

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **3.1 Desain Penelitian**

Desain penelitian merupakan rancangan kegiatan pengumpulan, pengolahan, analisis, dan penyajian data yang dilakukan secara sistematis dan objektif, untuk memecahkan suatu persoalan atau menguji suatu hipotesis untuk mengembangkan prinsip umum (Herdayati, 2019). Desain penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan jenis quasi eksperimen dengan *pretest and posttest control group design*. Quasi eksperimen sendiri merupakan suatu eksperimen yang penempatan unit terkecil eksperimen ke dalam kelompok eksperimen dan kontrol tidak dilakukan dengan acak (*nonrandom assignment*). Pada rancangan *pretest and posttest control group design* dengan menggunakan sebuah pengukuran praperlakuan dengan sebuah kelompok kontrol akan mempermudah pengujian ancaman tertentu terhadap validitas eksperimen (Hastjarjo, 2019).

#### **3.2 Populasi, Sampel, dan Sampling**

##### **3.2.1 Populasi**

Roflin (2021) Memaparkan bahwa populasi merupakan keseluruhan objek penelitian yang dapat terdiri dari manusia, benda-benda, hewan, tumbuhan, suatu gejala, nilai tes bahkan dapat berupa suatu peristiwa sebagai sumber data yang memiliki suatu karakteristik tertentu yang nantinya hendak diteliti. Populasi pada penelitian ini adalah lansia pengrajin keset dengan inkontinensia urine di Desa Tejowangi dan Desa Pucangsari.

### 3.2.2 Sampel

Sampel merupakan bagian dari jumlah maupun karakteristik populasi. Dengan kata lain sampel dapat diartikan sebagai bagian yang terpilih dari populasi yang memiliki karakteristik populasi secara keseluruhan (Suliyanto, 2017). Pada penelitian ini peneliti menggunakan rumus *Federer* untuk menentukan jumlah sampel yang akan diteliti. Berikut rumus *Federer* yang akan digunakan :

$$(n-1) (t-1) \geq 15$$

Keterangan :

t : jumlah kelompok

n : jumlah sampel

Pada penelitian ini jumlah kelompok yang akan diteliti adalah 2, maka jumlah sampel tiap kelompoknya dapat dihitung sebagai berikut :

$$(n-1) (t-1) \geq 15$$

$$(n-1) (2-1) \geq 15$$

$$(n-1) 1 \geq 15$$

$$n-1 \geq 15$$

$$n \geq 16$$

Jadi total sampel tiap kelompok adalah 16 klien yaitu 16 orang lansia penderita inkontinensia urine dengan perlakuan dan 16 orang lansia dengan kelompok kontrol sebagai sampel.

### 3.2.3 Sampling

Teknik sampling merupakan suatu teknik bisa berupa prosedur atau perangkat yang digunakan peneliti untuk secara sistematis memilih sejumlah item atau individu yang lebih kecil (subset) dari populasi yang telah ditentukan sebelumnya untuk dijadikan subjek atau sumber data pada observasi atau eksperimen sesuai tujuan penelitian (Firmansyah & Dede, 2022). Pada penelitian ini peneliti menggunakan metode *non probability sampling* dengan spesifikasi teknik *purposive sampling* dimana klien dipilih berdasarkan karakteristik yang telah ditentukan sebelumnya berdasarkan pertimbangan tertentu dari peneliti.

#### 1. Kriteria inklusi

Kriteria inklusi merupakan kriteria dimana subjek penelitian dapat mewakili sampel penelitian yang memenuhi syarat sebagai sampel (Rikomah et al., 2018).

Kriteria inklusi pada penelitian ini adalah :

- a. Klien dengan usia  $\geq 60$  tahun
- b. Bersedia menjadi responden penelitian

#### 2. Kriteria Eksklusi

Kriteria eksklusi merupakan kriteria dimana subjek penelitian tidak dapat mewakili sampel karena tidak memenuhi syarat sebagai sampel penelitian.

