

BAB III

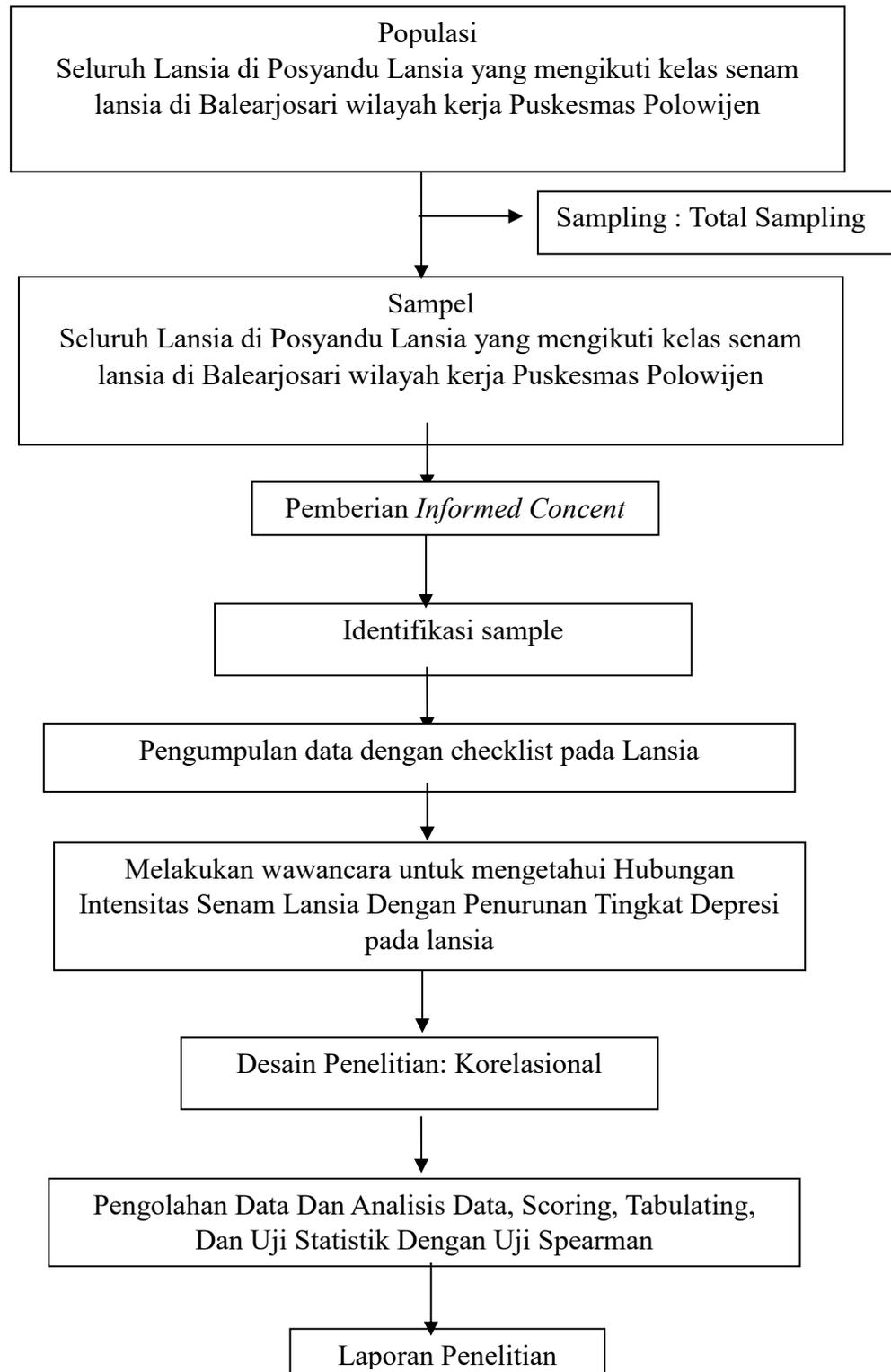
METODE PENELITIAN

3.1 Desain Penelitian

Dalam penelitian ini, desain penelitian yang digunakan adalah desain penelitian *korelasional* dengan *cross sectional* ialah suatu penelitian untuk mempelajari dinamika korelasi antara faktor – factor risiko dengan efek, dengan cara pendekatan, observasi atau pengumpulan data sekaligus pada suatu saat (*point time approach*). Artinya tiap subjek penelitian hanya di observasi sekali saja dan pengukuran dilakukan terhadap status karakter atau variable subjek pada saat pemeriksaan (Darmawan, D, 2013).

