yaitu uji *Wilcoxon Signed Rank Test* untuk menguji efektifitas suatu perlakuan terhadap suatu besaran variabel yang ingin di tentukan. Uji *Wilcoxon Signed Rank Test* digunakan untuk data yang tidak normal, data berskala ordinal dan data berpasangan dengan rumus sebagai berikut:

$$Z = \frac{T - \frac{n(n+1)}{4}}{\sqrt{\frac{n(n+1)(2n+1)}{24}}}$$

Keterangan:

n : Banyaknya sampel

T : Jumlah Rank yang lebih sedikit

Nilai z hitung tersebut dibandingkan dengan nilai z tabel, untuk uji 2 pihak maka taraf kesalahan 1% dibagi 2, sehingga menjadi 0,5%. Bila z hitung lebih besar dari nilai z tabel maka ada pengaruh dan ada perbedaan yang signifikan. Selanjutnya berdasarkan hasil komputasi, apabila nilai signifikan probabilitas (p) hasil pengujian Wilcoxon besarnya $<0,05$ maka H_a diterima dan H_0 ditolak, berarti adanya perbedaan sebelum dan sesudah dilakukannya intervensi (Chen et al., 2020).

Data akan diolah dalam bentuk penyajian kategorik dan dianalisis menggunakan bantuan SPSS 16.0 For Windows Version (Purbono, 2016).

I. Etika Penelitian

Menurut Paulraj (2014) terdapat beberapa etika dalam penelitian eksperimental yaitu:

1. *Respect for human* (menghormati orang lain)

Etik ini menekankan pada otonomi yang dimiliki responden. Pada tahap ini, peneliti menghormati keputusan responden apabila sewaktu-waktu responden memilih untuk tidak melanjutkan mengikuti penelitian ataupun menolak menjadi responden.

2. *Beneficence* (Kemurahan hati)

Etik ini menekankan pada keselamatan responden, yakni tidak membahayakan responden. Pada tahap ini peneliti memastikan bahwa perlakuan yang diberikan tidak membahayakan responden.

3. *Justice* (Keadilan)

Etik ini menekankan pada kesamaan perlakuan yang diperoleh responden.

4. *Informed Consent*

Etik ini menekankan pada persetujuan untuk menjadi responden. Pada tahap ini, peneliti memberikan dan menjelaskan lembar persetujuan, kemudian apabila disetujui, maka responden akan menandatangani lembar persetujuan tersebut.

5. *Invasion Of Privacy* (pelanggaran privasi)

Etik ini menentukan pada kenyamanan responden dalam menjawab pertanyaan, pada tahap ini peneliti memastikan bahwa pasien tidak berada dibawah tekanan (tidak nyaman) dalam menjawab pertanyaan.

6. *Deception* (kecurangan)

Etik ini menekankan pada realita yang terjadi di lokasi penelitian. Pada tahap ini, peneliti memastikan bahwa responden mengatakan apa yang di ketahui olehnya.

7. *Legality* (tanggung jawab sosial)

Etik ini menekankan pada ketaatan peneliti pada hukum. Pada tahap ini, peneliti memastikan bahwa peneliti dan responden mematuhi kesepakatan yang telah disepakati sebelumnya.

8. *Competence* (Kopetensi)

Etik ini menekankan pada usaha meningkatkan dan mengembangkan pengetahuan peneliti.

9. *Social Responsibility* (tanggung jawab)

Etik ini menekankan pada kemashalatan sosial dan penyimpangan sosial dalam penelitian.

10. *Integrity* (intergitas)

Etik ini menekankan pada konsisten peneliti terhadap hal yang telah diungkapkan dan disepakati sebelumnya.

11. *Objectivity* (Objektivitas)

Etik ini menekankan pada kewaspadaan peneliti terhadap bias, analisa dan intpreptasi data dan aspek lain dalam penelitian.

12. *Honesty* (kejujuran)

Etik ini menekankan pada kejujuran berkomunikasi dalam penelitian, yakni dalam mengolahan data, metode dan prosedur penelitian.

