

### **BAB III**

#### **METODE PENELITIAN**

##### **A. Jenis dan Desain Penelitian**

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini kuantitatif menggunakan desain penelitian *Pre-eksperimen* dengan pendekatan *one group pre-test post test*. Dalam penelitian ini menggunakan metode eksperimen yaitu kegiatan percobaan yang bertujuan untuk mengetahui suatu pengaruh yang timbul sebagai suatu akibat dari adanya perlakuan atau intervensi tertentu.

Dalam rancangan penelitian dilakukan tes sebanyak dua kali, yaitu sebelum responden diberikan perlakuan (*pre-test*) dan setelah responden diberikan perlakuan (*post-test*).



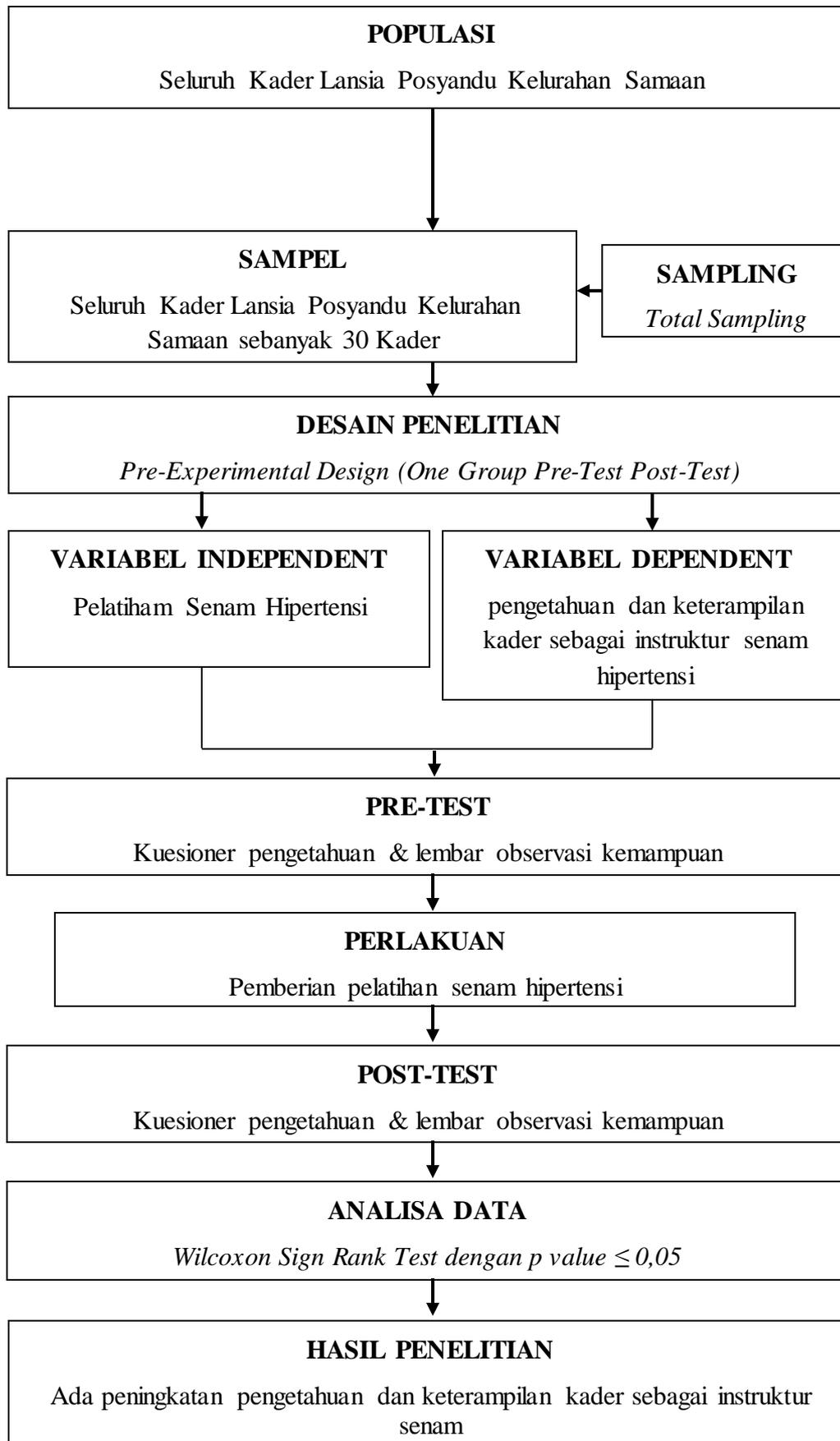
Keterangan:

