

BAB III

METODE PENELITIAN

1.1 Desain Studi Literatur

Dalam penelitian studi literatur ini peneliti menggunakan desain studi literatur atau *Literatur Review*. Studi literatur merupakan cara yang digunakan untuk menghimpun data atau sumber-sumber yang berhubungan dengan topik yang diangkat oleh peneliti dalam sebuah penelitian (Habsy, 2017). Metode ini digunakan peneliti terkait kondisi pandemi *Covid-19*, sehingga membatasi peneliti untuk penelitian langsung ke lapangan. Data yang dibutuhkan dalam penelitian studi literatur dapat diperoleh dari sumber pustaka atau dokumen.

1.2 Langkah-Langkah Penelusuran Literatur

1.2.1 Menentukan Topik

Peneliti mengambil judul “Gambaran Tekanan Darah Sebelum dan Sesudah Senam Ergonomik Pada Lansia Penderita Hipertensi” karena jumlah penderita hipertensi khususnya lansia masih banyak. Senam ergonomik memiliki gerak yang terilhami dari gerakan sholat dan gerakannya yang minim cukup mudah untuk di praktikkan. Sehingga lansia penderita hipertensi dapat melakukan senam ergonomik untuk mengendalikan tekanan darahnya.

1.2.2 Kriteria Inklusi dan Eksklusi

Tabel 3.1 Kriteria Inklusi Dan Eksklusi Dengan Format PICOS

Kriteria	Inklusi	Eksklusi
(P) <i>Population/problem</i>	Komunitas lansia penderita hipertensi	Komunitas penyakit selain hipertensi
(I) <i>Intervention</i>	Senam ergonomik	Senam selain ergonomik

(C) <i>Comparative</i>	Tidak ada pembandingan	
(O) <i>Outcomes</i>	Adanya penurunan tekanan darah lansia hipertensi dengan senam ergonomik	Tidak ada perubahan tekanan darah lansia pada lansia hipertensi dengan senam ergonomik
(S) <i>Study desain</i>	<i>Pra experimental</i> dengan pendekatan <i>one group pre-test post-test, One Group Time Series Design, Quasy Experiment</i> dengan rancangan <i>one group pre and post test design</i>	<i>Literatur review, science review</i>
Publication Years	Artikel atau jurnal yang terbit mulai tahun 2011-2020	Artikel atau jurnal yang terbit di bawah tahun 2011
Language	Bahasa Inggris dan Bahasa Indonesia	Selain Bahasa Inggris dan Bahasa Indonesia

1.2.3 Strategi Pencarian Literatur

Peneliti mencari jurnal dari database yang dilakukan pencarian literatur pada bulan Oktober 2020 – Januari 2021. Data yang dipakai adalah data sekunder. Database yang digunakan dalam pencarian literatur menggunakan kualitas yang tinggi, sedang atau rendah yaitu *ScienceDirect, PubMed* dan *Google Scholar*.

