

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Desain Penelitian

Desain penelitian adalah rancangan penelitian yang mencakup identifikasi masalah hingga teknik analisis data yang akan dilakukan saat penelitian (Saryono, 2013). Desain penelitian harus mengandung pernyataan yang jelas mengenai masalah penelitian, prosedur, dan teknik yang akan digunakan untuk mengumpulkan data, populasi yang akan diteliti, dan metode yang akan digunakan dalam memproses dan menganalisis data (Dulli, 2019). Desain penelitian ini menggunakan rancangan penelitian eksperimental (Setiadi, 2013).

Desain penelitian eksperimental yang digunakan pada penelitian ini adalah desain *quasy experimental* dengan pendekatan *pre test* dan *post test* pada dua kelompok (*two group pre test dan post test design*). Dalam penelitian ini, kelompok eksperimental dibagi menjadi dua kelompok perlakuan yaitu kelompok *slow deep breathing* dan kelompok relaksasi benson. Pada kelompok eksperimental diawali dengan dilakukannya *pre-test*, lalu diberikan perlakuan *slow deep breathing* atau relaksasi benson setelah diberi perlakuan selanjutnya dilakukan pengukuran kembali *post-test* dan yang terakhir membandingkan hasil akhir dari dua kelompok eksperimental.

Tabel 3. 1 Desain Penelitian

Subjek	Pra test	Perlakuan	Pasca test
K1	O1	X	O3
K2	O2	Y	O4

Keterangan:

K1: Subjek (lansia hipertensi) perlakuan *slow deep breathing*

K2: Subjek (lansia hipertensi) perlakuan relaksasi benson.

O1: Pengukuran tekanan darah sebelum diberikan perlakuan *slow deep breathing*.

O2: Pengukuran tekanan darah sebelum diberikan perlakuan relaksasi benson.

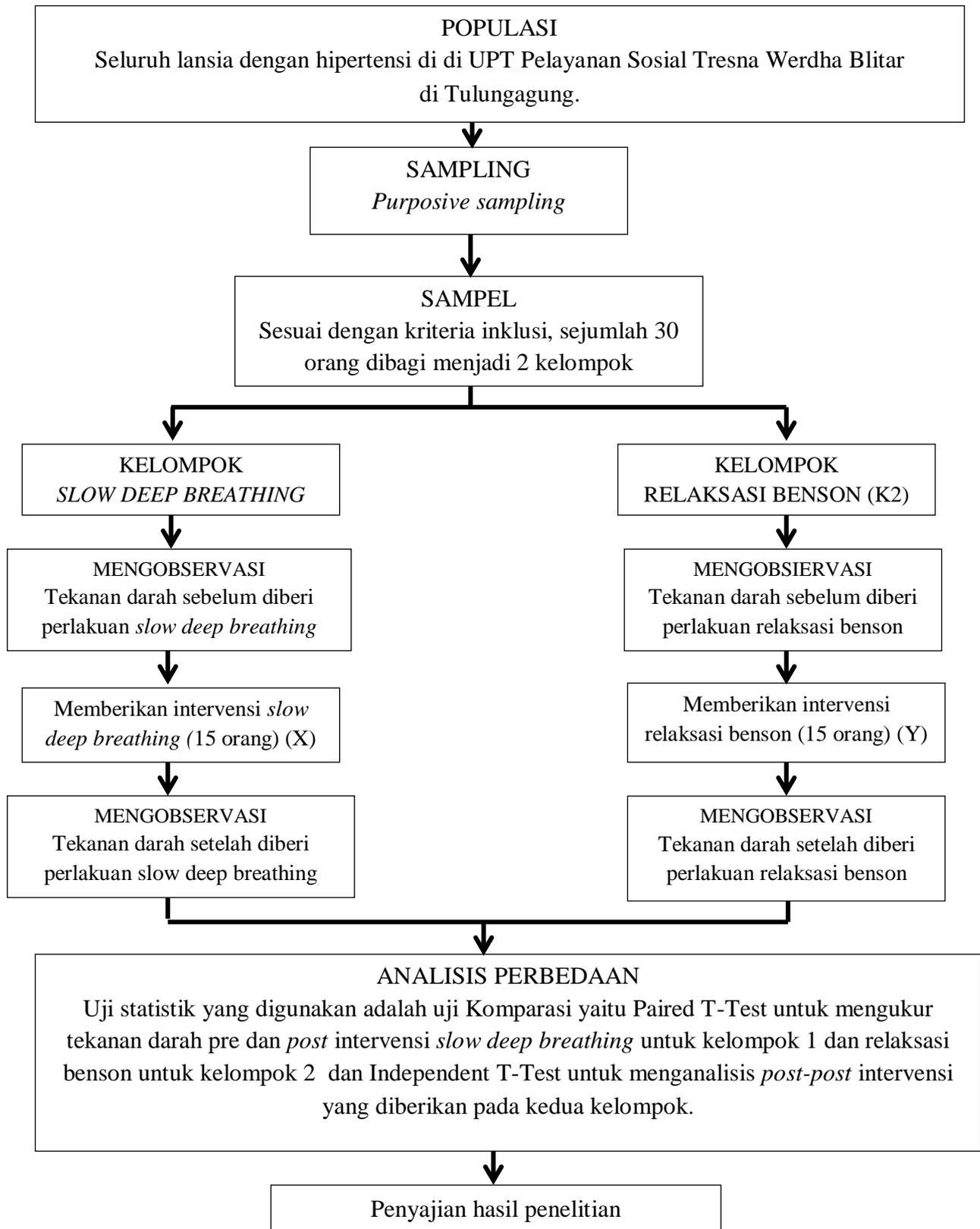
X: *slow deep breathing*.

