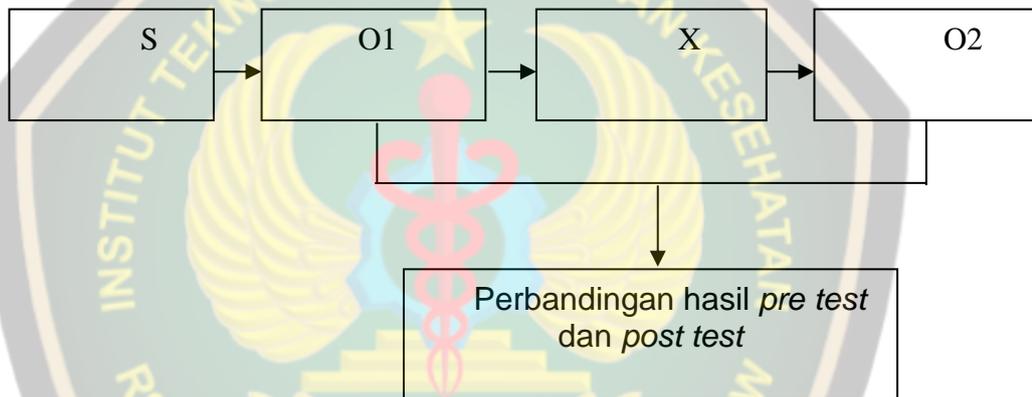


BAB IV

METODE PENELITIAN

4.1 Rancangan Penelitian

Rancangan data pra-eksperimen digunakan dalam penelitian ini. Tujuan dari pre-test dan post-test untuk satu kelompok ini adalah untuk mengetahui efek dari pre-test (pengamatan pertama), yang memungkinkan peneliti untuk memeriksa perubahan yang terjadi.. Peneliti ini hanya membuat satu kelompok yaitu dengan pemberian intervensi *myofascial release* pada otot *upper trapezius*.



Keterangan :

S : Objek Langsung (Ibu Rumah Tangga)

O1 : *Pre test* (Pemeriksaan menggunakan metode pengukuran NRS (*Numeric Rating Scale*), Palpasi (untuk mengetahui spasme)

X : Pemberian perlakuan *Myofacial Release 2x seminggu* , selama 1 bulan

O2 : *Post tes* (Pemeriksaan nyeri dengan menggunakan metode Pengukuran NRS (*Numeric Rating Scale*)).

4.2 Waktu Dan Tempat Penelitian

4.2.1 Tempat Penelitian

Pada penelitian ini akan dilakukan di di Bringin Bendo, Kec. Taman Sidoarjo Jawa Timur. Karena lokasi tersebut mudah di jangkau peneliti sehingga mendukung peneliti untuk pengambilan data.

4.2.2 Waktu Penelitian

Penelitian ini akan dilakukan di desa BringinBendo Kec. Taman Sidoarjo Jawa Timur. Pengambilan data akan dilakukan dibulan Agustus tahun 2022.

4.3 Subjek Penelitian

4.3.1 Populasi

Istilah "populasi" mengacu pada kategori yang luas dari hal-hal atau orang-orang jaringan otot dengan meregangkan fascia untuk memecah adhesi pada jaringan myofascial dan memanipulasi jaringan lunak dengan gerakan langsung dan terkontrol. menarik kesimpulan di dalam populasi ini, peneliti menggunakan populasi sehingga dimana obyek penelitian dapat dihitung jumlahnya. Populasi yang akan dilakukan untuk di teliti dalam penelitian ini adalah nyeri *spasme* otot *upper trapezius* pada ibu rumah tangga di Rt.03 BringinBendo Kec.Taman Sidoarjo sebanyak 20 orang.

4.3.2 Sampel Penelitian

Kriteria inklusi dan eksklusi penelitian ialah objek ibu rumah tangga di desa Bringinbendo dengan nyeri otot upper trapezius spasme.Ada 15 orang yang berpartisipasi dalam sampel penelitian ini.

a. Kriteria inklusi:

- a) Ibu Rumah Tangga.
- b) Mengalami nyeri pada leher.
- c) Ditegakkan dengan pemeriksaan nyeri dengan menggunakan NRS dan spasme dan melakukan palpasi
- d) Responden bersedia menjalani penelitian dengan sukarela sampai akhir.

b. Kriteria Eksklusi:

- a) Ibu rumah tangga mengalami infeksi sistemik atau loka,
- b) Memiliki sayatan atau bedah luka terbuka,
- c) Memiliki keadaan patologis peradangan akut *rheumatoid* dan kondisi kanker atau tumor
- d) Responden tidak ingin dijadikan bahan penelitian

c. Kriteria Drop Out

- a) Ibu rumah tangga yang tidak mengikuti arahan fisioterapi
- b) Kondisi semakin parah setelah diberikan myofascial release teknik

4.4 Variabel Penelitian

1. Variabel *independent* (bebas)

Variable yang menjelaskan adanya variable penjelas, dan variable penentu (Rerung, 2019).

Dalam penelitian ini ialah adanya pengaruh pemberian *myofascial release*

2. Variabel *dependen* (terikat)

Variabel konsekuensi atau hasil variabel independen, mana yang lebih dulu (Rerung, 2019).

