

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Jenis penelitian ini adalah kuantitatif. Penelitian kuantitatif adalah penelitian yang memiliki kriteria : berdasarkan fakta, bebas, menggunakan prinsip analisa, menggunakan hipotesis, menggunakan ukuran objektif dan menggunakan data kuantitatif atau yang di kuantitatifkan (Notoatmojo 2018). Penelitian ini akan mengukur tekanan darah lansia yang menderita hipertensi dengan memberikan intervensi terapi *guided imagery* pada satu kelompok responden, yang bertujuan untuk mengetahui adanya pengaruh terapi *guided imagery* terhadap tekanan darah pada lansia dengan hipertensi.

B. Desain Penelitian

Dalam penelitian ini desain yang digunakan adalah *quasy-eksperiment* dengan metode *non equivalent control grup*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui suatu gejala yang timbul sebagai sebab akibat dari suatu perlakuan atau percobaan tertentu antara variabel dependen dan independent. Rancangan *pretest-posttest* dilakukan pada satu kelompok untuk mengetahui adanya pengaruh penurunan tekanan darah pada lansia dengan Hipertensi sebelum dan setelah diberikan relaksasi *guided imagery*. Data diperoleh dari sesudah dilakukan observasi pertama (*pretest*) sebelum dilakukan intervensi, setelah dilakukan intervensi (perlakuan), lalu observasi yang kedua (*posttest*) dilakukan setelah diberikan intervensi.

C. Tempat dan Waktu Penelitian

1. Tempat

Penelitian ini telah dilakukan di Puskesmas Tanjung Sari.

2. Waktu

Penelitian ini telah dilakukan pada tanggal 20-31 Mei 2025.

D. Populasi dan Sampel

1. Populasi Penelitian

Populasi penelitian adalah keseluruhan dari objek atau subjek yang menjadi sasaran utama suatu penelitian (Notoatmojo 2018). Populasi pada penelitian ini adalah 60-80 lansia yang menderita hipertensi di Puskesmas Tanjung Sari Tahun 2025.

2. Sampel

Sampel adalah sebagian dari populasi yang karakteristiknya diteliti. Menurut Sampel pada penelitian ini adalah lansia dengan hipertensi di Puskesmas Tanjung Sari Tahun 2025. Teknik pengambilan sampling akan menggunakan *non-probability sampling*, yaitu teknik pengambilan sampel secara *consecutive sampling*. Jumlah populasi rata-rata perbulan yaitu 60-80. Besar sampel berdasarkan rumus Federer sebagai berikut:

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

Keterangan:

t = jumlah kelompok perlakuan

n = jumlah sampel perkelompok

n = ?

$$(t-1)(n-1) > 15$$

$$(2-1)(n-1) > 15$$

$$1n-1 > 15$$

$$n \geq 16$$

Berdasarkan perhitungan rumus diatas, jumlah sampel yang digunakan harus lebih besar atau sama dengan 16 responden. Peneliti akan mengambil sampel sejumlah 16 responden pada masing-masing kelompok intervensi dan kelompok kontrol dengan rasio 1:1, sehingga total sampel penelitian sejumlah 32 responden.

3. Kriteria Subjek Penelitian

a) Kriteria Inklusi

Kriteria inklusi adalah karakteristik umum subjek penelitian dari suatu populasi target dan terjangkau yang akan diteliti (Sujarweni 2014).

Kriteria inklusi dalam penelitian ini adalah:

- (1) Pasien bersedia menjadi responden.
- (2) Usia ≥ 60 tahun.
- (3) Diagnosis Hipertensi.
- (4) Pasien hipertensi tahap 1 dan 2.
- (5) Pasien tidak mengalami gangguan pendengaran.
- (6) Pasien belum pernah melakukan terapi *Guided Imagery*.

b) Kriteria Eksklusi

Kriteria eksklusi adalah menghilangkan atau mengeluarkan subjek yang memenuhi kriteria eksklusi dari studi karena berbagai sebab (Sujarweni 2014). Kriteria eksklusi dalam penelitian ini adalah:

- (1) Pasien tidak bersedia menjadi responden.
- (2) Keterbatasan fisik atau mental.
- (3) Pasien mengalami gangguan pendengaran.

E. Variabel Penelitian

Variabel merupakan sesuatu yang digunakan sebagai ciri, sifat yang dimiliki oleh satuan penelitian tentang suatu konsep pengertian tertentu (Notoatmojo 2018).

a) Variabel *Independent*

Variabel independent merupakan variabel bebas yang menjadi sebab timbulnya atau berubahnya variabel dependen (terikat) sehingga variabel independent dapat dikatakan sebagai variabel yang mempengaruhi. Dalam penelitian ini yang termasuk variabel *independent* adalah terapi *guided imagery*.

b) Variabel *Dependent*

Variabel *dependen* atau terikat adalah variabel yang di pengaruhi atau yang menjadi akibat karena adanya variabel bebas. Dalam penelitian ini yang

termasuk variabel *dependen* adalah tekanan darah pada lansia dengan hipertensi.