Y: relaksasi benson.

O3: Pengukuran tekanan darah setelah diberi perlakuan *slow deep breathing*.

O4: Pengukuran tekanan darah setelah diberi perlakuan relaksasi benson.

3.2 Kerangka Kerja



Gambar 3. 1 Kerangka Kerja

3.3 Populasi, Sampel, dan Sampling

3.3.1 Populasi

Populasi merupakan wilayah generalisasi yang terdiri dari objek/subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2011 dalam Nurdin dan Hartati, 2019: 91).

Populasi dalam penelitian ini adalah semua lansia dengan hipertensi di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Blitar di Tulungagung. Berdasarkan catatan rekam medis, didapatkan hasil bahwa selama 3 bulan terakhir, terdapat 80 lansia yang tinggal di panti dan sejumlah 36 lansia menderita hipertensi.

3.3.2 Sampel

Sampel penelitian adalah bagian karakteristik atau ciri yang dimiliki oleh suatu populasi yang diambil berdasarkan prosedur yang telah ditentukan sehingga dapat digunakan untuk mewakili populasinya (Nurdin dan Hartati, 2019: 95). Sampel pada penelitian ini adalah semua lansia dengan hipertensi yang berada di Panti Werdha Tulungagung yang memenuhi kriteria inklusi dan tidak termasuk dalam kriteria eksklusi, kedua kriteria ini akan menentukan dapat tidaknya sampel tersebut dipergunakan dalam penelitian.

Menurut Nursalam (2008: 91) terdapat dua syarat dalam menetapkan sampel yaitu sampel harus *representative* atau dapat mewakili populasi yang ada dan sampel harus cukup banyak, semakin banyak jumlah sampel maka hasil penelitian akan lebih *representative*. Penggunaan sampel berdasarkan dengan rumus Gay yaitu dengan metode eksperimental yang menggunakan minimal 15 subjek per kelompok.

3.3.3 Sampling

Sampling merupakan proses menyeleksi porsi dari populasi untuk dapat mewakili sebuah populasi. Teknik sampling merupakan beberapa cara yang ditempuh dalam pengambilan sampel agar memperoleh sampel yang sesuai dengan keseluruhan subjek penelitian (Nursalam, 2008: 93). Teknik sampling dibagi menjadi dua, yaitu *probability sampling* dan *nonprobability sampling*. Peneliti dalam hal ini menggunakan teknik sampling *non probability* jenis *purposive sampling* atau *judgment sampling* yaitu suatu teknik penetapan sampel dengan cara memilih sampel di antara populasi sesuai dengan yang dikehendaki peneliti (tujuan/masalah penelitian), sehingga sampel tersebut dapat mewakili karakteristik populasi yang telah dikenal sebelumnya (Nursalam, 2008: 94).

