

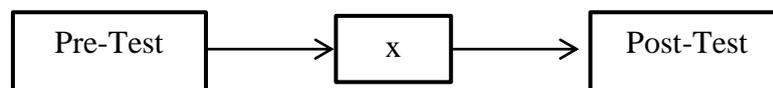
BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah Experimental Semu (*Quasi Experimental*) dengan rancangan *One Group Pre-Test – Post-Test* rancangan ini tanpa kelompok kontrol dimana desain penelitian ini termasuk dalam jenis penelitian (kontrol) tetapi sudah dilakukan observasi pertama (*Pre-Test*) yang kemungkinan menguji perubahan-perubahan yang terjadi setelah eksperimen (program) (Notoatmodjo, 2012)

Berikut adalah rancangan desain penelitian yang di gunakan :



Keterangan =

Pre-Test = Pre-test (sebelum olahraga)

x = Perlakuan (olahraga)

Post-Test = Post-test (sesudah olahraga)

Olahraga Pre-test dan Post-test ini dilakukan selama 3 hari, melalui metode tersebut, dapat diketahui ada tidaknya perbedaan tekanan darah tekanan darah terhadap olahraga pada pemain futsal tim nomed united.

B. Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan pada bulan Mei 2016 dilaksanakan GOR Futsal Banturan, Kecamatan Columadu Kabupaten Karanganyar, Jawa Tengah

C. Populasi, Sampel dan Teknik Sampling

1. Populasi

Populasi merupakan seluruh subyek atau obyek dengan karakteristik tertentu yang akan diteliti, bukan hanya obyek atau subyek yang dipelajari saja tetapi seluruh karakteristik atau sifat yang dimiliki subyek atau obyek tersebut (Hidayat, 2010). Populasi penelitian ini adalah semua pemain futsal di tim Nomed United berjumlah 20 orang.

2. Sampel

Sampel adalah bagian dari populasi yang mewakili populasi yang akan diambil (Notoatmojo, 2007). Sampel dalam penelitian ini adalah semua pemain futsal di tim nomed united yang berjumlah 20 orang.

3. Teknik Atau Cara Pengambilan Sampel

Sampling adalah suatu cara yang ditempuh dengan pengambilan sampel yang benar-benar sesuai dengan keseluruhan obyek penelitian (Nursalam,2008). Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah total sampling. Total sampling adalah teknik pengambilan sampel dimana jumlah sampel sama dengan populasi (Sugiyono, 2007). Alasan mengambil total sampling karena menurut Sugiyono (2007) jumlah populasi yang kurang dari 100 seluruh populasi dijadikan sampel penelitian semuanya.

D. Variabel Penelitian

Variabel penelitian adalah sesuatu yang digunakan sebagai ciri, sifat atau ukuran yang dimiliki atau didapatkan oleh suatu penelitian tentang sesuatu konsep penelitian tertentu (Notoatmodjo, 2010). Variabel dalam penelitian ini yaitu tekanan darah sebelum dan sesudah berolahraga futsal.

E. Definisi Operasional

Tabel 3.1
Definisi Operasional

Variabel	Definisi Operasional	Alat Ukur	Cara Ukur	Skala Ukur	Hasil Ukur
Tekanan darah.	Hasil ukur dari tekanan darah akan yang ditimbulkan pada dinding arteri intrrtusi berupa tekanan darah sistol dan diastol	Stetoskop dan Sphygmomanometer air raksa	Observasi pengukuran langsung tekanan darah menggunakan sfigmomanometer air raksa.dan stetoskop, Tekanan darah sistol dan diastol sebelum dan sesudah berolahraga futsal 30 meni	Ordinal	<ol style="list-style-type: none"> 1. Tekanan darah dikatakan Optimal jika Sistolik <120 mmHg dan diastolik <80 mmHg 2. Hipertensi Normal sistolik <130 mmHg dan diastolik <85 mmHg 3. Hipertensi Normal Tinggi sistolik 130-139 mmHg dan diastolik 85-89 mmHg 4. Hipertensi Grade 1 jika sistolik 140-159 mmHg dan diastolik 90-99 mmHg. 5. Hipertensi Grade 2 jika sistolik 160-179 mmHg dan diastolik 100-109 mmHg 6. Hipertensi Grade 3 jika sistolik \geq180 mmHg dan diastolik \geq110 mmHg 7. Hipertensi sistol terisolasi sub-grup pembatas jika sisliknya \geq 140-149 mmHg dan diastoliknya < 90 mmHg.

F. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian yang digunakan oleh peneliti dalam penelitian ini adalah lembar observasi, *spygmanometer* air raksa dan stetoskop. Lembar observasi diisi oleh peneliti dengan menuliskan hasil pengukuran tekanan darah sebelum dan sesudah berolahraga futsal. Stopwatch digunakan untuk mengukur waktu saat pelaksanaan perlakuan.

G. Pengolahan Data Dan Analisa Data

1. Pengolahan data penelitian dilakukan dengan melalui tahap – tahap sebagai berikut
 - a. *Editing* merupakan upaya untuk memeriksa kembali kebenaran data yang diperoleh atau dikumpulkan
 - b. *Coding* merupakan kegiatan pemberian kode *numeric* (angka terhadap data yang terdiri atas beberapa kategori).
 - c. *Scoring* yaitu menghitung skor jawaban dari tiap item pertanyaan dari masing-masing variabel.
 - d. *Tabulating* yaitu keanjutan dari *coding* yaitu kegiatan memasukan data-data yang telah dikoding ke dalam tabel dengan tujuan untuk mempermudah penyajian data dalam bentuk distribusi frekuensi.
 - e. *Entry Data* yaitu memasukkan data ke computer dengan menggunakan aplikasi program data SPSS (*Statistical Package for Social Science*) (Hidayat,2011).

2. Analisa Data

a. Analisa Univariat

Analisis univariat adalah analisis yang dilakukan terhadap tiap variabel dari hasil penelitian. Pada umumnya hanya menghasilkan distribusi dan presentase dari tiap variabel (Notoatmodjo, 2010).

Dalam penelitian ini analisis univariat digunakan untuk mencari statistik yang meliputi mean, median, modus, standar deviasi, dengan rumus (Hastono, 2001):

$$\text{Mean} \quad : X = \sum x_1/n$$

$$\text{Median} \quad : (n+1)/2$$

Modus : nilai pengamatan yang mempunyai frekuensi/ jumlah terbanyak.

$$\text{Standar deviasi} \quad : SD = \sqrt{\frac{\sum(x_i - \bar{x})^2}{n}}$$

b. Analisis Bivariat

Analisis bivariat yaitu analisis yang dilakukan terhadap dua variabel yang diduga berhubungan atau berkorelasi (Notoatmodjo, 2010).

Sebelum dilakukan uji analisis, akan dilakukan uji prasarat yang digunakan sebagai syarat untuk menentukan dapat tidaknya data dianalisis lebih lanjut.

Menurut Hadiwijaya (2011) uji prasarat terdiri dari uji normalitas, uji normalitas berkaitan dengan sifat sebaran data. Uji normalitas digunakan untuk menentukan apakah data berdistribusi

normal atau tidak. Penelitian ini akan menggunakan uji normalitas dengan uji *Kolmogorov-Smirnov* dengan rumus sebagai berikut :

$$D = \text{Maksimum } |FT - FS|$$

Keterangan :

FT : probabilitas kumulatif normal

FS : probabilitas kumulatif empiris

Jika nilai $|FT - FS|$ terbesar $<$ nilai tabel *Kolmogorov-Smirnov* maka hipotesis diterima, berarti data berdistribusi normal.

Analisis bivariat digunakan untuk menganalisis kejadian peningkatan tekanan darah yang diduga terjadi perubahan setelah dengan menggunakan uji *t-test* dependen dengan rumus (Hastono, 2001):

$$t = \frac{d}{SD_d/\sqrt{n}}$$

Keterangan:

d = Rata-rata deviasi/selisih sampel 1 dengan sampel 2

SD_d = Standar deviasi dari deviasi/selisih sampel 1 dan sampel 2

Untuk menjawab hipotesis dilakukan dengan membandingkan alpha (α) dengan *P value* yang didapat. Nilai α dalam penelitian ini adalah 5% (0,05). H_0 ditolak bila *P value* \leq nilai α dan H_0 diterima bila nilai *P value* $>$ nilai α (Hastono, 2001).

H. Etika Penelitian

Masalah etika dalam penelitian keperawatan merupakan masalah yang sangat penting dalam penelitian mengingat penelitian keperawatan akan berhubungan langsung dengan manusia, maka penelitian harus diperhatikan karena manusia mempunyai hak asasi dalam kegiatan penelitian (Hidayat, 2011). Etika penelitian meliputi :

1. Lembar persetujuan responden (*Informed Consent*)

Informed consent merupakan bentuk persetujuan antara peneliti dengan responden penelitian dengan memberikan lembar persetujuan. *Informed consent* tersebut diberikan sebelum penelitian dilakukan dengan memberikan lembar persetujuan untuk menjadi responden.