3.2 Kerangka Kerja

Kerangka kerja merupakan pertahanan dalam suatu penelitian. Pada kerangka kerja disajikan alur penelitian, terutama variable yang akan digunakan dalam penelitian (Nursalam, 2020). Kerangka kerja dibuat agar dalam penelitian yang dilaksanakan tidak ada langkah yang dilewati sehingga tujuan penelitian tercapai secara sistematis. Pembuatan kerangka kerja disesuaikan dengan permasalahan yang akan diselesaikan. Kerangka kerja dalam masalah ini meliputi jumlah populasi, sampel, pemberian inform consent, identifikasi sample, pengumpulan data, desain penelitian, pengolahan data dan laporan. Adapun kerangka kerja penelitian ini terdapat pada gambar 3.1 sebagai berikut :



Gambar 3.1 Kerangka Kerja Penelitian

3.3 Populasi, Sampel dan Sampling

3.3.1 Populasi

Populasi adalah keseluruhan subjek penelitian (Notoatmodjo, 2018). Pada penelitian ini populasinya adalah seluruh lansia di Posyandu Lansia Balarjosari wilayah kerja Puskesmas Polowijen yang mengalami gangguan depresi dan mengikuti kelas senam lansia sejumlah 51 orang.

3.3.2 Sampel

Sampel adalah bagian dari jumlah data dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Bila populasi besar, dan peneliti tidak mungkin mempelajari semua yang ada pada populasi, misalnya karena keterbatasan dana, tenaga dan waktu, maka peneliti dapat menggunakan sampel yang diambil dari populasi itu. Apa yang dipelajari sampel itu, kesimpulannya akan dapat diberlakukan untuk populasi. Untuk itu, sampel yang diambil dari populasi harus betul – betul *representative* (mewakili) (Nursalam, 2020).

Pada penelitian ini sampel yang diambil adalah seluruh lansia yang mengalami depresi ringan maupun sedang yang mengikuti kelas senam lansia di Posyandu Lansia Balarjosari wilayah kerja Puskesmas Polowijen sebanyak 50 orang.

3.3.3 Sampling

Teknik sampling merupakan cara – cara yang ditempuh dalam mengambil sampel, agar memperoleh sampel yang benar – benar sesuai dengan keseluruhan subjek penelitian (Nursalam, 2020). Pada penelitian ini pengambilan besarsampel ditentukan dengan *total sampling*.

3.3.4 Kriteria Inklusi dan Eksklusi

Sampel memiliki kriteria yang meliputi kriteria inklusi dan eksklusi. Kriteria ini dimaksudkan untuk menentukan layak tidaknya sampel yang digunakan. Kriteria eksklusi adalah kriteria jika menemukan penyebab yang tidak dapat digunakan dalam penelitian, bahkan jika kriteria inklusi terpenuhi, hal ini masih bisa terjadi kandidat topik penelitian (Hajijah, 2012).

3.3.4.1 Kriteria Insklusi

- a. Lanjut usia diatas 60 tahun.
- b. Lansia kooperatif.
- c. Lansia yang bersedia menjadi subjek penelitian dan mengisi lembar persetujuan.
- d. Lansia yang mengikuti kelas senam lansia dalam 6 bulan terakhir.
- e. Lansia yang mengalami gangguan depresi ringan hingga sedang.
- f. Lansia yang tinggal di Wilayah Posyandu Balarjosari Wilayah Kerja Puskesmas Polowijen.

3.3.4.2 Kriteria Eksklusi

- a. Lansia menolak untuk dijadikan subjek penelitian.
- b. Lansia tidak komunikatif.

3.4 Variabel Penelitian

Variabel adalah perilaku atau karakteristik yang memberikan nilai beda terhadap sesuatu (Nursalam, 2020).

3.4.1 Variabel Independent atau Bebas

Variabel *Independent* adalah variabel yang mempengaruhi atau nilainya menentukan variable lain. Variabel *Independent* atau bebas biasanya dimanipulasi, diamati, dan diukur untuk diketahui hubungannya atau pengaruhnya terhadap variable lain (Nursalam, 2020). Variabel *Independent* dalam penelitian ini adalah senam lansia.

3.4.2 Variabel Dependent atau Terikat

Variabel *dependent* adalah variabel yang dipengaruhi nilainya oleh variabel lain (Nursalam, 2020). Variabel *dependent* dalam penelitian ini adalah tingkat depresi.