3.3.4 Kriteria Inklusi

Kriteria inklusi adalah karakteristik umum subjek penelitian dari suatu populasi target yang terjangkau dan akan diteliti (Nursalam, 2008: 92). Kriteria inklusi dalam penelitian ini yaitu:

1. Lansia dengan Hipertensi Primer (Tekanan darah sistol ≥ 140 mmHg dan atau tekanan darah diastol ≥ 90 mmHg).
2. Lansia berusia 60-74 tahun.
3. Lansia yang kooperatif, tidak mengalami gangguan pada pendengaran (tuna rungu).
4. Lansia yang bersedia menjadi responden.

3.3.5 Kriteria Eksklusi

Kriteria eksklusi adalah menghilangkan/mengeluarkan sebagian subjek yang memenuhi kriteria inklusi sebagai sampel penelitian karena berbagai sebab (Nursalam, 2008: 92). Kriteria eksklusi pada penelitian ini yaitu:

1. Lansia dengan penyakit paru-paru.
2. Lansia dengan penyakit kardiovaskuler.
3. Lansia dengan penyakit ginjal.
4. Lansia dengan gangguan pendengaran.
5. Lansia yang tidak bersedia menjadi responden atau saat ditengah-tengah penelitian mengundurkan diri.

3.4 Variabel Penelitian

Variabel penelitian diartikan sebagai suatu objek yang akan dijadikan penelitian baik yang berbentuk *real* maupun abstrak yang memiliki variasi nilai atau yang mencerminkan karakteristik dari populasi (Nurdin dan Hartati, 2019: 110). Variabel adalah sesuatu objek penelitian yang bervariasi. Variabel penelitian antara lain, yaitu:

3.4.1 Variabel Independen atau Bebas

Variabel independen adalah variabel yang mempengaruhi, menjelaskan, atau menerangkan variabel yang lainnya (Nurdin dan Hartati, 2019: 114). Variabel independen dalam penelitian ini adalah pemberian *slow deep breathing* dan relaksasi benson.

3.4.2 Variabel Dependen atau Terikat

Variabel dependen adalah variabel yang dipengaruhi atau diterangkan oleh variabel lain tetapi tidak dapat mempengaruhi variabel lain (Nurdin dan Hartati, 2019: 114). Variabel dependen dalam penelitian ini adalah tekanan darah.

3.5 Definisi Operasional

Definisi operasional yaitu mendefinisikan variabel secara operasional berdasarkan karakteristik yang diamati dan variabel yang dimasukkan adalah variabel kunci yang dapat diukur secara operasional dan dapat dipertanggungjawabkan (Nurdin dan Hartati, 2019: 122).

Tabel 3. 2 Definisi Operasional

No	Variabel	Definisi	Parameter	Instrumen	Skala data	Hasil ukur
1.	<p><u>Variabel independen</u> <u>atau</u> <u>variabel bebas</u> <i>Slow deep breathing</i></p> <p>Relaksasi benson</p>	<p>Suatu tindakan yang dilakukan untuk mengurangi frekuensi pernafasan yang awalnya 16-19 kali permenit menjadi 10 kali permenit atau kurang, fase ekspirasi yang panjang, dengan menarik napas selama tiga detik, menahan napas selama tiga detik, dan menghembuskan napas secara perlahan selama enam detik.</p> <p>Waktu pelaksanaan selama 2 minggu, 1 minggu sebanyak 6 kali dan 1 hari sebanyak 2 kali (pagi dan sore) selama 15 menit/sesi sesuai SOP <i>slow deep breathing</i> yang seminggu sebelumnya telah diajarkan teknik <i>slow deep breathing</i> sebanyak 3 kali.</p> <p>Terapi relaksasi dengan menggunakan relaksasi pernafasan yang melibatkan keyakinan pasien dengan berfokus pada ungkapan tertentu yang diucapkan berulang-ulang dengan irama yang teratur disertai sikap yang pasrah, dapat menggunakan ungkapan berupa nama-nama Tuhan atau kata-kata yang bisa menenangkan</p>	<p>Sesuai SOP <i>slow deep breathing</i></p> <p>Sesuai SOP relaksasi benson</p>	<p>- Lembar SOP <i>slow deep breathing</i></p> <p>- <i>Face shield</i></p> <p>- Masker</p> <p>- <i>Handscone</i></p> <p>- Lembar SOP relaksasi benson</p> <p>- <i>Face shield</i></p> <p>- Masker</p> <p>- <i>Handscone</i></p>		

