

BAB 3

METODE PENELITIAN

Metode penelitian Metode penelitian merupakan cara untuk memecahkan masalah berdasarkan keilmuan (Nursalam, 2017). Bab ini akan menguraikan metode penelitian yang digunakan untuk menjawab tujuan penelitian berdasarkan masalah yang ditetapkan antara lain desain penelitian, kerangka kerja, variabel penelitian, populasi dan sampel, lokasi dan waktu, definisi operasional, pengumpulan data, analisa data, dan etika penelitian.

3.1 Desain Penelitian

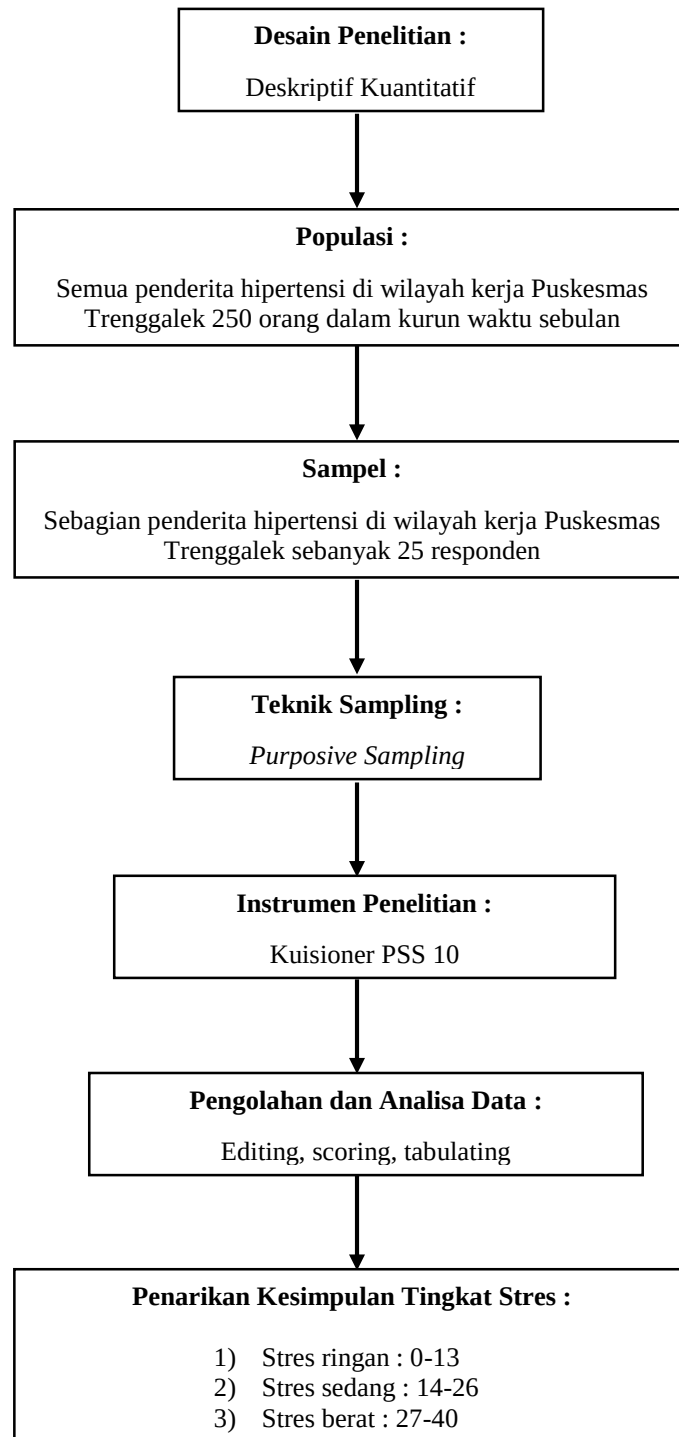
Desain penelitian adalah suatu strategi penelitian dalam mengidentifikasi permasalahan sebelum perencanaan data (Nursalam, 2020). Desain penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah desain penelitian deskriptif kuantitatif, yakni suatu desain atau metode penelitian yang dilakukan untuk mengetahui nilai variabel tanpa membuat perbandingan atau menghubungkan dengan variabel lain dengan menggunakan angka-angka statistik dan dikaji secara kuantitatif (Nursalam, 2020). Teknik pengumpulan data dengan melakukan pengamatan (observasi dan kuisisioner) dan hasil penelitian cenderung digeneralisasikan. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui Tingkat Stres Pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Trenggalek.

