

BAB IV

METODE PENELITIAN

A. Rancangan penelitian

Jenis penelitian ini adalah penelitian kepustakaan (*library research*), yaitu serangkaian penelitian yang berkenaan dengan metode pengumpulan data pustaka, atau penelitian yang obyek penelitiannya digali melalui beragam informasi kepustakaan (buku, ensiklopedi, jurnal ilmiah, koran, majalah, dan dokumen) (Nursalam, 2015). Penelitian ini adalah penelitian menggunakan *literature review*, penelitian *literature reviews* menurut Sugiyono (2012) adalah sebuah sintesis dari studi-studi penelitian primer yang menyajikan suatu topik tertentu dengan formulasi pertanyaan klinis yang spesifik dan jelas, metode pencarian yang eksplisit dan reproduisibel, melibatkan proses telaah kritis dalam pemilihan studi, serta mengkomunikasikan hasil dan implikasi. Tujuan *literature review* ini untuk melihat relaksasi autogenik terhadap perubahan tekanan darah pada penderita hipertensi berdasarkan *literatur review*

B. Populasi, Teknik Sampling dan Sampel

1. Populasi

Menurut Sugiyono (2010) populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek atau subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Adapun yang menjadi populasi dalam penelitian ini adalah artikel jurnal internasional dan nasional yang berkaitan dengan pengaruh

relaksasi autogenik pada perubahan tekanan darah pada pasien hipertensi. Populasi dalam penelitian ini sebanyak 137 artikel.

2. *Sampling*

Teknik *sampling* adalah proses menyeleksi porsi dari populasi untuk dapat mewakili populasi. Teknik *sampling* merupakan cara-cara yang digunakan dalam pengambilan sampel, agar memperoleh sampel yang sesuai dari keseluruhan subjek penelitian (Nursalam, 2015).

Pengambilan sampel pada penelitian ini dilakukan dengan cara mengakses database (*google scholar* dan *researchgate*). Pencarian artikel atau jurnal menggunakan keyword dan *boolean operator* (*AND, OR NOT or AND NOT*) yang digunakan untuk memperluas hasil pencarian, dapat memudahkan dalam penentuan artikel. Dengan menggunakan kata kunci yang merupakan gabungan dan kombinasi dari beberapa kata antara lain ialah: Relaksasi autogenik (*autogenic relaxation*), perubahan tekanan darah (*changes in blood pressure*), hipertensi (*hypertension*).

3. Kriteria inklusi dan eklusi

a. Kriteria Inklusi

Menurut (Notoatmodjo, 2010) kriteria inklusi adalah kriteria atau ciri-ciri yang perlu dipenuhi oleh setiap anggota populasi yang dapat diambil sebagai sampel. Kriteria inklusi dalam penelitian ini adalah:

- 1) Artikel jurnal nasional maupun internasional yang berkaitan dengan kata kunci: Relaksasi autogenik (*autogenic relaxation*), perubahan tekanan darah (*changes in blood pressure*), hipertensi (*hypertension*)

- 2) Artikel jurnal diterbitkan dalam rentang waktu 5 tahun (2016-2021).
- 3) Hasil penelitian primer
- 4) Artikel jurnal yang mencantumkan kode jurnal (ISSN, ISBN, DOI, Source dan lainnya)
- 5) Artikel jurnal berbahasa Indonesia dan Inggris
- 6) Sasarannya adalah penderita Hipertensi
- 7) Artikel jurnal menggunakan Metode penelitian *Quassy Eksperiment* dengan *one group pre test post tets desaign*, dan *pra eksperimental* dengan menggunakan pendekatan *One-group pretest-postest design*

b. Kriteria eksklusi

Kriteria eksklusi adalah menghilangkan atau mengeluarkan subjek yang memenuhi kriteria inklusi dari studi karena berbagai sebab (Nursalam, 2015). Kriteria inklusi pada penelitian ini yaitu artikel jurnal yang tidak dapat diakses *full textnya* dan duplikasi artikel

4. Sampel

Sampel adalah sebagian yang diambil dari keseluruhan objek yang diteliti dan dianggap mewakili populasi (Notoatmodjo, 2012). Menurut Supangat (2012) sampel adalah bagian dari populasi (contoh) untuk dijadikan sebagai bahan penelaahan dengan harapan contoh yang diambil dari populasi tersebut dapat mewakili (*representative*) terhadap populasinya. Sampel pada penelitian ini adalah artikel-artikel yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi di atas. Adapun sampel dalam penelitian ini adalah 8

artikel jurnal yang kait dengan relaksasi autogenik dalam menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi

C. Tahapan *Literatur review*

Menurut Sugiyono (2012) adapun tahapan pada *literatur review* sebagai berikut :

1. Tahap Identifikasi

Identifikasi masalah adalah proses pengenalan atau inventarisasi masalah. Masalah penelitian (*research problem*) merupakan sesuatu yang penting di antara proses yang lain, dikarenakan hal tersebut menentukan kualitas suatu penelitian. Dalam penelitian ini peneliti mengkaji permasalahan melalui artikel jurnal-jurnal penelitian nasional maupun internasional yang berkaitan dengan relaksasi autogenik terhadap perubahan tekanan darah pada penderita hipertensi, diperoleh data 137 judul penelitian yang terdiri dari 59 judul dari *researchgate* dan 78 judul dari *google scholar*.

2. *Screening*

Screening adalah penyaringan atau pemilihan data yang gunanya untuk memilih masalah penelitian yang sesuai dengan topik. Adapun topik yang diteliti dalam penelitian ini adalah relaksasi autogenik terhadap perubahan tekanan darah pada penderita hipertensi. Dalam penelitian ini *screening* dilakukan dengan cara membaca dengan cepat menggunakan kata kunci judul jurnal, tahun terbit, tipe artikel dan topik permasalahan, diperoleh 36 judul penelitian primer yang sesuai dengan masalah penelitian

3. Penilaian kualitas

Dalam penilaian kualitas pada metode *Literature Review* (LR) yang dimaksud adalah penilaian artikel apakah layak atau tidak yakni dengan menilai kriteria: terdapat ISSN, ISBN, DOI, Peer Review. Berdasarkan kriteria tersebut didapatkan artikel jurnal untuk dianalisis sebanyak 8 artikel jurnal.

4. Analisis Data

Analisis data merupakan upaya mencari dan menata secara sistematis data yang telah terkumpul untuk meningkatkan pemahaman penelitian tentang kasus yang diteliti dan mengkajinya sebagai temuan bagi orang lain. Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis PICOT (*Patient, Population, Intervention, Comparison, Outcome, Time*), dalam analisis ini dikaji tujuan, metode, hasil dan pembahasan masing-masing artikel jurnal.

5. Menulis Hasil Analisis Data

Setelah seluruh artikel di masukan ke dalam tabel analisa data, penulis menyusun hasil analisa data dengan mengecek kesamaan hasil dari hasil penelitian yang ada dalam artikel, termasuk-kesenjangan-kesenjangan diantara penelitian yang ada.