

BAB 4

METODE PENELITIAN

4.1 Rancangan Penelitian

Desain yang digunakan *eksperimen* dengan rancangan *static group comparison*. Dalam rancangan ini terdapat kelompok perlakuan (senam nifas) dan kelompok pembanding (kontrol). Dimana penulis akan melihat *involusio uteri* pada ibu *postpartum* dengan mengukur TFU pada kelompok perlakuan setelah melakukan senam nifas dan pengukuran TFU juga dilakukan pada ibu *postpartum* kelompok kontrol menyusui yang tidak diberi senam nifas.

4.2 Populasi Dan Sampel

4.2.1 Populasi

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu *postpartum multipara* yang menyusui hari 1-7, pada periode 24Juni-24Juli 2014 di Puskesmas Ciptomulyo Malang.

4.2.2 Sampel

Sampel dalam penelitian ini diambil dengan teknik *purposive sampling*.

a. Adapun kriteria *inklusi* dan *eksklusi* dalam penelitian ini, yaitu:

1) Kriteria *inklusi*

- Ibu *postpartum* dengan persalinan spontan (normal)
- Ibu *postpartum* dengan pemberian *uterotonika* (*oksitosin* dan *metergin*)

- Ibu *postpartum multipara* (persalinan >1 dan tidak >3)
- Ibu *postpartum* yang menyusui
- Ibu *postpartum* hari pertama sampai ketujuh
- Bersedia menjadi responden

2) Kriteria *eksklusi*

- Ibu *postpartum* dengan *hipertensi* (Tensi $\geq 140/90$ mmHg)
- Ibu *postpartum* dengan demam <24 jam (suhu ≥ 38 C)
- Ibu *postpartum* dengan *tromboflebitis*
- Ibu *postpartum* dengan pasca kejang
- Ibu *postpartum* dengan Payudara mengalami kelainan: *mastitis*, *abses*,
bendungan ASI

b. Jumlah sampel

Penelitian ini menggunakan dua kelompok yaitu kelompok kontrol (menyusui) dan kelompok perlakuan (menyusui dengan di beri senam nifas).

Jumlah sampel setiap kelompok ditentukan menggunakan rumus:

$$P (n - 1) \geq 15$$

$$2 (n-1) \geq 15$$

$$2n-2 \geq 15$$

$$2n > 17$$

$$N \geq 8,5 \rightarrow n \geq 9$$

Keterangan:

P: jumlah perlakuan

N: jumlah sampel tiap kelompok

Berdasarkan perhitungan diatas, maka besarnya sampel dalam penelitian ini adalah minimal 9 responden untuk masing-masing kelompok.

c. Prosedur dan teknik pengambilan sampel

Penelitian mengambil sampel dengan cara sebagai berikut:

- 1) Peneliti melakukan studi pendahuluan pada bulan April di tempat penelitian yaitu di bidan praktek mandiri wilayah Puskesmas Ciptomulyo Malang untuk melihat banyaknya ibu *multigravida* yang bersalin di tempat tersebut.
- 2) Peneliti mengumpulkan data ibu *multigravida* yang melakukan ANC pada kehamilan *trimester* tiga dan melihat taksiran persalinan pada 24 Juni sampai 24 Juli 2014.
- 3) Peneliti memilih responden penelitian sesuai dengan kriteria *inklusi*
- 4) Peneliti mulai melakukan pendekatan dan membina hubungan baik dengan calon responden penelitian, pengelola dan seluruh tenaga kesehatan di tempat penelitian.

4.3 Variabel Penelitian

Dalam penelitian ini yang termasuk variable *independent* adalah menyusui dan senam nifas sedangkan yang masuk dalam dalam variable *dependent* adalah *involusi uteri (TFU)*.

4.4 Lokasi Dan Waktu Penelitian

4.4.1 Lokasi Penelitian

Lokasi awal penelitian ini dilakukan di 4 bidan praktek mandiri (BPM) Wilayah Puskesmas Ciptomulyo kota Malang dan dilanjutkan dengan kunjungan rumah ibu *postpartum* yang mengikuti penelitian ini. Karena berdasarkan pengamatan pada studi pendahuluan, bahwa ibu *multigravida* yang melakukan ANC di BPM Puskesmas Ciptomulyo kota Malang, belum pernah diberikan senam nifas pada masa *postpartum* sebelumnya, yang bertujuan untuk menurunkan tinggi *fundus uterus*.

4.4.2 Waktu Penelitian

Penelitian ini akan dilaksanakan pada periode 24 Juni 2014 sampai dengan 24 juli 2014.