3.2 Kerangka Kerja

Kerangka kerja merupakan bagian awal terhadap rancangan kegiatan penelitian yang akan dilakukan meliputi subjek yang diteliti variabel yang

akan diteliti dan variabel yang mempengaruhi dalam penelitian (Anggraini & Saryono, 2013).

Kerangka Kerja :



Gambar 3. 1 Kerangka Kerja Kajian Tingkat Stres Pada Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Trenggalek

3.3 Variabel Penelitian

Variabel dapat diartikan perilaku atau karakteristik yang memberikan nilai beda terhadap sesuatu (benda, manusia, dan lain-lain) (Nursalam, 2017). Variabel dalam penelitian ini menggunakan variabel tunggal yaitu tingkat stres pada penderita hipertensi.

3.4 Populasi dan Sampel

3.4.1 Populasi

Populasi adalah seluruh subyek atau obyek dengan karakteristik tertentu yang akan diteliti, bukan hanya subyek atau obyek yang dipelajari saja tetapi seluruh karakteristik yang dimiliki subyek atau obyek tersebut yang akan diteliti karakteristiknya (Nursalam, 2017). Populasi untuk kuisioner yaitu penderita hipertensi wilayah kerja Puskesmas Trenggalek sebanyak 250 orang (rata-rata dalam satu bulan tahun 2024).

3.4.2 Sampel

Sampel merupakan bagian dari populasi yang dapat digunakan sebagai subjek penelitian melalui sampling (Nursalam, 2017). Penentuan besar sampel pada penelitian ini diestimasi dengan rumus slovin yaitu :

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

Keterangan :

n : Besar sampel

N : Besar populasi

d : Tingkat signifikansi ($d=0,2$)

Perhitungan :

$$\begin{aligned}
 n &= \frac{N}{1 + N (d)^2} \\
 &= \frac{250}{1 + 250 (0,2)^2} \\
 &= \frac{250}{11} \\
 &= 22,7 \\
 &= 25 \text{ sampel}
 \end{aligned}$$

Jadi, sampel yang akan diambil dalam penelitian ini sebagian dari penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Trenggalek sejumlah 25 responden.

3.4.3 Teknik Sampling

Teknik sampling merupakan cara yang dilakukan dalam pengambilan sampel, agar memperoleh sampel yang benar-benar sesuai dengan keseluruhan subjek penelitian (Nursalam, 2017). Teknik pengambilan sampel yang digunakan pada penelitian ini adalah *Purposive Sampling*. Menurut Nursalam (2017), *Purposive Sampling* merupakan teknik penetapan sampel dengan cara memilih sampel diantara populasi sesuai dengan yang dikehendaki peneliti (tujuan/ masalah dalam penelitian), sehingga sampel tersebut dapat mewakili karakteristik populasi yang telah dikenal sebelumnya.

Sampel yang diambil harus memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi sebagai berikut :

1) Kriteria Inklusi

Kriteria inklusi adalah kriteria yang memenuhi syarat sebagai sampel (Notoadmodjo, 2015). Kriteria inklusi dalam penelitian ini adalah :

- a) Penderita hipertensi yang tercatat di wilayah kerja Puskesmas Trenggalek
- b) Penderita hipertensi yang mengikuti posyandu ILP
- c) Penderita hipertensi yang bersedia menjadi responden
- d) Penderita hipertensi yang sebelumnya memiliki riwayat hipertensi

2) Kriteria Eksklusi

Kriteria eksklusi merupakan kriteria dimana subjek penelitian tidak dapat mewakili sampel karena tidak memenuhi syarat sebagai sampel penelitian (Notoadmodjo, 2015). Kriteria eksklusi dalam penelitian ini adalah :

- a) Penderita hipertensi yang menolak sebagai responden
- b) Penderita hipertensi yang pada saat waktu penelitian mengalami sakit karena hipertensinya misal pusing.