A<sub>1</sub> : nilai *pre-test* (sebelum diberikan perlakuan)

X : perlakuan berupa pelatihan senam hipertensi

A<sub>2</sub> : nilai *post-test* (sesudah diberikan perlakuan)

## B. Kerangka Operasional



### **C. Populasi, Sampel, Sampling**

Dalam konteks penelitian ini yang berfokus pada pengaruh pelatihan senam hipertensi terhadap peningkatan pengetahuan dan keterampilan kader sebagai instruktur senam hipertensi di Posyandu Lansia Kelurahan Samaan, berikut adalah penjelasan mengenai populasi, sampel, dan proses sampling yang sesuai:

#### **1. Populasi**

Populasi merupakan keseluruhan objek yang akan diteliti. Populasi dalam penelitian ini adalah semua kader lansia yang terdaftar di Posyandu Kelurahan Samaan yaitu sebanyak 30 kader lansia.

#### **2. Sampling**

teknik sampling merupakan cara untuk penarikan sampel yang bertujuan untuk memilih sampel yang mewakili populasi tertentu untuk dijadikan objek penelitian. Teknik sampling pada penelitian ini menggunakan *Total Sampling*.

#### **3. Sampel**

Sampel merupakan sebagian objek yang diambil dari populasi penelitian dan dianggap dapat mewakili seluruh populasi tersebut. Sampel dari penelitian ini yaitu seluruh Kader Lansia Posyandu Kelurahan Samaan sebanyak 30 kader lansia.

#### **D. Waktu dan Tempat**

Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Mei tahun 2024 sampai dengan selesai yang bertepatan di wilayah kerja Puskesmas Rampal Celaket yaitu di wilayah Posyandu Lansia Kelurahan Samaan Kota Malang.

#### **E. Variabel Penelitian**

##### 1. Variabel Independen

Pelatihan Senam Hipertensi (X)

Variabel ini mengacu pada kegiatan dan program yang dilakukan untuk meningkatkan kemampuan kader di Posyandu Lansia Kelurahan Samaan.

##### 2. Variabel Dependen

Peningkatan pengetahuan dan keterampilan kader sebagai instruktur senam hipertensi. (Y)

sejauh mana perubahan peningkatan kemampuan (Pengetahuan & keterampilan) kader sebagai instruktur senam hipertensi.

## F. Definisi Operasional

Tabel 3.1 Definisi Operasional

Variabel	Definisi Operasional	Parameter	Alat Ukur	Cara Ukur	Hasil Ukur	Skala Data
<b>Variabel Independen</b> Pelatihan Senam Hipertensi	Kegiatan penyampaian materi yang diberikan kepada kader mengenai pemberian pelatihan yang meliputi aspek pengetahuan dan keterampilan dengan menggunakan media <i>e-booklet</i> dan video senam hipertensi.	Pemberian materi tentang senam hipertensi : 1. Pengertian senam hipertensi 2. Manfaat strategi senam hipertensi 3. Strategi pelaksanaan senam hipertensi	SOP	Pemberian pelatihan tentang pengetahuan memahami senam hipertensi dan keterampilan sebagai instruktur senam hipertensi	-	Nominal
<b>Variabel Dependen</b> Peningkatan Pengetahuan kader sebagai instruktur senam hipertensi.	- Tingkat pengetahuan kader dalam memahami senam hipertensi, yang diukur dengan pengerjaan soal kuesioner 15 soal pengetahuan	- Pengetahuan tentang teknik senam hipertensi	- Lembar kuesioner	- Lembar kuesioner pretest dan posttest yang diisi responden	1. Baik : 76% -100% 2. Cukup : 56% -75% 3. Kurang : < 56%	Ordinal

---

Peningkatan Keterampilan kader sebagai instruktur senam hipertensi	- Tingkat kemampuan praktek kader sebagai instruktur senam hipertensi	- Keterampilan sebagai instruktur senam hipertensi	- Lembar Observasi	- Lembar Observasi yang diisi oleh peneliti	1. Tinggi : 70%-100% 2. Sedang : 30%-69% 3. Rendah : 0%-29%	Ordinal
--	---	--	--------------------	---	---	---------

---

## **G. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data**

### **1. Jenis Data**

#### **a. Data Primer**

Data primer adalah data yang dikumpulkan langsung oleh peneliti sebagai sumber datanya. Data dalam penelitian ini diperoleh dari hasil kuesioner yang dibagikan kepada responden.