J. Pelaksanaan Penelitian

1. Tahap Persiapan Penelitian

- a. Hal pertama yang perlu penulis siapkan sebelum melakukan penelitian yaitu melakukan studi literatur terkait penelitian terdahulu yang relevan dengan permasalahan yang akan diteliti. Peneliti melakukan studi literatur terkait efektifitas *pelvic tilt sitting exercise* terhadap penurunan nyeri punggung pada ibu hamil trimester III.
- b. Menganalisis rumusan masalah penelitian dan mempertimbangkan pentingnya masalah yang akan diteliti. Setelah itu peneliti menentukan tujuan dari penelitian yang akan dilakukan.
- c. Melakukan observasi awal atau melakukan studi pendahuluan dengan kunjungan langsung ke lokasi penelitian, lokasi yang akan menjadi tempat penelitian yaitu wilayah kerja Puskesmas Sedayu II yang berada di daerah Bantul, kemudian melakukan wawancara dengan bidan yang bertujuan untuk memperoleh informasi terkait kondisi ibu hamil trimester III khususnya yang mengalami nyeri punggung. Observasi dan wawancara ini bertujuan untuk mendapatkan gambaran masalah yang akan diteliti.
- d. Menetapkan metodologi penelitian
- e. Menentukan subjek yang akan dilibatkan dalam penelitian.
- f. Mempersiapkan rancangan penelitian yaitu menyusun instrument penelitian berupa alat ukur VAS (*Visual Analog Scale*) yang digunakan untuk mengukur tingkat nyeri punggung yang dialami oleh responden, lembar observasi, dan SOP (Rifandi Perdana, 2023).

2. Tahap Persiapan Penelitian

- a. *Ethical Clearance*
- b. Menyampaikan informasi kepada pemilik tempat penelitian yaitu kepala Puskesmas Sedayu II tentang rencana penelitian dan jadwal kegiatan pelaksanaan penelitian.

- c. Mengumpulkan seluruh populasi yang akan di jadikan sampel, sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik total sampel dimana semua anggota populasi dijadikan sampel.
- d. Melakukan pretest keseluruhan sampel. Maksud dari pemberian pre test adalah untuk mengetahui berapa skala nyeri punggung yang di alami ibu hamil sebelum diberikan intervensi, setiap responden 5-7 menit.
- e. Melakukan proses penelitian yaitu memberikan terapi *pelvic tilt exercise* kepada ibu hamil yang termasuk dalam eksperimen. Memberikan intervensi untuk penurunan skala nyeri punggung pada ibu hamil trimester III dengan diberikan latihan *Pelvic Tilt Sitting Exercise*.

Adapun pemberian intervensis sebagai berikut:

- 1) Pelaksanaan pretest dan postes dilakukan dengan frekuensi 8 kali, dimana gerakannya yaitu dengan memposisikan responden agar rileks (duduk) dengan posisi lutut sejajar dengan lantai dan abdomen (perut) ke atas tahan 3 detik kemudian kembali ke posisi semula dengan repitisi sebanyak 2 set dengan setiap set nya terdapat jeda 3-4 menit setiap set nya. pelaksanaan dilakukan pada bulan Mei- Juni 2023. Pertemuan pada bulan Mei-Juni 2023, waktu yang di ambil merupakan asumsi dari responden masing masing, karena ini gerakan ringan yang tidak membutuhkan inspektur yoga khusus jadi dapat dilakukan secara bersamaan dan individu di rumah responden
- 2) Melakukan observasi setiap kali pelaksanaan penelitian dilakukan.
- 3) Melakukan *post test* bagi seluruh sampel yang bertujuan untuk mengetahui skala nyeri yang dialami masing masing reponden, postest dilakukan setiap sesudah dilakukan intervensi (Rifandi Perdana, 2023). Post- test dilakukan terakhir setelah intervensi diberikan kepada sampel.

3. Penyusunan Laporan

Tahap akhir penelitian ini adalah tahap penyusunan laporan dengan mengolah dan menganalisis data menggunakan program komputer. Selanjutnya yang dilakukan oleh peneliti yaitu:

- a. Melakukan pengolahan dan menganalisis data menggunakan computer
- b. Melakukan penyesuaian dan penyusunan laporan akhir meliputi BAB IV dan BAB V, pada BAB IV terdapat isi tentang hasil penelitian, membahas, dan saran.
- c. Melakukan revisi laporan akhir sesuai saran dan koreksi pembimbing serta mempersiapkan untuk melakukan ujian hasil.
- d. Melakukan seminar ujian hasil dan dilanjutkan dengan perbaikan serta pengumpulan skripsi.