3.5 Lokasi dan Waktu Penelitian

3.2.1 Lokasi Penelitian

Lokasi penelitian ini dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Trenggalek.

3.2.2 Waktu Penelitian

Waktu penelitian ini dilakukan pada tanggal 28 Februari s.d 31 Maret 2025 di wilayah kerja Puskesmas Trenggalek.

3.6 Definisi Operasional

Definisi operasional adalah mendefinisikan variabel berdasarkan karakteristik yang diamati secara operasional sehingga memungkinkan peneliti untuk melakukan observasi sebab setiap variabel dapat diartikan berbeda-beda orang yang berlainan (Nursalam,2017).

No	Variabel	Definisi Operasional	Parameter dan Kategori	Instrumen	Skala	Kategori
1.	Tingkat stres pada penderita hipertensi	Kondisi ketidaknyamanan emosional pada penderita hipertensi yang mengalami tekanan darah sistolik $\geq$ 140 mmHg dan/atau tekanan diastolik $\geq$ 90 mmHg yang tercatat di wilayah kerja Puskesmas Trenggalek	Kuesioner PSS 10 yang terdiri dari 10 pernyataan Skala penilaian 0 : Tidak pernah. 1 : Hampir tidak pernah 2 : Kadang-kadang 3 : Cukup sering 4 : Sangat sering Dalam sebulan terakhir seberapa sering : 1) Marah karena sesuatu yang tak terduga 2) Merasa tidak mampu mengontrol hal-hal yang penting dalam kehidupan 3) Merasa gelisah dan tertekan 4) Merasa yakin dengan kemampuan diri untuk mengatasi masalah pribadi 5) Merasa segala sesuatu berjalan sesuai dengan harapan 6) Merasa tidak mampu menyelesaikan hal-hal yang harus dikerjakan 7) Mampu mengontrol rasa mudah tersinggung dalam kehidupan 8) Merasa lebih mampu mengatasi masalah jika dibandingkan dengan orang lain 9) Marah karena adanya masalah yang tidak dapat dikendalikan 10) Merasakan kesulitan yang menumpuk sehingga anda tidak mampu untuk mengatasinya	Kuisisioner <i>Perceived Stress Scale</i> (PSS 10)	O R D I N A L	a) Skor berkisar antara 0-13 mengindikasikan stres ringan b) Skor berkisar 14-26 mengindikasikan stres sedang c) Skor berkisar 27-40 mengindikasikan stres berat

Tabel 3. 1 Definisi Operasional Kajian Tingkat Stress Pada Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Trenggalek

3.7 Metode Pengumpulan Data

3.7.1 Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian adalah alat yang digunakan untuk pengumpulan data dalam penelitian (Sugiyono, 2016). Jenis instrumen penelitian yang digunakan adalah menggunakan kuesioner. Instrumen penelitian ini menggunakan kuesioner PSS 10 (*Perceived Stress Scale*) dari Cohen (1994). Instrumen ini bertujuan untuk menggambarkan bagaimana tingkat stres yang dialami responden. PSS 10 merupakan instrumen psikologis yang paling banyak digunakan untuk mengukur persepsi stres berdasarkan skala. Pemilihan instrumen ini dikarenakan pertanyaan yang disajikan sederhana dan dapat dipahami dengan mudah. Kuisisioner PSS 10 ini mencakup 10 pertanyaan tentang perasaan dan pikiran dalam rentang waktu satu bulan terakhir.

Indikator	Favourable	Unfavourable	Jumlah
Perasaan tidak terprediksi	5	1	2
Perasaan tidak terkontrol	7	2,6,9	4
Perasaan tertekan	4,8	3,10	4
Jumlah	4	6	10

Tabel 3. 2 Kategori Perceived Stress Scale Cohen 1994

Responden ditanya seberapa sering mereka merasakan hal tertentu pada skala lima poin dari ‘tidak pernah’ hingga ‘sangat sering’. Jawaban tersebut kemudian diberi skor sebagai berikut :

- 1) Tidak pernah, skor 0
- 2) Hampir tidak pernah (dalam sebulan terakhir merasakan hal tertentu sebanyak 1-2 kali), skor 1

- 3) Kadang-kadang (dalam sebulan terakhir merasakan hal sebanyak 3-4 kali), skor 2
- 4) Cukup sering (dalam sebulan terakhir merasakan hal tertentu sebanyak 5-6 kali), skor 3
- 5) Sangat sering (dalam sebulan terakhir merasakan hal tertentu sebanyak > 6 kali), skor 4

Skor PSS 10 diperoleh dengan menjumlahkan seluruh item, dengan semakin tinggi skor mengindikasikan semakin tinggi tingkat stres.

