

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Desain Penelitian

Desain penelitian merupakan rancangan penelitian yang disusun sedemikian rupa sehingga peneliti dapat memperoleh jawaban terhadap pertanyaan peneliti. Desain penelitian mengacu pada jenis atau macam penelitian yang dipilih untuk mencapai tujuan peneliti, serta berperan sebagai alat dan pedoman untuk mencapai tujuan tersebut (Setiadi, 2013). Rancangan penelitian studi kasus merupakan rancangan penelitian yang mencakup pengkajian satu unit penelitian secara intensif misalnya satu klien, keluarga, kelompok, komunitas, atau institusi. Meskipun jumlah subjek cenderung sedikit namun jumlah variabel yang diteliti sangat luas (Nursalam, 2008).

Penelitian studi kasus yaitu penelitian yang bertujuan untuk menggambarkan suatu permasalahan melalui suatu kasus yang terdiri dari unit tunggal. Unit yang menjadi kasus secara mendalam dianalisa baik dari segi yang berhubungan dengan kasus itu sendiri, seperti faktor-faktor yang mempengaruhi, kejadian-kejadian khusus yang muncul sehubungan dengan kasus, maupun tindakan dan reaksi kasus terhadap suatu perlakuan atau pemaparan tertentu, yang menggunakan berbagai teknik secara integrative (Notoatmojo, 2010).

Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah studi kasus observasional dengan memberikan intervensi atau perlakuan pada subjek berupa senam lansia (lampiran 1), untuk dilihat dampak atau pengaruhnya

terhadap status keseimbangan melalui observasi hasil pengukuran status keseimbangan (lampiran 4).

3.2 Subyek Penelitian

Subyek penelitian adalah orang yang diteliti baik sebagai individu atau keluarga yang diamati secara mendalam, yang memenuhi kriteria inklusi, kriteria inklusi menurut (Notoatmojo, 2010).

Subyek penelitian yang akan diteliti adalah dua lansia di wilayah kerja Puskesmas Gondanglegi, yang memiliki kriteria sebagai berikut:

1) Kriteria Inklusi:

- a. Lansia berusia 60-74 tahun
- b. Lansia yang mengalami gangguan keseimbangan, mudah terjatuh dalam 6 bulan terakhir
- c. Lansia dengan resiko jatuh sedang (diukur dengan *Skala Tinetti Balance and Gait*)
- d. Bersedia menjadi responden.

2) Kriteria Eksklusi:

- a. Lansia yang menggunakan alat bantu untuk mobilisasi
- b. Lansia yang memiliki kelainan postur tubuh (kifosis, skoliosis, dan lordosis)
- c. Lansia dengan gangguan ekstremitas
- d. Lansia dengan hipotensi
- e. Lansia dengan cacat fisik.

3.3 Fokus Penelitian

Fokus penelitian pada penelitian ini adalah keseimbangan tubuh lansia sebelum dan sesudah dilakukan senam lansia.

3.4 Definisi Operasional

Definisi operasional adalah definisi berdasarkan karakteristik yang diamati dari sesuatu yang didefinisikan tersebut, yang berguna untuk membatasi ruang lingkup atau pengertian variabel – variabel yang diamati atau diteliti, perlu sesekali variabel – variabel tersebut diberi batasan. Definisi operasional ini juga bermanfaat untuk mengarahkan kepada pengukuran atau pengamatan terhadap variabel – variabel yang bersangkutan serta pengembangan instrument (alat ukur) (Notoatmojo, 2010).

Tabel 3.1 Definisi operasional

NO	Fokus Studi	Definisi Operasional	Parameter	Alat Ukur	Skoring
1	Keseimbangan Lansia	Kemampuan lansia yang berusia 60-74 tahun dalam mempertahankan posisi tubuh tegak dan dapat menopang tubuhnya.	Perubahan skor pada status keseimbangan	Instrumen penelitian <i>Tinetti Balance And Gait</i> (terlampir)	≥ 24 = resiko jatuh rendah. 19-23 = resiko jatuh sedang. ≤ 18 = resiko jatuh tinggi

2	Senam Tera Lansia	Aktivitas yang bertujuan untuk menguatkan otot tubuh yang terdiri dari 3 tahapan (peregangan, gerakan persendian, dan pernafasan) sesuai dengan SOP. Dilakukan seminggu 2 kali dalam kurun waktu 4 minggu.	Senam Tera secara urut sesuai SOP	SOP senam lansia (lampiran 1)	Subyek penelitian mampu mengikuti senam secara urut dan benar
3	Kekuatan Otot	Kemampuan otot untuk berkontraksi dan menghasilkan gaya.	Perubahan derajat pada kekuatan otot		5: kekuatan otot normal 4: dapat melakukan gerakan secara penuh 3: mampu melakukan gerakan, tidak mampu melawan tahanan 2: dengan bantuan 1: kontraksi otot minimal 0: tidak ada kontraksi otot sama sekali

3.5 Tempat dan Waktu Penelitian

1. Tempat

Penelitian ini dilaksanakan di rumah pasien di wilayah kerja Puskesmas Gondanglegi.

