

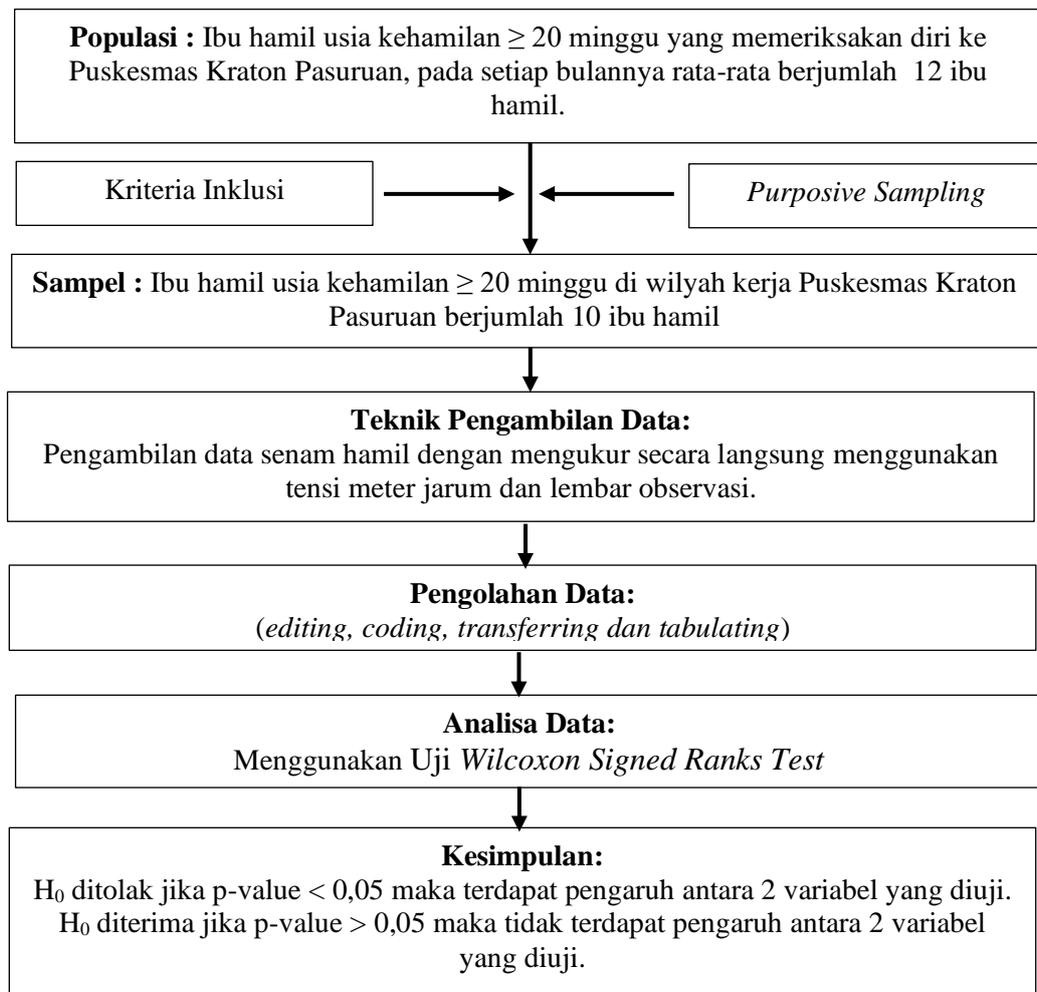
BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Desain Penelitian

Desain penelitian ini adalah *Quasi Eksperimen* dengan rancangan *one group pre test-post test design* untuk mengetahui pengaruh senam hamil terhadap tekanan darah pada ibu hamil. Peneliti mengukur tekanan darah ibu hamil sebelum dan sesudah dilakukan senam hamil.

3.2 Kerangka Operasional



Gambar 3.1 Kerangka Operasional Penelitian Penelitian

3.3 Populasi, Sampel, dan Sampling

3.3.1 Populasi

Populasi pada penelitian ini adalah ibu hamil usia kehamilan ≥ 20 minggu yang memeriksakan diri ke Puskesmas Kraton Pasuruan pada bulan April-Mei 2024 pada setiap bulannya rata-rata berjumlah 12 ibu hamil.

3.3.2 Sampel

Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah Ibu hamil usia kehamilan ≥ 20 minggu di wilayah kerja Puskesmas Kraton berjumlah 10 ibu hamil.

Rumus Slovin :

$$x = \frac{N}{1+N(e)^2}$$

$$x = \frac{12}{1 + 12(0,05)^2}$$

$$x = 10$$

3.3.3 Teknik Sampling

Teknik pengambilan sampel yang digunakan pada penelitian ini adalah *purposive sampling*.

3.4 Kriteria Sampel

3.4.1 Kriteria Inklusi

Kriteria inklusi sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah ibu hamil yang:

- a. Ibu hamil yang mempunyai tekanan darah $>120/80 - \leq 160/110$ mmHg
- b. Ibu hamil yang bersedia menjadi responden dalam penelitian dan menandatangani surat pernyataan bersedia menjadi sampel.

