

BAB 4

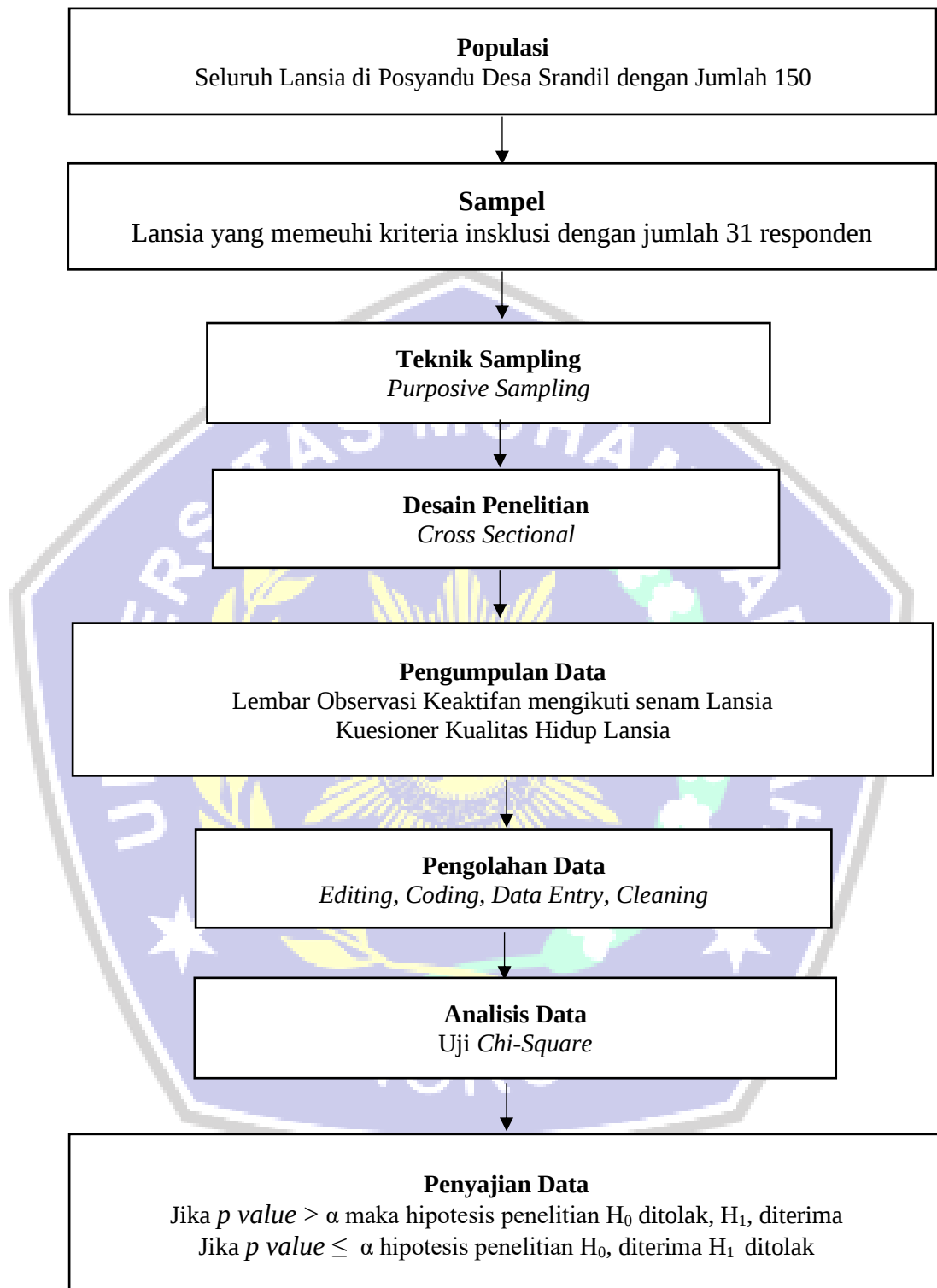
METODE PENELITIAN

Metode penelitian adalah metode ilmiah untuk mendapatkan data dengan tujuan dan kegunaan tertentu. Pada bab ini akan menguraikan desain penelitian kerangka operasional, populasi, sampel, sampling, variabel penelitian, instrument penelitian, lokasi dan waktu penelitian, prosedur pengumpulan data dan analisa data dan etika penelitian (Oktiama, 2020).

