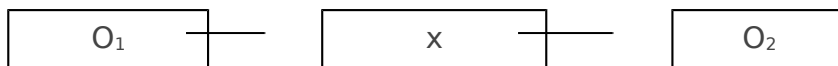


BAB III METODE PENELITIAN

A. JENIS DAN RANCANGAN PENELITIAN

Penelitian ini merupakan kuantitatif dengan rancangan penelitian kuantitatif komparatif, yaitu pengolahan data secara statistik dengan cara membandingkan atau mencari perbedaan sebelum dan sesudah mendapatkan perlakuan. Penelitian ini menggunakan metode *Quasi Experimental Design* atau eksperimen semu.

Rancangan penelitian ini menggunakan *One Group Pre-Post Test*. Dimana sebelum uji coba dilakukan pada satu kelompok tanpa kelompok control, dilakukan lebih dahulu penilaian atau pengukuran pada kelompok tersebut. Efektifitas perlakuan dinilai dengan cara membandingkan nilai post test dengan nilai *pre test*. Adapun skema desain satu kelompok *Pre-Post Test*, sebagai berikut:



Gambar 3.1 Rancangan Penelitian

Keterangan:

O₁ : *Pre Test* sebelum diberikan *Ischemic Compression*

X : Perlakuan *Ischemic Compression*

O₂ : *Post Test* sesudah diberikan *Ischemic Compression*

B. LOKASI DAN WAKTU PENELITIAN

Lokasi pelaksanaan pengambilan responden dalam penelitian ini akan dilakukan pada pekerja kantor di PT.Wisanka Sukoharjo. Waktu penelitian pada bulan April-Mei 2018.

C. POPULASI DAN SAMPEL

1. Populasi

Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah seluruh pekerja di PT.Wisanka Sukoharjo yang berjumlah 100 dengan pekerja kantor berjumlah 40 orang.

2. Sampel

a. Kriteria Inklusi

- 1) Pekerja kantor yang menggunakan komputer lebih dari 1 jam per hari
 - 2) Pekerja kantor yang positif menderita nyeri akibat sindroma *myofascial* otot *upper trapezius* yang telah dipilih berdasarkan hasil pemeriksaan dengan teknik palpasi.
 - 3) Bersedia sebagai subjek penelitian dari awal sampai akhir, dengan menandatangani surat persetujuan menjadi sampel
- b. Kriteria Eksklusi
- 1) Adanya fraktur *cervical* ≤ 4 bulan
 - 2) Peradangan akut pada *cervical*
- c. Kriteria Pengguguran
- 1) Sampel tidak datang 1 kali saat penelitian
 - 2) Sampel yang tiba-tiba mengalami cedera saat penelitian berlangsung
 - 3) Sampel mengundurkan diri

D. VARIABEL PENELITIAN DAN DEFINISI OPERASIONAL

1. Variabel Penelitian

- a. Variabel bebas (*independent variable*)
- Variabel bebas yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Ischemic Compression*.
- b. Variabel terikat (*dependent variable*)
- Variabel terikat yang digunakan dalam penelitian ini adalah penurunan *trigger point upper trapezius*.

2. Definisi Operasional

- a. *Trigger point upper trapezius* adalah benjolan atau nodul yang hipersensitif pada sebuah *taut band*. *Taut band* merupakan kekerasan yang abnormal dari sebuah atau beberapa serabut otot yang akan terasa pada saat dipalpasi dengan teknik *flat palpation* maupun *pincer palpation* pada otot *upper trapezius*.
- b. *Ischemic Compression* adalah suatu bentuk teknik penekanan pada area *trigger point* dari jaringan *myofascial* dengan tujuan untuk mengurangi nyeri. Dengan teknik (1) Area yang akan diterapi dibersihkan dengan kapas yang telah dibasahi air dan dikeringkan sebelum dilakukan penerapan teknik *ischemic compression*, (2) Kemudian oleskan bedak tabur pada area yang diterapi untuk

mengurangi gesekan, (3) Terapis berdiri di belakang pasien, kemudian memalpasi *trigger point point* pada otot *upper trapezius*, (4) Terapis akan memposisikan (pasif) lengan *fleksi*, *abduksi* dan *eksternal rotasi*, sehingga menimbulkan rasa paling nyaman, (5) Terapis menerapkan teknik ini dengan menggunakan ibu jari. Teknik ini dilakukan selama 90 detik diikuti masa istirahat 30 detik, di ulangi 5 kali, dan dilakukan 6 kali seminggu selama 2 minggu.

E. **TEKNIK DAN JENIS PENGUMPULAN DATA**

1. Teknik pengumpulan data

Teknik pengumpulan data pada penelitian ini adalah dengan menggunakan VAS untuk mengukur nyeri.

2. Jenis pengumpulan data

Jenis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah data primer, data yang didapat langsung dari responden dari hasil pengukuran dengan menggunakan VAS sebelum dan sesudah pemberian *ischemic compression*.

