

### **BAB III**

#### **METODE PENELITIAN**

##### **A. Jenis dan Rancangan Penelitian**

###### **1. Jenis Penelitian**

Jenis penelitian pada penulisan ini adalah *literature review*. Adapun pengertian dari *literature review* adalah sumber atau acuan yang digunakan dalam berbagai macam aktivitas di dunia pendidikan atau aktivitas lainnya. Pengertian lainnya dari *literature review* adalah sumber yang digunakan dalam mendapatkan informasi tertentu baik dari buku ataupun berbagai macam tulisan lainnya seperti jurnal, internet dan sebagainya (Panwala et al., 2017).

###### **2. Rancangan Penelitian**

Rancangan atau desain penelitian ialah suatu yang penting dalam penelitian yang dapat mengendalikan beberapa faktor yang mempengaruhi akurasi suatu hasil. Rancangan penelitian digunakan peneliti dalam petunjuk pembuatan perencanaan dan pelaksanaan penelitian dalam menggapai tujuan atau menjawab pertanyaan penelitian (Nursalam, 2015). Rancangan atau desain penelitian ini menggunakan metode *tradisional review*. *Tradisional review* ialah tinjauan pustaka dengan cara mengumpulkan fakta dan teknik sintesis tidak mengikuti cara yang ada di buku (Siswanto, 2012). Dalam penulisan studi *literature review* ini

bertujuan untuk melihat pengaruh teknik terapi relaksasi benson terhadap nilai MAP (*Mean Arterial Pressure*) pada penderita hipertensi. Yang menjadi fokus dalam penelitian ke pustakaan ialah menemukam berbagai teori, prinsip, atau gagasan yang digunakan dalam menganalisa dan memecahkan pertanyaan penelitian yang sudah dirumuskan. Sifat pada penelitian adalah analisa deskriptif, ialah menganalisis data dengan cara menggambarkan data yang telah terkumpul dengan memberikan pemahaman dan penjelasan sehingga bisa dipahami dengan baik oleh pembaca (nursalam, 2015).

Data-data yang digunakan pada penelitian adalah data sekunder yang diperoleh dari pengalaman penelitian sebelumnya. Sumber data sekunder yang diperoleh ialah artikel atau jurnal sesuai dengan topik menggunakan data base melalui data base *Google Scholar*, *Research Gate*, *Science Direct*, *MEDLINE (PubMED)*, dan *International Journal of Health, Economics, Social Sciences (IJHESS)*. Pencarian artikel jurnal atau bisa dengan kata kunci (*keyword*) dan *boolean operator* (AND, OR NOT or AND NOT) yang diperuntukkan untuk memperluas atau menspesifikasi pencarian, sehingga dapat memudahkan dalam pencarian artikel atau jurnal yang digunakan. Kata kunci dalam penelitian ini yaitu teknik relaksasi benson

“Benson relaxation technique” AND tekanan daraj rata-rata  
“mean arterial pressure” AND hipertensi “hypertension”.

## B. Kriteria Inklusi dan Eksklusi

### 1. Tipe Studi

*literature review* yang di gunakan dalam penelitian ini adalah jurnal penelitian dengan metode penelitian menggunakan *tradisional review*.

### 2. Tipe Intervensi

Intervensi yang akan ditelaah pada penelitian ini adalah penggunaan teknik relaksasi benson terhadap MAP (*mean arterial pressure*) pada penderita hipertensi

### 3. Hasil ukur

Out come yang diukur dari penelusuran adalah pengaruh teknik relaksasi benson terhadap MAP (*mean Arterial Pressure*) pada penderita hipertensi.

### 4. Strategi Pencarian Literature

*Literature* yang digunakan merupakan jurnal. Pencarian jurnal dilakukan menggunakan pencarian data base *Google Scholar*, *Research Gate*, *Science Direct*, *MEDLINE (PubMED)*, dan *International Journal of Health, Economics, Social Sciences (IJHESS)*. Pencarian artikel atau jurnal menggunakan keyword dan boolean operator (AND, OR NOT or AND NOT) yang digunakan untuk memperluas atau menggolongkan pencarian, sehingga mempermudah

menentukan artikel atau jurnal yang digunakan. Kata kunci dalam penelitian ini yaitu teknik relaksasi benson “Benson relaxation technique” AND tekanan darah rata-rata “*mean arterial pressure*” AND hipertensi “*hypertension*”, dengan subjek manusia dalam penelitiannya. Jurnal yang digunakan sebagai bahan literature ialah yang memenuhi kriteria inklusi yang kemudian dianalisis. Jurnal yang dipilih adalah yang dipublikasikan dari tahun 2009 sampai dengan 2020.