2. Waktu

Waktu penelitian ini dilakukan bulan Maret - April 2019.

3.6 Pengumpulan Data

Pengumpulan data adalah suatu proses pendekatan kepada subjek dan pengumpulan karakteristik subjek yang diperlukan dalam suatu penelitian (Nursalam, 2008).

3.6.1 Metode & Instrumen Pengumpulan Data

Pengumpulan data menurut (Hidayat, 2008) merupakan kegiatan penelitian untuk mengumpulkan data. Sebelum melakukan pengumpulan data, perlu dilihat alat ukur pengumpulan data agar dapat memperkuat hasil penelitian. Alat ukur pengumpulan data tersebut antara lain dapat berupa kuesioner/angket, observasi, wawancara, atau gabungan ketiganya.

Dalam menggunakan metode observasi cara yang paling efektif adalah melengkapinya dengan format atau blangko pengamatan sebagai instrumen (Arikunto, 2006).

Teknik pengumpulan data objektif keseimbangan tubuh lansia pada penelitian ini dilakukan dengan cara observasi menggunakan pedoman observasi (lampiran 2) untuk mengetahui hasil keseimbangan setelah dilakukannya latihan senam lansia sebanyak 2 kali dalam satu minggu, observasi keseimbangan dilakukan setelah pelaksanaan latihan ketiga dan dilakukan observasi dalam jarak 15 menit setelah diberikan latihan senam lansia. Kemudian hasil observasi diskor berdasarkan skala *Tinetti Balance* (lampiran 5). Pengumpulan data subjektif dengan teknik wawancara menggunakan pedoman wawancara (lampiran 3), wawancara dilakukan pada pertemuan awal sebelum pemberian latihan senam lansia.

Urutan dalam pengumpulan data adalah:

1. Pengumpulan Data menurut Hidayat (2008) data dikumpulkan dari hasil wawancara, observasi, dokumentasi. Hasil ditulis dalam bentuk catatan lapangan, kemudian disalin dalam bentuk transkrip (catatan terstruktur). Data yang dikumpulkan terkait dengan data pengkajian, diagnosa, perencanaan, tindakan dan evaluasi.
2. Mereduksi data menurut Hidayat (2008) data hasil yang terkumpul dalam bentuk catatan lapangan dijadikan satu dalam bentuk transkrip dan dikelompokkan menjadi data subjektif dan objektif, dianalisis berdasarkan hasil pemeriksaan diagnostik kemudian dibandingkan nilai normal.
3. Penyajian data menurut Hidayat (2008) penyajian data dapat dilakukan dengan tabel, gambar, bagan maupun teks naratif. Kerahasiaan dari klien dijamin dengan jalan mengaburkan identitas klien.

3.6.2 Langkah-langkah Pengumpulan Data

Dalam penelitian ini peneliti meneliti subjek dengan diobservasi sebanyak lima kali, yaitu satu kali sebelum diberi latihan senam lansia dan empat kali selama empat minggu setelah diberikan latihan senam lansia berkaitan dengan gangguan keseimbangan yang dialami oleh subyek penelitian.

Langkah-langkah pengumpulan data penelitian adalah sebagai berikut:

- a. Mengurus surat izin penelitian dari Poltekkes Kemenkes Malang kepada pihak wilayah kerja Puskesmas Gondanglegi
- b. Mengurus surat izin dari institusi untuk ditujukan kepada Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Malang, dilanjutkan ke Dinas Kesehatan Kabupaten Malang

- c. Mendapat ijin untuk pengambilan data atau penelitian
- d. Memilih subyek penelitian yang memenuhi karakteristik subjek penelitian
- e. Memberikan penjelasan tentang maksud dan tujuan penelitian kepada subjek penelitian
- f. Memberikan *informed consent* kepada subjek penelitian yang bersedia
- g. Mengumpulkan data awal dengan teknik wawancara mendalam dan teknik observasi menggunakan pedoman observasi keseimbangan sebelum diberikan latihan senam lansia
- h. Memberikan latihan Senam Tera selama 4 minggu sebanyak 2x dalam satu minggunya, dengan durasi waktu selama 20-25 menit, kemudian mengobservasi keseimbangan subjek penelitian tiap minggu pada hari ke 2 latihan senam
- i. Mengolah data hasil observasi
- j. Menganalisis data dengan menghitung hasil observasi berdasarkan penilaian *Tinetti Balance and Gait*
- k. Mengintepretasikan data hasil observasi keseimbangan
- l. Menyusun laporan penelitian
- m. Mengkomunikasikan hasil laporan yang telah disusun.