Dengan kata lain kriteria eksklusi merupakan sampel yang tidak memenuhi syarat inklusi (Rikomah et al., 2018). Kriteria eksklusi pada penelitian ini adalah :

- a. Lansia yang tidak kooperatif
- b. Lansia dengan diabetes mellitus

### **3.3 Variabel Penelitian**

Variabel merupakan konsep yang mengandung variasi nilai, variabel juga dapat diartikan sebagai variasi dari sesuatu yang menjadi gejala penelitian. Gejala penelitian sendiri merupakan suatu yang menjadi sasaran penelitian (Nasution, 2017). Ringkasnya variabel merupakan sasaran penelitian yang mempunyai variasi nilai.

#### **3.3.1 Variabel Bebas (*Independent Variable*)**

Merupakan variabel yang berperan memberi pengaruh kepada variabel lain (Nasution, 2017). Variabel bebas (*Independent Variable*) pada penelitian ini adalah senam kegel.

#### **3.3.2 Variabel Terikat (*Dependent Variable*)**

Merupakan variabel yang dijadikan sebagai faktor yang dipengaruhi oleh sebuah atau sejumlah variabel lain (Nasution, 2017). Variabel terikat (*dependent variable*) pada penelitian ini adalah inkontinensia urine pada lansia pengrajin keset.

### 3.4 Definisi Operasional

Definisi operasional merupakan pengertian secara khusus yang lengkap tentang suatu variabel yang mencakup semua unsur yang menjadi ciri utama dari variabel tersebut. Hal ini bertujuan untuk mencegah terjadinya salah pengertian ataupun salah penafsiran dari pembaca (Suliyanto, 2017).

*Tabel 3.1 Tabel Definisi Operasional*

No.	Variabel	Definisi Operasional	Parameter	Instrumen	Skala	Skor
1.	<b>Independent</b> : Senam Kegel	Senam yang bertujuan untuk menguatkan otot-otot dasar panggul dan otot saluran perkemihan dengan cara melakukan kontraksi (gerakan seperti menahan berkemih) dan relaksasi (melepaskan gerakan seperti menahan berkemih).	1. Posisi duduk, berdiri atau berbaring. 2. Cobalah untuk mengkontraksikan otot panggul seperti ketika menahan berkemih. 3. Lakukan kontraksi otot panggul selama 5 detik, kemudian relaksasi selama 5 detik. 4. Latihan dilakukan sampai 10 kali kontraksi lambat dan 10 kali kontraksi cepat. 5. Latihan ini akan dilakukan setiap hari selama 4 minggu oleh	SOP (Dahlan, 2014)	-	-

---

		responden, dan setiap 1 minggu 2 kali peneliti akan menemani dan mengawasi jalannya latihan senam kegel.				
2.	<b>Dependent :</b> Inkontinensia urine pada lansia pengrajin keset	Keluarnya urine secara tidak terkontrol dan tidak mampu menahan berkemih di saat saat tertentu, seperti ketika batuk, bersin, tertawa, atau hal yang lain yang meningkatkan tekanan pada rongga perut, serta kencing berulang ( > 8 kali sehari).	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 1-2</li> <li>2. 3-4</li> <li>3. 6-8</li> </ol>	Derajat inkontinensia urine: Kuesioner <i>Sandvix Severity Index</i> (SSI) yang berisi 2 pertanyaan tentang seberapa sering mengalami kebocoran urine dan jumlah urine yang dikeluarkan setiap saat dan masing-masing pertanyaan terdapat beberapa option jawaban(Chesor, 2015).	Interval	Skor derajat inkontinensia urine dihitung berdasarkan perkalian dari jawaban kuesioner SSI.
			a. Inkontinensia urine tipe stress	Tipe Inkontinensia	Nominal	

---

- 
- |  |  |  |
|--|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>b. Inkontinensia urine tipe urge</li> <li>c. Inkontinensia urine tipe lain (<i>overflow</i> atau fungsional)</li> <li>d. Inkontinensia urine tipe campuran</li> </ul> | <p>urine :<br/>Kuesioner 3IQ yang berisi 3 pertanyaan dengan beberapa option jawaban yang mengarah pada gejala tipe inkontinensia urine yang sedang dialami (Fadhila, 2019).</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>a. Paling sering dengan aktivitas fisik untuk gejala inkontinensia urine tipe stress.</li> <li>b. Paling sering dengan desakan untuk mengosongkan kandung kemih untuk gejala inkontinensia urine tipe urge.</li> <li>c. Tanpa laktivitas fisik dan tanpa urgensi untuk gejala inkontinensia urine tipe lain (<i>overflow</i> atau fungsional)</li> <li>d. Dengan</li> </ul> |
|--|--|--|
-

---

aktivitas fisik  
dan rasa  
urgensi untuk  
gejala  
inkontinensia  
urine tipe  
campuran.