3.5 Definisi Operasional

Tabel 3. 1 Definisi Operasional

Variabel	Definisi Operasional Variabel	Alat Ukur	Skala	Kategori
1 Intensitas Senam Lansia	Mengukur intensitas senam lansia dengan lembar kuisisioner, disini peneliti menanyakan langsung tentang berapa kali responden melaksanakan aktivitas senam setiap minggunya dalam 6 bulan terakhir.	-Lembar Kuisisioner	Ordinal	0-24 Kali (Kurang) 25-48 Kali (Baik)

2 Tingkat Depresi	Mengukur tingkat depresi dengan menggunakan alat skrining berupa Geriatric Depression Scale yang nantinya akan menghasilkan skor untuk mengklasifikasi tingkat depresi lansia	Geriatric Depression Scale (GDS) terdiri dari 30 pertanyaan. (Zhang, 2019).	Ordinal	Skor : 0 – 9 (Depresi Ringan) 10 – 19 (Depresi Sedang) 20 – 30 (Depresi Berat)
-------------------	---	---	---------	---

3.6 Lokasi dan Waktu Penelitian

3.6.1 Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di Posyandu Lansia Balearjosari di wilayah kerja Puskesmas Polowijen Kota Malang

3.6.2 Waktu Penelitian

Penelitian ini akan dilaksanakan 22 Mei-10 Juni 2023.

3.7 Instrumen Penelitian

Instrumen adalah alat yang digunakan untuk mengumpulkan data sesuai dengan macam dan tujuan penelitian. Instrumen pada penelitian ini adalah *Geriatric Depression Scale* untuk mengukur tingkat depresi. Salah satu alat/instrumen yang dapat digunakan dalam mendeteksi depresi pada lansia adalah Geriatric Depression Scale (GDS). Alat skrining ini terdiri dari 30 pertanyaan (Zhang, 2019) dan lembar kuisioner untuk menanyakan intensitas senam lansia pada responden.

3.8 Metode Pengumpulan Data

Kegiatan pengumpulan data dan pengolahan data dalam penelitian selalu berhubungan. Dalam pengumpulan data digunakan alat pengumpul data atau sering disebut instrument. Instrument ini dibuat sedemikian rupa sehingga menghasilkan data yang mudah diolah (Nursalam, 2020). Untuk metode pengumpulan data dapat dilihat dibawah ini, sebagai berikut:

- a. Studi pendahuluan dengan penelitan secara langsung kepada yang dijadikan objek penelitian yaitu lansia yang mengalami gangguan depresi serta mengikuti kelas senam lansia di Posyandu Lansia Balarjosari.
- b. Metode Wawancara Merupakan cara memperoleh data dengan melakukan percakapan atau wawanara dengan sumbernya langsung untuk mendapatkan informasi yang dibutuhkan untuk penelitian. Dalam penelitian ini, peneliti mewawancarai langsung kepada responden secara tatap muka dengan lembar kuisisioner yang telah di sepakati.
- c. Kuesioner Metode ini digunakan dengan memberikan pertanyaan-pertanyaan yang sudah dibuat untuk diberikan pada responden dan pihak yang terkait dengan penelitian, untuk memperoleh informasi dan data yang dibutuhkan dalam penelitian. Dalam penelitian ini peneliti memiliki 2 lembar kuisisioner yaitu lembar kuisisioner intensitas senam lansia dan juga lembar kuisisioner *Geriatric Depression Scale* untuk mengukur tingkat depresi dan keduanya akan dibagikan kepada responden dalam satu waktu yang bersamaan.
- d. Studi Pustaka Pengumpulan dengan mengambil informasi melalui teori-teori, buku panduan, jurnal, dan literatur terkait permasalahan yang sama dengan penelitian yang dilakukan.

3.9 Pengolahan dan Analisa Data

Analisa data merupakan bagian yang sangat penting dalam metode ilmiah, karena dengan analisis, data tersebut dapat diberi arti dan makna yang berguna dalam memecahkan masalah penelitian (Anjani et al., 2021).