1.2.4 Membuat *Keywords (MeSH term/Medial Subject Heading Term)*

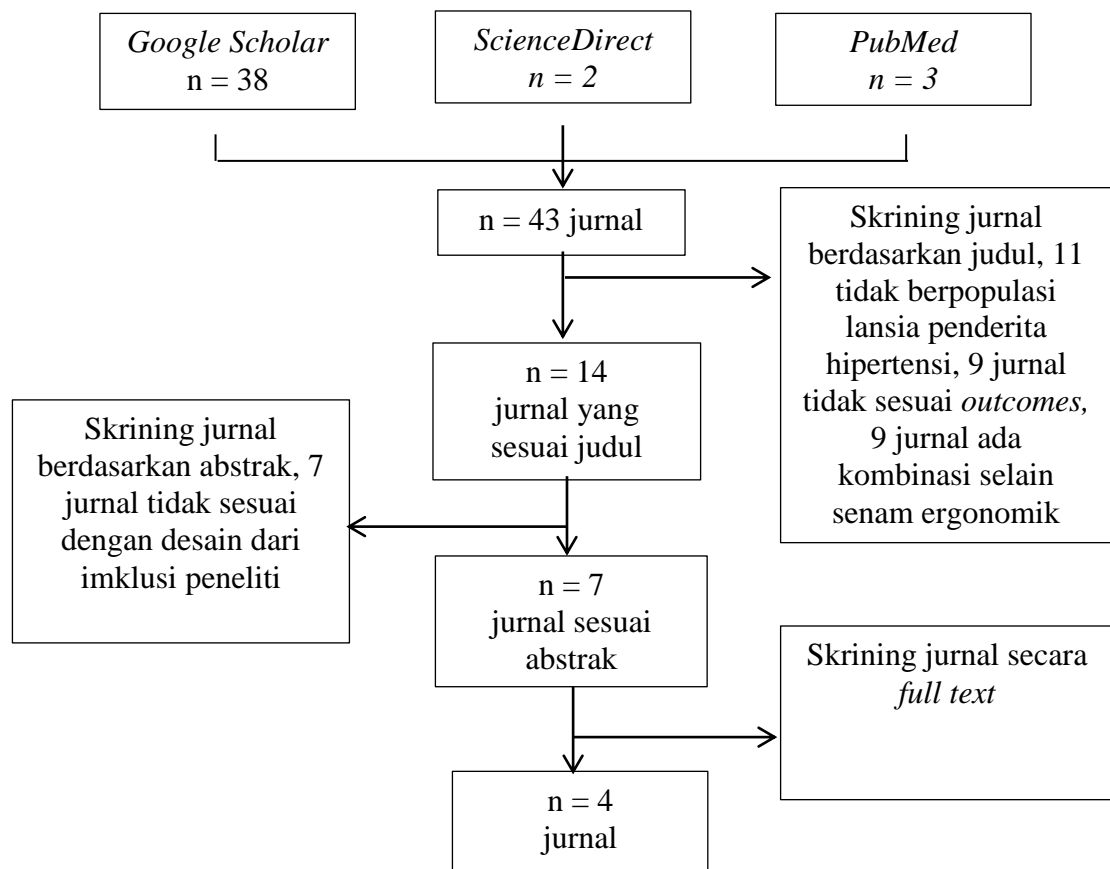
Keywords dari studi literatur yang berjudul “Gambaran Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi Dengan Senam Ergonomik” yaitu lansia (*elderly*), hipertensi (*hypertension*), dan senam ergonomik (*ergonomic gymnastic/ergonomic exercise*). Pencarian jurnal atau artikel menggunakan *keywords* dan *boolean operator (AND, OR NOT, or AND NOT)* yang digunakan untuk menspesifikkan dan memperluas pencarian, sehingga mempermudah penemuan jurnal atau artikel yang akan digunakan. Pada penelitian ini, peneliti menggunakan *boolean operator AND* yang tujuannya untuk menspesifikkan pencarian jurnal berdasarkan *Keywords* yang digunakan oleh peneliti.

Tabel 3.2 Kata Kunci *Literature Review*

Lansia	Hipertensi	Senam Ergonomik
AND	AND	AND
Elderly	Hypertension	Ergonomic Gymnastic
		AND
		Ergonomic Exercise

1.2.5 Prisma Flow Chart

Diagram 3.1 Prisma *Flow Chart*



1.3 Melakukan *Review*

Pada bagian ini peneliti mengungkapkan bagaimana cara menganalisis atau menelaah hasil penelitian dari sumber pencarian literatur yaitu jurnal-jurnal yang telah ditemukan dan dikumpulkan. Analisis dimulai dari yang paling relevan ke yang relevan dan cukup relevan. Dapat dengan cara lain yaitu dengan melihat tahun penelitiannya dimulai dari yang terbaru kemudian berangsur ke tahun yang lebih lama. Beberapa hasil yang dicantumkan pada penelitian studi literatur antara lain yaitu: menelaah persamaan dan perbedaan ataupun persamaan antara penelitian yang telah dilakukan oleh pengarang, penelitian mana yang paling mendukung dan penelitian mana yang saling bertentangan, ataupun beberapa pertanyaan yang belum terjawab, dan lain sebagainya.

Tabel.3.3 Hasil Pencarian Literatur

Sumber bahasa	Tahun	Database	N	Jenis artikel				
				<i>Cross sectional</i>	<i>Pre-experiment</i>	<i>Quasy experiment</i>	<i>One group time series</i>	<i>True eksperiment</i>
Bahasa Inggris	2020	<i>Google Scholar</i>	1		1			
	2019	<i>ScienceDirect</i>	1	1				
		<i>Google Scholar</i>	2		2			
	2018	<i>PubMed</i>	2	2				
		<i>Google Scholar</i>	2		2			
	2017	<i>ScienceDirect</i>	1	1				
		<i>PubMed</i>	1	1				
		<i>Google Scholar</i>	1		1			
Bahasa Indonesia	2020	<i>Google Scholar</i>	10		5	4		1
	2019	<i>Google Scholar</i>	7		2	5		
	2018	<i>Google Scholar</i>	5		3	1	1	
	2017	<i>Google Scholar</i>	4		2	2		
	2016	<i>Google Scholar</i>	2			1		1
	2015	<i>Google Scholar</i>	2			2		
	2014	<i>Google Scholar</i>	2			2		
Total			4	0	2	2	0	0

