

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **3.1 Desain *Literature Review***

Jenis *Literature Review* yang digunakan adalah *Traditional Literature review*. Paper-paper ilmiah yang direview dipilih sendiri oleh peneliti pada satu topik penelitian, dan dipilih berdasarkan pengetahuan dan pengalaman yang dimiliki oleh peneliti. *Literature review* yang ada pada penelitian ini terdiri dari dua sumber yaitu jurnal nasional dan jurnal internasional yang menggunakan tiga jenis database (*Pubmed, Science Direct, dan Google Scholar*).

#### **3.2 Langkah Langkah Penyusunan *Literature Review***

##### **3.2.1 Penulisan topik**

Cemas (ansietas) merupakan sebuah emosi dan pengalaman subjektif yang dialami seseorang berhubungan dengan perasaan yang tidak pasti dan tidak berdaya (F & Y, 2012). Bidan mempunyai peran cukup besar dalam mengatasi masalah kecemasan. Mengenali tanda gejala kecemasan dan menguranginya dengan memberikan penjelasan mengenai kehamilan, persalinan, kecemasan dan efeknya pada ibu hamil dan janin. Kecemasan dapat dikurangi atau dihilangkan melalui latihan fisik, salah satunya yaitu yoga. Yoga dalam kehamilan lebih efektif dalam menurunkan kecemasan dan depresi, karena dalam yoga dilakukan latihan fisik ibu hamil dilengkapi dengan afirmasi positif sehingga ibu dapat

menerima perubahan fisiologis selama kehamilan dan persalinan (Maharani & Hayati, 2020). Oleh karena itu, penulis memutuskan untuk mengambil topik yaitu “Yoga Ibu Hamil”.

### 3.2.2 Menentukan databased pencarian

Penelusuran literatur diakses melalui *Pubmed, Science Direct, Google Scholar*. Kata kunci yang digunakan pada jurnal nasional yaitu ibu hamil, yoga dan stress, sedangkan pada jurnal internasional yaitu *Anxiety, Stress, Phychological, yoga, pregnancy*. Kriteria untuk jurnal nasional harus terakreditasi dalam SINTA Ristekbin dan *Scimago Journal* dengan rentang waktu 2016-2020. Teknik pengumpulan data penelitian sebagai berikut :

- a. Penelusuran *literature* melalui *Pubmed, Science Direct, dan Google Scholar* yang dipublikasikan dari tahun 2016-2020 dengan kata kunci yang digunakan pada jurnal nasional yaitu ibu hamil, yoga dan stress, sedangkan pada jurnal internasional yaitu *Anxiety, Stress, Phychological, yoga, pregnancy*.
- b. Membaca abstrak dari setiap penelitian untuk menilai apakah permasalahan yang akan dibahas sesuai dengan topik
- c. Mengunduh dan mengumpulkan artikel ilmiah yang sesuai
- d. Menerjemahkan artikel ilmiah yang berbahasa asing ke dalam Bahasa Indonesia

### 3.2.3 Menentukan keywords (Key word (MeSH = *Medical Subject Heading Term*))

Kata kunci yang digunakan dalam penelusuran jurnal disesuaikan dengan *Medical Subject Heading Term* (MeSH).

Terdiri sebagai berikut :

Tabel 3.1 Kata Kunci Literature Review

Jurnal Internasional	Jurnal Nasional
<i>Anxiety</i>	Ibu Hamil
<i>OR</i>	Yoga
<i>Stress, Phsychological</i>	Stress
<i>AND</i>	
<i>Yoga</i>	
<i>AND</i>	
<i>Pregnancy</i>	

### 3.2.4 Menentukan kriteria inklusi-eksklusi

#### Menentukan PICOS

P (*population*) : Ibu hamil

I (*intervention*) : Yoga hamil

C (*comparison*) : Antenatal care, *health education*

O (*outcome*) : Tingkat kecemasan

S (*Study Design*) : *Randomized control trial, quasi eksperimen, pre-eksperimental, One Group Pre-Post Test.*