---

## **1.5 Lokasi dan Waktu Penelitian**

### **1.5.1 Lokasi Penelitian**

Penelitian ini dilakukan di Desa Tejowangi dan Desa Pucangsari. Pada lokasi ini tidak terdapat posyandu lansia sebagai wadah bagi lansia untuk meningkatkan pengetahuan mengenai cara meningkatkan kualitas hidup serta pengontrolan kesehatan lansia.

### **1.5.2 Waktu Penelitian**

Penelitian ini dilakukan pada 1 Mei 2023- 1 Juni 2023

## **1.6 Metode Pengumpulan Data**

Metode pengumpulan data merupakan teknik atau cara yang dapat dilakukan oleh peneliti untuk mengumpulkan data. Metode pengumpulan data juga sebagai metode yang independen terhadap metode analisis data dan bahkan bisa dijadikan alat utama metode dan teknik analisis data (Makbul, 2021). Pada penelitian ini pengumpulan datanya menggunakan kuesioner *Sandvix Severity Index* (SSI) dan kuesioner 3IQ. Pengumpulan data ini dilakukan sebelum mendapat perlakuan latihan senam kegel dan setelah mendapat perlakuan senam kegel.

Kuesioner tersebut akan diberikan kepada responden dan meminta responden untuk mengisi kuesioner tersebut setelah dijelaskan petunjuk cara mengisinya. Peneliti juga mengumpulkan data demografi responden yang telah melakukan pengisian kuesioner *Sandvix Severity Index* (SSI) dan kuesioner 3IQ. Dari pengisian kuesioner tersebut akan didapatkan data yang nantinya akan

digunakan dalam penelitian ini, yakni data pengukuran derajat keparahan inkontinensia urine yang diperoleh setelah peneliti melakukan wawancara dan pengisian kuesioner.

### 1.7 Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian merupakan alat yang digunakan peneliti untuk mengumpulkan data yang akurat. Instrumen penelitian juga dapat diartikan sebagai alat untuk mengumpulkan, mengolah, menganalisa, dan menyajikan data-data secara sistematis dan objektif untuk memecahkan suatu persoalan atau menguji suatu hipotesis (Nasution & Fadlilah, 2017). Instrumen pada penelitian ini diantaranya adalah kuesioner karakteristik demografi, kuesioner *Sandvix Severity Index* (SSI) dan kuesioner 3IQ.

#### 1. Kuesioner Karakteristik Demografi

Kuesioner ini berisi usia, jenis kelamin, riwayat melahirkan pervaginam, lama duduk dalam sehari, lama menderita inkontinensia urine.

#### 2. Kuesioner *Sandvix Severity Index* (SSI)

Kuesioner ini berisi 2 pertanyaan tentang seberapa sering mengalami kebocoran urine dan jumlah urine yang dikeluarkan setiap saat. Pada masing-masing pertanyaan terdapat beberapa option jawaban yang nantinya skor jawaban pertama akan dikalikan skor jawaban kedua sehingga akan menunjukkan derajat keparahan inkontinensia urine sesuai dengan *Sandvix Severity Index* (SSI). Berikut skor kuesioner SSI :

1. Skor 1-2 untuk inkontinensia urine ringan
2. Skor 3-4 untuk inkontinensia urine sedang

3. Skor 6-8 untuk inkontinensia urine berat

Dengan skor tiap option jawaban sebagai berikut :

1. Jawaban a bernilai 1
2. Jawaban b bernilai 2
3. Jawaban c bernilai 3
4. Jawaban d bernilai 4

3. Kuesioner 3IQ

Kuesioner ini terdiri dari 3 pertanyaan dengan beberapa option jawaban dimana masing-masing option jawaban tersebut mengarah pada gejala tipe inkontinensia urine yang sedang dialami, dengan skoring sebagai berikut :