Tabel 3.4 Menilai Studi Menggunakan *JBI Critical Appraisal*

Jurnal	Penilaian Critical Appraisal									Jumlah	Kesimpulan
	1	2	3	4	5	6	7	8	9		
Rezi Prima, Sisca Oktaini (2020)	√	√			√		√	√	√	6/9	66,67%
Fatsiwi Nunik Andari, Deoni Vioneery, Panzilion, Nurhayati, Padila (2020)	√	√			√		√	√	√	6/9	66,67%
Sri Muharni, Utari Christya Wardhani (2020)	√	√			√		√	√	√	6/9	66,67%
Suwanti, Puji Purwaningsih, Umi Setyoningrum (2019)	√	√			√		√	√	√	6/9	66,67%

1.4 Rencana Penyajian Hasil *Literatur Review*

Penelitian studi literatur ini akan disajikan dalam bentuk tabel dan narasi. Yang mana tabel tersebut merupakan daftar dari jurnal-jurnal yang telah dijadikan sebagai referensi literatur yang sesuai dengan topik yang diambil peneliti. Tabel tersebut berisi mengenai judul jurnal, tahun publikasi, metode penelitian, jumlah sampel, dan hasil penelitian dari pengarang jurnal tersebut. Kemudian peneliti menjelaskan mengenai data yang telah dicantumkan pada tabel tersebut dalam sebuah narasi.

Tabel 3.5 Telusur Risiko Bias

Judul artikel	Sumber	Tujuan penelitian	Design penelitian	Sampel penelitian	Tempat dan waktu penelitian	Variabel	Instrumen	Analisa data
Pengaruh senam ergonomis terhadap tekanan darah pada lansia hipertensi	Google Scholar	Untuk mengetahui pengaruh senam ergonomis terhadap penurunan tekanan darah pada lansia hipertensi di panti sosial Tresna Werdha Kabupaten Tanah Datar	<i>Pre-eksperimental</i> dengan pendekatan <i>one group pre-test post-test</i>	14 Orang responden lansia penderita hipertensi	Di panti sosial Tresna Werdha Kabupaten Tanah Datar pada Juli antara tanggal 6-15 Juli (selama 2 minggu) tahun 2020	Senam ergonomik dan tekanan darah	<i>Sphygnoma nometer</i>	Analisa univariat dan biruvat dengan uji Wilcoxon
Penurunan tekanan darah pada lansia hipertensi dengan senam ergonomik	Google Scholar	Untuk mengetahui bagaimana pengaruh senam ergonomis terhadap penurunan tekanan darah pada lansia hipertensi di Balai Penyantunan dan Perawatan Lanjut Usia	<i>Quasy eksperiment</i> dengan rancangan <i>one group pre and post test design</i>	30 Responden lansia penderita hipertensi	di Balai Penyantunan dan Perawatan Lanjut Usia tahun 2020 selama 2 minggu	Senam ergonomik dan tekanan darah	Spignomanometer (tensimeter), buku catatan dan alat tulis, modul senam ergonomik	Analisa univariat dan biruvat dengan uji wilcoxon
Pengaruh senam ergonomik terhadap tekanan	Google Scholar	Untuk menentukan pengaruh senam ergonomik terhadap tekanan darah lansia dengan hipertensi di	<i>Pre-experimenta</i> dengan <i>one group-test post-</i>	15 Responden lansia penderita hipertensi	Di Unit Rehabilitasi Sosial Wening wardoyo Ungaran	Senam ergonomik dan tekanan darah	Sphygnoma nometer air raksa dan lembar observasi	Analisa univariat dan biruvat dengan uji wilcoxon

darah lansia dengan hipertensi		Wening Wardoyo Ungaran	<i>test design</i>		dengan waktu penelitian selama satu minggu dari tanggal 03 Januari 2018 – 10 Januari 2018			
Penurunan tekanan darah pada lansia hipertensi dengan senam ergonomik	Google Scholar	Untuk mengetahui pengaruh senam ergonomik terhadap penurunan tekanan darah pada lansia hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Sei Pancur	<i>One group time series design</i>	50 responden lansia penderita hipertensi dan mampu melakukan senam	Di wilayah kerja Puskesmas Sei Pancur tahun 2019, selama 3 minggu	Senam ergonomik dan tekanan darah	<i>Sphygnoma nometer digital, stetoscope</i>	Analisa univariat dan biruvat dengan uji <i>Paired T-Test</i> dan <i>Annova Test</i>