4.1. Desain Penelitian

Desain penelitian merupakan seluruh proses yang dibutuhkan dalam perencanaan dan identifikasi suatu masalah sebelum dilakukan perencanaan akhir pengumpulan data serta digunakan untuk mengidentifikasi struktur dimana penelitian dilaksanakan. Rencana penelitian yang akan digunakan yaitu *Cross sectional*. Jenis penelitian yang direncanakan adalah penelitian analitik dengan pendekatan analisis kuantitatif. Penelitian bertujuan untuk mengetahui hubungan keaktifan senam lansia dengan kualitas hidup di Posyandu Desa Srandil Kecamatan Jambon Kabupaten Ponorogo.

4.2. Kerangka Operasional



Gambar 4.1 : Kerangka operasional hubungan senam lansia dengan kualitas hidup pada lansia di Posyandu Desa Srandil Kecamatan Jambon Kabupaten Ponorogo.

4.3. Populasi, Sampel, Kriteria, Sampling

4.3.1 Populasi

Populasi adalah seluruh subjek penelitian. Penelitian ini melibatkan seluruh lansia laki-laki dan perempuan di Posyandu Desa Srandil Kecamatan Jambon berjumlah 150.

4.3.2 Sampel

Sampel adalah sebagian dari populasi yang merupakan wakil dari populasi itu. Pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling* sebanyak 31 orang dimana teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu atau kriteria tertentu. Dengan menggunakan rumus *slovin* :

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

Keterangan:

n = Ukuran sampel

N = Ukuran Populasi

e = Presentase kelonggaran ketelitian atau kesalahan pengambilan sampel yang masih ditolerir (0,05)

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

$$n = \frac{150}{1 + 150(0,05)^2}$$

$$n = \frac{150}{1 + 150(0,025)}$$

$$n = \frac{150}{1 + 3,75}$$

$$n = \frac{150}{4,75}$$

$$n = 31,5789474$$

Berdasarkan perhitungan rumus di atas sampel yang di ambil untuk penelitian adalah 31 responden.

4.3.3 Kriteria

Kriteria Sampel

- a. Lansia berumur 60 tahun keatas
- b. Bersedia menjadi responden
- c. Tidak mengalami pikun (dimensia)

4.3.4 Sampling

Teknik sampling yang digunakan adalah *Purposive Sampling*. Menurut Sugyono (2016). *Purposive sampling* yaitu metode pengambilan sampel berdasarkan keputusan peneliti dalam memilih subjek yang dinilai karakteristik dari populasi atau yang mengetahui tentang masalah yang akan diteliti.

4.4. Variabel Penelitian

4.4.1 Variabel Independen (Bebas)

Variabel yang mempengaruhi atau nilainya menentukan variabel-variabel lain. Suatu kegiatan stimulus yang dimanipulasi oleh peneliti menciptakan suatu dampak pada variabel dependen. Variabel bebas biasanya dimanipulasi, diamati, dan diukur untuk diketahui hubungannya dan pengaruhnya terhadap variabel lain (Nursalam, 2015). Variabel independen dalam penelitian ini adalah keaktifan senam lansia.

4.4.2 Variabel Dependen (Terikat)

Variabel yang dipengaruhi nilainya ditentukan oleh variabel lain.

Variabel respons akan muncul sebagai akibat dari manipulasi variabel-variabel lain (Nursalam, 2015). Variabel dependen dalam penelitian ini adalah kualitas hidup lansia.

4.5. Definisi Operasional

Definisi operasional merupakan gambaran operasional suatu variabel yang digunakan dalam suatu penelitian untuk membantu pemahaman pembaca ketika menafsirkan penelitian yang dilakukan (Nursalam, 2015).

Tabel 4.1 Definisi Operasional Hubungan Keaktifan Senam Lansia Dengan Kualitas Hidup Lansia di Posyandu Desa Srandil

Variabel	Definisi	Alat Ukur	Skala Ukur	Skor
Variabel Independen Senam Lansia	Senam lansia adalah olahraga yang gerakannya bersifat dinamis atau berubah-ubah, dan mudah dilakukan.	Lembar observasi	Nominal	Senam lansia dilakukan dalam periode Mei-Juni 2024 sebanyak 1x dalam sebulan <2 = Tidak Aktif >2= aktif
Varibel Dependen Kualitas Hidup Lansia	Kualitas hidup lansia adalah penelitian lansia terhadap keadaan umum, fisik, dan psikologisnya meliputi: 1. Fisik a. Kepuasan terhadap kesehatan tubuh	Kuesioner WHOQOL-BREF	Nominal	< 50% = Buruk > 50% = Baik (Khatirave llu, Sri C. K, 2016)

	b. Kepuasan akan terapi medis c. Penerimaan rasa sakit fisik 2. Psikologis a. Penerimaan terhadap hidup b. Kepemikiran fasilitas hidup c. Penerimaan penampilan fisik d. Kemampuan bergaul e. Kepuasan tidur f. Kemampuan bekerja g. Penerimaan perasaan-perasaan negatif			
--	--	--	--	--