Table 3.1

Kriteria inklusi dan eksklusi

Kriteria	Inklusi	Eksklusi
Populasi	Pasiens yang mengalami hipertensi	Pasiens yang mengalami hipertensi dengan komplikasi penyakit lain
Intervention	Teknik relaksasi benson, meditasi, relaksasi nafas dalam, murotal al-qur'an, dzikir dan slow deep breathing	senam, mengkonsumsi jus buah dan sayur
Out Comes	Pengaruh Teknik Relaksasi Benson Terhadap Nilai MAP ( <i>Mean Arterial Pressure</i> ) Pada Penderita Hipertensi	Pengaruh Relaksasi Benson Terhadap Skala Nyeri Kepala , Nilai Kualitas Tidur Dan Nilai Stress Pada Penderita Hipertensi
<i>Quasi-eksperimen, Randomized Clinical Trial, dan meta analisis</i>		
Tahun publikasi	2011-2021	2001-2010
Bahasa	bahasa inggris dan bahasa indonesia	Bahasa arab, bahasa korea, dan bahasa cina

### C. RAC (*Research Appraisal checklist*)

Setelah dilakukannya seleksi data berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi kemudian dilakukan RAC (*Research Appraisal checklist*) pada jurnal. RAC dibuat untuk melakukan penilaian terhadap penulisan penelitian kuantitatif secara cermat

dan sistematis. Di dalam penilaian RAC terdapat 51 kriteria yang meliputi penilaian judul, abstrak, masalah literatur, metodologi, analisis data, pembahasan dan sistematik penulisan jurnal dimana setiap kriteria memiliki skor tersendiri (Virgiawan, 2020).

Setiap kriteria memiliki rentang skor 1 sampai dengan 6. Skor 1 artinya kriteria tidak ditemukan di dalam jurnal sedangkan skor 6 artinya kriteria di temukan secara lengkap dan jelas di dalam jurnal. Terdapat 3 kategori berdasarkan jumlah nilai skor yaitu Superior (205-306 Poin), Average (103-204 Poin), Below Average (0-102 Poin) (Virgiawan, 2020).

Table 3.2 *Appraisal Checklis*

No.	Kriteria	Skor						Total skor
		1	2	3	4	5	6	
		<i>Title</i>						
1	<i>Title is readily understood</i>							
2	<i>Title is clear</i>							
3	<i>Title is clearly related to content</i>							
<b>ABSTRAK</b>								
4	<i>Abstract states problem, where appropriate, hypotheses clearly and concisely</i>							
5	<i>Methodology is identified and described briefly</i>							
6	<i>Results are summarized</i>							
7	<i>Findings and/or conclusions are stated</i>							
<b>PROBLEM</b>								
8	<i>The general problem of the study is introduce dearly in There port</i>							
9	<i>Questions to be answered are stated precisely</i>							
10	<i>Problem state mentis clear</i>							
11	<i>Hypotheses to be teted are stated precisely in a form</i>							

	<i>That permits them to be tested</i>							
12	<i>Limitation softhe study can be identified</i>							
13	<i>Assumptions of the study can be identified</i>							
14	<i>Pertinent terms are/ can be operationally defined</i>							
15	<i>Significance of the problem is identified</i>							
16	<i>Research is justified</i>							

#### REVIEW OF LITERATURE

17	<i>Cited literature is pertinent to research problem</i>							
18	<i>Cited literature provides rationale for the research</i>							
19	<i>Studies are critcially examined</i>							
20	<i>Relationship of problem to previous research is made clear</i>							
21	<i>A conceptual frame work/ theoretical rationale is clearly stated</i>							
22	<i>Review concludes with a brief summary or relevant literature and its implications to the research problem under study</i>							

#### METHODOLOGY

##### a. Subjects

23	<i>Subject population (sampling frame) is described</i>							
24	<i>Sampling method is described</i>							
25	<i>Sampling method is justified (especially for non probability sampling)</i>							
26	<i>Sample size is sufficient to reduce type II error</i>							
27	<i>Possible sources of sampling error can be identified</i>							
28	<i>Standards for protections of subjects are discusse</i>							

##### b. Instruments

29	<i>Relevant previous realibility data are presented</i>							
30	<i>Reliability data pertinent to the present study are Reported</i>							

31	<i>Relevant previous reliability data are presented</i>							
32	<i>Validity data pertinent to present study are reported</i>							
33	<i>Methods of data collection are sufficiently described to permit judgment of their appropriateness to the present study</i>							

c. Design

34	<i>Design is appropriate to study questions and/or hypothesis</i>							
35	<i>Proper controls are included where appropriate</i>							
36	<i>Confounding/ moderating variables are/ can be identified</i>							
37	<i>Description of design is explicit enough to permit replication</i>							