- a. Inkontinensia urine tipe stress untuk gejala paling sering dengan aktivitas fisik.
- b. Inkontinensia urine tipe urge untuk gejala paling sering dengan desakan untuk mengosongkan kandung kemih.
- c. Inkontinensia urine tipe lain (*overflow* atau fungsional) untuk gejala tanpa aktivitas fisik dan tanpa urgensi
- d. Inkontinensia urine tipe campuran untuk gejala dengan aktivitas fisik dan rasa urgensi.

### **3.8 Langkah-Langkah Penelitian**

Berikut ini langkah-langkah dalam pengumpulan data :

1. Tahap Persiapan
  - a. Menyusun proposal penelitian.
  - b. Memilih lahan penelitian yaitu di Desa Tejowangi dan Desa Pucangsari.

- c. Mengurus surat perijinan pengambilan data studi pendahuluan untuk penelitian dari Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang yang ditujukan ke Desa Tejowangi dan Desa Pucangsari.
  - d. Melakukan studi pendahuluan di Desa Tejowangi dan Desa Pucangsari tentang penelitian yang akan dilakukan.
  - e. Mengikuti seminar proposal dan melakukan perbaikan hasil seminar proposal.
  - f. Melakukan *ethical clearance* (persetujuan keterangan kelayakan etik) pada pihak Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang mengenai penelitian yang akan dilakukan.
2. Tahap Pelaksanaan
- a. Mencari responden sesuai dengan syarat kriteria inklusi dan eksklusi di Desa Tejowangi dan Desa Pucangsari.
  - b. Melakukan pembagian kelompok responden menjadi kelompok eksperimen dan kelompok kontrol menggunakan metode pengocokan, peneliti menulis nomor responden pada kertas lalu diletakkan pada toples lalu dilakukan pengocokan, 16 nomor responden yang pertama keluar akan menjadi kelompok eksperimen, dan sisanya menjadi kelompok kontrol.
  - c. Menginformasikan tujuan penelitian kepada responden serta memberikan *informed consent* sebelum responden mengisi kuesioner.
  - d. Melakukan wawancara kepada responden dan kuesioner tersebut ditanyakan secara langsung dari peneliti kepada responden kurang lebih selama 10-15 menit sebelum dilakukan perlakuan atau intervensi.

- e. Melakukan intervensi latihan senam kegel setiap hari selama 4 minggu dan setiap 2 kali dalam seminggu pelaksanaan senam kegel akan ditemani dan diawasi oleh peneliti.
- f. Melakukan wawancara kepada responden dan kuesioner tersebut ditanyakan secara langsung dari peneliti kepada responden kurang lebih selama 10-15 menit setelah dilakukan perlakuan atau intervensi.
- g. Peneliti mengecek kelengkapan pada pengisian kuesioner, jika masih ada yang kurang, peneliti akan menanyakan langsung pada responden saat itu juga.
- h. Melakukan pengumpulan data.

### **3.9 Tahap Pengolahan Data**

Setelah data terkumpul berdasarkan hasil pengumpulan data maka selanjutnya data diproses dan dianalisa secara sistematis agar dapat terdeteksi. Data tersebut nantinya akan ditabulasi dan dikelompokkan sesuai dengan variabel dengan langkah-langkah sebagai berikut :

#### **1. Editing**

Data yang telah didapatkan dari hasil kuesioner perlu diedit untuk melihat lengkap tidaknya pengisian kuesioner, melihat logis tidaknya jawaban serta melihat konsistensi antar pertanyaan (Setiawan, 2015). Peneliti akan melakukan editing data yang diperoleh dengan melihat kelengkapan pengisian data oleh responden pada lembar kuesioner *Sandvix Severity Index* (SSI) dan 3IQ.

