

## BAB III METODE PENELITIAN

### 3.1. Desain Penelitian

Pada penelitian kali ini menggunakan penelitian eksperimen dalam bentuk pre experiment design. Penelitian eksperimen merupakan suatu kegiatan dalam mengontrol dan memanipulasi. Pada penelitian eksperimen peneliti harus melihat aspek setidaknya satu *dependent variable* dan satu atau lebih *independent variable* (Fraenkel et al., 2012).

Dari pernyataan Fraenkel, dkk, dapat disimpulkan bahwa metode penelitian eksperimen adalah rangkaian percobaan kegiatan yang bertujuan dalam menyelidiki suatu masalah yang nantinya akan memperoleh hasil. Akan ada dua faktor yang menjadi percobaan, diantaranya variable bebas adalah senam A-PIK (Anti Pikun) untuk mengetahui pengaruh terkaitnya yaitu kualitas hidup pada orang dengan demensia. Desain penelitian yang digunakan yaitu *One-Group Pretest-Posttest Design*. Menurut (Fraenkel et al., 2012), pada desain penelitian ini, menggunakan dua kelompok subjek yang diukur sebanyak dua kali. Pengukuran pertama berfungsi sebagai pre-test dan yang kedua sebagai post-test. Dengan demikian hasil penelitian dapat diketahui lebih akurat, dikarenakan bisa membandingkan saat keadaan sebelum diberi tes percobaan. Diagram dari The One-Group Pretest-Posttest Design ditunjukkan pada table berikut ini:

**Tabel 3.1. Desain Penelitian Weak Experiment**

Kelompok	Pretest	Treatment	Posttest
Eksperimen	O <sub>1</sub>	X	O <sub>2</sub>

Keterangan:

O<sub>1</sub> = Pretest untuk mengukur tingkatan pada demensia sebelum perlakuan

O<sub>2</sub> = Posttest untuk mengukur tingkatan pada demensia setelah perlakuan

X = Perlakuan dengan memberikan treatment senam A-Pik

### **3.2. Partisipan**

Partisipan yang terlibat pada penelitian ini adalah pada orang dengan demensia yang berasal dari kecamatan Cibeunying Kidul, Kelurahan Padasuka dan dikelola oleh POSBINDU (Pos Binaan Terpadu) bernama Tanjung dan memiliki penyakit demensia dengan jumlah 22 orang sampel. Penelitian ini juga dibantu oleh tim peneliti dan ibu-ibu pos bindu setempat yang memiliki tugas membantu mempersiapkan kelangsungan penelitian dalam masa pandemik covid-19. Populasi pada penelitian ini berjumlah 69 orang. Pemilihan partisipan dilakukan secara mempertimbangkan populasi dan karakteristik yang ada dengan menggunakan teknik purposive sampling.

### **3.3 Populasi dan Sampel**

#### **3.3.1 Populasi Penelitian**

Populasi merupakan suatu kumpulan wilayah yang terdiri atas objek yang mempunyai kualitas dengan cirinya masing-masing yang ditentukan peneliti untuk dipahami dan ditarik kesimpulannya. Dalam suatu populasi setiap individu memiliki karakter yang berbeda sehingga membedakan dengan populasi yang lainnya (Jack R. Fraenkel, Wallen and Hyun, 2012). Populasi dalam penelitian ini yaitu kelompok lansia berasal dari kecamatan Cibeunying Kidul, Kelurahan Padasuka yang dikelola oleh POSBINDU (Pos Binaan Terpadu) bernama Tanjung sebanyak 69 orang.

#### **3.3.2 Sampel Penelitian**

Sampel penelitian adalah suatu individu, kelompok, atau objek untuk memperoleh informasi dan data (Jack R. Fraenkel, Wallen and Hyun, 2012). Sampel penelitian ini menggunakan teknik purposive sampling, dengan mempertimbangkan populasi dan karakteristik partisipan yang sudah diketahui sebelumnya. Sampel yang diambil dalam penelitian ini yaitu sebanyak 22 orang lansia dari jumlah populasi sebanyak 69 orang. Adapun karakteristik partisipan yang diambil yaitu lansia demensia.