		<p>untuk pasien itu sendiri.</p> <p>Waktu pelaksanaan selama 2 minggu, 1 minggu sebanyak 6 kali dan dalam 1 hari sebanyak 2 kali (pagi dan sore) selama 15 menit/sesi sesuai sesuai SOP Relakasasi benson yang seminggu sebelumnya telah diajarkan teknik relaksasi benson sebanyak 3 kali</p>				
2.	<p><u>Variabel dependen atau variabel terikat</u></p> <p>Tekanan darah</p>	<p>Hasil ukur dari tekanan darah sistol dan diastol yang diukur menggunakan spigmomanometer yang dipasang pada lengan atas kanan/ kiri lalu meletakkan stetoskop tepat di arteri brakialis dengan posisi responden duduk. Pengukuran dilakukan 12 kali dalam 7 hari dan sehari diukur sebanyak 4 kali, dilakukan sebelum dan sesudah relaksasi, diukur 5 menit setelah beraktivitas dan diukur lagi 5 menit setelah relaksasi ketika lansia sudah kembali tenang.</p>	<p>Perubahan tekanan darah sistol dan perubahan tekanan darah diastol</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Tensimeter (spigmomanometer) dan stetoskop - <i>Face shield</i> - Masker - <i>Handscone</i> - Lembar Observasi pengukuran tekanan darah 	Rasio	<ul style="list-style-type: none"> - Hipertensi ringan: 140-159/90-99 mmHg - Hipertensi sedang: 160-179/100-109 mmHg - Hipertensi berat: $\geq 180/\geq 110$ mmHg
3.	Efektifitas	<p>Tindakan yang dilakukan untuk mengetahui selisih besar perubahan tekanan darah pada lansia hipertensi setelah dilakukan <i>slow deep breathing</i> dan relaksasi benson .</p>	<p>Perubahan tekanan darah (sistol dan diastol)</p>	<p>Lembar Observasi tekanan darah</p>		

			setelah dilakukan <i>slow deep breathing</i> dan relaksasi benson			
--	--	--	---	--	--	--

3.6 Tempat dan Waktu Penelitian

3.6.1 Tempat Penelitian

Penelitian dilakukan di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Blitar di Tulungagung.

3.6.2 Waktu Penelitian

Pengumpulan data dilaksanakan selama 1 bulan, dimulai pada bulan Maret sampai dengan bulan April, 2021.

3.7 Pengumpulan Data

3.7.1 Instrumen Pengumpulan Data

Instrumen pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan lembar wawancara untuk data demografi responden, lembar observasi untuk mengukur tekanan darah *pre* dan *post*, serta SOP pengukuran tekanan darah, SOP *slow deep breathing*, SOP relaksasi benson, leaflet *slow deep breathing*, dan leaflet relaksasi benson.

3.7.2 Teknik Pengumpulan Data

1. Tahap Persiapan

Peneliti telah memiliki keterampilan dalam melakukan relaksasi benson dan *slow deep breathing*, sebelumnya telah didapatkan peneliti saat melakukan demonstrasi di laboratorium Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang. Dalam pengumpulan data persiapan awal yang harus dilakukan oleh peneliti yaitu membuat proposal, mempersiapkan instrumen penelitian, mengajukan permohonan ijin penelitian ke Jurusan Kepewatan

Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang, mengajukan permohonan ijin penelitian ke Dinas Sosial Provinsi Jawa Timur, dan mengajukan permohonan ijin pengambilan data ke UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Blitar di Tulungagung. Peneliti wajib melakukan rapid test sebelum kontak langsung dengan responden.