3.4.2 Kriteria Eksklusi

Kriteria eksklusi sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah:

- a. Ibu hamil yang mempunyai kelainan letak plasenta, riwayat perdarahan, riwayat KPD, riwayat mola hydatidosa, riwayat IUGR, IUFD, hyperemesis gravidarum, kehamilan kembar, anemia berat, irama jantung tidak teratur, kehamilan dengan DM, obesitas, terlalu kurus, penyakit dengan riwayat operasi tulang ortopedi, dan perokok berat.
- b. Ibu hamil yang mengonsumsi obat-obatan hipertensi
- c. Ibu hamil yang mengundurkan diri di tengah penelitian
- d. Ibu hamil tidak mengikuti senam hamil sebanyak 4 kali.

3.5 Variabel Penelitian

3.5.1 Variabel Independen

Variabel independen dalam penelitian ini adalah senam hamil.

3.5.2 Variabel Dependen

Variabel dependen dalam penelitian ini adalah tekanan darah pada ibu hamil.

3.6 Definisi Operasional

Tabel 3.1 Definisi Operasional Variabel

Variabel	Definisi Operasional	Alat Ukur	Skala Data	Kriteria
Variabel Independen: senam hamil	Serangkaian latihan gerak fisik yang dilakukan ibu hamil satu kali seminggu selama empat minggu untuk mengikuti senam hamil sesuai dengan standar operasional prosedur dari Poltekkes Malang	SOP Senam Hamil	-	-
Variable Dependen: Tekanan darah pada ibu hamil	Pengukuran tekanan darah di dalam pembuluh arteri sebelum dan sesudah dilakukan pelaksanaan senam hamil pada ibu hamil.	Tensimeter jarum dan lembar observasi	Rasio	Hasil tekanan darah.

3.7 Lokasi dan Waktu Penelitian

3.7.1 Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Kraton Kab. Pasuruan.

3.7.2 Waktu Penelitian

Waktu penelitian dilakukan pada bulan Agustus 2023-Juni2024.

Pengambilan data dilakukan pada tanggal 25 Mei-6 Juni 2024.

3.8 Alat Pengumpulan Data

Pada tahap pengumpulan data, peneliti menggunakan data primer menggunakan alat tensi meter jarum dan lembar observasi.

3.9 Prosedur Pengumpulan Data

a. Tahap persiapan

- 1) Menyiapkan instrument penelitian yaitu lembar observasi dan tensimeter jarum sebagai alat pengumpulan data.
- 2) Peneliti mengurus ethical clearance kepada Komisi Etik Penelitian Kesehatan (KEPK) untuk mendapatkan rekomendasi dalam melakukan penelitian untuk mendapatkan rekomendasi dalam melakukan penelitian dan mendapatkan keterangan lolos uji etik.
- 3) Peneliti mengurus perijinan penelitian pada Prodi Sarjana Terapan Kebidanan Malang. Kemudian diserahkan kepada Bakesbangpol dan Dinkes Kabupaten Pasuruan.
- 4) Peneliti koordinasi dengan bidan di Puskesmas Kraton Pasuruan untuk melakukan penelitian sesuai dengan waktu yang disepakati.

b. Tahap pelaksanaan

- 1) Peneliti memperkenalkan diri, meminta waktu kepada para responden yang telah memenuhi kriteria inklusi
- 2) Setelah kontrak waktu dengan para responden, peneliti menjelaskan tujuan, manfaat dan prosedur penelitian yang dilakukan (menggunakan formulir PSP).
- 3) Peneliti mempersilahkan responden melakukan pengisian kuesioner karakteristik responden dan lembar penapisan responden, kemudian menyampaikan bahwa penelitian ini dilakukan dengan mengikuti senam hamil 1x seminggu selama 4

minggu. Pada saat mengikuti senam hamil tersebut akan dilakukan pengukuran tekanan darah sebelum melakukan senam hamil dan setelah melakukan senam hamil. Hasil pengukuran tekanan darah di catat pada lembar observasi.

- 4) Setelah calon responden memahami penjelasan penelitian, peneliti menanyakan kesediaan calon responden untuk menjadi responden penelitian. Jika responden telah memahami dan bersedia menjadi responden, peneliti menginformasikan responden untuk memberikan tanda tangan pada kolom yang tersedia lembar persetujuan.
- 5) Peneliti membimbing para responden dalam melakukan senam hamil dengan panduan ceklist senam selama 40 menit, 1 kali/minggu dalam 4 minggu
- 6) Peneliti mengukur tekanan darah sebelum melakukan senam hamil dan sesudah melakukan senam hamil selama 40 menit, 1 kali/minggu dalam 4 minggu dengan menggunakan tensimeter jarum dan lembar observasi. Hasil 4x pengukuran tekanan darah disimpan dalam bentuk hardfile dan tabel di Microsoft excel.