F. Definisi Operasional Variabel

Definisi operasional harus menjelaskan secara spesifik sehingga berdasarkan definisi ini, peneliti yang akan mereplikasi studi dapat dengan mudah mengkonstruksikan teknik-teknik pengukuran yang sama. (Brink, 2009 dalam Syapitri et al. 2021). Adapun definisi operasional dalam penelitian ini, sebagai berikut:

Tabel 3. 1 Definisi Operasional

No	Variabel	Definisi Operasional	Cara Ukur	Alat Ukur	Hasil Ukur	Skala Ukur
Variabel Independen						
1.	Relaksasi <i>guided imagery</i>	Metode yang dilakukan pada responden dengan cara responden menutup mata, Tarik nafas dalam, membayangkan sedang berada ditempat yang tenang seperti pegunungan, memakai rekaman relaksasi berupa instrument musik yang lembut, dilakukan dengan pelaksanaan kelompok intervensi sehari dua kali selama 10 menit dengan 8 kali intervensi.	-	-	-	-
Variabel Dependen						
2.	Tekanan darah lansia dengan Hipertensi	Hasil ukur tekanan darah yang diukur dengan tensimeter digital, dilakukan pada kelompok intervensi dan kontrol 1 kali setiap sebelum pelaksanaan intervensi dan kemudian diukur kembali 1 kali setiap 2 kali pelaksanaan intervensi dan kelompok kontrol tanpa intervensi	Observasi	Tensimeter digital	Normal: 120/80mmHg Hipertensi tahap 1: 130-139/80-89 mmHg Hipertensi tahap 2: $\geq 140/\geq 90$ mmHg	Ordinal

G. Teknik Pengumpulan Data

1. Instrumen pengumpulan data

Teknik pengumpulan data merupakan langkah yang paling strategis dalam penelitian, karena tujuan utama dari penelitian adalah mendapatkan data (Notoatmojo, 2018). Dalam penelitian ini instrument yang digunakan berupa alat pengumpulan data penelitian yaitu tensimeter dan SOP terapi *guided imagery* serta lembar observasi tekanan darah.

2. Alat dan bahan penelitian

Alat dan bahan data adalah alat-alat yang akan digunakan untuk pengumpulan data (Notoatmojo 2018). Alat yang digunakan dalam penelitian ini yaitu:

- i) Lembar *informed consent*
- ii) Lembar observasi penelitian.
- iii) Tensimeter digital.
- iv) Irama relaksasi terapi *guided imagery*

3. Teknik pengumpulan data

Teknik pengumpulan data merupakan Langkah yang paling strategis dalam penelitian, karena tujuan utama dari penelitian adalah mendapatkan data (Notoatmojo, 2018). Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan lembar observasi. Pengumpulan data akan dilakukan di Puskesmas Tanjung Sari tahun 2025 untuk memperoleh data dari responden. Peneliti melakukan identifikasi pasien, calon responden menandatangani *informed consent*. Responden yaitu kelompok *eksperimen* yang diberikan terapi *guided imagery*.

4. Tahap tahap pelaksanaan penelitian

- a) Langkah-langkah persiapan penelitian
 - (1)Menyusun proposal penelitian.
 - (2)Mendapatkan izin penelitian secara akademis untuk melakukan penelitian di Puskesmas Tanjung Sari.

(3)Peneliti mengajukan surat izin penelitian ke Dinas Kesehatan Lampung selatan, Kesbangpol, PTSP, dan Puskesmas Tanjungsari.

b) Pelaksanaan penelitian kelompok eksperimen

(1) Penelitian dimulai sejak tanggal 20-31 Mei 2025, dengan mendata nama-nama responden yang disesuaikan dengan kriteria yang sudah ditentukan.

(2) Sebelum memulai penelitian, peneliti memperkenalkan diri, menjelaskan judul penelitian, tujuan penelitian, hak-hak responden, hal-hal yang dilakukan dengan penelitian ini serta cara pengambilan data. Kemudian peneliti memberikan *informed consent* untuk ditanda tangani responden.

(3) Peneliti melakukan kontrak waktu dengan responden untuk diberikan intervensi terapi *guided imagery*.

(4) Peneliti mengukur tekanan darah responden sebelum dilakukan intervensi terapi *guided imagery*.

(5) Pelaksanaan intervensi terapi *guided imagery*

(6) Setelah dilakukan intervensi terapi *guided imagery* peneliti kembali mengukur tekanan darah responden.

H. Pengolahan Data

Menurut (Notoatmojo 2018) proses pengolahan data *instrument test* akan melalui tahap:

1. *Editing*

Pada tahap ini, dilakukan pemeriksaan terhadap kelengkapan data responden yaitu hasil pengukuran tekanan darah sebelum dan setelah dilakukan terapi *guided imagery*. Apabila ditemukan data tekanan darah responden ada yang belum lengkap, maka perlu dilakukan pengambilan data ulang untuk melengkapinya.

