

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Jenis penelitian ini adalah non eksperimen dengan metode penelitian kuantitatif dan desain penelitian *correlational* untuk mengetahui hubungan antara dua variabel atau lebih. Pendekatan yang digunakan adalah *cross sectional study* yaitu jenis penelitian yang menekankan pada waktu pengukuran hanya satu kali pada saat itu (Nursalam, 2013).

B. Populasi dan Sampel Penelitian

1. Populasi

Populasi pada penelitian ini adalah remaja putri SMP Unggulan Aisyiyah Bantul Yogyakarta berjumlah 65 siswi putri.

2. Sampel

Sampel adalah bagian populasi yang digunakan sebagai subjek penelitian melalui sampling. Sedangkan sampling adalah teknik untuk menyeleksi sampel yang dapat mewakili populasi (Nursalam, 2013). Sampel pada penelitian ini adalah siswi SMP Unggulan Aisyah di Kabupaten Bantul Yogyakarta. Penelitian ini menggunakan *total sampling* sehingga peneliti mengambil seluruh siswi SMP Unggulan Aisyiyah Bantul sebanyak 65 orang sebagai sampel penelitian.

C. Kriteria Eksklusi

1. Kriteria eksklusi
 - a. Menderita hemofili.
 - b. Menderita thalassemia
 - c. Menderita *sickle cell*
 - d. Menderita anemia

D. Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian ini akan di lakukan di SMP Unggulan Aisyah Bantul Yogyakarta, pada bulan Desember 2017- Maret 2018.

E. Variable Penelitian

Variabel yang di gunakan dalam penelitian ini adalah variabel bebas (*Independen variable*) dan variabel terkait (*Dependent variable*). Variable bebas dalam penelitian ini adalah kadar hemoglobin. Sedangkan variable terkaitnya adalah aktivitas Fisik.

F. Definisi operasional

1. Hemoglobin adalah salah satu komponen dalam darah yang berfungsi mengangkut atau sebagai alat transportasi oksigen (O₂) dan karbon dioksida (CO₂). Normalnya kadar Hb untuk perempuan >12 tahun adalah 12-16 g/dl. Pengukuran skala hemoglobin seseorang dapat dilakukan dengan cara mengambil sampel darahnya dengan metode *hemocue* kemudian dilihat kadar hemoglobinya menggunakan alat *easy*

touch GCHb. Hasil yang diharapkan dalam gr/dl. Kadar hemoglobin didapatkan skala ukur rasio.

2. Aktivitas fisik adalah sebagai gerakan dari tubuh yang dihasilkan oleh otot yang membutuhkan pengeluaran energi, termasuk kegiatan yang dilakukan saat bekerja, bermain yang bisa diukur menggunakan metode dengan cara membagikan kuisisioner dari *Global Physical Activity Questionnaire*. Pengukuran dibagi menjadi 3 bagian. Bagian pertama, yaitu aktivitas fisik yang berhubungan dengan pekerjaan. Bagian ini menanyakan tentang aktivitas fisik pada hari-hari kerja (aktivitas yang berat). Bagian kedua, yaitu aktivitas fisik di luar pekerjaan (aktivitas yang sedang). Bagian ketiga, yaitu aktivitas fisik yang berhubungan dengan perjalanan atau *transportation active* yaitu menanyakan tentang transportasi yang digunakan untuk pergi dan kembali dari tempat kerja, pasar, mesjid/gereja, dan lainnya (Kristanti, 2002). *Global Physical Activity Questionnaire* mengkategorikan aktivitas fisik menjadi beberapa tingkatan yaitu, Tingkat rendah: >75% untuk duduk atau kegiatan *sedentary* dan <25% untuk kegiatan berdiri dan berpindah. Tingkat sedang: 25-40% untuk duduk atau kegiatan *sedentary* dan 60-75% adalah untuk kegiatan aktivitas fisik sedang dan berat. Tingkat aktivitas fisik tinggi: <25% untuk duduk atau kegiatan *sedentary* dan >75% untuk kegiatan aktivitas fisik sedang dan berat.

G. Instrumen Penelitian

1. Pengambilan darah tepi menggunakan *easy touch* GCHb untuk mengukur kadar Hb.
2. Data dari penelitian ini menggunakan instrument berupa kuesioner *Global Physical Activity Questionnaire* yaitu pertanyaan dan pernyataan tertulis yang digunakan untuk mendapatkan informasi dari responden tentang hal-hal yang responden ketahui tentang aktivitasnya. Isi kuisisioner meliputi nilai metabolik harian atau berupa pilihan aktifitas yang telah di jalankan dan intensitasnya. Pengelompokkan intensitas aktivitas fisik ini mempermudah kita mengklasifikasikan setiap aktivitas fisik yang dilakukan responden sesuai dengan intensitasnya (ringan, sedang, atau berat). Dalam menganalisis data-data pada kuesioner GPAQ yang akan ditanyakan kepada responden, digunakan indikator kategori berdasarkan perhitungan total volume aktivitas fisik yang disajikan dalam MET menit/minggu dan dinyatakan dengan perhitungan MET yang dikalikan dengan waktu yang digunakan bagi semua jenis aktivitas fisik (WHO, 2010).

H. Cara Kerja

Penelitian ini akan melewati 3 tahapan yaitu tahap persiapan, tahap pelaksanaan, dan tahap menganalisis data.