Dalam penelitian ini ialah nyeri *spasme* otot *upper trapezius*.

4.5 Definisi operasional

Pada tahap pertama adalah fisioterapi melakukan anamnesa saat pertama kali bertemu dengan ibu rumah tangga yang merasakan keluhan nyeri leher. Langkah pemeriksaan yang pertama lakukan adalah melakukan pemeriksaan palpasi pada area nyeri otot. Jika ibu rumah tangga mengalami keluhan nyeri *spasme* otot maka Langkah selanjutnya ialah fisioterapi meminta kepada ibu rumah tangga untuk menginformasikan seberapa keluhan nyeri yang dirasakan saat ini. Untuk mengukur tingkat skala keluhan nyeri yang dirasakan fisioterapi menggunakan alat ukur NRS yakni fisioterapi menjelaskan ke pada pasien, pemeriksaan ini sebelum dilakukan fisioterapis menjelaskan bahwa untuk skala 0 sampai 10 Jika skala 0 artinya tidak ada rasa nyeri sedangkan 10 terasa nyeri sangat parah.

Pada tahap kedua melakukan Tindakan intervensi yaitu memberikan pengaruh *myofascial release* pada keluhan nyeri *spasme* otot *upper trapezius* yang bertujuan untuk menurunkan tingkat rasa nyeri dan memperlancar peredaran darah.

Langkah-langkah persiapan yang akan dimulai sebagai berikut :

Myofascial release adalah Teknik manual terapi yang dilaksanakan yang akan memberikan modalitas fisioterapi dengan cara melakukan pemberian penekanan secara ringan dan Bersama-sama dengan penguluran area otot yang terasa nyeri.

Dosis *treatment*

10 menit Sebanyak selama sebulan, dua kali seminggu

4.6 Instrumen Penelitian

Instrumen yang dalam studi disediakan oleh Numeric Rating Scale (NRS). Menggunakan skala 0 sampai 10, dia hanya diminta untuk menilai berapa banyak rasa sakit yang dia alami.. jika skala 0 artinya tidak ada nyeri, sedangkan 10 terasa nyeri yang sangat parah (Trisnowiyanto, 2012).

4.7 Prosedur Penelitian

Metode pengumpulan data merupakan tahapan penelitian yang sangat penting, karena menandai awal dari proses pelaksanaan penelitiandan merupakan komponen utama yang membentuk objek penelitian.

Langkah-langkah pengambilan pengumpulan data antara lain:

a) Tahap persiapan

Peneliti mengajukan surat permohonan izin sebelum memulai proses pengumpulan data melalui Dekan ITSK RS.dr. Soepraoen Brawijaya V Malang. Setelah mendapatkan izin, peneliti mengajukan permohonan izin ke ketua Rt.03 Desa Bringin Bendo Kec. Taman Sidoarjo. Setelah mendapatkan ijin peneliti melakukan pengambilan data kepada ibu rumah tangga.

b) Tahap pelaksanaan

Pada tahap pelaksanaan ini Peneliti memperkenalkan diri dan menjelaskan tujuan penelitian kepada objek ibu rumah tangga Rt. 03 BringinBendo. Selanjutnya peneliti meminta izin untuk melakuka pengambilan data.

4.8 Analisis Data

A. Uji Univariat

Analisis yang dilakukan dengan menggunakan satu variable atau per variable.

B. Uji Bivariat

Uji hipotesis yang akan di gunakan adalah uji beda *pre* dan *post test* . uji ini digunakan untuk membuktikan hipotesis penelitian berupa adanya pengaruh pemberian intervensi *myofascial release* pada ibu rumah tangga terhadap *spasme* otot *upper trapezius*. apabila data berdistribusi normal maka akan di ujikan uji t berpasangan. Apabila data berdistribusi tidak normal maka akan digunakan uji *Wilcoxon*. Dasar keputusan nilai signifikan $p < 0,05$, maka ada perbedaan bermakna dan hipotesis di terima. Sedangkan jika nilai signifikan $p > 0.05$, maka tidak ada perbedaan bermakna dan hipotesis ditolak.

4.9 Etika Penelitian

Menurut Notoatmodjo 2012, menjelaskan tentang etika penelitian meliputi :

1. *Informed Consent*

Peneliti harus memberikan formulir persetujuan, yang menunjukkan bahwa subjek bersedia informasi terkait penelitian yang diperlukan.

Informed consent meliputi : penjelasan tentang manfaat penelitian, kemungkinan risiko yang ada, dan kepastian anonimitas dan kerahasiaan informasi pribadi responden.

2. *Anomity*

Orang yang diwawancarai berhak untuk tidak membocorkan informasi yang sudah diketahui umum. Akibatnya, peneliti harus menjaga kerahasiaan informasi yang mereka kumpulkan dan identitas mereka, oleh orang yang diwawancarai.

3. *Confidentiality*

Peneliti dapat membawa prinsip ketulusan, kebenaran, dan kehati-hatian. Oleh karena itu, dalam ,menjelaskan prosedur penyidikan, perlu diciptakan kondisi yang memperhatikan asas keterbukaan,. Asas keadilan berarti memperlakukan semua mata pelajaran secara setara, tanpa membedakan ras, agam, atau golongan