4.5 Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian yang akan digunakan yaitu: *inform consent*, SOP senam nifas, *cheklist* menyusui, lembar observasi, pita *centimeter* atau metlin.

4.6 Definisi Operasional

| Variabel | Definisi operasional | Indikator keberhasilan | Alat ukur | Skala ukur | Skor |
|--|--|---|------------------------------------|------------|---|
| Senam nifas | Gerakan badan yang di susun sesuai dengan keadaan tubuh dan mempunyai fungsi. Gerakan ini dilakukan setelah 24 jam melahirkan dan diberikan secara bertahap. | Ya: Jika ibu melakukan gerakan senam nifas Tidak: Jika ibu tidak melakukan senam nifas | SOP senam nifas | Nominal | Ya: 1 Tidak: 0 |
| Menyusui | Proses pemberian air susu ibu kepada bayi dengan minimal sehari 8 kali, selama lebih dari 30 detik, yang dimulai saat bayi lahir dan tanpa memberikan makanan pendamping atau pengganti selain air susu ibu. | Ya: Jika ibu memberikan asi kepada bayinya. Tidak: Jika ibu memberikan asi dengan disertai makanan pendamping atau pengganti ASI. | Ceklist menyusui | Nominal | Ya: 1 Tidak: 0 |
| <i>Involusi uterus TFU (tinggi fundus uteri)</i> | Proses kembalinya uterus ke ukuran sebelum hamil | Pada hari pertama TFU berjarak 12 cm diatas <i>simpisis pubis</i> atau, proses ini terus berlangsung dengan penurunan TFU 1cm tiap harinya, sehingga pada hari ke-7 TFU berkisar 5 cm | Pita <i>centimeter</i> atau metlin | Rasio | Hasil pengukuran TFU dalam satuan <i>centimeter</i> |

| | | | | | |
|-----------------------------|--|--|--|--|--|
| <i>Postpartum Multipara</i> | Ibu yang melahirkan bayi lebih dari 1, secara spontan, dan tidak lebih dari 3. | | | | |
|-----------------------------|--|--|--|--|--|

4.7 Teknik Pengumpulan Data

Penulis mengumpulkan dan memperoleh data, dengan observasi (pengamatan) secara langsung. Untuk mencari perubahan atau hal-hal yang akan diteliti dan diamati mulai 24 Juni sampai 24 Juli di wilayah kerja Puskesmas Ciptomulyo kota Malang. Alat ukur yang akan di gunakan dalam variabel senam nifas yaitu menggunakan SOP senam nifas, untuk menyusui menggunakan checklist menyusui, sedangkan alat ukur yang digunakan untuk pengukuran *involusio uteri* yaitu lembar observasi dan pita *centimeter* atau metlin.

4.8 Cara Pengambilan Data

4.8.1 Pada Kelompok Perlakuan

- Memilih dan menentukan responden sesuai dengan kriteria
- Memperkenalkan diri dan menjelaskan prosedur dan tujuan
- Menanyakan kesediaan sebagai responden dan penandatanganan *inform consent*.
- Menjelaskan prosedur senam nifas dan manfaat menyusui yang disertai dengan senam nifas terhadap penurunan tinggi *fundus uteri* pada responden.

- e. Bila kriteria sampel sudah terpenuhi, peneliti mulai memantau dan memberikan senam nifas pada hari 1-7 *postpartum*.
- f. Mengukur tinggi *fundus uteri* setiap selesai dilakukannya senam nifas, mulai hari hari 1-7 *postpartum*.

4.8.2 Kelompok Pembanding Atau Kontrol

- a. Memilih dan menentukan responden sesuai dengan kriteria
- b. Memperkenalkan diri dan menjelaskan prosedur dan tujuan
- c. Menanyakan kesediaan sebagai responden dan penandatanganan *inform consent*
- d. Menjelaskan prosedur dan manfaat menyusui terhadap penurunan tinggi *fundus uteri* pada responden
- e. Mengukur tinggi *fundus uteri* hari 1-7 *postpartum*.

4.9 Analisis Data

4.9.1 Teknik Analisis Data

Dalam penelitian ini teknik analisis data dilakukan beberapa uji, berturut-turut yaitu uji normalitas data sampel dengan uji *shapiro-wilk*, uji komparasi digunakan uji t sampel bebas (*independent sample t test*), dan uji *anova one way* (uji F). Semua penghitungan dilakukan dengan bantuan piranti lunak (*soft-ware*) *SPSS for windows* 19.0. Secara lengkap dijelaskan di bawah ini.