2. Tahap Pelaksanaan

Prosedur penelitian yang dilakukan peneliti adalah sebagai berikut:

- a) Selama berinteraksi dengan responden harus menggunakan APD (*masker, handscone, dan face shield*).
- b) Menentukan populasi yang akan menjadi subjek penelitian, kemudian menentukan sampel dengan teknik *purposive sampling* sesuai dengan kriteria yang telah dibuat.
- c) Calon responden diberi penjelasan mengenai maksud dan tujuan, manfaat dan prosedur dari teknik *slow deep breathing* dan relaksasi benson, resiko, dan kerugian yang mungkin ditimbulkan dari penelitian yang dilakukan terhadap responden.
- d) Meminta kesediaan calon responden untuk ikut berpartisipasi dalam penelitian dengan menandatangani *informed consent* jika bersedia dan jika calon responden tidak bersedia maka peneliti tidak memaksa.
- e) Melatih responden sebanyak 3 kali dan mengevaluasi *slow deep breathing* dan relaksasi benson sampai responden secara benar melakukan tindakan tersebut sesuai dengan teknik *slow deep breathing* dan relaksasi benson, dilakukan seminggu sebelum melakukan penelitian pada kelompok perlakuan.

3. Pengambilan data

Teknik pengambilan data dengan cara mengukur tekanan darah pada dua kelompok perlakuan:

- a) Peneliti melakukan wawancara dengan responden untuk mengambil data demografi.
- b) Peneliti mengidentifikasi jenis obat anti hipertensi dan masa kerja dari obat yang dikonsumsi oleh responden (jika responden mengonsumsi obat antihipertensi).
- c) Peneliti dalam melakukan pengukuran tekanan darah dibantu oleh enumerator yang mana merupakan rekan peneliti dan merupakan mahasiswa keperawatan yang mengerti dan paham dalam melakukan pengukuran tekanan darah dan telah diberikan pengarahan.
- d) *Pre test*: peneliti melakukan pengukuran tekanan darah lansia sebelum diberi tindakan *slow deep breathing* atau relaksasi benson dengan selisih waktu pengukuran 5 menit setelah lansia melakukan aktivitas.
- e) Melakukan kontrak kepada responden sesuai kesepakatan awal untuk melakukan relaksasi *slow deep breathing* atau relaksasi benson sebanyak 2 kali sehari (pagi dan sore) sesuai yang diajarkan dan mengevaluasi setiap tahapan *slow deep breathing* dan relaksasi benson yang dilakukan responden. Tindakan tersebut dilakukan lamanya sesuai dengan SOP, dilakukan 2 kali dalam sehari (pagi dan sore), satu minggu sebanyak 6 kali, dan dilakukan selama 2 minggu.
- f) *Post test*: melakukan pengukuran tekanan darah setelah diberikan tindakan *slow deep breathing* atau relaksasi benson dengan selisih

jarak 5 menit setelah lansia melakukan *slow deep breathing* atau relaksasi benson.

g) Mencatat pada data lembar observasi yang telah dibuat.

3.8 Teknik Pengolahan Data

Pengolahan data adalah salah satu langkah yang dilakukan untuk menganalisis data yang sudah diperoleh setelah melakukan penelitian (Hulu dan Sinaga, 2019). Data yang sudah terkumpul tersebut tidak bisa dianalisis secara langsung, jadi untuk dapat menganalisis data yang telah diperoleh harus dilakukan pengolahan data secara cermat melalui beberapa tahapan. Langkah-langkah pengolahan data ada 5 tahap, yaitu:

1. Editing

Editing merupakan proses pemeriksaan data yang telah dikumpulkan melalui alat pengumpulan data (instrumen penelitian). Fokus pada tahap ini adalah melengkapi data yang kurang dan memperbaiki atau mengoreksi data yang sebelumnya belum jelas (Suwarjana, 2000). Pemeriksaa data meliputi pemeriksaan kelengkapan jawaban, keterbacaan tulisan, dan relevansi jawaban terhadap pertanyaan.

2. Coding

Coding merupakan tahap memberikan kode jawaban terhadap angket yang sudah dijawab oleh responden dalam bentuk angka/bilangan (Hulu dan Sinaga, 2019). Biasanya klasifikasi dilakukan dengan memberi tanda/kode berbentuk angka pada masing-masing jawaban.

3. *Entry*

Entry merupakan proses memasukkan data atau memindahkan jawaban responden atau kode jawaban ke media (SPSS) tertentu untuk selanjutnya dapat dianalisis (Hulu dan Sinaga, 2019).

4. *Cleaning*

Cleaning merupakan proses pengecekan kembali data yang sudah dimasukkan dalam bentuk software statistic (SPSS), tujuan dari proses ini untuk mengetahui data yang di *entry* mempunyai kesalahan atau tidak (Hulu dan Sinaga, 2019).