4.6. Instrumen Penelitian/Alat Ukur dan Bahan Penelitian

Instrument dan bahan segala alat, bahan, dan sarana yang diperlukan dalam kegiatan penelitian. Instrument yang digunakan dalam penelitian ini:

1. Lembar observasi untuk mengetahui keaktifan senam lansia
2. Kuesioner WHOQOL-BREF (*The Bref Version of World Health Organization's Quality Of Life Questionnaire*) merupakan pengembangan dari instrumen WHOQOL-100. Kedua instrumen ini dibuat oleh tim dari *World Health Organization's* (WHO).

Instrumen WHOQOL-BREF ini merupakan rangkuman dari *World Health Organization Quality of Life* (WHOQOL)-100 yang terdiri dari 26 pertanyaan. WHOQOL-BREF terdiri dari dua bagian yang berasal dari kualitas hidup secara menyeluruh dan kesehatan secara umum, dan satu bagian yang terdiri dari 24 pertanyaan yang berasal

dari WHOQOL-100 (Koesmanto, 2013). Untuk menilai WHOQOL-BREF, maka ada empat domain yang digabungkan yaitu domain fisik, psikologis, hubungan sosial, dan lingkungan. (semua pertanyaan didasarkan pada skala Likert Lima poin (1-5)), yang dimana intensitas menunjukkan seberapa intens status atau kondisi yang dialami seseorang. Skala evaluasi mengacu pada taksiran situasi dari situasi, kapasitas atau tingkah laku. Skala respon frekuensi mengacu pada angka, frekuensi, atau kecepatan dari situasi atau tingkah laku. Skala respons kapasitas mengacu pada kapasitas perasaan, situasi atau tingkah laku (Koesmanto, 2013).

Kualitas hidup dan kesehatan secara keseluruhan dibahas dalam pertanyaan pertama dan kedua dari kuesioner. Dalam domain 1 fisik, pertanyaan nomor 3,4,10,15,16,17, dan 18. Domain 2 psikologis, pertanyaan nomor 5,6,7,11,19, dan 26. Dalam domain 3 hubungan sosial, pertanyaan nomor 20,21,dan 22. Dalam domain 4 kesehatan lingkungan, pertanyaan nomor 8,9,12,13,14,23,24, dan 25. Selain itu, instrumen ini terdiri dari pertanyaan positif kecuali untuk tiga pertanyaan bernomor 3,4,dan 26 yang memiliki nilai negatif. Dalam penelitian ini, skor total dari setiap domain (dikenal sebagai *raw score*) diubah ke dalam skala 0-100 (Koesmanto, 2013).

Dalam menentukan hasil ukur menggunakan rumus:

$$\text{Skor rata-rata} = \frac{\sum \text{skor yang diperoleh}}{\sum \text{skor maksimum}} \times 100\%$$

Pada penelitian keaktifan lansia diukur menggunakan lembar observasi dengan menggunakan kriteria aktif dan tidak aktif. Jika

dikatakan aktif dengan skor >2 , sedangkan tidak aktif dengan skor <2 .

Uji Validitas dan reliabilitas dari penelitian ini yaitu:

1. Uji Validitas

Uji validitas dilakukan untuk memastikan apakah kuesioner yang kami gunakan memiliki kemampuan untuk mengukur apa yang akan kita ukur. Alat ukur ini telah disesuaikan untuk beberapa bahasa, seperti Bahasa Indonesia oleh Dr. Riza Sarasvita dan Dr. Satya Joewana untuk penelitian pada pengguna narkoba, tetapi uji psikometrinya belum ada. Wardhani (2009) juga menggunakan alat ukur adaptasi ini melihat kualitas hidup orang dewasa. Dia melakukan uji validitas alat ukur WHOQOL-BREF, dan hasilnya menunjukkan bahwa alat ukur WHOQOL-BREF adalah alat ukur yang sah dan dapat diandalkan untuk mengukur kualitas hidup. Wardhani (2009) melakukan uji validitas item dengan menghitung bagaimana skor masing-masing item dengan skor masing-masing dimensi WHOQOL-BREF. Hasilnya menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara skor item dan skor dimensi ($r = 0,409 - 0,850$). Oleh karena itu, alat ukur WHOQOL-BREF dapat digunakan untuk mengukur kualitas hidup (Sekarwiri, 2008).

2. Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas ini menunjukkan seberapa dapat diandalkan

atau dapat dipercaya suatu alat. Ini menunjukkan sejauh mana hasil pengukuran ini konsisten atau sama jika dilakukan dua kali atau lebih dengan alat ukur yang sama. Uji reliabilitas dilakukan dengan menggunakan *coefficiet Alpha Cronbach* meggunakan *software* SPSS 11.5, menghasilkan nilai $r = 0,8756$ sehingga dapat dikatakan bahwa alat pengukuran WHOQOL- BREF berupa kuesioner yang berisi 26 dari 4 dimensi dari kualitas hidup merupakan alat ukur yang dapat diandalkan untuk mengukur kualitas hidup (Sekarwiri, 2008).

4.7. Lokasi dan Waktu Penelitian

4.7.1 Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Posyandu Desa Srandil Kecamatan Jambon Kabupaten Ponorogo. Peneliti memilih Posyandu Srandil karena adanya kegiatan senam pada lansia.

4.7.2 Waktu Penelitian

1. Penyusunan proposal ini dimulai pada tanggal 28 November 2023.
2. Pengambilan data awal untuk proposal ini dilakukan pada tanggal 5 Desember 2023.
3. Uji proposal dijadwalkan pada tanggal 22 Februari 2014.
4. Pengambilan data penelitian dilakukan pada bulan Maret 2024.

4.8. Prosedur Pengumpulan Data dan Analisa Data

4.8.1 Prosedur Penelitian

1. Tahap Persiapan

Peneliti terlebih dahulu mengurus izin pengambilan data awal dengan membawa surat dari Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo kepada Dinas Kesehatan wilayah Kabupaten Ponorogo. Kemudian, peneliti mengantarkan surat rekomendasi penelitian ke Dinas Kesehatan Kabupaten Ponorogo. Setelah selesai mengantar balasan dari Dinas Kesehatan Kabupaten Ponorogo, beberapa hari kemudian, peneliti mengambil balasan surat perizinan data awal dari Dinas Kesehatan Kabupaten Ponorogo. Kemudian, peneliti datang ke Puskesmas Jambon untuk meminta kesediaan membimbing peneliti dalam proses pengumpulan data awal penelitian.

2. Tahap Pelaksanaan

Setelah mendapatkan izin melaksanakan penelitian di Posyandu Desa Srandil. Responden diambil dari lansia > 50 tahun. Jika sesuai dengan kriteria maka peneliti memberikan penjelasan tentang penelitian secara langsung dan juga memberikan penjelasan sebelum penelitian (PSP) kepada calon responden. Langkah selanjutnya, peneliti meminta kesediaan subjek penelitian untuk menandatangani lembar persetujuan (*informed consent*).

3. Tahap Pengumpulan Data Peneliti

Setelah mendapatkan persetujuan dari responden, peneliti

membagikan kuesioner pada responden dan peneliti menjelaskan cara pengisian kuesioner serta tiap item pertanyaan pada kuesioner. Kuesioner yang telah diisi secara lengkap oleh responden selanjutnya diserahkan kepada peneliti untuk dilakukan pengolahan data.

4.8.2 Pengolahan Data

Sebelum dianalisis, data terlebih dahulu diolah dengan tujuan untuk mengubah data menjadi informasi. Menurut (Notoatmodjo, 2012). Ada beberapa langkah yang harus ditempuh dalam proses pengolahan data yaitu:

a. *Editing*

Pada saat pengolahan, keakuratan data yang diterima diperiksa kembali (Hidayat, 2010). Dalam penelitian ini, proses *editing* dilakukan saat pengumpulan data, peneliti langsung melakukan proses *editing* dihadapan responden dan tidak ditemukan kekurangan atau kesalahan pengisian kuesioner.

b. *Coding*

Menurut Notoatmodjo (2012), *coding* adalah proses mengubah data, yang terdiri dari kalimat dan karakter, menjadi data numerik dan angka. Proses ini sangat penting untuk input data. Selain proses input data, pengodean juga dilakukan.. Proses *coding* dilakukan bersamaan dengan proses *entry data*, dimana kode hasil *coding* seperti:

