

BAB III METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Penelitian ini termasuk dalam jenis studi kuantitatif dengan pendekatan deskriptif. Rancangan yang digunakan adalah *quasi-eksperimen*, yaitu metode yang mirip dengan eksperimen murni, namun pembentukan kelompok tidak dilakukan secara acak. Pendekatan ini dipilih untuk menguji hubungan sebab-akibat pada situasi di mana randomisasi tidak memungkinkan karena pertimbangan etis atau faktor praktis. Desain yang diterapkan adalah *one group pretest-posttest design*, di mana pengukuran awal (*pretest*) dilakukan sebelum pemberian intervensi, dan pengukuran akhir (*posttest*) dilakukan setelah intervensi diberikan pada kelompok yang sama (Sugiyono, 2020).

Dalam pelaksanaannya, tekanan darah responden diukur terlebih dahulu sebelum intervensi, kemudian setelah intervensi tekanan darah diukur kembali menggunakan alat tensi digital. Selisih antara hasil pengukuran sebelum dan sesudah perlakuan dianalisis untuk melihat pengaruh intervensi.

Secara keseluruhan, metode yang digunakan merupakan penelitian eksperimen dengan desain *quasi-eksperimen* menggunakan model *one group pretest-posttest*.

Tabel 3. 1 Pretest Posttest Dengan One Group Design

	Pretest	Perlakuan	Posttest
R	O ₁	X	O ₂

Sugiyono (2019)

Keterangan:

R = Pengambilan Sampel

X = Perlakuan

O₁ = *Pre-test* Kelompok perlakuan

O₂ = *Post-test* Kelompok Perlakuan

B. Lokasi dan Waktu Penelitian

Pada semester genap tahun ajaran 2025–2026, yaitu Minggu tanggal 11 Juni 2025 sampai dengan Senin tanggal 23 Juni 2025, penelitian ini dilaksanakan di Dusun Tegal Asri Sokowaten Tamanan Banguntapan Bantul.

C. Populasi/Sampel/Teknik Sampling

1) Populasi

Merupakan sekelompok subjek atau objek di suatu wilayah tertentu yang telah dipilih oleh peneliti untuk diteliti dan kemudian dianalisis berdasarkan jumlah dan karakteristiknya (Sugiyono, 2020). Di Dusun Tegal Asri Sokowaten Tamanan Banguntapan, Bantul, terdapat tujuh puluh perempuan menopause. Peneliti menemukan bahwa 32 perempuan menopause di dusun tersebut yang memenuhi syarat hipertensi masuk dalam populasi penelitian.

2) Besar Sampel

Total sampling digunakan untuk menetapkan besar sampel responden dalam penelitian ini, yaitu sebanyak 32 orang di Dusun Tegal Asri Sokowaten Tamanan Banguntapan Bantul yang merupakan wanita usia menopause yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi serta memiliki tekanan darah $\geq 130/90$ mmHg.

3) Teknik Sampling

Pengambilan sampel total merupakan strategi pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini. (Sugiyono, 2020) mendefinisikan pengambilan sampel total sebagai teknik pengambilan sampel penelitian di mana setiap anggota populasi dijadikan sampel. Ketika populasi relatif kecil, metode ini digunakan untuk memungkinkan studi yang lebih menyeluruh terhadap keseluruhan populasi dan menghasilkan hasil yang lebih andal.

4) Kriteria Sampel

Adapun kriteria inklusi dan eksklusi pada penelitian ini yaitu:

- a. Kriteria Inklusi

- (1) Wanita usia menopause penderita hipertensi dengan rentan usia 45-60 tahun yang berada di Dusun Tegal Asri Sokowaten Tamanan Banguntapan Bantul.
 - (2) Wanita usia menopause penderita hipertensi dengan tekanan darah $\geq 130/90$ mmHg.
 - (3) Wanita usia menopause yang mengalami hipertensi yang bersedia menjadi responden.
- b. Kriteria Eksklusi
- (1) Wanita usia menopause dengan hipertensi yang mengkonsumsi obat hipertensi atau obat herbal lainnya.

D. Variabel Penelitian

Variabel yang digunakan dalam penelitian ini adalah :

- 1) Variabel bebas (independen) pada penelitian ini adalah efek pemberian (MJS) *Tea*.
- 2) Variabel terikat (dependen) pada penelitian ini adalah tingkat tekanan darah pada perempuan menopause yang mengalami hipertensi.