### 3.4 Instrumen Penelitian

Instrumen adalah alat ukur yang dipergunakan untuk memperoleh data penelitian (Fraenkel et al., 2012). Dalam pemilihan instrumen harus tepat, sebab instrumen sangat menentukan hasil dari penelitian. Instrument yang digunakan dalam penelitian ini adalah *SF-36*. Short Form 36 atau SF-36 merupakan kuesioner berisi 36 item yang yang didesain sebagai alat ukur kualitas hidup secara generik yang digunakan untuk survei populasi dan studi evaluasi kebijakan kesehatan (Brazier et al., 1992). Berikut adalah kuesioner yang digunakan dalam penelitian ini:

#### Kuesioner Kualitas hidup SF-36

1. Bagaimana kondisi kesehatan anda saat ini?
  - Sangat Baik Sekali = 1
  - Sangat Baik = 2
  - Baik = 3
  - Cukup Baik = 4
  - Buruk = 5
  
2. Bagaimana Kesehatan anda saat ini dibandingkan tahun lalu?
  - Sangat Baik = 1
  - Baik = 2
  - Sama saja = 3
  - Buruk = 4
  - Sangat Buruk = 5

Dalam 1 bulan terakhir apakah aktifitas yang anda lakukan terbatas karena kesehatan anda dibawah ini?

ket:

SM = Sangat Membatasi

SdM = Sedikit Membatasi

TM = Tidak Membatasi

No	Pernyataan	SM	SdM	TM
3	Aktifitas fisik yang membutuhkan banyak energi, mengangkat benda berat, dan melakukan olahraga berat			
4	Aktifitas ringan seperti memindahkan meja, menyapu, jogging/jalan santai.			
5	Mengangkat atau membawa barang ringan (misalnya belanjaan, tas)			
6	Menaiki beberapa anak tangga			
7	Menaiki satu tangga			
8	Menekuk leher,tangan,kaki , bersujud dan membukuk			
9	Berjalan lebih dari 1,5 km			
10	Berjalan melewati beberapa gang/1km			
11	Berjalan melewati satu gang / 0,5 km			
12	Mandi atau memakai baju sendiri			

Selama 1 bulan terakhir apakah anda mengalami masalah dalam pekerjaan atau aktifitas fisik?

No	Pernyataan	Ya	Tidak
13	Menghabiskan seluruh waktu anda untuk melakukan pekerjaan atau aktifitas fisik		
14	Menyelesaikan pekerjaan tidak tepat pada waktunya		
15	Terbatas pada beberapa pekerjaan atau aktifitas fisik lain		
16	Mengalami kesulitan dalam melakukan pekerjaan atau aktifitas fisik lainnya (yang membutuhkan energi ekstra)		

Dalam satu bulan terakhir, apakah aktifitas fisik anda terganggu akibat emosi anda, seperti merasa sedih, tertekan, dan cemas

No	Pernyataan	Ya	Tidak
17	Menghabiskan seluruh waktu anda untuk melakukan pekerjaan atau aktifitas lain		
18	Menyelesaikan pekerjaan tidak lama dari biasanya		
19	Dalam melakukan pekerjaan atau kegiatan lain tidak berhati-hati sebagaimana biasanya		

20. Dalam satu bulan terakhir, apakah kesehatan fisik anda mengganggu emosional anda dalam beraktivitas sosial?

- Tidak Mengganggu = 1
- Sedikit Mengganggu = 2
- Cukup Mengganggu = 3
- Mengganggu = 4
- Sangat Mengganggu = 5

21. Seberapa besar anda merasakan nyeri pada tubuh selama 1 bulan terakhir

- Tidak Nyeri = 1
- Nyeri Sangat Ringan = 2
- Nyeri Ringan = 3
- Nyeri Sedang = 4
- Nyeri = 5
- Sangat Nyeri = 6