## 2. Processing

Setelah hasil pengukuran derajat keparahan inontinensia urine pada lembar kuesioner *Sandvix Severity Index* (SSI) dan lembar kuesioner 3IQ sudah dipastikan lengkap dan sesuai serta sudah dilakukan pengkodean. Maka langkah selanjutnya adalah melakukan proses data yang sudah di *entry* agar nantinya dapat dianalisis. Hasil pengukuran dari masing-masing responden yang sudah berupa kode akan dimasukkan pada program SPSS 26.

## 3. Cleaning

Merupakan kegiatan yang bertujuan untuk mengecek kembali data yang sudah di-*entry* apakah terdapat kesalahan atau tidak. Kesalahan ini mungkin terjadi pada saat data di-*entry* pada computer atau laptop (Hastono, 2006).

### 3.10 Analisis Data

Teknik analaisis data merupakan cara mengolah data agar nantinya dapat disimpulkan dan diinterpretasikan menjadi suatu informasi (Hidayat, 2017). Pada tahap ini data yang telah terkumpul akan dilakukan analisis secara sistematis dan disajikan dalam bentuk tabel yang selanjutnya akan dilakukan uji hipotesis untuk mengetahui pengaruh senam kegel terhadap inkontinensia urine pada lansia pengrajin keset.

#### 3.10.1 Analisis Univariat

Analisis univariat merupakan analisis yang hanya melibatkan satu variabel. Dalam analisis hubungan antar variabel, analisis univariat hanya melibatkan satu variabel respons/dependen (Lusiana & Mahmudi, 2020). Pada

penelitian ini dideskripsikan dengan menggunakan tabel distribusi frekuensi dan tabel rata-rata dari masing-masing variabel yang disajikan yaitu usia, jenis kelamin, riwayat melahirkan pervaginam, status merokok, lama duduk dalam sehari, lama menderita inkontinensia urin, tipe inkontinensia urine sebelum dan sesudah dilakukan intervensi senam kegel, dan derajat inkontinensia urine sebelum dan sesudah dilakukan intervensi senam kegel. Dicantumkan pula interpretasi dari tabel distribusi frekuensi maupun tabel rata-rata yang berisi inti dari tabel tersebut.

### **3.10.2 Analisis Bivariat**

Analisis bivariat merupakan analisis yang melibatkan sebuah variabel dependen dan variabel independen yang nantinya digunakan untuk menganalisis pengaruh senam kegel terhadap inkontinensia urine pada lansia (Pramulya et al., 2021). Pada penelitian ini data yang diperoleh nantinya akan dilakukan uji normalitas data menggunakan uji Kolmogorov Smirnov (KS). Berdasarkan hasil uji normalitas data derajat inkontinensia urine pada kelompok eksperimen sebelum dan sesudah dilakukan senam kegel mempunyai nilai signifikan (.007) dan (.000), sedangkan derajat inkontinensia urine pada kelompok kontrol sebelum dan sesudah dilakukan senam kegel mempunyai nilai signifikan (.014) yang berarti nilai pre test dan post test *p value* kedua kelompok  $< 0.05$  sehingga dapat disimpulkan bahwa data berdistribusi tidak normal, maka uji hipotesis yang digunakan adalah uji *Wilcoxon* dan uji *Mann Whitney*

Apabila hasil *p-value* yang didapat  $> 0,05$  maka  $H_1$  ditolak, sedangkan jika *p-value* yang didapat  $< 0,05$  maka  $H_1$  diterima yang artinya ada pengaruh senam kegel terhadap inkontinensia urine pada lansia pengrajin keset.

### 3.11 Penyajian Data

Penyajian data merupakan suatu kegiatan menyusun sekumpulan informasi hingga menjadi sedemikian rupa sesuai dengan tujuan penelitian, sehingga nantinya dapat dilakukan penarikan kesimpulan (Fadhila, 2019). Pada penelitian ini penulis akan menyajikan data dalam bentuk tabel yang nantinya akan dicantumkan interpretasi dari hasil data pada tabel tersebut berupa uraian kalimat untuk menjelaskan dan mempermudah memahami hasil data yang sudah ditabulasi.

