

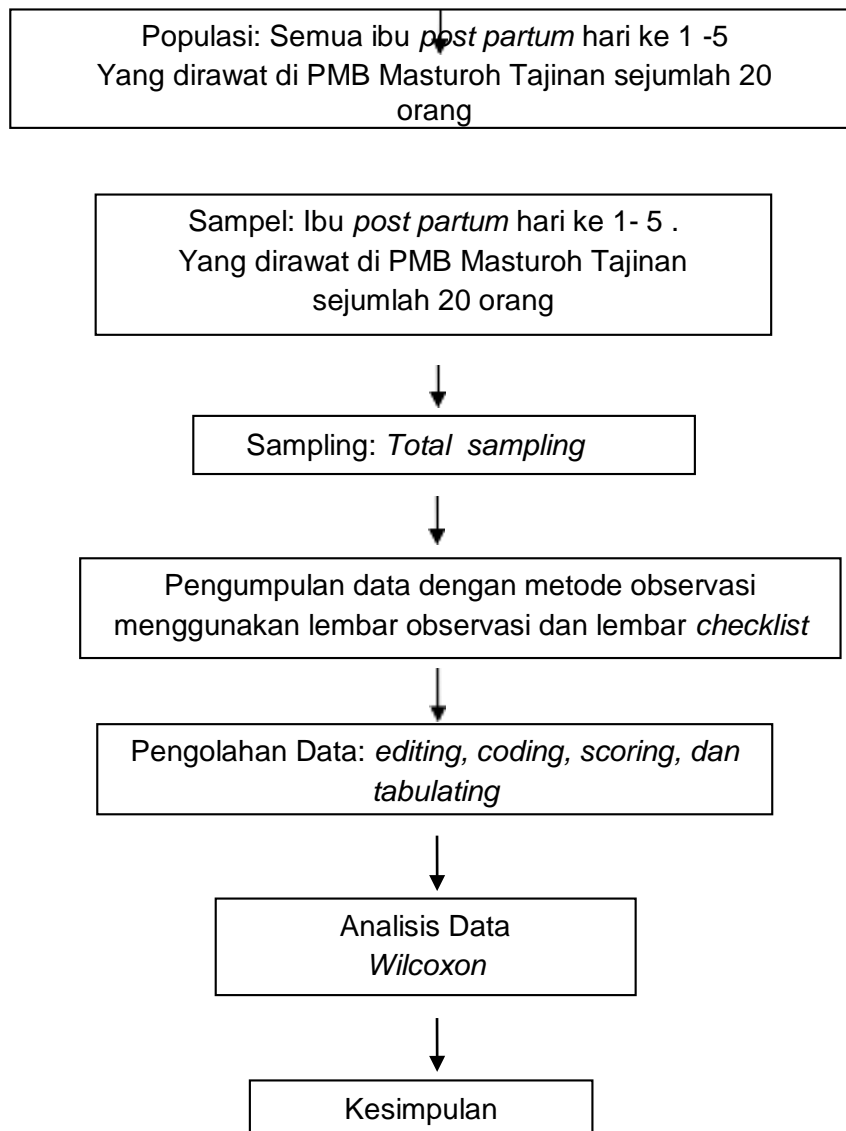
### **BAB III**

#### **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini merupakan jenis penelitian *preeksperimental design* yang menggunakan desain penelitian *one-shot case study*.

Dalam penelitian ini peneliti ingin menganalisis ada tidaknya pengaruh senam nifas terhadap tinggi fundus uteri pada ibu *post partum* hari ke 1 - 5 di PMB Masturoh Tajinan

### 3.1 Kerangka Kerja



## 3.2 Subyek Penelitian

### 3.2.1 Populasi

Pada penelitian ini populasi yang digunakan adalah semua ibu *post partum* Periode juni- juli 2019 Yang dirawat di PMB Masturoh Tajinan sejumlah 20 orang.

### 3.2.2 Sampel

Pada penelitian ini sampel yang digunakan adalah semua ibu *post partum* Periode Mei – juli 2019. Yang bersalin PMB Masturoh Tajinan sejumlah 20 orang.