22. Dalam 1 bulan terakhir, seberapa besar rasa sakit/ nyeri yang mengganggu pekerjaan anda sehari-hari (pekerjaan didalam/diluar rumah)

- Tidak Mengganggu = 1
- Sedikit Mengganggu = 2
- Cukup Mengganggu = 3
- Mengganggu = 4
- Sangat Mengganggu = 5

Pertanyaan – pertanyaan dibawah ini berisi tentang bagaimana perasaan anda dalam 1 bulan terakhir

Ket:

- S = Selalu
- HS = Hampir Selalu
- CS = Cukup Sering
- KK = Kadang-kadang
- J = Jarang
- TP = Tidak Pernah

No	Pernyataan	S	HS	CS	KK	J	TP
23	Apakah anda merasa penuh semangat?						
24	Apakah anda orang yang sangat gugup?						
25	Apakah anda merasa sangat tertekan dan taca da yang mengembirakan anda?						
26	Apakah anda merasa tenang dan damai?						

27	Apakah anda memiliki banyak tenaga?						
28	Apakah anda merasa putus asa & sedih?						
29	Apakah anda merasa bosan?						
30	Apakah anda seorang yang periang?						
31	Apakah anda merasa cepat lelah?						

32. Dalam 1 bulan terakhir apakah kesehatan fisik atau masalah emosi anda mempengaruhi kegiatan sosial anda

- Selalu = 1
- Hampir selalu = 2
- Kadang- Kadang = 3
- Jarang = 4
- Tidak Pernah = 5

Petunjuk Berikut dimaksud untuk menjawab pertanyaan- pertanyaan no 33-36. Menurut Anda, sejauh mana kebenaran pernyataan berikut menggambarkan keadaan kesehatan anda

Keterangan

B = Benar

BS = Benar Sekali

TT = Tidak Tahu

S = Salah

SS = Sangat Salah

NO	Pernyataan	B	BS	TT	S	SS
33	Saya merasa sepertinya sedikit mudah menderita sakit					
34	Saya sama sehatnya seperti orang lain					
35	Saya merasa kesehatan saya semakin memburuk					
36	Kesehatan saya sangat baik					



### 3.4. Prosedur Penelitian

Pada penelitian ini dilakukan beberapa prosedur penelitian yang dilakukan dalam penelitian yaitu:

1) Rancangan

Menentukan masalah, merumuskan masalah dan menentukan variabel.

2) Populasi

Menentukan populasi penelitian. Populasi dalam penelitian ini yaitu kelompok lansia berasal dari Kecamatan Cibeunying Kidul, Kelurahan Padasuka yang dikelola oleh POSBINDU (Pos Binaan Terpadu) Tanjung.

3) Sampel

Sampel diambil dari populasi sebanyak 22 sampel dengan memperhatikan kriteria lansia yang terkena demensia, dan bersedia menjadi sampel dalam penelitian.

4) Inform Concern

Peneliti menentukan waktu untuk bertemu dengan para lansia, kemudian diserahkan lembaran yang berisi pernyataan persetujuan untuk menjadi sampel. Setelah itu, apabila sampel menyepakati maka akan diberi pretest sebelum diberikan treatment.

5) Pre - Test

Sebelum diberikan treatment sampel akan diberikan Pre - Test dengan mengisi instrumen Instrument yang digunakan dalam penelitian ini adalah *SF-36*. Short Form 36 atau SF-36 merupakan kuesioner berisi 36 item yang didesain sebagai alat ukur kualitas hidup secara generik yang digunakan untuk survei populasi dan studi evaluasi kebijakan kesehatan (Brazier et al., 1992) untuk mengetahui data awal sebagai pembandingan dengan data akhir apakah ada perbedaan atau tidak.

6) Treatment Senam A-PIK

Sampel diberikan treatment setelah melakukan pre - test. Treatment nya yaitu Senam A-PIK diberikan selama 36 kali pertemuan dalam 3 bulan. Dengan mematuhi protokol kesehatan dalam masa pandemik ini, yaitu melalui video youtube yang sudah disebarlink nya dipandu dengan Ibu POSBINDU dalam melakukan Senam A-PIK.

