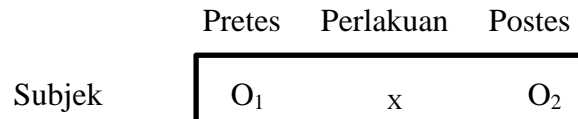


BAB III

METODE PENELITIAN

A. Metode Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen dengan desain penelitian *Pre Experimental One Group Pretest-Posttest* yaitu rancangan penelitian dimana dilakukan pretes pada subjek kemudian diikuti intervensi atau perlakuan pada subjek, setelah beberapa waktu dilakukan postes pada subjek tersebut. (Sugiyono, 2019)



Gambar 3.1 Skema Penelitian *Pre Experimental One Group Pretest-Posttest*

Keterangan.

X = Intervensi atau Perlakuan

O₁ = Pretes

O₂ = Postes

B. Variabel Penelitian

1. Variabel Bebas (*Independent Variable*)

Menurut Notoatmodjo (2018) Variabel bebas adalah variabel yang mempengaruhi variabel lainnya. Dalam penelitian ini yang menjadi variabel bebas adalah *kegel exercise*.

2. Variabel Terikat (*Dependent Variable*)

Menurut Notoatmodjo (2018) Variabel terikat adalah variabel yang terpengaruh oleh variabel bebas. Dalam penelitian ini yang menjadi variabel terikat adalah skala nyeri luka perineum.

3. Definisi Operasional

Definisi operasional adalah mendefinisikan variabel secara operasional dan berdasarkan karakteristik yang diamati, memungkinkan peneliti untuk melakukan observasi atau pengukuran secara cermat terhadap suatu objek. Definisi operasional ditentukan berdasarkan parameter yang dijadikan ukuran penelitian. Berikut adalah definisi operasional dari masing-masing variabel penelitian.

Tabel 3.1
Definisi Operasional

No	Variabel	Definisi	Skala Ukur	Instrumen
1	<i>Kegel Exercise</i>	Latihan otot dasar panggul yang dilakukan tepat setelah 2 jam <i>post partum</i> dengan cara mengencangkan anus seperti menahan defekasi, kerutkan uretra dan vagina seperti saat menahan berkemih kemudian lepaskan, dilakukan bisa dalam posisi berbaring, berdiri atau duduk sebanyak 10 kali pengulangan, untuk subjek dilakukan setelah pretes sesaat se usai kala 4.	Nominal	Lembar Observasi

2	Skala Nyeri Luka Perineum	Penilaian terhadap intensitas nyeri luka perineum <i>grade 2</i> yang dialami oleh ibu, diukur dengan menggunakan <i>Numeric Rating Scale (NRS)</i> skala 0-10 saat pretes pada 2 jam postpartum dan saat postes tepat pada 6 jam post partum.	Ordinal	Lembar Observasi
---	---------------------------	--	---------	------------------

C. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Menurut Sugiyono (2022) Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek atau subjek yang memiliki kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu nifas di Santosa Hospital Bandung Kopo sebanyak 55 orang.

2. Sampel

Menurut Sugiyono (2022) Sampel adalah sebagian dari populasi yang dianggap dapat mewakili populasi. Teknik pengambilan sampel adalah *Sampling Insidental*. Dimana teknik pengambilan sampel berdasarkan kebetulan, yaitu siapa saja yang sesuai dengan kriteria bertemu dengan peneliti dapat digunakan sebagai sampel bila dipandang orang yang kebetulan ditemui itu cocok sebagai sumber data. Menurut Sugiyono (2019) Untuk penelitian eksperimen sederhana jumlah sampel yang dapat diambil sebanyak 10-20 sampel. Pada penelitian Gustirini (2019) sampel yang digunakan dalam

penelitiannya berjumlah 15 subjek perlakuan. Berdasarkan teori tersebut maka jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 20 ibu nifas diberi perlakuan dengan kriteria inklusi dan eksklusi.

