

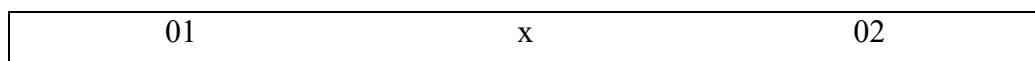
BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan *Quasi Experimental Design* dengan pendekatan *One-Group Pretest-Posttest Design*, yaitu variabel terikat diukur sebagai satu kelompok sebelum dan sesudah diberikan perlakuan (Rogers & Revesz, 2019). Penelitian ini untuk mengetahui pengaruh kombinasi *slow deep breathing* dan rendam kaki dengan air hangat terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan desain penelitian eksperimen semu. Riset kuantitatif adalah suatu riset yang diperoleh dari menghitung dan mengukur serta memaparkan hasilnya dalam bentuk angka (Suprajitno, 2016). Rancangan penelitian ini dapat digambarkan sebagai berikut :

Bentuk rancangan sebagai berikut :



Gambar 3. 1 Desain Penelitian One-Group Pretest-Posttest.

Sumber : (Rogers & Revesz, 2019)

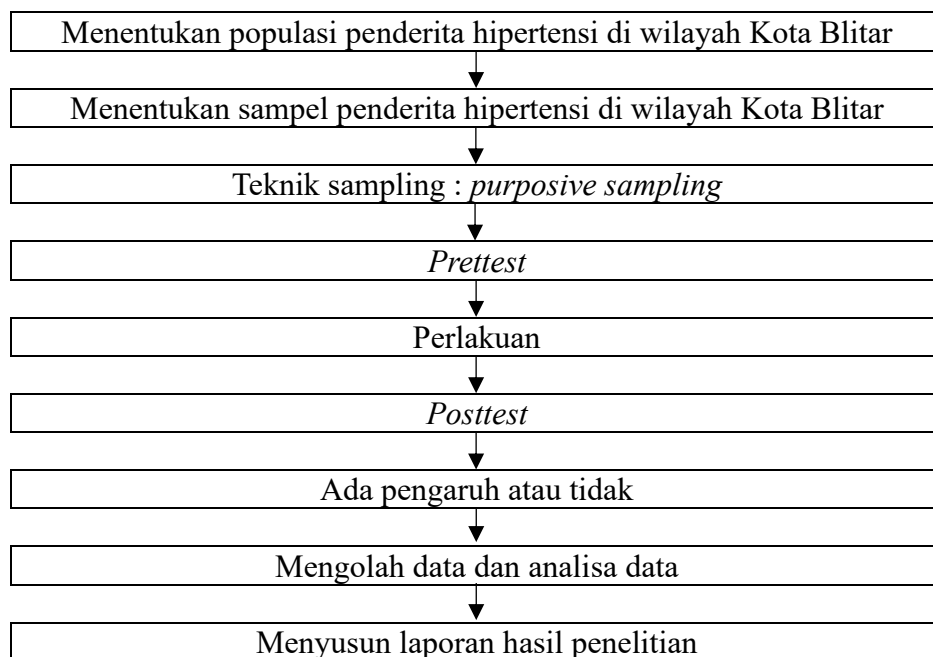
Keterangan :

O1 (*Pre-test*) : Mengidentifikasi tekanan darah dan nadi penderita hipertensi usia 45-50 tahun sebelum diberikan terapi *slow deep breathing* dan rendam kaki.

X : Pemberian terapi *slow deep breathing* dan rendam kaki.

O2 (*Post-test*) : Mengidentifikasi tekanan darah dan nadi penderita hipertensi usia 45-50 tahun sesudah diberikan terapi *slow deep breathing* dan rendam kaki.

3.2 Kerangka Kerja



Gambar 3. 2 Kerangka Kerja

3.3 Populasi, Sampel, dan Sampling

3.3.1 Populasi

Populasi dalam penelitian adalah sekelompok manusia atau subyek yang menjadi sasaran dalam pelaksanaan penelitian (Suprajitno, 2016). Populasi dalam penelitian ini adalah penderita hipertensi usia 45-54 tahun yang rutin melakukan pemeriksaan di Puskesmas Kota Blitar pada bulan Januari-Maret 2024.

3.3.2 Sampel

Sampel adalah bagian dari populasi yang dipilih sebagai subjek penelitian melalui proses seleksi dengan menetapkan kriteria inklusi (Suprajitno, 2016). Sampel yang diambil dalam penelitian ini adalah penderita hipertensi usia 45-54 tahun yang melakukan pemeriksaan di Puskesmas Kota Blitar dengan besar sampel 30 responden.

3.3.3 Teknik Sampling

Teknik yang digunakan untuk pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling* dengan besar sampel sebanyak 30 responden sesuai kriteria inklusi. *Purposive sampling* merupakan teknik dalam menentukan sampel berdasarkan dengan pertimbangan tertentu (Sutrisno et al., 2022).

