

## BAB III

### METODE PENELITIAN

#### 3.1 Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode penelitian *pre-eksperimental* dengan menggunakan desain “*The One-group pretest-posttest*” Dimana terdapat dua kali pengukuran sebelum (*pre-test*) dan sesudah (*post-test*). Desain ini bertujuan untuk melihat apakah adanya pengaruh yang muncul setelah diberikan perlakuan. Dengan demikian hasil dari penelitian ini menghasilkan data yang lebih akurat, karena dapat membandingkan keadaan sebelum dan sesudah diberikannya perlakuan (Saryono, 2008). Peneliti melakukan pengujian terhadap tingkat depresi sesudah dan sebelum diberikan intervensi berupa senam A-Pik di Posbindu Tanjung RW.06.

<i>O</i>	<i>X</i>	<i>O</i>
Pretest	Treatment	Posttest

Tabel 1. *The One- Group pretest- Posttest Design* (Fraenkel et al., 2012)

O1	=	Pretest Kuesioner Getriatric Depression Scale
X	=	Pemberian treatment senam A-PIK
O2	=	Posttest Getriatric Depression Scale

Tabel 2. Keterangan Design

#### 3.2 Tempat dan Waktu Penelitian

##### 1. Tempat Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di Posbindu Tanjung RW.06 Kelurahan Padasuka Kecamatan Cibeunying Kidul Kota Bandung.

##### 2. Waktu Penelitian

Penelitian ini awal dilaksanakan pada bulan juli 2020 yaitu pelaksanaan pelatihan instruktur pada tanggal 1 juli – 31 juli 2020, lalu dilanjutkan pretest pada tanggal 1 agustus, lalu dilaksanakan treatment senam A-Pik pada tanggal 3

agustus hingga 23 oktober, lalu di akhiri dengan posttest pada tanggal 24 oktober 2020.

### **3.3 Populasi dan Sampel**

#### **1. Populasi**

Populasi adalah kelompok yang menarik dan menjadi tujuan peneliti untuk menggeneralisasi hasil penelitian oleh peneliti (Fraenkel et al., 2012). Populasi dalam penelitian ini sebanyak 78 orang merupakan anggota senam lansia yang tinggal di Posbindu Tanjung RW.06..

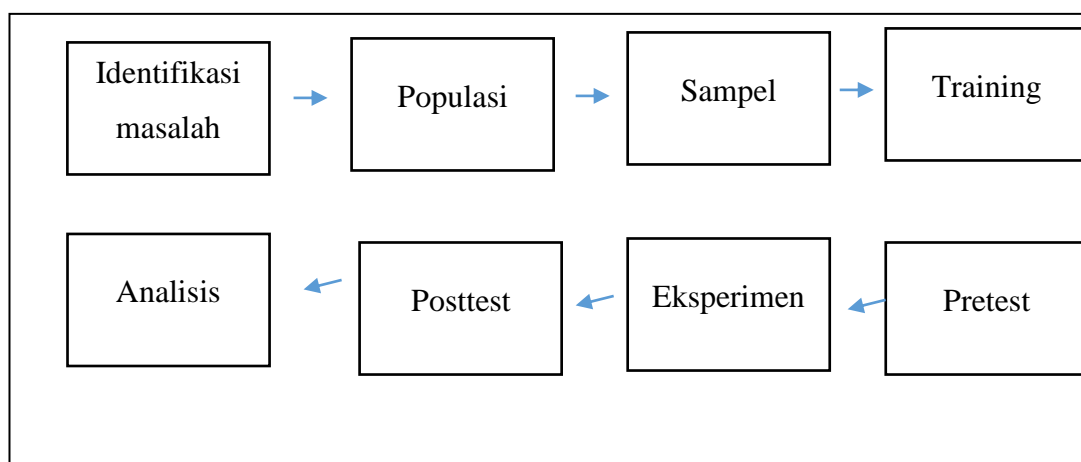
#### **2. Sampel**

Sampel dalam penelitian adalah kelompok sebagai tempat memperoleh informasi (Fraenkel et al., 2012). Sampel merupakan bagian karakteristik kelompok dari jumlah populasi (Hidayat, 2009). Menurut (Fraenkel et al., 2012) untuk jumlah sampel minimum dari penelitian deskriptif sebanyak 100, penelitian korelasional 50, penelitian kausal perbandingan sebanyak 30 setiap kelompok dan penelitian experimental sebanyak 30/15. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik purposive sampling. Menurut (Notoatmodjo, 2010) purposive sampling adalah pengambilan sampel yang berdasarkan atas suatu pertimbangan tertentu seperti sifat-sifat populasi ataupun ciri-ciri yang sudah diketahui sebelumnya. Oleh karena itu, sampel yang dipilih peneliti sebanyak 22 orang lansia.