1. Keaktifan Senam Lansia

Kode Aktif : 1

Kode Tidak aktif : 2

2. Kualitas Hidup

a. Kategori Baik dengan kode 1

b. Kategori Buruk dengan kode 2

3. Karakteristik Responden

a. Karakteristik jenis kelamin: kode 1 untuk laki-laki dan kode 2 jenis kelamin perempuan.

b. Karakteristik umur responden: kode 1 untuk umur 60-70, kode 2 untuk umur 71-79, kode 3 untuk umur >80 tahun keatas.

c. Karakteristik pekerjaan: kode 1 untuk petani, kode 2 untuk swasta, kode 3 untuk IRT, dan kode 4 untuk tidak bekerja

c. *Data Entry* (Memasukkan Data)

Data entry merupakan suatu proses masuknya data dengan dikumpulkan kedalam data base komputer dan dilakukannya distribusi frekuensi sederhana (Hidayat, 2010).

Peneliti memasukkan data dari kuesioner, termasuk data yang dihasilkan dari proses *coding*, ke dalam master tabel dengan menggunakan *Microsoft Excel*, dan kemudian data dapat dianalisis dengan aplikasi SPSS.

d. *Cleaning* (Pembersihan)

Setelah peneliti memasukkan data ke dalam spreadsheet Microsoft Excel, proses pembersihan dilakukan. Setelah mereka memasukkan data ke dalam komputer, peneliti memeriksa ulang data untuk kesalahan atau kode yang salah dibaca sebelum membuatnya siap untuk dianalisis. Setelah proses pembersihan, tidak ada data yang hilang.

Analisis Data:

a. Analisis Univariat

Analisis univariat bertujuan untuk mendeskripsikan atau menjelaskan karakteristik masing-masing variabel penelitian. Penelitian tentang hubungan antara karakteristik aktivitas fisik dan kualitas hidup lansia telah dilakukan, serta mengkaji hubungan antara karakteristik tersebut dalam kaitannya dengan aktivitas fisik dan faktor psikologisnya.

b. Analisis Bivariat

Menurut Saryono (2011), analisis bivariat menganalisis interaksi antara dua variabel dalam format komparatif, gabungan, atau korelasional. Penelitian ini menggunakan analisis bivariat untuk menganalisis hubungan antara dua variabel independen dan dependen, dengan tujuan untuk menemukan hubungan antara keduanya. Variabel yang diasumsikan berhubungan juga dievaluasi melalui analisis bivariat. Untuk melakukan analisis penelitian ini, uji *Chi-*

Square digunakan. Perhitungan untuk penelitian ini dilakukan melakukan SPSS dengan tingkat 5% atau 0,05.

Sehingga kesimpulannya:

- a) Jika $p\text{-value} > \alpha$ 0,05 maka H_0 diterima dan H_1 ditolak yang artinya tidak ada hubungan
- b) Jika $p\text{-value} < \alpha$ 0,05 maka H_0 ditolak dan H_1 diterima yang artinya ada hubungan.

4.9. Etika Penelitian

Dalam penelitian ini segi etik yang diperlukan oleh peneliti adalah:

4.8.1 Lembar Persetujuan (*informed consent*)

Lembar persetujuan menjadi responden diberikan kepada subyek yang akan diteliti. Peneliti menjelaskan maksud dan tujuan riset yang akan dilakukan jika bersedia diteliti harus mendatangkan lembar persetujuan dan tetap menghormati hak-haknya.

4.8.2 Tanpa Nama (*Anonymity*)

Untuk menjaga kerahasiaan identitas responden, responden tidak diwajibkan mencantumkan nama atau inisial pada formulir survei. Maka lembar tersebut hanya akan menerima nomor kode tertentu.

4.8.3 Kerahasiaan (*Confidentiality*)

Pertanyaan ini bersifat etis karena menjamin kerahasiaan hasil penelitian, baik informasi maupun subjek lainnya. Segala informasi yang dikumpulkan akan dikumpulkan akan tetap dirahasiakan sebagaimana ditentukan oleh peneliti.

4.8.4 Layak Uji Etik Penelitian

Pada dasarnya, setiap penelitian atau penelitian yang menggunakan manusia sebagai subjek harus mendapatkan *ethical clearance* atau bukti bahwa mereka telah lulus uji etik. Penelitian ini sudah lolos uji etik oleh Komite Etik Penelitian Kesehatan (KEPK) Universitas Muhammadiyah Ponorogo pada tanggal 20 Mei 2024 dengan No.415/ER/KEPK/2024.