2. *Coding*

Setelah dilakukan *editing*, selanjutnya dilakukan pengkodean atau *coding*, yakni mengubah data berbentuk kalimat atau huruf menjadi data angka atau bilangan.

a) Kelompok

- Kelompok Intervensi: Kode 1
- Kelompok Kontrol: Kode 2

b) Jenis kelamin

- Laki-laki: Kode 1
- Perempuan: Kode 2

c) Usia

- 55-65 tahun: Kode 1
- 66-74 tahun: Kode 2

d) Pekerjaan

- Wiraswasta : Kode 1
- Petani: Kode 2
- Buruh: Kode 3
- Tidak bekerja: Kode 4

e) Pendidikan

- SD: Kode 1
- SMP: Kode 2
- SMA: Kode 3

3. *Processing*

Peneliti memasukan data dalam bentuk kode (angka atau huruf) kedalam program software komputer. Dalam proses ini dituntut ketelitian karena apabila tidak akan terjadi bias, meskipun hanya memasukkan data saja.

4. *Cleaning*

Apabila semua data dari responden selesai dimasukkan, perlu di cek Kembali untuk melihat kemungkinan adanya kesalahan kode, ketidak lengkapan, dan sebagainya. Kemudian dilakukan koreksi, proses ini disebut pembersihan data.

I. Etika Penelitian

Menurut (Notoatmojo 2018) dalam melakukan penelitian, peneliti menerapkan etika penelitian yaitu:

1. Lembar Persetujuan (*Informed consent*)

Penelitian ini akan dilakukan setelah responden diberikan informasi yang jelas mengenai hak dan tanggung jawab mereka. Mereka diminta untuk menandatangani lembar persetujuan sebagai tanda kesediaan untuk berpartisipasi dalam penelitian, dan tidak ada paksaan.

2. Kerahasiaan (*Confidentiality*)

Penelitian ini dilakukan setelah peneliti berkomitmen untuk melindungi semua data dan informasi yang dikumpulkan selama proses penelitian. Identitas responden akan dirahasiakan untuk menjaga kerahasiaan data yang diperoleh, sehingga privasi responden tetap terjaga dengan baik.

3. Kebaikan (*Beneficience*)

Penelitian ini dilakukan setelah peneliti melaksanakan setiap langkah sesuai dengan prosedur penelitian yang telah ditetapkan untuk memastikan bahwa hasil yang didapatkan bermanfaat secara maksimal bagi responden.

4. Tidak membahayakan (*Nonmaleficience*)

Penelitian ini tidak merugikan responden, dan melakukan penelitian ini tidak akan mempengaruhi kegiatan dan pekerjaan responden.

5. Keadilan (*Justice*)

Penelitian ini dilakukan setelah peneliti tidak membedakan derajat dan bersikap adil terhadap semua responden. Prinsip yang diterapkan adalah bahwa individu yang setara harus diperlakukan secara sama, sementara individu yang tidak setara harus diperlakukan dengan cara yang sesuai. Oleh karena itu, peneliti berkomitmen untuk menjaga keadilan terhadap semua responden.

J. Analisa Data

Menurut (Sahir, Syafrida, 2022) analisa data adalah kegiatan yang sangat penting dalam suatu penelitian, karena dengan analisis data dapat mempunyai makna yang berguna untuk memecahkan masalah. Langkah pertama Analisa

data adalah melakukan analisis deskriptif atau univariat, kemudian diikuti analisis bivariat dan analisis univariat.

1. Analisis Univariat

Analisis univariat adalah untuk menjelaskan/mendeskripsikan karakteristik masing-masing variabel yang diteliti. Untuk data numerik digunakan nilai mean atau rata-rata, median, dan standar deviasi. Analisis univariat bertujuan untuk menjelaskan atau mendeskripsikan karakteristik setiap variabel penelitian. Bentuk analisis univariat tergantung dari jenis datanya (Nursalam, 2013). Analisis univariat dalam penelitian ini adalah perhitungan distribusi frekuensi dan statistik deskriptif seperti mean, median, modus dan variansi tekanan darah.

2. Analisis Bivariat

Analisis Bivariat adalah analisis yang digunakan terhadap dua variabel yang diduga berhubungan atau berkorelasi (Nursalam, 2013). Analisis Bivariat dalam penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adanya pengaruh tekanan darah sebelum dan setelah pemberian terapi *guided imagery*. Analisis bivariat yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji normalitas dan uji *Paired T-test*, karena data yang diasumsikan berdistribusi normal. Jika data tidak berdistribusi normal maka menggunakan uji *Wilcoxon Rank*. Berdasarkan hasil statistik dapat dilihat kemaknaan pengaruh antara dua variabel, yaitu :

- a. Jika $(p\text{-value}) < \alpha (0,05)$ maka terdapat pengaruh sebelum dan sesudah diberikan terapi *guided imagery*.
- b. Jika $(p\text{-value}) > \alpha (0,05)$ maka tidak ada pengaruh sebelum dan sesudah diberikan terapi *guided imagery*.