3. 7 Pengolahan dan Analisa Data

Analisis data menurut Hidayat (2008) dilakukan sejak peneliti dilapangan, sewaktu pengumpulan data sampai dengan semua data terkumpul. Analisis data dilakukan dengan cara mengemukakan fakta, selanjutnya membandingkan dengan teori yang ada dan selanjutnya dituangkan dalam opini pembahasan.

3.7.1 Editing

Menurut Setiadi (2013) editing adalah memeriksa daftar pertanyaan yang telah diserahkan oleh pengumpul data. Pemeriksaan ini dilakukan terhadap:

- a. Kelengkapan jawaban, apakah tiap pertanyaan pada pedoman wawancara sudah terjawab.
- b. Relevansi jawaban, bila saat wawancara terdapat jawaban yang kurang atau tidak relevan maka peneliti harus mengklarifikasi
- c. Kelengkapan hasil observasi, apakah tiap point penilaian sudah diobservasi atau belum.

3.7.2 Coding

Coding adalah mengklarifikasikan jawaban-jawaban dari para responden ke dalam bentuk angka atau bilangan. Biasanya klarifikasi dilakukan dengan cara memberi tanda atau kode berbentuk angka pada masing-masing jawaban (Setiadi, 2013).

3.7.3 Scoring

Memberi skor (*scoring*) terhadap item-item yang perlu diberi skor. Misalnya tes, angket bentuk pilihan ganda, rating scale, dan sebagainya (Setiadi, 2013).

Untuk data keseimbangan tubuh lansia mengacu pada *Skala Tinetti Balance* pada lampiran 5.

- a. Skor 0 untuk pilihan jawaban point a
- b. Skor 1 untuk pilihan jawaban point b
- c. Skor 2 untuk pilihan jawaban point c

3.8 Penyajian Data

Penyajian data menurut Hidayat (2008) penyajian data dapat dilakukan dengan tabel, gambar, bagan maupun teks naratif. Kerahasiaan dari klien dijamin dengan jalan mengaburkan identitas klien.

3.9 Etika Penelitian

Kode etik penelitian adalah suatu pedoman etika yang berlaku untuk setiap kegiatan penelitian yang melibatkan antara pihak peneliti, pihak yang diteliti (subyek penelitian) dan masyarakat yang akan memperoleh dampak dari hasil penelitian tersebut. Etika penelitian ini mencakup perilaku peneliti atau perlakuan peneliti terhadap subyek serta sesuatu yang dihasilkan oleh peneliti terhadap masyarakat (Notoatmojo, 2010).

3.9.1 Justice (Keadilan)

Prinsip keadilan harus menjamin semua subjek penelitian memperoleh perlakuan dan keuntungan yang sama, tanpa membedakan jender, agama, etnis, dan sebagainya (Notoatmodjo, 2010).

3.9.2 Benefits (Bermanfaat)

Sebuah penelitian harus memperoleh manfaat yang maksimal bagi masyarakat dan subjek penelitian khususnya dengan mengurangi dampak merugikan bagi subjek, maka hendaknya memenuhi kaidah keilmuan dan dilakukan berdasarkan hati nurani, moral, kejujuran, kebebasan, dan tanggungjawab, serta merupakan upaya dalam mewujudkan ilmu pengetahuan, kesejahteraan, martabat, peradaban, dan terhindar dari bahaya dan kerugian bagi subjek atau masyarakat (SK Wali Amanah Universitas Indonesia Nomor 007/Tap/MWA-UI/2005 dalam Notoatmodjo, 2010).

3.9.3 *Respect for Human* (Menghormati Manusia)

Hak subjek penelitian dipertimbangkan untuk mendapatkan informasi tentang tujuan penelitian dan memberikan kebebasan informasi atau tidak. Peneliti menghormati harkat dan martabat subjek penelitian dengan mempersiapkan formulir *Informed consent* (lampiran 6) mencakup manfaat, risiko (ketidaknyamanan) yang ditimbulkan, dan persetujuan peneliti dapat menjawab setiap pertanyaan, dapat mengundurkan diri kapan saja, jaminan anonimitas dan kerahasiaan terhadap identitas dan informasi yang diberikan oleh subjek penelitian (Notoatmodjo, 2010).