E. Definisi Operasional

Tabel 3. 2 Definisi Operasional

Variabel Penelitian	Definisi Operasional	Alat	Hasil Ukur	Skala
Independen: Madu Jahe Serai (MJS) <i>Tea</i>	Merupakan seduhan rimpang dengan tambahan madu yang diberikan kepada responden untuk diminum 1x/hari, dan diminum selama 7 hari.	Lembar Observasi	0: Sebelum diberikan MJS <i>Tea</i> . 1: Sesudah diberikan MJS <i>Tea</i> .	Nominal
Dependen : Hipertensi	Hipertensi atau tekanan darah tinggi dapat di ukur melalui Tekanan darah setiap responden pada hari pertama sebelum mengkonsumsi mjs tea dan pengukuran tekanan darah setelah mengkonsumsi MJS <i>Tea</i> pada hari ke 8	Tensi Meter	Hipertensi ringan: Sistole 130-139 mmHg, Diastole 90-99 mmHg Hipertensi sedang: Sistole 140-159 mmHg, Diastole 100-119 mmHg Hipertensi berat: Sistole \geq 160 mmHg, Diastole \geq 120 mmHg (Qasanah et al., 2024)	Ordinal

F. Alat dan Bahan Metode Pengambilan Data

1. Alat dan Bahan

Tensimeter yang telah melalui proses kalibrasi sebelum pemakaian digunakan sebagai instrumen pengukur tekanan darah. Dengan melakukan hal ini, kesalahan dalam hasil tes tekanan darah dapat dihindari. Penelitian Serai Jahe Madu (MJS) *Tea* menggunakan alat berikut sebagai alat penelitian untuk intervensi pada responden:

Alat tulis, monitor tekanan darah digital, cangkir seduh, gelas ukur madu, timbangan rimpang, dan lembar observasi, Kantong teh berisi 10 g serai kering dan 4 g jahe kering, Sarung tangan plastik, 250 ml air panas dan

30 ml madu untuk setiap seduhan (MJS) *Tea*. Dengan takaran satu kali seduh teh, serta mengikuti SOP (terlampir) tahapan penyeduhan, aturan minumnya adalah satu kali sehari pada pagi hari selama seminggu.

2. Metode Pengambilan Data

Peneliti menggunakan teknik standar untuk mengumpulkan data dalam studi kesehatan. Ini adalah tindakan yang dilakukan peneliti untuk mengumpulkan data (Qasanah *et al.*, 2024).

- a) Semua responden akan diukur tekanan darah sistolik dan diastolik oleh peneliti menggunakan tensimeter standar, yang dapat berupa aneroid atau digital dan telah distandarisasi. Disarankan agar partisipan penelitian terlebih dahulu duduk dengan tenang selama dua hingga lima menit.
- b) Setelah mengukur tekanan darah responden penelitian, peneliti mencatat hasil pengukuran pada lembar observasi.
- c) Peneliti memberi setiap responden gelas seduh, gelas ukur madu, kantong teh yang diisi rimpang jahe dan serai, dan madu sehingga mereka dapat menyelesaikan proses penelitian sendiri di rumah.
- d) Setelah itu, peneliti memberikan penjelasan kepada responden mengenai keunggulan (MJS) *Tea* dan cara pembuatannya, yakni dengan merendam satu kantong teh yang berisi rimpang dalam air panas selama sepuluh menit, membuang kantong teh, lalu menambahkan tiga puluh mililiter madu.
- e) Selama seminggu, peneliti akan memantau proses penelitian melalui grup *WhatsApp* yang beranggotakan kader dan responden. Responden diwajibkan mengirim bukti bahwa mereka telah mengonsumsi (MJS) *Tea*.
- f) Pada hari kedelapan, peneliti akan berkumpul kembali dengan semua responden untuk mengukur tekanan darah mereka, dan hasilnya akan dicatat pada lembar observasi.

G. Etika Penelitian

Melindungi dan memastikan kerahasiaan responden merupakan tujuan dari kode etik penelitian ini. Tiga langkah dalam etika penelitian adalah sebagai berikut: (Siswanto, 2017).