#### **b. Data Sekunder**

Data Sekunder adalah data dikumpulkan atau diperoleh dari sumber yang sudah ada. Data sekunder dalam penelitian ini diperoleh dari data Puskesmas dan data pendukung dari jurnal.

### **2. Teknik Pengumpulan Data**

Teknik pengumpulan data untuk mengetahui pengetahuan responden yaitu dengan pemberian kuesioner kepada responden menggunakan beberapa pertanyaan untuk kemudian dijawab. Kuesioner yang digunakan dalam penelitian ini bersifat tertutup yaitu jawaban dari pertanyaan yang diberikan sudah disediakan oleh peneliti. Sedangkan pengumpulan data keterampilan menggunakan lembar observasi. Langkah-langkah pengumpulan data diawali pada pertemuan pertama hari Jum'at 7 Juni 2024 bertempat di Balai RW 7 Kelurahan samaan dengan memberikan pretest yang terdiri dari 15 soal pilihan ganda tentang senam hipertensi. Kemudian diberikan perlakuan berupa edukasi mengenai senam hipertensi dilanjutkan dengan praktek senam hipertensi secara langsung dengan menampilkan video senam hipertensi.

Setelah itu mengulang kembali praktek senam hipertensi secara bergantian serta dilakukan penilaian menggunakan lembar observasi. Pada pertemuan kedua yang dilaksanakan pada hari Kamis 13 Juni 2024 bertempat di balai RW 3 Kelurahan Samaan, kegiatan diawali dengan mengerjakan posttest dengan soal yang sama pada pertemuan pertama. Setelah itu dilanjutkan dengan pelatihan menjadi instruktur senam hipertensi secara bergantian serta dilakukan penilaian dengan menggunakan lembar observasi.

## **H. Instrumen dan Bahan Penelitian**

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan kuesioner yang terdiri dari 15 soal pilihan ganda untuk pengukuran pengetahuan dan lembar observasi yang terdiri dari 25 soal dengan jawaban tertutup iya dan tidak, untuk pengukuran keterampilan.

### **1. Kuesioner**

Kuesioner digunakan untuk mengetahui pengetahuan yang dimiliki oleh responden melalui pertanyaan yang sudah peneliti siapkan. Pertanyaan yang diberikan adalah tertutup dengan jumlah soal 15 dan pilihan jawaban a,b,c,d dengan 1 jawaban benar. Kuesioner diberikan sebanyak dua kali yaitu sebelum diberikan perlakuan dan setelah diberikan perlakuan.

### **2. Lembar Observasi**

Pengukuran keterampilan responden peneliti menggunakan lembar observasi (*checklist*) yang terdiri dari pertanyaan tertutup sebanyak 25

soal tentang tahapan sebagai instruktur senam hipertensi yang menyuguhkan jawaban “ya” dan “tidak”. Lembar observasi digunakan untuk mengukur pengaruh pelatihan senam hipertensi terhadap kemampuan kader sebagai instruktur senam hipertensi.

## I. Uji Validitas dan Reliabilitas

### 1. Uji Validitas

Pengujian yang telah dilakukan dengan mengkorelasikan skor pada setiap item dengan skor total kemudian diolah dengan bantuan program *SPSS 26 for windows* dengan Teknik korelasi *person product moment*, Adapun pengambilan keputusan untuk menguji validitas indikatornya adalah

- a. Jika  $r$  hitung  $>$   $r$  tabel dan nilai positif atau signifikan  $<$  0,05 maka butir atau pertanyaan atau indikator tersebut dinyatakan valid
- b. Jika  $r$  hitung  $<$   $r$  tabel dan nilai positif atau signifikan  $>$  0,05 maka butir atau pertanyaan atau indikator tersebut dinyatakan tidak valid.

$$r = \frac{n(\Sigma XY) - (\Sigma X \Sigma Y)}{\sqrt{n X^2 - (\Sigma X)^2} (n \Sigma Y^2 - (\Sigma Y)^2)}$$

Keterangan :

$r$  = koefisien korelasi product moment

$n$  = banyak sampel

$X$  = skor pertanyaan 1

$Y$  = skor total

$XY$  = skor pertanyaan nomor 1 dikali skor total

Berdasarkan lampiran hasil uji validitas dapat diketahui bahwa setiap item pada variabel yang telah diuji memiliki  $r$  hitung lebih besar dari  $r$  table (0,444) (18). Maka dari itu dapat disimpulkan semua butir soal dinyatakan valid dan dapat digunakan sebagai instrument penelitian.