3.10 Metode Pengolahan Data

3.10.1 Editing

Peneliti memeriksa dan melakukan pengecekan ulang data yang telah diperoleh dengan memastikan identitas dan hasil pengukuran yang telah

dilakukan senam hamil sudah lengkap. Lembar hasil pengukuran tekanan darah dikumpulkan dan peneliti melakukan proses olah data/editing (memeriksa).

3.10.2 *Coding*

Memberikan kode terhadap hasil yang telah didapatkan dari responden agar lebih mudah dan sederhana pada proses pengolahan data.

1) Kode responden

Responden 1	: 1
Responden 2	: 2
Responden 3	: 3
Responden n	: n

2) Kode Usia

Usia 20-35 tahun	: 1
Usia > 35 tahun	: 2

3) Kode Pekerjaan

Tidak bekerja	: 1
Bekerja	: 2

4) Graviditas

Primigravida	: 1
Multigravida	: 2

3.10.3 *Transferring*

Pada tahap ini semua data didapatkan oleh peneliti ditransfer ke dalam tabel *master sheet*

3.10.4 *Tabulating*

Tabulating adalah tahapan peneliti dalam memindahkan atau mengorganisir dan sedemikian rupa kedalam tabel distribusi frekuensi yang dihitung dengan presentase sehingga data tersebut dapat lebih mudah untuk disusun dan disajikan.

3.11 Analisis Data

Analisis data pada penelitian ini bertujuan untuk menguji pengaruh antara independen variable (variable bebas) dengan dependen (variable terikat). Analisis ini bertujuan menganalisis pengaruh senam hamil terhadap tekanan darah pada ibu hamil. Analisis data diperoleh dari hasil pengukuran langsung kepada ibu hamil yang melakukan senam hamil. Selanjutnya data diolah menggunakan komputer dengan program komputerisasi dengan tahapan sebagai berikut:

a. Analisis Univariat

Analisis univariate dilakukan untuk mengetahui distribusi frekuensi dalam bentuk presentase dari setiap variabel yang diteliti. Analisis univariate selanjutnya dilakukan untuk mengetahui data karakteristik responden, data senam hamil dan tekanan darah ibu hamil. Setelah hasil penelitian data terkumpul berupa data primer, kemudian dianalisis dengan menggunakan presentase dengan rumus sebagai berikut:

$$N = \frac{x}{y} \times 100\%$$

Keterangan :

x : Frekuensi responden dengan karakteristik tertentu

y : Jumlah responden seluruhnya

Dari hasil presentase pengolahan kemudian diinterpretasikan (Nursalam, 2011) :

100% : Seluruhnya

76%-99% : Hampir Seluruhnya

51%-75% : Sebagian Besar

50% : Setengahnya

26%-49% : Hampir Setengahnya

1%-25% : Sebagian Kecil

0% : Tidak Satupun

b. Analisis Bivariat

Analisis bivariante untuk menguji adanya pengaruh antara kedua variabel.

Untuk menguji hipotesis dalam penelitian ini menggunakan teknik uji *Wilcoxon Signed Rank Test*. Dalam analisis bivariante ini peneliti menganalisis rata-rata tekanan darah pada pertemuan ke-1, 2, 3, dan 4 sebelum dilakukan senam hamil dan rata-rata tekanan darah pada pertemuan ke-1, 2, 3, dan 4 setelah dilakukan senam hamil.

Kriteria pengujian hipotesis dari penelitian adalah:

1. H_0 ditolak jika $p\text{-value} < 0,05$. Maka terdapat pengaruh antara senam hamil dengan tekanan darah pada ibu hamil.

2. H_0 diterima, jika $p\text{-value} > 0,05$. Maka tidak terdapat pengaruh antara senam hamil dengan tekanan darah pada ibu hamil.

3.12 Etika Penelitian

Etika yang ditegakkan dalam penelitian ini, yaitu:

a. *Ethical Clearance*

Peneliti mengajukan persetujuan etik kepada Komisi Etik Penelitian Kesehatan Poltekkes Kemenkes Malang dengan hasil lolos uji etik oleh komisi etik penelitian pada tanggal 16 Juli 2024 dengan No.DP.04.03/F.XXI.31/0855/2024.

b. Penjelasan Sebelum Persetujuan dan *Informed Consent*

Peneliti akan memberikan penjelasan sebelum persetujuan dan informed consent dan lembar persetujuan kepada responden sebelum peneliti melakukan pengambilan data. Ketika responden bersedia, maka peneliti akan meminta responden untuk mengisi lembar persetujuan tersebut. Sedangkan ketika responden tidak bersedia, maka peneliti akan menghormati keputusan responden tersebut.

c. *Anonymity*

Peneliti tidak akan mencantumkan nama lengkap responden demi menjaga kerahasiaan identitas responden.

d. *Confidentiality*

Peneliti akan menjamin kerahasiaan dari informasi yang telah didapatkan dari responden penelitian.