1. *Ethnical Clearence (EC)*

Pernyataan resmi komite etik penelitian yang menyatakan bahwa penelitian yang melibatkan makhluk hidup dapat dilanjutkan jika persyaratan yang diperlukan terpenuhi dikenal sebagai Izin Etik (EK). Komite etik Universitas Jenderal Achmad Yani di Yogyakarta akan menerima permohonan Izin Etik (EK). Izin ini dapat digunakan untuk penelitian yang melibatkan makhluk hidup selama standar terpenuhi dan dapat dibuktikan bahwa penelitian tersebut bermanfaat.

2. *Informed Consenst*

Proses penandatanganan pernyataan kesediaan untuk melakukan tindakan yang ditentukan. Setelah diberikan persetujuan berdasarkan informasi, setiap orang yang bersedia dan memenuhi persyaratan akan diminta untuk menandatangani formulir yang menyatakan kesediaan untuk berpartisipasi.

3. Menjaga Privasi

Protokol untuk melindungi privasi responden dengan hanya mencantumkan inisial mereka pada lembar observasi, bukan nama mereka.

4. *Confidentialy*

Salah satu regulasi yang mengatur akses ke informasi tertentu adalah kerahasiaan. Para peneliti berjanji bahwa temuan studi mereka tidak akan dibagikan kepada pihak ketiga demi menjaga etika penelitian. Untuk mengajukan permintaan data kepada organisasi yang sesuai, para peneliti juga menggunakan persetujuan formal.

H. Pelaksanaan Penelitian

1. Tahap Persiapan

- a. Mencari isu atau permasalahan dan teliti informasi yang relevan.
- b. Menetapkan suatu masalah dan kemudian membuat judul yang menarik untuk masalah tersebut.

- c. Menemukan tinjauan pustaka untuk memulai proses mendeskripsikan referensi penelitian.
 - d. Mengenai judul skripsi, peneliti berkonsultasi dengan dosen pembimbing skripsi.
 - e. Peneliti membuat proposal, tiga bagian utama proposal peneliti adalah Bab 1-3.
 - f. Untuk menyampaikan proposal kepada penguji dan pembimbing, peneliti mengadakan seminar proposal.
2. Tahap Penelitian
- a. Pengumpulan data untuk penelitian ini dimulai pada Mei 2025.
 - b. Melalui undangan kertas yang akan diberikan kepada responden untuk berkumpul di lokasi yang ditentukan, peneliti memilih waktu untuk mengumpulkan data.
 - c. Tiga puluh dua wanita menopause dengan hipertensi membentuk sampel lengkap yang digunakan peneliti sebagai responden.
 - d. Setelah menjelaskan tujuan dan maksud penelitian, peneliti memberikan persetujuan kepada responden.
 - e. Sebelum memberikan intervensi dan berbagi informasi terkait penelitian, para peneliti mengukur tekanan darah untuk mengumpulkan data.
 - f. Tekanan darah responden diperiksa ulang pada hari kedelapan setelah intervensi tujuh hari untuk melihat apakah tekanan darahnya menurun.
3. Tahap Penyelesaian
- a. Untuk memastikan semua informasi yang dikumpulkan akurat, peneliti memverifikasi data.
 - b. Memberikan kode untuk mengkodekan data yang dapat diakses.
 - c. Masukkan data ke dalam program seperti Microsoft Excel sebelum memasukkannya ke dalam aplikasi SPSS.
 - d. Menggunakan SPSS untuk melakukan analisis variabel penelitian.
 - e. Membuat Bab IV dan Bab V pada laporan tesis.
 - f. Memverifikasi temuan plagiarisme dan menjamin maksimum 25%

- g. Menyampaikan hasil temuan laporan kepada dosen penguji skripsi pada seminar dan merevisinya sesuai dengan petunjuk penguji dan pembimbing skripsi.
- h. Memverifikasi naskah yang diterbitkan untuk memeriksa plagiarisme dan menyelesaikan prasyarat untuk kelulusan.
- i. Mencetak hasil skripsi sesuai dengan pedoman.
- j. Mengumpul hasil skripsi.