## 2. Uji Reliabilitas

Pengukuran pengetahuan peneliti membuat kuesioner sendiri dengan total 15 pertanyaan. Total pertanyaan yang diberikan oleh peneliti tidak menggunakan rumus tertentu, tetapi dalam setiap indikator tetap dipertimbangkan dengan minimal satu pertanyaan. Uji reliabilitas dalam penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah data yang didapatkan melalui kuesioner dapat dipercaya dan mampu mengungkapkan informasi yang sebenarnya. Uji reliabilitas dilakukan dengan melihat nilai *Cronbach's Alpha* masing-masing variabel. Suatu variabel dapat dikatakan reliabel jika mendapatkan nilai *Cronbach's Alpha* lebih dari 0,60 (18).

Berdasarkan hasil uji reliabilitas yang telah diperoleh, dapat diketahui bahwa setiap variabel instrumen kuesioner penelitian berhasil mendapatkan nilai *Cronbach's Alpha* diatas 0,60 yaitu 0,741. Sehingga dapat dikatakan kuesioner yang digunakan dalam penelitian sudah reliabel. Hasil uji reliabilitas kuesioner dapat dilihat di lampiran.

Sedangkan pada pengukuran keterampilan peneliti menggunakan lembar Observasi. Pengukuran keterampilan penelitian membuat

lembar observasi sendiri dengan total 25 pertanyaan. Sama halnya dengan kuesioner, dalam pembuatan *checklist* tidak menggunakan rumus tertentu, akan tetapi setiap indikator tetap dipertimbangkan dengan minimal satu pernyataan. Berdasarkan hasil uji reliabilitas yang telah diperoleh, dapat diketahui bahwa setiap variabel instrumen keterampilan penelitian berhasil mendapatkan nilai *Cronbach's Alpha* diatas 0,6 yaitu 0,743. Sehingga dapat dikatakan lembar observasi yang digunakan dalam penelitian sudah reliabel. Hasil uji reliabilitas lembar observasi dapat dilihat di lampiran.

### 3. Media *E-booklet*

Media *e-booklet* terlebih dahulu dikonsultasikan dengan pembimbing kemudian dinilai dan dikoreksi oleh ahli media. Aspek yang dinilai yaitu aspek visual dan aspek kualitas materi. Berdasarkan dari hasil telaah uji media bahwa media *e-booklet* layak untuk digunakan dengan revisi dari penguji media.

## **J. Manajemen Data**

### 1. Editing

Kegiatan guna melihat hasil kuesioner, apakah kuesioner yang diberikan diisi lengkap, jawaban jelas, relevan, dan konsisten. Tahap editing dilakukan saat pengumpulan data, pengisian kuesioner, dan setelah data terkumpul.

## 2. Coding

Bentuk kegiatan dalam merubah data yang semula huruf menjadi angka yang diberikan kode. Coding dapat dilakukan sebelum mengumpulkan data (*precoding*) dan coding yang dilakukan setelah pengumpulan data (*post coding*).

## 3. Entry Data

Kegiatan dalam memproses data dan siap untuk dianalisis. Entry data dapat dilakukan secara manual maupun bantuan program computer, salah satu programnya yaitu SPSS for windows.

## 4. Scoring

Scoring dilakukan dengan penilaian terhadap jawaban subjek penelitian. Penilaian scoring bila jawaban benar diberi nilai 1 dan salah diberi nilai 0.

## 5. Cleaning Data

Kegiatan pengulangan cek data untuk melihat adanya kesalahan kode maupun ketidaklengkapan data.

## 6. Tabulating

Pembuatan tabel yang berisi data dan sudah diberikan kode sesuai Analisa yang dibutuhkan. Table terdiri dari kolom yang berisi nomor urut atau kode, kolom kedua digunakan untuk variabel, serta baris digunakan untuk keterampilan responden.

## 7. Analisa Data

Data yang sudah terkumpul kemudian dianalisis menggunakan software SPSS untuk melihat hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat. Teknik analisis yang digunakan yaitu analisis univariat dan bivariat.

a. Univariat

Analisis univariat untuk mengetahui distribusi variabel yang diketahui. Variabel yang akan dianalisis meliputi pre test dan post test dari responden. *Pre test* dilakukan sebelum perlakuan. *Post test* dilakukan setelah diberikan perlakuan.