1. Tahap Persiapan

Tahap ini merupakan tahapan dimana peneliti harus menetapkan topik dan judul penelitian dengan cara berkonsultasi dengan dosen pembimbing masing-masing pada bulan Oktober 2017. Peneliti di haruskan menyelesaikan tinjauan pustaka terlebih dahulu dengan mengumpulkan sumber berupa teks book, jurnal, maupun artikel ilmiah yang dapat di gunakan untuk menunjang teori dari penelitian. Selain itu, di tahap ini peneliti di haruskan menyelesaikan proposal dan mengurus perijinan penelitian.

2. Tahap Pelaksanaan

Tahap kedua, peneliti melakukan penelitian di SMP Unggulan Aisyiyah Bantul Yogyakarta yang sebelumnya sudah di berikan surat permohonan untuk melakukan penelitian di sekolah tersebut dan mendapat persetujuan dari pihak sekolah untuk di lanjutkan di berikan kuisisioner penelitian kepada siswi di SMP Unggulan Aisyiyah Bantul Yogyakarta. Tahap pertama sebelum para siswi diberikan kuisisioner penelitian, para siswi dilakukan skrining sesuai dengan ketentuan kriteria eksklusi. Setelah para siswi selesai melakukan skrining para siswi akan dilakukan cek kadar Hb yang akan dilakukan oleh asisten penelitian yaitu perawat melalui darah perifer yang akan di ambil disalah satu jari responden dan akan di cek menggunakan teknik hemocue menggunakan *Easy touch* GCHb. Pengambilan darah perifer akan

dilakukan oleh perawat yang telah mendapatkan surat izin melakukan tindakan invansif. Setelah dilakukan pemeriksaan Hb responden akan diberikan kuisisioner *Global physical Activity Questionnaire*.

3. Tahap Analisis Data

Setelah melakukan pemeriksaan/validasi data, pengkodean, rekapitulasi dan tabulasi, dilakukan analisis statistik dengan menggunakan Microsoft Excel dan SPSS 16 for Windows. Data dianalisis secara statistik dengan menggunakan Korelasi Rank Spearman. Kolerasi Rank Spearman digunakan untuk melihat hubungan kadar hemoglobin dengan aktivitas fisik. Setelah di analisis maka akan dibuat kesimpulan yang akan di susun menjadi laporan.

I. Uji Validitas dan Reabilitas

Peneliti tidak menggunakan uji validitas dan reabilitas sebab manggunakan form *Global Physical Activity Questionnaire* yang sudah valid.

J. Teknik Pengolahan

Pengolahan data adalah susunan didalam penelitian setelah data terkumpul dengan tujuan data yang diperoleh berkualitas (Notoatmodjo, 2010), tahap-tahap pengolahan data yaitu:

1. *Editing* adalah pengecekan pada data penelitian untuk mengetahui sesuai tidaknya data yang diperoleh.

2. *Coding*, pada penelitian ini dilakukan dengan pemberian code pada aktivitas fisik *code 1* aktivitas berat, *code 2* aktivitas sedang, *code 3* aktivitas ringan.
3. *Entry data*, memasukan data yang terkumpul kedalam data base didalam komputer dan membuat distribusi frekuensi.
4. *Processing* yaitu memasukan data yang didapat kedalam program dalam komputer.
5. *Cleansing* merupakan pembersihan data dengan melakukan cek ulang setelah data dimasukan untuk melihat ada tidaknya kesalahan.
6. *Describing* yaitu penggambaran dengan menjelaskan seperti apa data tersebut.

K. Analisis Data

Analisis data yang digunakan untuk penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara kadar hemoglobin dengan aktivitas Fisik pada remaja putri di SMP Unggulan Aisyiyah Bantul Yogyakarta. Analisis yang digunakan adalah sebagai berikut :

1. Analisis Univariat

Data yang didapatkan oleh peneliti dianalisis menggunakan analisis univariat terlebih dahulu untuk mengetahui gambaran dan mendeskripsikan masing-masing variabel.

2. Analisis Bivariat

Analisis bivariat yang digunakan adalah *corelation* untuk mengetahui apakah ada hubungan antara variable-variable yang diujikan. Apa bila ada hubungan maka seberapa hubungannya. Data yang didapatkan pada aktivitas Fisik berupa data ordinal dan data yang didapatkan pada kadar hemoglobin berupa data ordinal sehingga analisa data menggunakan uji korelasi *Spearman*.

L. Etika Penelitian

Menurut Nursalam dalam Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan (2013) prinsip etik dalam penelitian keperawatan dibedakan menjadi:

1. *Respect human dignity*
 - a. Responden berhak untuk ikut/tidak menjadi responden tanpa ada sangsi apapun
 - b. Responden berhak mendapatkan penjelasan secara lengkap dan tanggung jawab pada penelitian ini.
2. *Justice*
 - a. Responden akan diperlakukan secara adil dan baik sebelum, selama dan sesudah penelitian
 - b. Responden dapat meminta hasil data yang telah peneliti ambil.
3. *Beneficence dan nonmalefficence*
 - a. Responden tidak akan mendapatkan penderitaan yang parah dalam penelitian ini

- b. Responden diyakinkan bahwa data yang telah diambil hanya digunakan dalam keperluan akademik tanpa merugikannya.