a. Kriteria Inklusi

- Ibu bersalin pervaginam
- Ibu dengan *ruptur perineum grade 2*

b. Kriteria Eksklusi

- Ibu yang tidak mengalami ruptur
- Ibu yang tidak bersedia menjadi subjek
- Ibu yang mengundurkan diri
- Ibu yang mengalami komplikasi nifas

D. Teknik Pengumpulan Data

Data yang digunakan dalam penelitian ini adalah data primer didapat melalui pengamatan atau observasi yang dilakukan oleh peneliti saat pretes dan postes pada subjek yang diukur dengan pengukuran skala nyeri *Numeric Rating Scale* (NRS) kemudian dicantumkan hasil pengamatan dalam lembar observasi. Data diambil sebanyak 2 kali yaitu saat pretes tepat setelah kala IV dan saat postes pada 6 jam postpartum. Pengumpulan data dilakukan oleh peneliti bersama tim berjumlah 4 orang termasuk peneliti terdiri dari Kepala Ruangan *Delivery* dan 3 orang Bidan Pelaksana. Dimana tim melakukan observasi terhadap subjek kemudian dilanjutkan oleh anggota tim lain dalam

3 *shift* yaitu *shift* pagi, siang, dan malam. Penelitian dilakukan di ruang Topas Timur selama 1 minggu pada bulan Januari 2023.

E. Teknik Analisis Data

Apabila data penelitian sudah didapatkan, maka langkah selanjutnya adalah uji normalitas untuk mengetahui data berdistribusi normal atau tidak, uji normalitas yang digunakan adalah uji normalitas *Shapiro-Wilk*. Setelah dilakukan uji normalitas kemudian dilakukan analisis data, dalam penelitian ini menggunakan analisis univariat dan bivariat untuk mengetahui pengaruh antara variabel dependen dengan variabel independen. Dalam penelitian ini digunakan statistik uji *Wilcoxon-test* dengan taraf kesalahan 95% ($\alpha = 0,05$). Hasil uji statistik yang akan dinilai adalah ρ . Bila $\rho \leq \alpha$ maka terdapat pengaruh, tetapi sebaliknya bila $\rho < \alpha$ maka tidak terdapat pengaruh antara variabel.

F. Prosedur Penelitian

Adapun prosedur penelitian adalah sebagai berikut.

1. Peneliti mendapat izin penelitian dari institusi pendidikan berupa *Ethical Approval* Universitas 'Aisyiyah Bandung dengan nomor surat 356/KEP.01/UNISA-BANDUNG/I/2023 ke Santosa Hospital Bandung Kopo yang ditujukan kepada Direktur Utama Santosa Hospital Bandung Kopo untuk melakukan penelitian kemudian peneliti mendapatkan izin penelitian dari Santosa Hospital Bandung Kopo dengan nomor surat 691/EKS/DIR/SHBK/X/2022.

2. Peneliti menjelaskan prosedur dan tujuan penelitian
3. *Informed consent* dilakukan pada subjek penelitian
4. Subjek akan dilakukan penilaian nyeri yang dirasakan Ibu pada setelah 2 jam *postpartum* sebelum dilakukan *Kegel Exercise*
5. Subjek diberikan *Kegel Exercise* sesaat setelah 2 jam *postpartum*
6. Tata laksana dari *Kegel Exercise* ini, subjek melakukan *Kegel Exercise* dapat dengan posisi berbaring, duduk, maupun berdiri, dilakukan gerakan mengerutkan anus seperti menahan BAB dalam 1 kali latihan dilakukan selama 10 detik setiap mengerutkan anus lalu lepaskan atau istirahat selama 3 detik, begitu seterusnya dilakukan sebanyak 10 kali pengulangan.
7. Setelah dilatih *Kegel Exercise* subjek akan diperkenankan menunjuk skala/ tingkatan rasa nyeri luka jahitan jalan lahir kembali pada 6 jam *postpartum*.
8. Waktu pemberian *kegel exercise* dan penilaian skala nyeri didasarkan pada Kala IV (2 jam setelah plasenta lahir) sebelum diberikan perlakuan dan kf-1 nifas di 2 sampai 6 jam pada hari pertama setelah diberikan perlakuan pada setelah kala IV.

G. Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan di ruang Topas Timur Santosa Hospital Bandung Kopo selama 1 minggu pada bulan Januari 2023.

H. Etika Penelitian

Adapun etika penelitian dalam penelitian ini adalah:

1. Subjek penelitian berasal dari pasien kemudian lembar penjelasan (*informed*) dibuat dengan jelas untuk menggambarkan penelitian yang akan dilakukan sehingga mudah dimengerti oleh subjek
2. Bahasa yang digunakan menggunakan bahasa awam yang mudah dimengerti karena pasien adalah orang awam yang tidak memiliki latar belakang kesehatan
3. Mengucapkan salam
4. Memperkenalkan diri
5. Memastikan subjek dalam keadaan baik
6. Memberikan lembar penjelasan kepada subjek agar dibaca dan dapat bertanya jika ada hal-hal yang tidak dimengerti dan perlu penjelasan lebih.
7. Menjelaskan hak subjek dan tanggung jawab peneliti selama pelaksanaan penelitian.
8. Menjelaskan tujuan dan manfaat dari penelitian yaitu untuk membantu subjek dalam mengurangi rasa nyeri setelah dilakukan jahitan luka *perineum*, menambah pengetahuan ibu tentang *kegel exercise*, subjek lebih cepat sembuh dan bisa segera secara mandiri mengurus bayinya sepulang dari rumah sakit, serta diberikan cinderamata untuk subjek.
9. Risiko yang dapat terjadi akibat latihan ini sangat minim, efek yang akan terjadi adalah rasa nyeri saat melakukan *kegel exercise* pertama kali

karena subjek baru dilakukan penjahitan luka dan pertama melakukan *kegel exercise*.

10. Sebelum dilakukan *kegel exercise*, subjek diukur tanda-tanda vital terlebih dahulu lalu meminta *informed consent*, kemudian nilai nyeri/ pretes pada subjek.
11. Tata laksana dari *Kegel Exercise* ini, subjek melakukan *Kegel Exercise* dapat dengan posisi berbaring, duduk, maupun berdiri, dilakukan gerakan mengerutkan anus seperti menahan BAB dalam 1 kali latihan dilakukan selama 10 detik setiap mengerutkan anus lalu lepaskan atau istirahat selama 3 detik, begitu seterusnya dilakukan sebanyak 10 kali pengulangan Latihan dilakukan sebanyak 1 kali latihan dan dalam 1 kali latihan dilakukan selama 130 detik.
12. Setelah dilatih *Kegel Exercise* subjek akan diperkenankan menunjuk skala/ tingkatan rasa nyeri luka jahitan jalan lahir kembali pada 6 jam *postpartum*.
13. Keikutsertaan dalam penelitian ini bersifat sukarela. Subjek dapat menolak untuk ikut serta atau mengundurkan diri dari penelitian ini kapanpun, baik sebelum penelitian berlangsung maupun selama penelitian berlangsung dan tidak akan berdampak pada pelayanan yang akan diberikan.
14. Data atau informasi penelitian akan dijaga dengan baik.
15. Kegiatan penelitian atau yang memberikan *kegel exercise* pada subjek adalah peneliti bersama tim terdiri dari 4 orang termasuk peneliti, yaitu 1

orang Kepala Ruangan *Delivery*, 3 orang Bidan Pelaksana. Sebelum melakukan observasi pada subjek peneliti dan tim mengadakan rapat untuk menyusun strategi dan memaparkan prosedur *kegel exercise* agar seragam dalam memberikan *kegel exercise* pada subjek serta untuk menyusun jadwal dinas agar tim tidak berada dalam *shift* yang sama. Untuk tim diberikan cinderamata sebagai penghargaan.

16. Penelitian dilakukan dengan menerapkan protokol kesehatan di masa Covid-19.