DATA ANALYSIS

38	<i>Information presented is sufficient to answer research questions</i>							
39	<i>Statistical tests used are identified</i>							
40	<i>Reported statistics are appropriate for hypotheses/ research questions</i>							
41	<i>Table and figures are presented in an easy-to understand, informative way</i>							

DISCUSSION

42	<i>Conclusions are clearly stated</i>							
43	<i>Conclusions are substantiated by the evidence presented</i>							
44	<i>Methodological issues in study are identified and discussed</i>							
45	<i>Findings of study are specifically related to conceptual/ theoretical basis of study</i>							
46	<i>Implications of the findings are discussed</i>							
47	<i>Results are generalized only to populations on which Study is based</i>							
48	<i>Recommendations are made for further research</i>							

FORM AND STYLE							
49	<i>Report is clearly written</i>						
50	<i>Report is logically organized</i>						
51	<i>Tone of report displays an unbiased, impartial, scientific attitude</i>						

**GRAND TOTAL SCORE**

a. Superior(205-306 points)

b. Average(103-204 points)

c. Below Average(0-102 points)

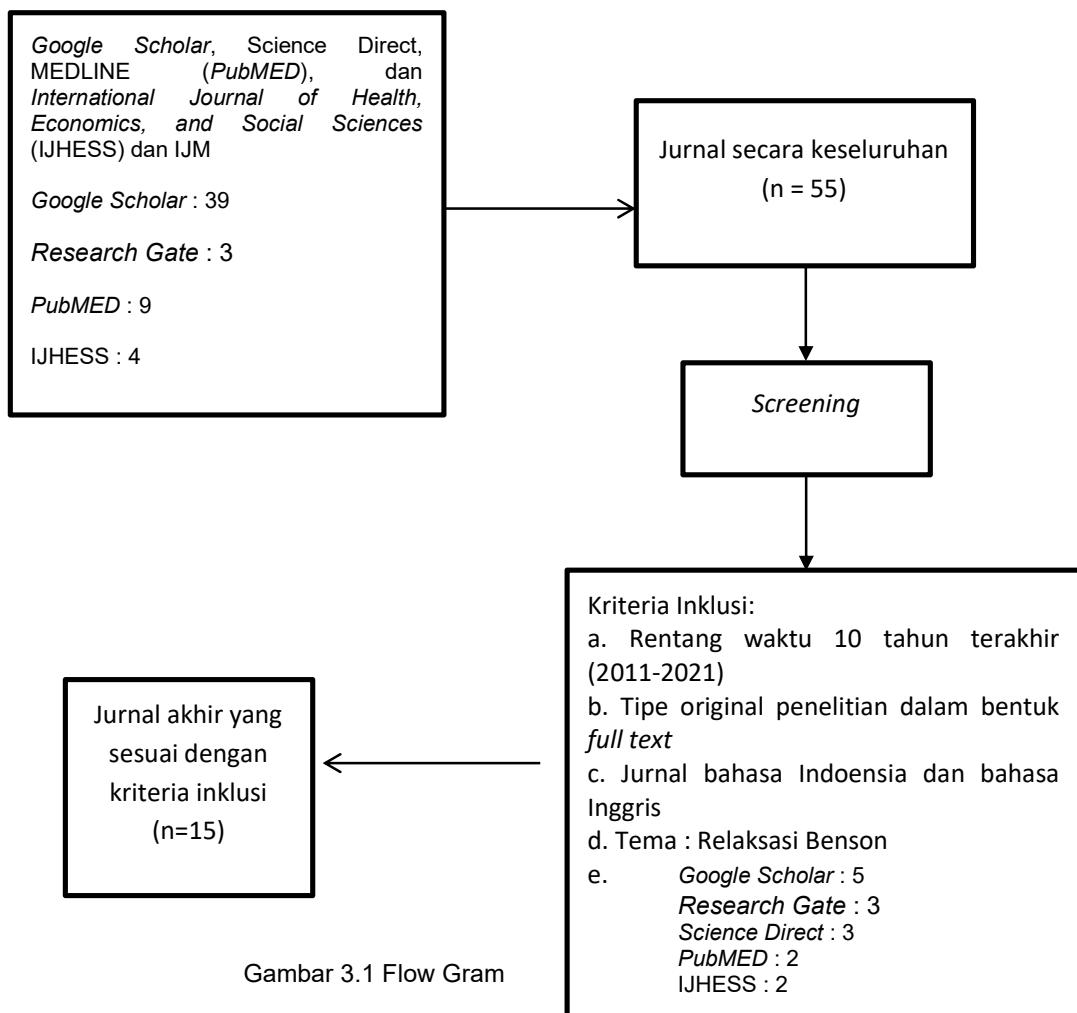
Sumber: (Duffy 2005 di dalam Virgiawan, 2020)