I. Metode Pengolahan dan Analisis Data

1. Pengumpulan Data

a. Observasi

Proses pengumpulan data untuk mengidentifikasi sampel yang dibutuhkan peneliti, meliputi informasi seperti nama, alamat, tanggal lahir, usia, dan nomor telepon. Data utama diperoleh melalui metode observasi.

b. Pemeriksaan

Pengukuran tekanan darah yang dilakukan dua kali, yaitu sebelum dan sesudah pemberian intervensi Madu Jahe Serai (*MJS Tea*), dengan tujuan menilai perubahan tekanan darah pada wanita menopause.

Setelah menyelesaikan tugas observasi, data dikumpulkan, dan peneliti melalui beberapa langkah untuk memprosesnya, termasuk:

1) *Editing*

Menemukan dan memperbaiki kesalahan data adalah tujuan dari proses penyuntingan data. Pengumpulan data tambahan secara berkala dapat membantu memperbaiki informasi yang tidak lengkap.

2) *Coding*

Pemberian kode dalam bentuk huruf atau angka merupakan bagian dari proses ini. Data kuantitatif atau skor kode dengan makna tertentu dapat direpresentasikan oleh kode yang diberikan.

- (a) Karakteristik Usia
- | | |
|-------------|-----|
| 40-45 Tahun | = 1 |
| 46-55 Tahun | = 2 |
| >55 Tahun | = 3 |
- (b) Karakteristik Pendidikan
- | | |
|------------------|-----|
| SD | = 1 |
| SMP | = 2 |
| SMA/SMK | = 3 |
| Perguruan Tinggi | = 4 |
- (c) Karakteristik Pekerjaan
- | | |
|---------------|-----|
| Bekerja | = 1 |
| Tidak Bekerja | = 2 |
- (d) Karakteristik Frekuensi Makan
- | | |
|-------------|-----|
| 3-4x/ hari | = 1 |
| 2 x/ hari | = 2 |
| < 2 x/ hari | = 3 |
- (e) Karakteristik Lama Istirahat Malam
- | | |
|---------|-----|
| > 8 Jam | = 1 |
| < 8 Jam | = 2 |
- (f) Karakteristik Genetik
- | | |
|-------|-----|
| Ya | = 1 |
| Tidak | = 2 |
- (g) Karakteristik Konsumsi MJS Tea
- | | |
|--------------------|-----|
| Minum Sampai Habis | = 1 |
| Belum Sampai Habis | = 0 |
- (h) Karakteristik Kategori Tekanan Darah
- | | |
|-------------------|-----|
| Normal | = 1 |
| Hipertensi Ringan | = 2 |
| Hipertensi Sedang | = 3 |
| Hipertensi Berat | = 4 |

3) Entry Data

Proses memasukkan informasi hasil penelitian ke dalam tabel data utama atau tabel dasar yang telah disiapkan sebelumnya.

4) Tabulating

Prosedur untuk mengklasifikasikan dan menyusun data yang diterima ke dalam tabel. Sebelum dibuat lebih mudah dibaca dan dipahami, data yang digunakan dalam penelitian ini terlebih dahulu didokumentasikan dalam sebuah tabel.

2. Analisa Data

a. Analisa Univariat

Analisis univariat merupakan metode statistik yang digunakan untuk mengkaji satu variabel secara terpisah tanpa mempertimbangkan keterkaitannya dengan variabel lain (Sugiyono, 2020). Dalam penelitian ini, analisis univariat digunakan untuk menampilkan distribusi frekuensi, proporsi tiap variabel, karakteristik responden, serta perubahan tekanan darah setelah pemberian Madu Jahe Serai (MJS) *Tea* pada wanita menopause dengan hipertensi.

b. Analisa Bivariat

1) Uji Statistik

Teknik *Wilcoxon Signed Rank*, teknik non-parametrik yang dirancang untuk memastikan perbedaan antara nilai *pretes* dan *posttes* dalam kelompok yang sama, digunakan dalam penelitian ini untuk memeriksa perubahan tekanan darah wanita usia menopause sebelum dan setelah intervensi pemberian (MJS) *Tea*. Uji *Wilcoxon Signed Rank* digunakan ketika data tidak terdistribusi normal. Penelitian ini menggunakan ambang batas signifikansi 5%. Strategi ini memungkinkan penelitian untuk memastikan apakah pemberian madu jahe serai (MJS) *Tea* selama tujuh hari berturut-turut memiliki efek penting terhadap tekanan darah tinggi selama menopause.