Setelah data terkumpul maka dilakukan pengolahan data kemudian dianalisis (Anjani et al., 2021). Pengolahan data dilakukan sebagai berikut :

- a. Editing merupakan kegiatan cek data dan memperbaiki isi instrument.
- b. Skoring adalah pemberian nilai pada masing masing jawaban yang dipilih responden sesuai kriteria instrument. Skoring dalam penelitian ini dapat diperoleh setelah kita mendapatkan hasil pengukuran tingkat depresi yaitu skor 0-9 termasuk normal, 10-19 termasuk depresi ringan, 20-30 termasuk depresi berat, sedangkan untuk skoring intensitas senam lansia diperoleh melalui lembar kuisioner terdapat 0-48 kali intensitas senam lansia dari aktivitas senam lansia yang di lakukan responden selama 6 bulan terakhir, artinya lansia dengan intensitas 0-24 kali berarti kurang, dan 25-48 kali berarti baik.
- c. Coding adalah mengubah data menjadi angka atau kode untuk mempermudah pengelompokan data.
- d. Tabulating yaitu mengelompokkan data berdasarkan variable dan memasukkan ke dalam tabel.
- e. Entry data adalah memasukkan data kedalam aplikasi *SPSS 22 Software* di computer.
- f. Cleaning Data merupakan tahap pengecekan kembali terhadap data apakah terdapat kesalahan atau tidak, sehingga sebuah data siap untuk dianalisa.

3.9.1 Analisa Univariat

Analisis Unvariat adalah pengukuran analisis pada satu variable yang berupa distribusi frekuensi, mean, proporsi, standar deviasi, varians, median, modus dan sebagainya untuk menguji kelayakan variabel tersebut dan untuk mengetahui gambaran data yang akan dijadikan sebagai bahan penelitian (Gani, 2015). Pada penelitian ini analisis unvriat dilakukan adalah mengukur distribusi frekuensi dari jenis kelamin, usia, intensitas senam, dan juga tingkat depresi dari responden. Lalu dari data yang dihasilkan akan dilakukan tabulasi silang.

3.9.2 Analisis Bivariat

Analisis Bivariat merupakan analisis dua variabel. Analisis bivariat digunakan untuk menghubungkan variabel tingkat depresi dengan variabel kualitas senam lansia (Gani, 2015). Untuk uji hubungan antar variabel dianalisis menggunakan uji *Spearman Rank Correlation* karena kedua variabel penelitian ini menggunakan skala ordinal. Setelah dilakukan uji *Spearman Rank Correlation* kemudian didapatkan nilai signifikasi $<0,05$ maka kedua variable berkorelasi, selanjutnya jika nilai koefisien korelasinya 0,00-0,25 maka artinya korelasi sangat lemah, kemudian jika 0,26-0,50 maka artinya berkorelasi cukup, jika 0,51-0,75 artinya berkorelasi kuat sedangkan jika nilai korelasinya 0,76-0,99 artinya memiliki korelasi sangat kuat, dan jika 1,00 maka korelasi sempurna. Selanjutnya jika nilai koefisien korelasinya positif maka hubungan kedua variabel termasuk searah dan jika bernilai negatif maka termasuk variabel tidak searah.

3.10 Etika Penelitian

Penelitian Kesehatan pada umumnya menggunakan manusia pada umumnya, oleh karena itu prinsip dan moral harus di perhatikan (Notoatmodjo, 2018). Ada beberapa hal yang perlu di perhatikan dalam melakukan penelitian sebagai berikut:

a. Hak untuk dihargai privasinya

Privasi adalah hak setiap orang. Semua orang mempunyai hak untuk memperoleh privasi atau kebebasan pribadinya. Demikian pula seorang responden yang akan menjadi objek penelitian kita. Informasi yang akan di berikan oleh responden nya adalah miliknya sendiri tetapi karena diperlukan oleh peneliti maka harus menjamin dengan cara tidak perlu mencantumkan nama pada lembar pengumpulan data (kuestioner) serta peneliti hanya menuliskan kode pada lembar pengumpulan data tersebut. Hal ini masuk kedalam kerahasiaan informasi responden.

b. Hak memperoleh jaminan keamanan dan keselamatan akibat dari informasi yang di berikan dengan cara merahasiakan identitas responden dan tidak menyebarluaskan informasi yang telah di berikan. Peneliti juga menggunakan inisial nama responden dalam menyimpan data pribadi responden.

c. Hak memperoleh imbalan atau kompensasi

Untuk memnuhi hak tersebut peneliti memberikan konsumsi kepada responden yang mengikuti kelas senam lansia dan juga uang kompensasi sebesar Rp 50.000,00 untuk tiap orang lansia apabila ada hal-hal yang tidak diinginkan selama dilaksanakannya penelitian tersebut.

d. Hak menerima *informed consent*

Peneliti melakukan *informed consent* bertujuan agar responden mengerti tujuan, manfaat, dampak dan kompensasi dari penelitian ini. Jika subjek bersedia, maka mereka harus menandatangani lembar persetujuan dan jika responden tidak bersedia, maka peneliti harus menghormati keputusan tersebut