a. Uji prasyarat parametrik

Untuk membuktikan hipotesis penelitian yang telah diajukan maka dipilih pendekatan uji statistik yang digunakan yaitu uji statistika parametrik. Sebelum dilakukan analisis data dengan menggunakan uji pada statistika parametrik, maka data akan dianalisis terlebih dahulu dengan uji prasyarat parametrik, yaitu data sampel dari variabel terukur diuji terlebih dahulu apakah data tersebar atau terdistribusi normal. Uji normalitas data dalam penelitian ini digunakan uji *shapiro-wilk*. Pada uji ini kriteria keputusan dengan melihat nilai probabilitas kesalahan empirik pada nilai sig atau dikenal dengan *p-value*. Jika nilai sig atau *p-value* menunjukkan nilai yang lebih besar dari taraf signifikansi $\alpha=0.05$, maka disimpulkan data terdistribusi normal, sehingga uji parametrik dapat digunakan. Sedangkan jika nilai Sig atau *p-value* menunjukkan nilai yang lebih kecil dari taraf signifikansi $\alpha=0.05$, maka disimpulkan data tidak terdistribusi normal, sehingga uji parametrik tidak dapat digunakan (Santoso, 2005). Adapun variabel terukur yang diuji dengan uji prasyarat parametrik adalah data tinggi *fundus uteri* (cm).

b. Ujit sampel bebas

Teknik analisis data uji t sampel bebas (*independent sample t test*) ini digunakan untuk membandingkan atau komparasi antara 2 kelompok sampel yang bebas (*independent*) antara kelompok kontrol (ibu hamil yang tidak mengikuti senam) dan kelompok perlakuan (ibu hamil dengan mengikuti senam). Teknik ini digunakan untuk membandingkan dua nilai rerata variabel terukur (data berskala interval atau rasio) dengan ketentuan bahwa data

terdistribusi normal, bila tidak terdistribusi normal maka digunakan uji *mann-whitney* (Santoso, 2005).

c. Uji *anova one way*

Pengujian dengan uji *anova one way* (uji F) digunakan untuk membandingkan rerata tinggi *fundus uteri* (cm) antara pengamatan pada hari pertama sampai dengan hari ketujuh pada kelompok kontrol. Demikian pula uji *anova one way* (uji F) untuk membandingkan rerata tinggi *fundus uteri* (cm) antara pengamatan pada hari pertama sampai dengan hari ketujuh pada kelompok perlakuan. Tujuan teknik analisis ini digunakan adalah untuk mengetahui ada atau tidak ada perbedaan tinggi *fundus uteri* dari hari ke hari waktu pengamatan, pada tiap kelompok pengamatan. Jika pada uji *anova one way* ini menghasilkan kesimpulan H_0 ditolak atau kesimpulan ada perbedaan yang bermakna (signifikan), maka analisis dilanjutkan dengan uji perbandingan berganda, yaitu dipilih uji beda nyata terkecil atau BNT (*Least Significant Difference* atau *LSD*) (Steel dan Torrie, 1995). Tujuan digunakan uji *LSD* adalah untuk mengetahui pengamatan pada hari beberapa terdapat respon penurunan tinggi *fundus uteri* yang bermakna.

4.10 Etika Penelitian

Dalam melaksanakan kegiatan penelitian ini, digunakan prinsip etik penelitian yang harus ditegakkan terhadap responden. Aspek-aspek etika tersebut adalah *self determination*, *privacy and autonomy*, *confidentiality*, *protection from discomfort* (Polit et al., 2006).

4.10.1 Self Determination

Responden diberikan kebebasan penuh untuk menentukan ikut serta atau tidak ikut serta berpartisipasi dalam penelitian setelah sebelumnya diberikan penjelasan maksud dan tujuan penelitian. Setelah responden setuju untuk terlibat dalam penelitian ini selanjutnya responden menandatangani *informed consent* yang telah disediakan

4.10.2 Privacy And Autonomy

Menjaga privasi responden dengan tidak mencantumkan identitas atau nama lengkap responden selama dan sesudah penelitian, dalam rangka pertimbangan etik. Responden tidak perlu mencantumkan nama lengkap di lembar kuisioner namun peneliti cukup mengganti nama lengkap responden dengan mencantumkan inisial saja.

4.10.3 Confidentiality

Segala informasi yang diperoleh dari responden tetap dijaga kerahasiannya dan digunakan hanya untuk kepentingan penelitian.

4.10.4 Protection From Discomfort

Perlindungan dari ketidaknyamanan dan kerugian juga diperhatikan oleh peneliti dengan tujuan melindungi responden dari eksploitasi. Pada penelitian ini, peneliti menjamin bahwa semua usaha akan dilakukan untuk meminimalkan bahaya untuk kerugian dari suatu penelitian.

4.11 Kerangka Kerja

