

BAB 3

METODE PENELITIAN

3.1 Jenis Penelitian

Dalam penelitian ini menggunakan penelitian deskriptif. Penelitian deskriptif dimaksudkan untuk mendeskripsikan secara sistematis dan akurat suatu kasus tertentu yang bersifat faktual. Penelitian studi kasus ini adalah bagaimana memberikan implementasi senamgemu fa mi re pada lansia dengan masalah insomnia Puskesmas Oepoi.

3.2 Subjek Penelitian

Subjek penelitian dalam studi kasus ini adalah tiga orang pasien dengan kasus insomnia dan melakukan pemeriksaan di Puskesmas Oepoi sebagai subjek penelitian yang sesuai dengan kriteria inklusi yaitu, karakteristik umum subjek penelitian dari suatu target responden yang terjangkau dan akan di teliti.

1. Pasien lansia penderita insomnia.
2. Pasien lansia dengan rentang umur 55-65 tahun
3. Pasien insomnia yang dapat membaca
4. Pasien insomnia yang kooperatif dan bersedia menjadi subjek penelitian dan mengisi *informed conseni*.

3.3 Fokus Penelitian

Subjek dalam kasus ini adalah tiga orang pasien lansia insomnia, ditetapkan berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi yaitu:

- 1 Kriteria Inklusi
 - a Pasien Lansia yang mengalami Insomnia.
 - b Pasien Lansia yang dapat membaca dan mampu berkomunikasi.
 - c Pasien yang kooperatif.
 - d Pasien yang merupakan pasien di Puskesmas Oepoi.
 - e Pasien yang bersedia menjadi subjek studi kasus dan mengisi *Informed consent*.
- 2 Kriteria Eksklusi
 - a Pasien yang mengundurkan diri selama atau dalam masa penelitian.

- b Pasien yang memenuhi kriteria, namun tidak bersedia menjadi subjek studi kasus.

3.4 Definisi Operasional

Tabel 3.1 Definisi Operasional

Variabel	Definisi Operasional	Indikasi	Alat Ukur	Hasil Ukur	Skala Ukur
Senam Gemu Fa Mi Re	Suatu bentuk latihan fisik yang memberikan pengaruh baik pada lansia yang mengalami insomnia	Memberikan instruksi senam lansia.	SOP Senam Gemu Fa Mi Re	-	Nominal
Insomnia	Pasien lansia dengan kondisi yang mengalami insomnia	Kuesioner PSQI (Modifikasi dari Malahayati, 2022)	Kuesioner dengan pertanyaan pengetahuan insomnia dan dukungan tidur pada lansia.	Skor	Nominal

3.5 Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian ini menggunakan kuesioner sedangkan aktivitas fisik menggunakan SOP. Instrument yang digunakan pada studi ini meliputi kuesioner *Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI)* untuk mengetahui insomnia pada lansia dan SOP senam gemu fa mi re. Kuesioner berisi 9 item pertanyaan masing-masing pertanyaan memiliki skor 0-3, dimana 0 menunjukkan tidak adanya kesulitan tidur dan 3 menunjukkan kesulitan tidur yang berat. Skor dari ketujuh komponen tersebut dijumlahkan menjadi 1 (satu) skor global dengan kisaran nilai 0-21. Kemudian hasil

Jumlah skor tersebut ditotalkan untuk didapatkan hasil melalui metode wawancara dengan responden dan SOP senam gemu fa mi re berisi 3 prosedur dengan masing-masing tindakan.

3.6 Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data dalam penelitian studi kasus ini menggunakan pengisian kuesioner untuk mendapatkan jawaban dari responden, menggunakan lembar observasi untuk digunakan mengobservasi langsung dalam perolehan data dengan metode wawancara dengan responden, dan juga dengan berupa dokumentasi rekam medic, status pasien, ataupun laporan kasus insomnia yang peneliti dapatkan dari Puskesmas Oepoi.

3.7 Lokasi dan Waktu Penelitian

Lokasi penelitian mulai dari pengambilan data awal sampai selesai akan dilakukan di Puskesmas Oepoi dengan waktu penelitian akan dilaksanakan pada bulan Juli-Agustus 2024.

3.8 Analisis Data dan Penyajian Data

Analisis data dilakukan dengan mengemukakan fakta, membandingkannya dengan teori yang relevan, dan menyajikannya dalam bentuk opini dalam pembahasan. Teknik analisis yang digunakan melibatkan narasi jawaban dari subjek studi kasus yang diperoleh melalui wawancara mendalam untuk menjawab rumusan masalah penelitian. Teknik ini juga mencakup observasi oleh peneliti dan studi dokumentasi, yang menghasilkan data untuk diinterpretasikan dan dibandingkan dengan teori yang ada sebagai dasar untuk memberikan rekomendasi dalam intervensi tersebut.

Penyajian data ini dapat dilakukan dengan tabel, gambar, bagan, maupun teks naratif. Kerahasiaan dari responden dijamin dengan cara mengaburkan identitas dari responden.

3.9 Etika Penelitian

1 *Informed Consent*

Informed Consent merupakan informasi yang harus diberikan pada subjek penelitian mengenai penelitian yang akan dilakukan. Tujuan *Informed Consent* adalah agar subjek penelitian mengetahui dan memahami maksud dan tujuan penelitian, proses penelitian dan dampaknya, sehingga akhirnya dapat

menentukan apakah responden setuju/bersedi atau tidak setuju/tidak bersedia menjadi subjek penelitian.

2 *Anonymity* (Tanpa nama)

Masalah etika dalam keperawatan terkait dengan perlindungan subjek penelitian, yang dilakukan dengan tidak mencantumkan nama responden pada lembar alat ukur. Sebagai gantinya, hanya kode yang digunakan pada lembar pengumpulan data atau hasil penelitian yang akan dipresentasikan.

3 *Confidentially* (Kerahasiaan)

Masalah etika dalam keperawatan terkait dengan perlindungan subjek penelitian, yang dilakukan dengan tidak mencantumkan nama responden pada lembar alat ukur. Sebagai gantinya, hanya kode yang digunakan pada lembar pengumpulan data atau hasil penelitian yang akan dipresentasikan.