#### D. Definisi Operasional

1. Teknik relaksasi benson merupakan gabungan antara teknik respon relaksasi dengan sistem keyakinan individu atau faith faktor. Pada relaksasi benson berfokus pada ungkapan tertentu yang diucapkan secara berulang-ulang dengan memakai ritme yang teratur di ikuti dengan sikap yang pasrah. Gabungan kata yang diucapkan dapat berupa nama-nama Tuhan atau kata-kata yang mempunyai makna menenangkan untuk pasien itu sendiri (Atmojo et al., 2019).
2. Hipertensi adalah terjadinya kenaikan tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih dari 90 mmHg di dua kali pengukuran dengan jeda waktu lima menit dalam keadaan cukup istirahat atau tenang (Kemenkes RI, 2014).
3. MAP (*Mean Arterial Pressure*) adalah Nilai rata-rata pada tekanan aliran darah sistolik dan tekanan aliran darah diastolik ke seluruh tubuh (Sukarmin, 2019). MAP (*Mean Arterial*

*Pressure) normal adalah 70-99 mmHg. Jika MAP (*Mean Arterial Pressure*) kurang dari 70 mmHg maka tekanan pada aliran darah tidak bisa mengirim darah ke seluruh tubuh dan bila tekanan darah lebih dari 100 mmHg dapat menimbulkan gangguan sirkulasi otak sehingga terjadi resistensi pembuluh darah otak yang mengakibatkan nyeri pada bagian kepala (Atmojo et al., 2019). Rumus menghitung mean arterial pressur (MAP) adalah MAP = (S + 2D)/3 (Oliver, 2019).*

#### E. Seleksi Studi dan Penilaian Kualitas



## F. Jalannya Penelitian

Jalannya penelitian di bagi menjadi beberapa tahap yaitu :

### 1. Tahap Awal

- a. Tahap awal peneliti membuat pengajuan judul kepada Dosen pembimbing.
- b. Setelah judul disetujui peneliti melakukan studi pendahuluan.
- c. Melakukan penyusunan proposal.
- d. Proposal yang dikerjakan peneliti adalah bab I, II dan III berdasarkan data yang ada dan *literature* yang berkaitan dengan variabel. Dalam pembuatan proposal ini selalu mendapatkan bimbingan, arahan dan revisi dari dosen pembimbing.

### 2. Tahap Pelaksanaan Penelitian

Peneliti melakukan pengumpulan literature menggunakan *Google Scholar*, *Research Gate*, *Science Direct*, *MEDLINE (PubMed)*, dan *International Journal of Health, Economics, Social Sciences* (*IJHESS*), kemudian diseleksi berdasarkan kriteria inklusi dan ekslusi hingga ditemukan sampel akhir.

### 3. Tahap Analisa Data

Jurnal yang terkumpul akan di analisis dan dibahas untuk menarik kesimpulan dan menjawab pertanyaan terkait peneliti.

#### 4. Tahap Akhir

- a. Melakukan penyusunan laporan yang terdiri dari interpretasi data.
- b. Membahas hasil kegiatan literature review sesuai dengan data yang sudah ada.
- c. Pemaparan hasil kegiatan literature review dengan cara tertulis dan soft copy
- d. Sidang penelitian dan revisi atau perbaikan susulan keputusan hasil sidang penelitian.
- e. Penyetoran laporan tertulis hasil kegiatan penelitian yang sudah direvisi atau diperbaiki kepada Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.

#### G. Populasi dan Sampel

Populasi merupakan keseluruhan element yang kemudian dijadikan wilayah generalisasi. Adapun element pada populasi adalah keseluruhan subyek dari unit yang akan di teliti. Sedangkan sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik populasi tersebut dan bisa di bilang mewakili populasi (sugiyono, 2018).

Sampel pada penelitian ini adalah jurnal-jurnal yang telah melalui penyaringan dan disesuaikan dengan kriteria inklusi peneliti. Jurnal yang dipakai sebanyak 15 jurnal terdiri dari 10 jurnal internasional dan 5 jurnal nasional.

#### H. Waktu Penelitian

Waktu melakukan kegiatan penelitian ini di mulai dari bulan Juni sampai sekarang. Yang mana kegiatan dimulai dari mencari jurnal-jurnal terkait dengan judul kemudian menyusun laporan ini.