Tujuan *informed consent* adalah agar subjek mengerti maksud dan tujuan penelitian, mengetahui dampaknya. Jika subjek bersedia, maka mereka harus menandatangani lembar persetujuan. Jika responden tidak bersedia, maka peneliti harus menghormati hak responden. Beberapa informasi yang harus ada dalam *informed consent* tersebut antara lain: partisipasi responden, tujuan dilakukan tindakan, jenis data yang dibutuhkan, komitmen, prosedur pelaksanaan, potensial masalah yang akan terjadi, manfaat, kerahasiaan, informasi yang mudah dihubungi, dan lain-lain.

2. Tanpa Nama (*Anonymity*)

Masalah etika keperawatan merupakan masalah yang memberikan jaminan dalam penggunaan subjek penelitian dengan cara tidak memberikan atau mencantumkan nama responden pada lembar alat ukur dan hanya menuliskan kode pada lembar pengumpulan data atau hasil penelitian yang akan disajikan.

3. Kerahasiaan (*confidentiality*)

Masalah ini merupakan masalah etika dengan memberikan jaminan kerahasiaan hasil penelitian, baik informasi maupun masalah-masalah lainnya. Semua informasi yang telah dikumpulkan dijamin kerahasiaannya oleh peneliti, hanya kelompok data tertentu yang akan dilaporkan pada hasil peneliti.

I. Jalannya Penelitian

Jalannya penelitian yang saya telah lakukan dalam penelitian ini dapat dijelaskan sebagai berikut :

1. Tahap Persiapan

Pada tahap ini peneliti melakukan pencarian khusus yang terdapat di buku-buku penelitian terdahulu, dari media dan jurnal-jurnal penelitian tentang hasil pengukuran tekanan darah sebelum dan sesudah olahraga, setelah mendapat gambaran tentang kasus dan dari media dan jurnal maka peneliti baru menentukan judul kripsi untuk diajukan kedosen

Langkah selanjutnya setelah mendapatkan persetujuan judul penelitian mulai menyusun proposal penelitian yang kemudian diajukan ke dosen pembimbing I dan pembimbing II. Setelah mendapatkan persetujuan proposal tersebut maka dilaksanakan ujian proposal pada tanggal 11 April 2016.

2. Tahap Pelaksanaan

Sebelum melaksanakan penelitian peneliti memintan surat izin dari insutusi pendidikan Setelah mendapatkan surat izin dari institusi pendidikan peneliti mengajukan izin terlebih dahulu kepada ketua tim futsal nomed united untuk melakukan penelitian.

Setelah mendapatkan perizinan dari kelurahan selanjutnya peneliti menyampaikan surat peizinan tersebut ke ketua tim futsal nomed united.

- a. Setelah menerima surat balasan dari pihak tim futsal nomed united, selanjutnya peneliti dapat mulai untuk pengambilan data penelitian baik dari sumber primer maupun sekunder dengan terlebih dahulu mengadakan sosialisasi dan menjelaskan maksud dan tujuan serta prosedur penelitian kepada pemain futsal tim nomed united.
- b. Sebelum pengambilan data, pemain futsal diberikan penjelasan tentang tujuan, manfaat penelitian dan prosedur penelitian yang akan dilaksanakan.
- c. Responden di ukur tekanan darah sebelum berolahraga (futsal) 5-10 menit
- d. Respon berolahraga bermain futsal terus menerus minimal 30 menit.

e. Kemudian setelah selesai berolah raga futsal 20-30 menit responden diukur kembali tekanan darahnya.

3. Tahap penyelesaian

Setelah melakukan penelitian semua data yang diharapkan peneliti sudah terkumpul kemudian peneliti melakukan pengolahan data sesuai metode yang telah ditetapkan sebelumnya. Kemudian peneliti membuat hasil laporan penelitian kemudian dikonsulkan kembali ke dosen pembimbing I dan pembimbing II guna menyempurnakan pembahasan yang dilakukan peneliti sampai menetapkan persetujuan untuk melakukan ujian kripsi.

Setelah ujian kripsi dan merivisi serta mengerjakan semua saran yang bermanfaat untuk menyempurnakan skripsi ini maka peneliti kembali melakukan konsultasi sampai mendapat persetujuan final bahwa skripsi benar-benar sudah dianggap layak dan sempurna oleh dosen pembimbing I dan pembimbing II yaitu dengan mendapatkan tanda tangan dan telah mendapatkan tanda tangan pengesahan dan penguji I, II, dan III.