3.3.4 Kriteria Inklusi

Kriteria inklusi merupakan suatu kriteria yang ditetapkan oleh peneliti untuk memilih suatu populasi untuk dipilih sebagai sampel (Suprajitno, 2016). Kriteria inklusi dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Bersedia menjadi responden penelitian dengan menandatangani lembar *inform consent*.
2. Penderita hipertensi dengan usia 45-54 tahun.
3. Penderita hipertensi dengan tekanan darah sistolik $\geq 140 - 180$ mmHg.
4. Penderita hipertensi dengan tekanan darah diastolik $\geq 90 - 100$ mmHg
5. Penderita tidak mengalami luka pada ekstremitas bawah.

3.4 Lokasi dan Waktu Penelitian

3.4.1 Tempat Penelitian

Penelitian ini dilakukan di UPT Puskesmas Kota Blitar.

3.4.2 Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan pada periode 22 Maret – 10 April 2024.

3.5 Variabel Penelitian

Variabel merupakan suatu yang dapat berubah dalam penelitian, penggunaan variabel harus dapat diukur agar dapat memperoleh data yang valid dalam penelitian. Variabel bebas adalah yang dapat memberikan perubahan terhadap variabel lainnya. Variabel tergantung adalah variabel yang mendapatkan perubahan yang diberikan oleh variabel bebas (Suprajitno, 2016).

Variabel Bebas (*Independen*) yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Slow Deep Breathing* dan Rendam Kaki. Variabel Tergantung (*Dependen*) yang digunakan dalam penelitian ini adalah tekanan darah dan nadi.

3.6 Definisi Operasional

Tabel 3. 1 Definisi Operasional

Definisi operasional adalah definisi yang diberikan oleh peneliti agar variabel dapat diteliti atau diobservasi (Suprajitno, 2016).

No.	Variabel Penelitian	Definisi	Alat Ukur	Parameter	Skala Ukur	Hasil Ukur
1.	Independen : <i>slow deep breathing</i>	<i>Slow deep breathing</i> adalah suatu terapi non-farmakologi pada penderita hipertensi. <i>Slow deep breathing</i> merupakan teknik nafas dalam dan perlahan. Teknik ini bertujuan untuk menurunkan tekanan darah dan membuat tubuh menjadi rileks.	-	-	-	-
2.	Independen : Rendam Kaki	Rendam kaki merupakan terapi rendam kaki dengan batas 10-15 cm di atas mata kaki memakai air hangat terapi ini bermanfaat untuk menurunkan tekanan darah dan	-	-	-	-

		membuat tubuh menjadi rileks.				
3.	Dependen : Tekanan darah	Tekanan darah adalah kekuatan yang diberikan oleh sirkulasi darah pada dinding pembuluh darah. Tindakan ini dilakukan dengan posisi duduk atau berbaring dan diukur menggunakan tensimeter dan dilakukan sebelum dan sesudah tindakan <i>slow deep breathing</i> dan rendam kaki.	Tensimeter Digital	Tekanan darah klien menurun	Rasio	mmHg
4.	Nadi	Denyut nadi (<i>pulse</i>) adalah getaran/denyut darah di dalam pembuluh darah arteri akibat kontraksi ventrikel kiri jantung. Denyut ini dapat dirasakan dengan palpasi yaitu dengan	Oksimetri	Denyut nadi klien menurun	Ratio	Kali/menit

		menggunakan ujung jari tangan di sepanjang jalannya pembuluh darah arteri, terutama pada tempat-tempat tonjolan tulang dengan sedikit menekan di atas pembuluh darah arteri.				
--	--	--	--	--	--	--

3.7 Teknik Pengumpulan Data

3.7.1 Izin Pengumpulan Data

Dalam penelitian ini, peneliti mengajukan surat permohonan izin penelitian kepada Kepala Badan Kesatuan Bangsa Politik (Bakesbangpol) Kota Blitar dengan membawa surat rekomendasi atau surat izin penelitian dari Ketua Program Studi Diploma III Keperawatan Blitar. Kemudian, surat tembusan dari Bakesbangpol diteruskan di UPTD Puskesmas Kota Blitar setelah mendapatkan izin, selanjutnya peneliti mulai melaksanakan penelitian.

3.7.2 Instrumen Pengumpulan Data

Instrumen pengumpulan data adalah alat yang digunakan untuk mengukur data yang akan dikumpulkan. Pada dasarnya instrumen pengumpulan data ini tidak terlepas dari metode pengumpulan data (Alhamid & Anufia, 2019). Pengumpulan data *pretest* dan *posttest* penelitian ini menggunakan alat berupa tensimeter, stetoskop, oksimetri, kuesioner, dan lembar observasi.