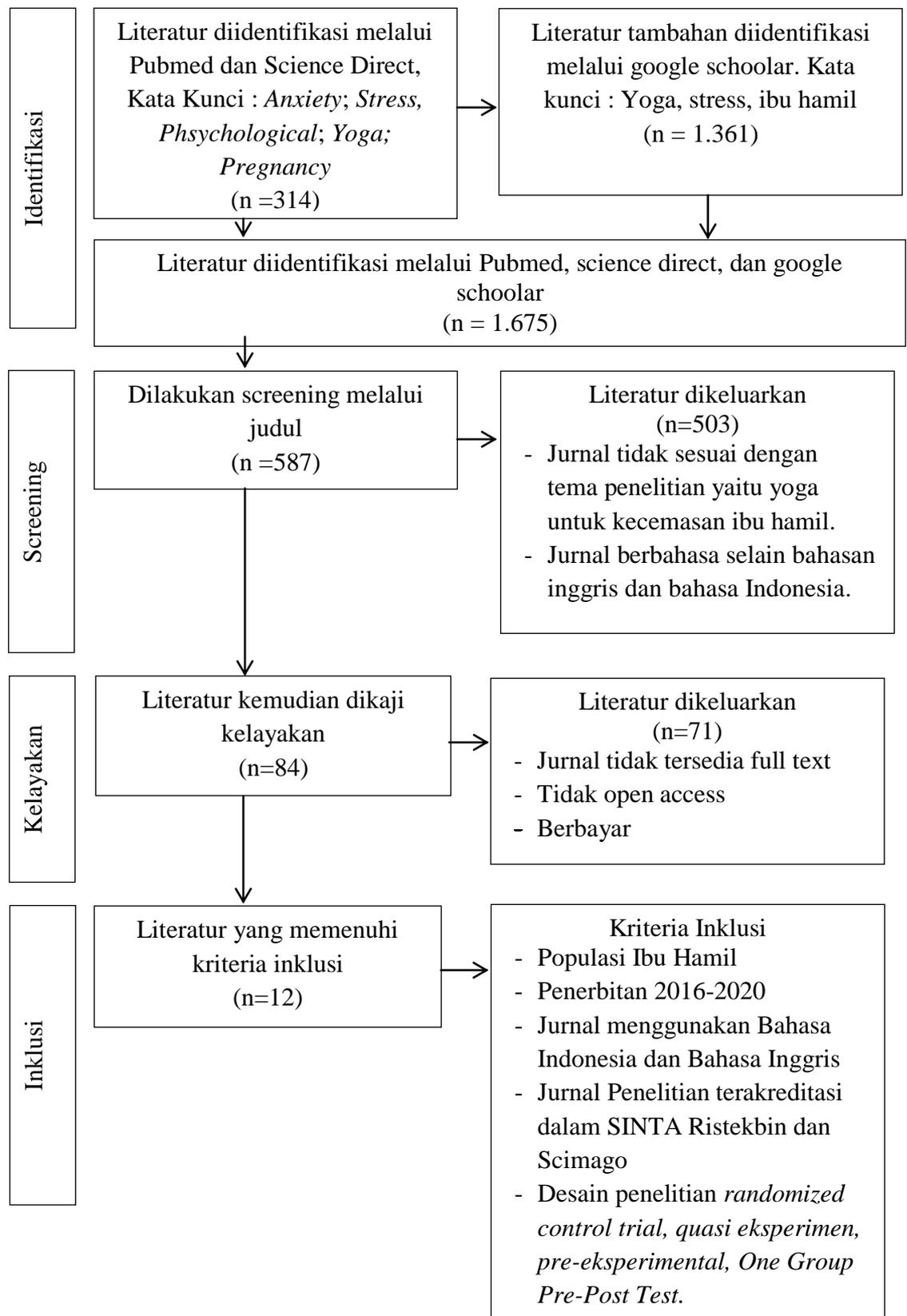
a. Kriteria Inklusi

- 1) Populasi Ibu Hamil
- 2) Artikel sesuai dengan tema yang telah ditetapkan yaitu yoga ibu hamil dan kecemasan
- 3) Penerbitan tahun 2016-2020
- 4) Jurnal menggunakan Bahasa Indonesia dan Bahasa Inggris
- 5) Jurnal Penelitian terakreditasi dalam SINTA Ristekbin dan Scimago
- 6) Desain studi yang digunakan yaitu *Randomized control trial, quasi eksperimen, pre-eksperimental, One Group Pre-Post Test.*

b. Kriteria Eksklusi

- 1) Jurnal tidak full text
- 2) Jurnal berbayar
- 3) Jurnal tidak *open access*

### 3.3 Prisma Flow Chart



### **3.4 Review**

Peneliti melakukan analisis dimulai dengan menganalisis hasil penelitian dan jurnal yang sudah dikumpulkan. Dalam penelitian ini dilakukan dengan cara menguraikan *literature review* jurnal dari sumber yang sudah dikumpulkan sesuai dengan tujuan penelitian yang diharapkan. Selain itu analisis dilakukan dengan melihat tahun penelitian yang paling terbaru dan berangsur-angsur mundur ke tahun yang lebih lama.

Peneliti melakukan Compare dengan membandingkan jurnal yang diperoleh dengan mengidentifikasi pengarang, tahun publikasi, judul penelitian, metode penelitian, hasil analisis pada tiap jurnal penelitian. Setelah mengidentifikasi, peneliti menelaah kesamaan hasil penelitian yaitu penurunan kecemasan ibu hamil dengan yoga. Setelah itu peneliti melakukan *Contras* yaitu mengkritisi perbedaan dari artikel-artikel yang telah terkumpul kemudian disajikan dalam sebuah artikel baru. Ditemukan bahwa tidak semua jurnal menjelaskan mengenai durasi pelaksanaan yoga dan frekuensi yang dilakukan.

### **3.5 Penyajian Hasil *Literature Review***

Data literatur yang ditelaah, disajikan dalam bentuk tabel dan narasi yang berisi tentang seluruh aspek dari literatur yang telah ditemukan mulai dari judul, penulis, tahun, tujuan, tempat, metode yang terdiri dari desain, sampel, variabel, instrument, analisis, hasil analisis, kesimpulan dan databased yang digunakan dalam pencarian. Tabel penyajian data dilampirkan pada lampiran 1.