### **3.4 Instrumen Penelitian**

Adapun instrument penelitian ini adalah *Geriatric Depression Scale* (GDS) memiliki format yang sederhana karena pertanyaan-pertanyaan yang mudah dibaca dan mudah untuk dipahami. *Geriatric Depression Scale* di Indonesia telah divalidasi pada berbagai populasi lansia. GDS yang dipergunakan adalah Kuesioner *Geriatric Depression Scale-15* (GDS-15) (Gallo & Gonzales, 2001). Kuesioner ini digunakan untuk *screening* responden yang mengalami depresi. Kuesioner dengan 15 item pertanyaan yang dijawab dengan jawaban “IYA” dan

“TIDAK”. Pada soal yang terdiri dari pertanyaan favorable pada item nomor 1, 5, 7, 11, dan 13 jika dijawab “IYA” maka bernilai 0 dan diberi kode “0” untuk jawaban “IYA” kemudian jika dijawab “TIDAK” maka bernilai 1 dan diberi kode “1” untuk jawaban “TIDAK”. Pada soal yang terdiri dari pertanyaan 15 item pada item nomor 2, 3, 4, 6, 8, 9, 10, 12, 14, 15 jika dijawab “TIDAK” maka bernilai 0 dan diberi kode “0” untuk jawaban “TIDAK” kemudian jika dijawab “IYA” maka bernilai 1 dan diberi kode “1” untuk jawaban “IYA”. Hasil pengukuran dengan total skor 0-15 untuk kategori 0-4 normal, kategori 5-8 depresi ringan, kategori 9-



11 depresi sedang, kategori 11-15 termasuk dalam depresi berat (Greenberg, 2012). Kuesioner ini mempunyai sensitifitas yaitu 80,5% dan spesifitas yaitu 75% dan dengan *cronbach*  $\alpha = 0,94\%$  sehingga kuesioner ini reliabel untuk digunakan (Njoto, 2014).

Tabel 3. Prosedur Penelitian

### 3.5 Prosedur Penelitian

Hal pertama yang dilakukan peneliti adalah menjelaskan maksud dan tujuan dari penelitian ini kepada lansia di POSBINDU tanjung RW.06 kelurahan padasuka Kecamatan Cibeunying Kidul Kota Bandung, menghitung jumlah populasi disana, lalu menentukan sampel terpilih untuk dilakukan intervensi senam A-Pik, memberikan kuesioner Geriatric Depression Scale (GDS) sebagai data awal sebelum dilaksanakannya intervensi senam A-Pik. Pemberian intervensi senam A-Pik yang dilakukan selama masa pandemic corona maka dilaksanakan dirumah masing masing 1 sampel didampingi oleh 1 instruktur. Lalu dilakukan

evaluasi dengan memberikan kembali kuesioner Geriatric Depression Scale (GDS) setelah intervensi selesai sebagai pengumpulan data akhir.

### **3.6 Teknik Analisis Data**

Setelah semua data yang diinginkan terkumpul, kemudian semua data tersebut diproses dan dianalisis secara sistematis, untuk mengetahui kebenaran dari hipotesis. Pengolahan data dalam penelitian ini dilaksanakan dengan tahapan sebagai berikut:

1. Editing, merupakan proses dalam pengecekan pada isian formulir kuesioner apakah jawaban sudah jelas dan lengkap.
2. Entry, memasukan data dari kuesioner kedalam program pengolah data.
3. Coding, mengklasifikasikan jawaban dari responden berdasarkan kode tertentu untuk mempermudah saat memasukan data pada setiap variabel.
4. Clearing, merupakan proses pengecekan ulang apakah data yang sudah dimasukkan terdapat kesalahan atau tidak.

Dalam melakukan sebuah penelitian analisis data menjadi salah satu langkah yang penting, jika data telah terkumpul langkah berikutnya adalah menganalisis data tersebut. Untuk melakukan analisis data penelitian menggunakan program SPSS (Software Statistical and Servis Solution) 22. Analisis data yang dilakukan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Analisis Univariat

Analisis ini dilakukan terhadap setiap variable dari hasil penelitian univariat. Analisis ini bertujuan untuk menjelaskan karakteristik dari masing masing variable yang diteliti. Hasil analisis data numerik disajikan dalam bentuk data statistik, yang terdiri dari mean, median, dan standar deviasi dengan hasil yang disajikan dalam bentuk narasi dan table ( Saryono, 2008)

2. Analisis Bivariat

Analisis ini dilakukan untuk melihat apakah terdapat hubungan Antara variable independen dengan variable dependen. Sebelum dilakukan uji bivariate ini, dilakukan dahulu uji normalitas dengan menggunakan Kolmogorov Smirnov, yang selanjutnya dilakukan uji Paired t -Test. Jika distribusi normal maka

dilanjutkan dengan Uji Paired t -Test, jika data tidak berdistribusi normal maka digunakan adalah Uji Wilcoxon ( Saryono, 2008)