5. *Tabulating data*

Tabulating data merupakan proses penyusunan data sedemikian rupa, yang disusun untuk disajikan dan dianalisis, penyusunan data tersebut dapat dilakukan dalam bentuk tabel dan lain sebagainya (Hulu dan Sinaga, 2019).

3.9 Analisis Data

Data yang telah dikumpulkan dari responden melalui penelitian yang telah dilakukan selanjutnya diproses dengan teknik pengolahan data dan analisis data. Analisis data yang digunakan terdiri dari:

3.9.1 Analisis Univariat

Analisis univariat bertujuan untuk mendeskripsikan atau menjelaskan secara deskriptif mengenai distribusi frekuensi atau karakteristik dari setiap variabel penelitian (Sumantri, 2015). Bentuk dari analisis univariat bermacam-macam, tergantung dari jenis datanya. Untuk jenis data numerik menggunakan

nilai *mean* atau rata-rata, median, dan standar deviasi. Sedangkan untuk jenis data kategorik menggunakan nilai persentase.

Analisis univariat pada penelitian ini adalah karakteristik responden berupa data demografi yang meliputi jenis kelamin, usia, tingkat pendidikan, riwayat keluarga, riwayat merokok, obat yang sedang dikonsumsi, dan pernah melakukan relaksasi sebelumnya serta variabel terikat yaitu tekanan darah pada lansia sebelum dan sesudah diberikan intervensi *slow deep breathing* atau relaksasi benson.

3.9.2 Analisis Bivariat

Analisis bivariat digunakan pada dua variabel yang diduga mempunyai hubungan dan digunakan untuk menguji hipotesis dengan menentukan antara variabel bebas dan variabel terikat (Sumantri, 2015).

Langkah yang pertama dilakukan sebelum melakukan uji hipotesis yaitu dilakukannya uji normalitas data dengan menggunakan uji *Kolmogorov-Smirnov* (*K-S*) dengan derajat kepercayaan 95%, nilai $\alpha = 0,05$ yang bermakna $p \text{ value} > 0,05$, uji ini untuk mengetahui data berdistribusi normal atau tidak normal. Hasil analisis data dapat diinterpretasikan sebagai berikut:

- a) Apabila $p \text{ value} > \alpha$ (0,05) maka data berdistribusi normal.
- b) Apabila $p \text{ value} \leq \alpha$ (0,05) maka data tidak berdistribusi normal.

Uji variabel menggunakan uji parametrik sebagai berikut:

Tabel 3. 3 Uji Parametrik

Variabel	Variabel	Uji statistik parametrik
Tekanan darah kelompok 1 setelah diberikan <i>slow deep breathing</i> .	Tekanan darah kelompok 2 setelah diberikan relaksasi benson	Independent T-Test
Tekanan darah kelompok 1 sebelum diberikan <i>slow deep breathing</i>	Tekanan darah kelompok 1 sesudah diberikan <i>slow deep breathing</i>	T-Paired Test
Tekanan darah kelompok 2 sebelum diberikan relaksasi benson	Tekanan darah kelompok 2 setelah diberikan relaksasi benson	

Penelitian ini menggunakan alat uji dengan bantuan SPSS 16 untuk mengetahui ada tidaknya perbedaan antara dua kelompok sampel sebelum dan sesudah dilakukan tindakan *slow deep breathing* dan relaksasi benson.

Langkah selanjutnya yang dilakukan adalah dengan melakukan uji hipotesis. Hasil analisis data yang dapat diinterpretasikan dari uji hipotesis yaitu:

- a) Jika nilai $p \text{ value} > \alpha$ (0,05) maka H_0 diterima dan H_1 ditolak yang berarti tidak terdapat perbedaan efektivitas yang signifikan antara *slow deep breathing* dengan relaksasi benson dalam perubahan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Blitar di Tulungagung.
- b) Jika nilai $p \text{ value} \leq \alpha$ (0,05) maka H_0 ditolak dan H_1 diterima yang berarti terdapat perbedaan efektivitas antara *slow deep breathing* dengan relaksasi benson dalam perubahan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Blitar di Tulungagung.