7) Post - Test

Setelah selesai treatment sampel akan diberikan post - test dengan mengisi kembali kuesioner *SF-36* (Short Form 36)

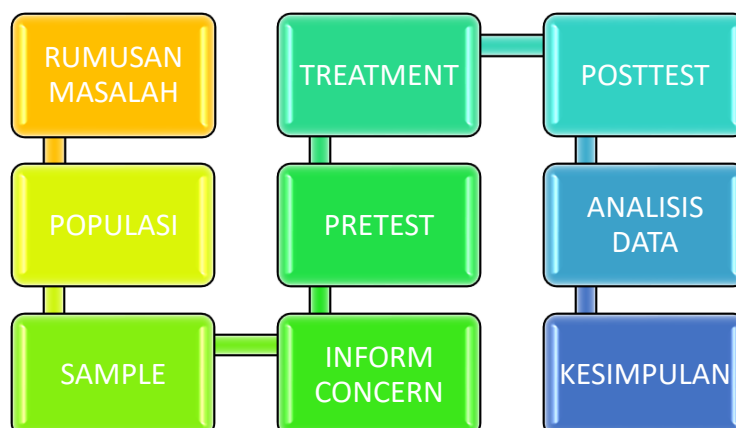
8) Analisis Data

Apabila data sudah diperoleh kemudian data akan diolah untuk mengetahui hasil dari penelitian.

9) Kesimpulan dan Saran

Setelah analisis data selesai, maka tahapan akhir yang dilakukan dalam penelitian adalah mengambil kesimpulan. Menyimpulkan hasil analisis data dan saran penelitian yang merupakan akhir kegiatan penelitian

**Tabel 3.4 Prosedur Penelitian**



### 3.5 Analisis Data

Analisis data adalah data yang diambil dari hasil test pengukuran awal dan akhir penelitian, untuk mengetahui apakah ada pengaruh senam A-Pik terhadap kualitas hidup pada orang dengan demensia dengan pengolahan data menggunakan program IBM SPSS Statistics versi 22. Analisa data penelitian ini menggunakan uji Paired T-test. Paired T-test digunakan untuk uji perbedaan sebelum dan sesudah di berikan intervensi.

#### 1. Uji Normalitas Data

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah data yang diperoleh berasal dari populasi yang berdistribusi normal atau tidak normal. Didalam penelitian ini peneliti menggunakan Shapiro-Wilk karena sample dibawah 100 . Dengan hipotesis uji yaitu:

H<sub>0</sub> : Data berasal dari populasi yang berdistribusi normal

H<sub>1</sub> : Data tidak berasal dari populasi yang berdistribusi normal

Dengan kriteria pengujian data dikatakan normal, jika  $\text{sig} > 0,05$  maka H<sub>0</sub> diterima.

#### 2. Uji Homogenitas

Uji ini dilakukan untuk mengetahui apakah kedua kelompok data memiliki carian yang homogen atau tidak, untuk menguji homogenitas dilakukan uji levene's dengan hipotesis yang diajukan :

H<sub>0</sub> : Kedua kelompok populasi memiliki varian yang homogen

H<sub>1</sub> : Kedua kelompok populasi yang memiliki varian yang tidak homogen

Dengan kriteria pengujian jika nilai sigma lebih besar dari  $\alpha = 0,05$ , maka H<sub>0</sub> diterima.

#### 3. Uji Hipotesis

Setelah dilakukan uji normalitas dan permeabilitas data dari kedua sampel berdistribusi normal dan varian homogen, maka untuk menguji hipotesa penelitian dilakukan uji Independent T-test menggunakan alat berupa software IBM SPSS Statistics versi 22, dengan kriteria pengujian jika  $\text{sigma} < \alpha = 0,05$ , maka H<sub>1</sub> diterima apabila pernyataan uji normalitas dan homogenitas tidak terpenuhi.