

BAB IV

METODE PENELITIAN

4.1 Rancangan Penelitian

Metode penelitian ini mempergunakan pre experimental dengan menggunakan “*One Group Pre-test and Post-Test Design*”. Dalam eksperimen ini melakukan pretest (pengamatan pertama) agar supaya peneliti dapat mengecek perubahan apa saja yang terjadi. Disebutkan dalam penelitian ini bahwa ada satu kelompok diberi perlakuan *William Flexion Exercise* dan *Isometrik Exercise* tanpa kelompok kontrol atau pembandingan.



Gambar 4.1
Desain Penelitian

Keterangan:

S = Subjek

01 = *Pre-test* (Pengukuran Nyeri pada pasien dengan nyeri pinggang bawah miogenik sebelum diberi kombinasi tindakan *William Flexion Exercise*)

X = Pemberian kombinasi tindakan *William Flexion Isometric Exercise*.

O2 = *Post-test* (Pengukuran Nyeri pada pasien dengan nyeri pinggang bawah miogenik sesudah diberi kombinasi tindakan *wiliam flexion* dan *isometric exercise*)

4.2 Lokasi dan Waktu Penelitian

Rencana akan dilakukan penelitian di Centro Nasional de Rehabilitasaun dengan penelitian dilaksanakan bulan november 2022.

4.3 Penentuan Sumber Data

4.3.1 Populasi

Menurut Sugiyono (2017), populasi adalah semua objek penelitian berkualitas dengan menunjukkan kekhususan dimana diidentifikasi serta dilakukan pembelajaran dan terakhir disimpulkan. Menurut survei yang dilakukan peneliti sejak 21februari 2022 hingga 9 maret 2022, rata-rata jumlah pasien yang berkunjung ke centro nasinal rahabilitasaun dengan nyeri pinggang bawah adalah 30 pasien.

4.3.2 Sampel

Menurut Sugiyono (2017), konsep sampel merupakan kuantitas dan kekhususan yang ada pada suatu populasi tertentu. Berdasarkan survei yang dilakukan di centro nasional rahabilitasaun pasien dengan keluhan nyeri punggung bawah miogenik, peneliti mengidentifikasi sampel sebanyak 22 orang. Menurut Sugiyono (2017), teknik pengambilan sampel adalah cara untuk mengidentifikasi sampel.

Peneliti menggunakan metode *purposive sampling* yaitu responden didapatkan dari kriteria-kriteria yang telah ditentukan oleh peneliti.

a. Kriteria inklusi

- 1) Usia berkisar 35-55 tahun
- 2) Mengeluh nyeri pada pinggang bawah
- 3) Pasien sanggup dan respon menjadi objek peneliti

b. Kriteria eksklusi

- 1) Memiliki riwayat fraktur (patah tulang)
- 2) Pasien telah menjalani operasi pada daerah tulang belakang
- 3) Pasien memiliki riwayat trauma pada daerah tulang belakang
- 4) Pasien dengan skala nyeri diatas 6
- 5) Ada komplikasi penyakit lain seperti keganasan (tumor, HNP, spondylolisthesis)

c. Drop out

- 1) Responden kurang teratur dalam pelaksanaan prosedur penelitian.
- 2) Responden tidak menyelesaikan prosedur yang sudah ditetapkan.

Ada 22 responden yang akan dilakukan penelitian dari jumlah populasi yang ada.

4.4 Variabel Penelitian

Dalam variabel penelitian adalah seluruh kegiatan dimana sudah ditetapkan oleh peneliti dimana memiliki variasi tertentu sesuai dengan nilai atau sifat dari orang (Sugiyono, 2012). Variabel ini terbagi ada dua yaitu variabel terikat (*dependen*) dan variabel bebas (*independen*).

1. *Independen* (variabel bebas) adalah Pemberian *wiliam flexion* dan *isometrik exercis*
2. *Dependen* (variabel terkait) adalah keluhan nyeri akibat LBP Myogenic.

4.5 Definisi Operasional

Definisi operasional merupakan pengamatan terhadap sesuatu yang khusus dialami dalam kurun waktu tertentu. Pada definisi operasional ini peneliti melakukan pengukuran terhadap penelitian dengan fokus, akurasi, ketelitian dan detail yang konsisten dengan mengamati kejadian yang dialami oleh responden (Notoatmodjo, 2012). Pemilihan data harus sesuai dengan sumber yang ada agar bisa menggambarkan interpretasi yang mudah dimengerti dan dipahami (Wijaya, 2013).

Tabel 4.1
Definisi Operasional

Variable	Definisi operasional	Instrument	Cara Ukur	Skala
Independen <i>William Flexion Exercise</i>	<p><i>William Flexion</i> Gerakannya adalah :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. <i>Pelvic tilting</i> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Pertahankan 10 detik ▪ Pengulangan gerakan 5 kali 2. <i>Single knee to chest</i> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Pertahankan 10 detik. ▪ Pengulangan sebanyak 5 kali 3. <i>Double knee to chest</i> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Pertahankan 10 detik ulangi 5 kali 4. <i>Partial sit up.</i> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Pertahankan 10 detik ulangi 5 kali. 5. <i>Hamstring stretch.</i> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Pertahankan 10 detik ulangi 5 kali 6. <i>Hip flexor</i> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Pertahankan 10 detik ulangi 5 kali. 	SOP	Checklist	Nominal: • Sesuai = 1 • Tidak Sesuai = 0
Isometrik	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Kontraksi isometric dengan tahanan ▪ Minimal 5 detik ▪ Peregangan pada otot 30 detik ▪ Ulangi 5 kali 	SOP	Checklist	Nominal :