F. **INSTRUMENT PENELITIAN**

Alat ukur atau instrumen dalam penelitian ini untuk variabel dependen menggunakan VAS (*Visual Analog Scale*) adalah suatu alat ukur yang digunakan untuk mengukur intensitas nyeri dimana nyeri diukur dengan menggunakan garis lurus dengan ukuran 10 cm yang menggambarkan intensitas nyeri. Di ujung sebelah kiri garis diberi tanda yang berarti “tidak nyeri” sedangkan di ujung sebelah kanan diberi tanda “tidak nyeri yang tak tertahankan”. Kemudian pasien memberi tanda di sepanjang garis tersebut sesuai dengan intensitas nyeri yang dirasakan.

Gambar 3.2 *Visual Analog Scale* (VAS)

Sumber: Yudiyanta, *et al*, 2015

G. **TEKNIK ANALISA DATA**

Penelitian ini menggunakan analisis statistik dengan alasan bahwa data yang diperoleh dalam penelitian ini adalah data kuantitatif yang berupa

angka-angka. Pengolahan data dalam penelitian ini menggunakan *software* program SPSS. Analisis data yang dilakukan berupa :

1. Uji Normalitas Data

Uji normalitas data yaitu untuk memperhatikan bahwa data sampel berasal dari populasi yang berdistribusi normal. Analisis statistik yang digunakan untuk menguji normalitas data adalah *Shapiro-Wilk*. Dasar pengambilan keputusan adalah jika probabilitas (p) $>0,05$ maka data dikatakan berdistribusi normal, sedangkan bila (p) $<0,05$ maka data dinyatakan tidak berdistribusi normal.

2. Uji Pengaruh

Uji pengaruh data digunakan untuk mengetahui ada dan tidaknya pengaruh *Ischemic compression* terhadap penurunan nyeri pada *trigger point* otot *upper trapezius*. Apabila data tersebut berdistribusi normal maka uji data dengan menggunakan uji *Paired Sample Test* dan apabila data tidak berdistribusi normal maka uji data dengan menggunakan *Wilcoxon*. Dengan interpretasi apabila $p <0,05$ maka terdapat pengaruh sebelum dan sesudah dilakukan perlakuan dan apabila $p >0,05$ maka tidak terdapat pengaruh sebelum dan sesudah dilakukan perlakuan.

H. JALANNYA PENELITIAN

1. Tahap pertama, melakukan observasi tempat penelitian di PT.Wisanka Sukoharjo.
2. Tahap kedua, menyusun proposal penelitian dengan bimbingan dosen pembimbing.
3. Tahap ketiga, melaksanakan ujian seminar proposal disertai dengan revisi.
4. Tahap keempat, mengajukan surat ijin dari Stikes Aisyiyah Surakarta ke HRD PT.Wisanka Sukoharjo.
5. Tahap kelima, mengumpulkan dan pengajuan persetujuan kepada subjek penelitian.
6. Tahap keenam, pelaksanaan penelitian pada waktu yang telah dijadwalkan pada bulan april 2018.
7. Tahap ketujuh, setelah data terkumpul kemudian dilakukan pengolahan data melalui tahap yaitu memeriksa kelengkapan, keseragaman, data (*editing*), memberikan tanda-tanda (*coding*), memindahkan data-data yang ada ke tabel (*tabulatin*), kemudian melakukan uji analisa data.

I. **ETIKA PENELITIAN FISIOTERAPI**

Hubungan antar peneliti dengan yang diteliti adalah sebagai hubungan antara mereka yang memerlukan informasi dan mereka yang memberikan informasi. Peneliti sebagai pihak yang memerlukan informasi seyogyanya menempatkan diri lebih rendah dari pihak yang memberikan informasi atau responden. Masalah etika yang harus diperhatikan antara lain sebagai berikut:

1. Sukarela

Dalam melakukan penelitian bersifat sukarela, tidak ada unsur paksaan atau tekanan secara langsung maupun kepada calon responden atau sample yang akan diteliti sehingga tetap menghormati keputusannya.

2. *Informed consent*

Informed consent merupakan bentuk persetujuan antara peneliti dengan responden penelitian dengan memberikan lembar persetujuan. *Informed consent* tersebut diberikan sebelum penelitian dilakukan dengan memberikan lembar persetujuan untuk menjadi responden. Tujuan *informed consent* adalah agar subyek mengerti maksud dan tujuan penelitian. Serta mengetahui dampaknya. Jika subyek bersedia, maka mereka harus menandatangani lembar persetujuan, jika responden tidak bersedia, maka peneliti harus menghormati hak pasien. Beberapa informasi yang harus ada dalam *informed consent* tersebut antara lain: partisipasi pasien, tujuan dilakukannya tindakan, jenis data yang dibutuhkan, komitmen, prosedur pelaksanaan, potensial masalah yang akan terjadi, manfaat, kerahasiaan, informasi yang mudah dihubungi dan lain lain.

3. *Anonymity*

Merupakan suatu jaminan dalam penggunaan subyek penelitian dengan cara tidak memberikan atau mencantumkan nama responden pada lembar alat ukur dan hanya menuliskan kode pada lembar pengumpulan data atau hasil penelitian yang akan disajikan.

4. *Confidentiality*

Merupakan suatu etika dengan memberikan jaminan kerahasiaan hasil penelitian, baik informasi maupun masalah lainnya. Semua informasi yang telah dikumpulkan dijamin kerahasiaannya oleh peneliti, hanya kelompok data tertentu yang akan dilaporkan pada hasil riset.