#### a. Kriteria Inklusi

Kriteria inklusi dalam penelitian ini meliputi:

- 1) Ibu post partum yang bersedia menjadi responden
- 2) Ibu post partum yang tidak sakit

#### b. Kriteria eksklusi

Kriteria eksklusi dalam penelitian ini meliputi:

- 1) Ibu post partu Pathologis

### 3.2.3 Sampling

Pada penelitian ini pengambilan sampel dilakukan secara *non probability sampling* dengan menggunakan teknik *sampling accidenial* yang dilakukan dengan cara pengambilan sampel secara kebetulan bertemu.

## 3.3 Identifikasi Variabel

Variabel Independen atau variable bebas dalam penelitian ini yaitu senam nifas. Sedangkan variabel dependen atau variabel terikat dalam penelitian yaitu tinggi fundus uteri.

## 3.4 Definisi Operasional

**Tabel 3.1 Definisi Operasional Pengaruh Senam Nifas terhadap Tinggi Fundus Uteri pada Ibu *Post Partum* Hari ke 1-5 di PMB Masturoh Tajinan**

No	Variabel	Definisi Operasional	Instrumen	Skala	Kategori
----	----------	----------------------	-----------	-------	----------

1.	Independen Senam Nifas	Latihan jasmani yang dilakukan pada masa nifas untuk memulihkan kondisi ibu yang dilakukan secara bertahap pada pagi dan sore hari.	<i>Checklist</i> , matras, , bantalan, dan bed tempat tidur	Ordinal	a. Baik: jika nilai total 76-100 b. Cukup: jika nilai total 51-75 c. Kurang: jika nilai total 25-50
2.	Dependen Tinggi Fundus Uteri	Hasil pengukuran diukur dari tepi atas symphysis sampai batas akhir dari fundus uteri.	Lembar Observasi, Master Sheet, dan Metelin.	Nominal	a. Cepat ; jika penurunan TFU $\geq 1$ cm perhari. b. Lambat ; jika penurunan TFU $\leq 1$ cm per hari.

### 3.5 Teknik Pengumpulan Data dan Analisa Data

#### 3.5.1 Teknik Pengumpulan Data

##### a. Proses pengumpulan data

Dalam penelitian ini terlebih dahulu mengajukan proposal pada kepala BPPM Setelah disetujui oleh BPPM Untuk mengetahui fenomena dan menentukan lahan penelitian untuk melakukan studi pendahuluan. Dalam pengumpulan data peneliti meminta responden untuk memberikan persetujuan (*Informed consen*) Peneliti melakukan pengumpulan data dengan mengajari dan memotivasi responden untuk melakukan senam nifas dengan acuan *checklist*, kemudian mengamati proses *involusi uterus* dengan cara mengukur *tinggi fundus uteri* menggunakan metlin dan hasilnya di dokumentasikan dalam lembar observasi. Perubahan *Tinggi Fundus Uteri* di observasi selama 4 hari. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan cara:

1. Untuk variabel independen yaitu senam nifas dilakukan dengan menggunakan panduan *checklist* dengan cara:
  - a) Peneliti memberikan penjelasan tentang senam nifas pada responden
  - b) Peneliti mengajari tahapan senam nifas pada responden kemudian menilai senam nifas yang dilakukan responden dengan rumus

$$\frac{\text{Jumlah nilai total} \times 100}{24}$$

Kriteria yang digunakan untuk menilai senam nifas yaitu , Baik: jika nilai total 76-100, Cukup: jika nilai total 51-75, Kurang: jika nilai total 25-50.

2. Untuk variabel dependen yaitu tinggi fundus uteri dilakukan dengan menggunakan lembar observasi dengan cara:
  - a) Peneliti mengamati proses involusi uterus dengan melakukan pengukuran TFU
  - b) Peneliti mengukur TFU menggunakan metlin dengan kriteria Cepat jika penurunan TFU  $\geq 1$  cm per hari dan Lambat jika penurunan TFU  $< 1$  cm per hari.