Variable	Definisi operasional	Instrument	Cara Ukur	Skala
Dependen Nyeri akibat LBP myogenic	Nyeri gerak diukur sebelum dan sesudah tindakan dilakukan. Cara pengukurannya adalah : <ul style="list-style-type: none"> ▪ Posisi awal pasien diminta untuk berdiri tegak dengan diberikan instruksi agar melakukan gerakan ▪ Flexikan badan sampai batas 90 derajat diulang sebanyak 3 kali ▪ Kemudian pasien diminta menunjukkan di skala mana sesuai 	NRS	Observasi dan Checklist	Nominal : <ul style="list-style-type: none"> • Nilai 0 = Tidak nyeri • Nilai 0 – 3 = Nyeri ringan • Nilai 4 – 6 = Nyeri sedang • Nilai 7 – 9 = Nyeri berat • Nilai 10 = Nyeri sangat berat

4.6 Instrumen Penelitian

Peneliti menggunakan Instrumen berupa NRS untuk menilai rasa sakit pada saat tindakan belum diberikan dan diukur setelah intervensi diberikan. NRS adalah alat yang efektif mengukur skala nyeri, berisi garis horizontal dan menggunakan titik acuan berupa angka dari 0 sampai 10. Dalam penelitian ini dibutuhkan data-data seperti pengukuran skala nyeri sebelum dilakukan perlakuan tindakan *wilium flexion* dan *isometric exercise* atau data sebelum tes (*pre test*) dan pengukuran skala nyeri sesudah dilakukan perlakuan tindakan *wilium flexion* dan *isometric exercise* yang disebut dengan data sesudah tes (*post test*).

4.7 Prosedur Penelitian

4.7.1 Persiapan

Berikut langkah-langkah dalam pengumpulan data:

1. Profil penelitian, penyusunan proposal, studi kepustakaan
2. Pengurusan izin penelitian dari ketua program studi Fisioterapi Institut Teknologi, sains dan Kesehatan RS Dr. Seopraoen Kesdam V / BRW Malang.
3. Permohonan pengajuan izin ke centro nasional rehabilitasaun.

4.7.2 Pelaksanaan

1. Setelah responden diwawancarai, dimintakan persetujuan sampel berupa informed consent untuk dijadikan responden penelitian dan tujuan penelitian yang dilakukan harus dijelaskan oleh peneliti
2. Pelaksanaan dilakukan pada Bulan November 2022 dengan 22 responden.
3. Melakukan pemeriksaan dan penilaian skala nyeri dengan NRS sebelum intervensi diberikan
4. Melakukan pemeriksaan dan penilaian skala nyeri dengan NRS sesudah intervensi diberikan.

4.8 Teknik Pengolahan dan Analisa Data

Penelitian ini melakukan analisa data meliputi:

1. Analisis Univariat

Analisis univariat berfungsi menggambarkan berbagai macam karakter berdasarkan masing-masing variabel meliputi distribusi umur, jenis kelamin dan hasil dari pre dan post test (Notoatmodjo, 2012).

2. Analisis Bivariat

Analisa bivariat berfungsi menjelaskan pengaruh variabel X dan Y dalam penelitian. Data yang diperoleh selama pengumpulan data akan diuji Paired t-test dengan bantuan program aplikasi SPSS untuk mengetahui ada tidaknya serta seberapa jauh perubahan yang terjadi pada pasien ketika sebelum dan sesudah tindakan. Jika hasil analisa menggambarkan signifikan (sig) kurang dari 0,05 ($<0,05$) berarti pemberian tindakan SWD dan Mc Kenzie exercise yang dilakukan dalam penelitian dapat mempengaruhi dalam penurunan nyeri pada kondisi LBP Myogenic secara signifikan.

4.9 Etika Penelitian

Menurut Hidayat (2007), penjelasan etika penelitian antara lain:

1. *Informed consent*

Peneliti harus memberikan formulir persetujuan, yang menunjukkan bahwa subjek bersedia memberikan informasi terkait dengan penelitian yang diminta. *Informed consent* meliputi: penjelasan tentang manfaat penelitian, risiko apa pun yang terkait, dan kepastian anonimitas dan kerahasiaan informasi pribadi responden.

2. *Anomity*

Peneliti harus berkomitmen untuk menjaga segala kerahasiaan responden baik nama, seputar tentang penyakitnya dan kondisi yang dialaminya.

3. *Confidentiality*

Peneliti dapat mengembangkan prinsip kejujuran, keterbukaan, dan kebijaksanaan. Oleh karena itu, dalam penafsiran prosedur

penyidikan perlu diciptakan kondisi yang memperhatikan prinsip transparansi dengan mengutamakan asas keadilan.

4. *Do not harm*

Penelitian ini diharapkan hasilnya bisa memberikan dampak yang baik dan positif.

5. *Fair Treatmen*

Berhak mendapatkan hak yang sama dan tindakan yang diberikan dapat dipertanggung jawabkan kepada tiap responden.