- 1) Skor berkisar antara 0-13 mengindikasikan stres ringan
- 2) Skor berkisar 14-26 mengindikasikan stres sedang
- 3) Skor berkisar 27-40 mengindikasikan stres berat (Cohen, 1994).

3.7.2 Prosedur Pengumpulan Data

Pengumpulan data adalah suatu proses pendekatan kepada subyek dan proses pengumpulan karakteristik subyek yang diperlukan dalam suatu penelitian (Nursalam, 2017). Dalam rencana penelitian ini data diperoleh dari hasil observasi dan kuisioner tingkat stres pada penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Trenggalek Dalam melakukan penelitian ini prosedur yang akan dilakukan adalah sebagai berikut :

- 1) Meminta surat perizinan dari Ketua Program Studi D3 Keperawatan Kampus Kabupaten Trenggalek.
- 2) Mengajukan surat permohonan izin penelitian ke Puskesmas Trenggalek

- 3) Setelah mendapatkan surat permohonan izin penelitian dari Puskesmas Trenggalek peneliti membayar administrasi.
- 4) Melakukan pemilihan sampel dengan kriteria inklusi dan eksklusi yang digunakan sebagai sampel.
- 5) Menyiapkan instrumen penelitian berupa kuisisioner yang akan digunakan dalam penelitian.
- 6) Peneliti menyampaikan tujuan dari penelitian dan penyampaian permintaan kesediaan responden untuk menjadi sampel penelitian, jika responden menyetujui, maka responden diminta untuk menandatangani lembar persetujuan (inform consent), jika responden tidak menyetujui/tidak bersedia menjadi responden penelitian maka peneliti tidak akan memaksa dan menghormati hak pasien.
- 7) Kemudian dilakukan pengecekan tekanan darah pada responden. Apabila responden dengan hasil tekanan sistolik ≥ 140 mmHg maka responden diminta untuk mengisi kuisisioner. Setelah responden mengisi kuisisioner, kuisisioner dikumpulkan kembali kepada peneliti yang nantinya akan dilakukan analisis data dan hasil data dari pengisian kuisisioner tersebut akan direkapitulasi datanya yang nantinya akan diolah peneliti untuk menarik kesimpulannya.

3.8 Pengolahan dan Analisa Data

3.8.1 Cara Pengolahan Data

Pengolahan data pada dasarnya merupakan suatu proses untuk memperoleh data atau data ringkasan berdasarkan suatu kelompok data mentah dengan menggunakan rumus tertentu sehingga menghasilkan informasi yang diperlukan (Setiadi, 2007)

1) *Editing*

Editing adalah memeriksa daftar pertanyaan yang telah diserahkan oleh para responden.

2) *Coding*

Coding adalah mengklasifikasi jawaban-jawaban dari para responden ke dalam kategori. Coding dilakukan dengan memberikan tanda atau kode berbentuk angka untuk memudahkan proses analisis data di komputer (Setiadi, 2007).

3) *Scoring*

Scoring yaitu menentukan skor/nilai untuk setiap item pertanyaan dan tentukan nilai terendah dan tertinggi.

4) *Entry Data*

Jawaban-jawaban yang sudah diberi kode kategori kemudian dimasukkan dalam table dengan cara menghitung frekuensi data.

5) *Tabulating*

Tabulasi adalah penyajian dalam bentuk angka (data numerik) yang disusun dalam kolom dan baris dengan tujuan untuk menunjukkan frekuensi kejadian dalam kategori yang berbeda.