## **b. Instrumen Pengumpulan Data**

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah *checklist* dan lembar observasi.

## **c. Waktu dan Tempat Penelitian**

Penelitian ini akan dilaksanakan pada tanggal 24-5-2019 s/d 24-7-2019 di PMB Masturoh Tajinan

### **3.5.2 Proses Pengolahan Data**

Setelah data terkumpul maka dilakukan pengolahan data yang melalui berupa tahapan sebagai berikut:

#### *a. Editing*

Dalam penelitian ini *editing* dilakukan setelah pengumpulan data dengan cara:

- 1) Mengecek kelengkapan identitas responden
- 2) Mengecek kelengkapan data yang dikumpulkan beserta isinya

#### *b. Coding*

Dalam penelitian ini *coding* dilakukan dengan cara memberikan kode pada responden dan variabel penelitian:

- 1) Responden  
R1: responden pertama  
R2: responden kedua  
R3: responden ketiga, dan selanjutnya
- 2) Variabel independen: Senam  
Nifas Kode 3: Baik  
Kode 2: Cukup  
Kode 1: Kurang
- 3) Variabel dependen: Tinggi Fundus Uteri  
Kode 2: Cepat  
Kode 1: Lambat

#### *c. Scoring*

Dalam penelitian ini *scoring* dilakukan dengan memberi nilai pada *checklist* senam nifas yaitu Baik jika nilai total 75-100, Cukup jika nilai total 51-75 dan Kurang jika nilai total 25-50. Sedangkan penilaian pada lembar observasi yaitu Cepat jika penurunan tinggi fundus uteri  $\geq 1$  cm per hari, Lambat jika penurunan tinggi fundus uteri  $< 1$  cm per hari.

d. *Tabulating*

Dalam penelitian ini *tabulating* dilakukan dengan cara memasukkan data ke dalam *master sheet*.

e. Prosentase

Setelah data hasil penelitian terkumpul maka data akan diprosentasekan dengan rumus menurut Arikunto (1994) sebagai berikut:

$$P = \frac{\sum F}{N} \times 100\%$$

Keterangan:

P : Prosentase

F : Frekuensi responden

N : Jumlah responden

Untuk membaca hasil prosentase dari pengolahan data umum yaitu tabel distribusi frekuensi umur, pendidikan, pekerjaan dan data khusus yaitu data tabel distribusi frekuensi senam nifas , tinggi fundus uteri dan tabel silang akan diinterpretasikan dengan menggunakan skala:

100 %	: Seluruhnya
76-99%	: Hampir seluruhnya
51-76%	: Sebagian besar
50%	: Setengahnya
26-49%	: Hampir setengahnya
1-25%	: Sebagian Kecil
0%	: Tidak satupun responden

### 3.5.3 Analisis Data

Untuk menganalisis apakah ada pengaruh senam nifas terhadap tinggi fundus uteri pada ibu *post partum* hari ke 1 -5 di PMB Masturoh Tajinan digunakan uji *Wilcoxon Signed Rank* dengan rumus:

$$Z = \frac{T - \left[ \frac{1}{4N(N+1)} \right]}{\sqrt{\frac{1}{24N(N+1)(2N+1)}}$$

Keterangan:

N : Banyak data yang berubah setelah diberi perlakuan berbeda

T : jumlah ranking dari nilai selisih yang negative (apabila banyaknya selisih yang positif lebih banyak dari banyaknya selisih negatif)

Z : jumlah ranking dari nilai selisih yang positif (apabila banyaknya selisih yang negatif > banyaknya selisih yang positif)

Langkah dalam analisis data adalah sebagai berikut:

- a. Menentukan hipotesis
- b. Membuat tabel penolong untuk menghitung ranking
- c. Menentukan  $\rho$  hitung
- d. Menentukan nilai  $\rho$  tabel Spearman
- e. Membuat kesimpulan jika  $\rho$  hitung  $>$   $\rho$  tabel maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima dan sebaliknya jika  $\rho$  hitung  $<$   $\rho$  tabel maka  $H_0$  diterima dan  $H_a$  ditolak.