Analisa univariat yang digunakan dalam penelitian ini adalah presentase data tabulasi yaitu mengenai pengetahuan dan keterampilan terkait pengaruh peran kader dalam memenuhi kebutuhan fisik lansia sebagai upaya pencegahan hipertensi.

1) Pengetahuan

Pengukuran dilakukan dengan menggunakan instrument kuisisioner. Kuisisioner terdiri dari 15 soal dengan pilihan ganda benar salah. Skor untuk jawaban benar adalah 1, sedangkan jawaban yang salah 0, sehingga skor tertinggi yang akan diperoleh yaitu 15 dan skor terendahanya yaitu 0, kemudian diproses dengan rumus :

$$P = \frac{F}{n} 100\%$$

Keterangan :

P : presentase

F : jumlah jawaban benar

n : jumlah total pertanyaan

Menurut Arikunto dalam Sanifah(19) pengukuran pengetahuan dapat dikategorikan sebagai berikut :

- a) Pengetahuan baik bila responden dapat menjawab 76-100% dengan benar dari total jawaban pertanyaan.
- b) Pengetahuan cukup bila responden dapat menjawab 56-75% dengan benar dari total jawaban pertanyaan.
- c) Pengetahuan kurang bila responden dapat menjawab <56% dari total jawaban pertanyaan

## 2) Keterampilan

Pengukuran dilakukan dengan menggunakan lembar observasi (*checklist*). Terdiri dari 25 pernyataan dengan pilihan jawaban “ya” dan “tidak”. Skor untuk jawaban “ya” adalah 1, sedangkan jawaban yang “tidak” 0.

Analisa yang digunakan adalah uji normalitas *gain*. Uji ini digunakan untuk mengetahui efektivitas perlakuan yang diberikan. Berikut rumus yang digunakan untuk menghitung normalitas *gain* menurut Meltzer(10), yaitu :

$$N - Gain = \frac{Skor\ post\ test - skor\ pre\ test}{Skor\ maksimal - skor\ pre\ test}$$

Adapun kriteria keefektivan yang terinterpretasi dari nilai normalitas gain menurut Meltzer adalah :

Tinggi :  $0,70 \leq N-Gain \leq 1,00$  atau dalam presentase 70%-100%

Sedang :  $0,30 \leq N-Gain < 0,70$  atau dalam presentase 30%-69%

Rendah :  $0,00 \leq N-Gain < 0,30$  atau dalam presentase 0%-29%

#### b. Bivariat

Analisa Bivariat dilakukan terhadap dua variabel yang diduga berhubungan atau berkorelasi(20). Dalam analisis ini dilakukan dengan t-tes dependent apabila data distribusi normal. Apabila data tidak berdistribusi normal maka statistik parametik tidak dapat dilakukan dan sebagai gantinya menggunakan uji *Wilcoxon*. Berdasarkan pengolahan data yang dilakukan jika *p value*  $\leq 0.05$  maka H1 diterima dan H0 ditolak yang berarti ada pengaruh pelatihan senam hipertensi terhadap peningkatan kemampuan kader.

#### 8. Teknik Penyajian Data

Penyajian data dalam penelitian ini nantinya akan dituliskan dalam bentuk narasi, tabel, dan grafik.

#### K. Etika Penelitian

Penelitian ini sudah mendapatkan keterangan layak etik dengan nomor No.DP.04.03/F.XXI.31/0716/2024 yang dikeluarkan oleh Komisi Etik

Penelitian Kesehatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang. Adapun etika penelitian diantaranya, sebagai berikut :

1. Lembar Persetujuan (*Informed Consent*)

Persetujuan yang dilakukan kepada responden untuk menjadi sampel penelitian dan menandatangani lembar persetujuan

2. Menghormati orang (*respect for person*)

Mempertimbangkan kemungkinan yang dapat terjadi saat proses penelitian berlangsung.

3. Manfaat (*beneficence*)

Memberikan manfaat dan memperkecil risiko ataupun kerugian bagi responden. Memperkecil permasalahan penelitian adalah salah satu kewajiban bagi seorang peneliti

4. Tidak membahayakan (*non-maleficence*)

Mengurangi bahaya yang mungkin terjadi dan melindungi responden seutuhnya

5. Keadilan (*justice*)

Peneliti harus jujur, terbuka, berhati-hati dalam perkataan maupun Tindakan kepada responden maupun semua subjek penelitian, serta memperlakukan dengan sebaik -baiknya, memberikan keuntungan yang sama tanpa dibeda-bedakan.