3.8 Cara Pengumpulan Data

1. Melakukan pengajuan permohonan izin penelitian dari Program Studi D3 Keperawatan Blitar yang ditujukan kepada Bakesbangpol untuk proses ijin penelitian untuk diberikan kepada UPT Puskesmas Kota Blitar yaitu UPT Puskesmas Sukorejo, UPT Puskesmas Sananwetan, dan UPT Puskesmas Kepanjenkidul.
2. Peneliti mencatat kunjungan penderita hipertensi di Puskesmas Kota Blitar pada bulan Maret tahun 2024. Didapatkan hasil kunjungan penderita

hipertensi di Puskesmas Kota Blitar yaitu di Puskesmas Sananwetan sebanyak 207 kunjungan. Hasil Puskesmas Sukorejo sebanyak 220 kunjungan. Jumlah di Puskesmas Kepanjenkidul sebanyak 250 kunjungan.

3. Peneliti memilih 10 responden setiap di UPT Puskesmas Kota Blitar
4. Memilih responden sesuai kriteria inklusi
5. Peneliti mengunjungi rumah responden sesuai dengan hasil data yang diperoleh dan menjelaskan tujuan dan prosedur penelitian
6. Peneliti memberikan *inform consent* kepada responden
7. Meminta persetujuan responden penelitian dengan menandatangani *informed consent* kepada 30 responden
8. Melakukan *pretest* pengukuran tekanan darah
9. Memberikan terapi *slow deep breathing* dan rendam kaki selama 15 menit
10. Memantau tekanan darah
11. Melakukan *posttest* pengukuran tekanan darah
12. Peneliti mengisi lembar observasi setelah melakukan intervensi terapi non-farmakologi

3.9 Pengolahan, Analisa Data dan Penyajian

3.9.1 Pengolahan data

Setelah melakukan pengumpulan data, selanjutnya peneliti mengolah data sebagai berikut :

1. *Editing* : memeriksa data dengan melihat kembali hasil pengumpulan data, baik isi maupun wujud alat pengumpulan data yakni mengecek nama, kelengkapan identitas responden serta mengecek isian data.
2. *Coding* : upaya pengklarifikasian data dengan pemberian kode untuk

diolah dalam komputer. Proses dapat mempermudah pada saat pengelolaan data.

3. *Scoring* : setelah data terkumpul akan dilakukan pengolahan data dengan memberikan skor penelitian
4. *Entry Data* : proses pemasukan data dalam suatu program komputer.
5. *Tabulating* : menyusun data dengan mengorganisir data sedemikian rupa sehingga mudah untuk dijumlah, disusun, disajikan dalam bentuk tabel dan narasi.

3.9.2 Analisa data

Analisa data merupakan suatu teknik untuk menyederhanakan suatu data hasil dari pengumpulan data yang dilakukan oleh periset. Data kuantitatif dapat dilakukan analisa data dengan uji statistika. Uji statistika adalah suatu teknik untuk memberikan jawaban apakah dengan data yang berasal dari sampel dapat menggambarkan keadaan populasi (Suprajitno, 2016).

1. Analisa Univariat

Analisa univariat digunakan untuk memperoleh gambaran pada setiap variabel distribusi frekuensi dari variabel yang diteliti baik variabel dependen maupun independen. Dalam analisa univariat, mengidentifikasi tekanan darah dan nadi sebelum dan sesudah intervensi.

2. Analisa Bivariat

Analisa bivariat digunakan untuk menguji hubungan yang signifikan antara variabel dependen dan independen. Dalam

penelitian ini, analisa bivariat digunakan untuk menganalisis adakah pengaruh kombinasi terapi *slow deep breathing* dan rendam kaki terhadap penurunan tekanan darah dan nadi. Analisis yang digunakan Uji *Paired T Test* menguji perbedaan variabel dependen sebelum dan sesudah intervensi, menghasilkan nilai signifikan ($p\ value < a = 0,05$) menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara variabel awal dan akhir.

3.10 Etika Penelitian

3.10.1 *Informed Consent* (Lembar Persetujuan)

Informed consent merupakan suatu bentuk persetujuan yang diberikan kepada calon responden yang akan dijadikan subjek penelitian dan memenuhi kriteria. Formulir persetujuan memuat judul penelitian yang dilakukan dan manfaat penelitian. Jika calon responden menolak, maka peneliti tidak berhak memaksanya dan tetap menghormati hak calon responden.

3.10.2 *Anonymity* (Tanpa nama)

Manusia sebagai subjek penelitian mempunyai hak privasi dan hak asasi manusia atas keamanan informasi. Namun, penelitian telah menghasilkan rilis informasi mengenai subjek tersebut. Oleh karena itu, peneliti harus merahasiakan berbagai informasi terkait kehidupan pribadi subjek yang tidak ingin identitasnya dan segala informasi tentang dirinya diketahui orang lain.

3.10.3 *Confidentiality* (Kerahasiaan)

Persoalan ini mencakup persoalan etika dalam menjamin kerahasiaan responden mengenai hasil penelitian. Semua informasi yang dikumpulkan akan dijaga kerahasiaannya oleh peneliti dan hanya kelompok data tertentu yang akan dilaporkan dalam hasil peneliti.