3.10 Penyajian Data

Penyajian data merupakan kegiatan yang dilakukan setelah sekumpulan informasi disusun sehingga memungkinkan untuk ditarik kesimpulan. Melalui penyajian data tersebut, maka data tersusun dan terorganisasikan dalam pola hubungan sehingga memudahkan pembaca memahami maksud dari hasil laporan penelitian yang telah dibuat (Zakariah dkk, 2020). Hasil analisis data dapat disajikan dalam beberapa bentuk, dalam penelitian ini bentuk penyajian data menggunakan bentuk diagram lingkaran (*pie*) untuk menyajikan data berupa karakteristik responden berdasarkan data demografi. Lalu, menggunakan tabel baris kolom untuk menyajikan data berupa hasil pengukuran tekanan darah *pre* dan *post slow deep breathing* dan relaksasi benson dari setiap responden. Kemudian menggunakan diagram garis (*line chart*) untuk menggambarkan perkembangan data yang telah diambil.

3.11 Etika Penelitian

Dalam melakukan sebuah penelitian, peneliti harus memegang teguh sikap ilmiah (*scientific attitude*) dan harus menggunakan prinsip etika penelitian. Meskipun intervensi yang dilakukan saat penelitian tidak memiliki risiko yang membahayakan atau merugikan responden, tetapi peneliti harus mempertimbangkan aspek sosioetika dan menjunjung tinggi harkat dan martabat kemanusiaan. Etika penelitian mempunyai empat prinsip utama (Sumantri, 2015), yaitu:

3.11.1 Menghormati Harkat dan Martabat Manusia (*respect for human dignity*)

Dalam melakukan penelitian, peneliti harus mempertimbangkan hak-hak subjek penelitian untuk mendapatkan informasi secara terbuka yang berkaitan dengan penelitian dan memiliki kebebasan, bebas dari paksaan dalam berpartisipasi dalam penelitian (*autonomy*). Pemberian formulir persetujuan subjek penelitian (*informed consent*) merupakan salah satu prinsip untuk menghormati harkat dan martabat manusia. Formulir persetujuan tersebut, terdiri dari:

1. Penjelasan manfaat penelitian.
2. Penjelasan kemungkinan risiko dan ketidaknyamanan yang dapat ditimbulkan.
3. Penjelasan manfaat yang akan didapatkan.
4. Persetujuan peneliti dapat menjawab setiap pertanyaan yang diajukan subjek berkaitan dengan prosedur penelitian.
5. Persetujuan subjek dapat mengundurkan diri kapan saja.
6. Jaminan anonimitas dan kerahasiaan.

3.11.2 Menghormati Privasi dan Kerahasiaan Subjek Penelitian (*respect for privacy and confidentiality*)

Dalam sebuah penelitian, peneliti tidak diperkenankan untuk menampilkan informasi mengenai identitas subjek penelitian yang berupa nama maupun alamat dalam kuesioner dan alat ukur apapun untuk menjaga kerahasiaan dan anonimitas identitas subjek. Solusi dalam hal ini, peneliti dapat menggunakan koding (*inisial atau identification number*) sebagai pengganti identitas subjek peneliti.

3.11.3 Keadilan dan Inklusivitas (*respect for justice and inclusiveness*)

Prinsip keadilan adalah adil dan terbuka. Prinsip keterbukaan, berarti penelitian harus dilakukan secara hati-hati, jujur, profesional, berperikemanusiaan, dan prosedur penelitian harus jelas. Sedangkan prinsip keadilan, lebih menekankan pada kebijakan penelitian dalam membagikan keuntungan dan beban secara merata. Peneliti harus menjamin keadilan dan keuntungan yang sama saat sebelum, selama, dan setelah berpartisipasi dalam penelitian, tanpa membedakan gender, etnis, agama, dan sebagainya.

3.11.4 Memperhitungkan Manfaat dan Kerugian yang ditimbulkan (*balancing harms and benefits*)

Penelitian yang dilakukan oleh peneliti harus sesuai dengan prosedur penelitian dengan dapat memberikan manfaat secara khusus pada subjek penelitian dan secara umum pada populasi atau masyarakat. Peneliti harus meminimalisir dampak yang dapat merugikan subjek penelitian. Peneliti harus mencegah terjadinya stres, cedera, kesakitan, bahkan kematian bagi subjek penelitian dengan menjalankan prosedur sesuai dengan SOP.