### 3.12 Etika Penelitian

Berdasarkan peninjauan, penelitian ini sudah dinyatakan layak secara etik oleh komisi etik Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang dengan nomor 540/VI/KEPK POLKESMA/2023. Prinsip etik penelitian di bidang kesehatan menurut Kemenkes 2017 dalam (Handayani, 2018) diantaranya yaitu :

1. Menghormati harkat martabat manusia (*respect for persons*).

Pada prinsip ini menjelaskan mengenai bentuk penghormatan terhadap harkat martabat manusia sebagai seorang yang memiliki kebebasan berkehendak atau memilih sekaligus bertanggung jawab secara pribadi terhadap keputusannya sendiri. Tujuan prinsip ini adalah untuk menghormati otonomi, yang mempersyaratkan bahwa manusia yang mampu memahami pilihannya sendiri untuk mengambil keputusan (*self-determination*), dan melindungi manusia yang otonominya terganggu atau kurang, mempersyaratkan bahwa manusia yang berketergantungan (*dependent*) atau rentan (*vulnerable*) perlu diberikan perlindungan terhadap kerugian atau

penyalahgunaan (harm and abuse). Penerapan prinsip etik menghormati harkat martabat manusia pada penelitian ini adalah dengan memberikan kebebasan bagi responden untuk memilih bersedia menjadi responden penelitian atau tidak.

## 2. Berbuat baik (*beneficence*) dan tidak merugikan (*nonmaleficence*)

Pada prinsip etik berbuat baik menyangkut tentang kewajiban membantu orang lain yang dilakukan dengan mengupayakan manfaat maksimal dengan kerugian minimal. Prinsip etik berbuat baik, mempersyaratkan bahwa: Risiko penelitian harus wajar (*reasonable*) dibanding manfaat yang diharapkan, desain penelitian harus memenuhi persyaratan ilmiah (*scientifically sound*), para peneliti mampu melaksanakan penelitian dan sekaligus mampu menjaga kesejahteraan subjek penelitian. Sedangkan pada prinsip do no harm (*non maleficent* - tidak merugikan) menentang segala tindakan yang dengan sengaja merugikan subjek penelitian. Prinsip tidak merugikan berisi jika tidak dapat melakukan hal yang bermanfaat, maka sebaiknya jangan merugikan orang lain. Prinsip ini bertujuan agar subjek penelitian tidak diperlakukan sebagai sarana dan memberikan perlindungan terhadap tindakan penyalahgunaan. Penerapan prinsip etik berbuat baik dan tidak merugikan pada penelitian ini adalah dengan selalu berperilaku dan bertutur kata baik kepada responden, serta melakukan intervensi sesuai dengan SOP.

### 3. Keadilan (*justice*)

Pada prinsip etik keadilan menjurus pada kewajiban etik untuk memperlakukan setiap orang sama dengan moral yang benar dan layak dalam memperoleh haknya. Prinsip ini khususnya menyangkut keadilan yang merata (*distributive justice*) yang mempersyaratkan pembagian seimbang (*equitable*), dalam hal beban dan manfaat yang diperoleh subjek dari keikutsertaan dalam penelitian. Hal ini dilakukan dengan mempertimbangkan distribusi usia dan gender, status ekonomi, budaya dan pertimbangan etnik. Perbedaan dalam distribusi beban dan manfaat hanya dapat dibenarkan jika didasarkan pada perbedaan yang relevan secara moral antara orang-orang yang diikutsertakan, misalnya saja pada kerentanan (*vulnerability*). Kerentanan merupakan ketidakmampuan untuk melindungi kepentingan diri sendiri dan kesulitan memberi persetujuan, kurangnya kemampuan menentukan pilihan untuk memperoleh pelayanan atau keperluan lain yang mahal, atau karena tergolong yang muda atau berkedudukan rendah pada hirarki kelompoknya. Oleh karena itu, diperlukan ketentuan khusus untuk melindungi hak dan kesejahteraan subjek yang rentan. Penerapan prinsip etik keadilan pada penelitian ini adalah dengan tidak membeda-bedakan responden berdasarkan suku, agama, ras, maupun adat dan golongan serta memberikan perlakuan secara adil kepada responden. Untuk mempertahankan prinsip ini nantinya kelompok kontrol juga akan diberikan perlakuan/intervensi yang sama dengan kelompok perlakuan, namun intervensi diberikan setelah melakukan post test.