3.8.2 Analisa Data

Analisa data merupakan bagian terpenting untuk mencapai tujuan pokok penelitian, yaitu menjawab pertanyaan-pertanyaan peneliti yang mengungkap fenomena (Nursalam, 2020). Teknik analisa data yang digunakan dalam pelaksanaan penelitian ini yaitu analisa univariat. Analisa univariat berfungsi untuk meringkas kumpulan data hasil pengukuran sedemikian rupa sehingga kumpulan data tersebut berubah menjadi informasi yang berguna dan pengolahan datanya hanya satu variabel saja.

Pada analisa univariat ini digunakan untuk menunjukkan gambaran tingkat stres pada penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Trenggalek tanpa menganalisis hubungan antara masing-masing data. Pada penelitian ini terdapat data umum meliputi usia, jenis kelamin, pekerjaan, dan pendidikan terakhir. Sedangkan data khususnya yaitu tingkat stres penderita hipertensi. Tingkat stres dihitung menggunakan kuisioner PSS 10 yang menanyakan 10 pertanyaan dengan memberikan kriteria skor untuk memilih jawaban antara lain tidak pernah diberi skor 0, hampir tidak pernah (1-2 kali) diberi skor 1, kadang-kadang (3-4 kali) diberi skor 2, cukup sering (4-5 kali) diberi skor 3, sangat sering (>6 kali) diberi skor 4. Pada item *favourable* (pertanyaan no 4,5,7,8) diberikan skor dengan *reverse responses* (0=4,1=3,2=2,3=1,4=0). Selanjutnya untuk menentukan tingkat skala stres menggunakan total skor sebagai berikut :

- 1) Stres ringan, jika skor berkisar antara 0-13

2) Stres sedang, jika skor berkisar antara 14-26

3) Stres berat, jika skor berkisar antara 27-40

Menghitung hasil persentase dapat menggunakan rumus :

$$X = \frac{F}{N} \times 100\%$$

Keterangan :

X : Hasil persentase

F : Frekuensi tiap kategori

N : Total seluruh frekuensi (Sugiyono, 2017)

Hasil persentase di atas kemudian diinterpretasikan dengan kriteria kualitatif sebagai berikut :

79%-100% : Sebagian besar dari responden

56%-78% : Rata-rata dari responden

< 56% : Sebagian kecil dari responden

3.9 Etika Penelitian

Masalah etika penelitian keperawatan merupakan masalah yang sangat penting dalam penelitian, mengingat penelitian keperawatan berhubungan langsung dengan manusia, maka segi etika penelitian harus diperhatikan. (Hidayat, 2009). Masalah etika yang harus diperhatikan antara lain adalah sebagai berikut :

1) *Informed Consent*

Informed Consent merupakan bentuk persetujuan antara peneliti dengan responden penelitian dengan memberikan lembar persetujuan. *Informed consent* tersebut diberikan sebelum penelitian dilakukan dengan

memberikan lembar persetujuan untuk menjadi responden. Tujuan *informed consent* adalah agar subjek mengerti maksud dan tujuan penelitian, mengetahui dampaknya. Jika subjek bersedia, maka mereka harus menandatangani lembar persetujuan. Jika responden tidak bersedia, maka peneliti harus menghormati hak pasien. Beberapa informasi yang harus ada dalam *informed consent* tersebut antara lain: partisipasi pasien, tujuan dilakukannya tindakan, jenis data yang dibutuhkan, komitmen, prosedur pelaksanaan, potensial masalah yang akan terjadi, manfaat, kerahasiaan, informasi yang mudah dihubungi, dan lain-lain (Hidayat, 2009).

2) *Anonimity* (tanpa nama)

Responden dalam kuesioner dan penyajian data hasil penelitian tidak akan dicantumkan namanya. Sebagai bukti hasil penelitian maka dalam penyajian data hanya menuliskan kode nama dari tiap-tiap responden (Hidayat, 2009).

3) *Confidentiality* (kerahasiaan)

Masalah ini merupakan masalah etika dengan memberikan jaminan kerahasiaan hasil penelitian, baik informasi maupun masalah-masalah lainnya. Semua informasi yang telah dikumpulkan dijamin kerahasiaannya oleh peneliti, hanya kelompok data tertentu yang akan dilaporkan pada hasil riset (Hidayat, 2009).