

BAB II METODE PENELITIAN

A. Desain dan Jenis Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian dengan menggunakan desain rangkuman hasil penelitian. Rangkuman hasil penelitian adalah menghimpun publikasi ilmiah yang berisi hasil-hasil penelitian bermutu dan terkini dan sesuai dengan topik penelitian yang akan diteliti kemudian menyintesis. Tahap selanjutnya yaitu mengubah menjadi ringkasan paraphrase atau dalam bentuk table. Studi ini dilakukan dengan memanfaatkan bahan-bahan publikasi ilmiah yang lengkap dan komprehensif.

Jenis penelitian ini adalah review literature atau sering disingkat RL atau dalam bahasa indonesia disebut tinjauan pustaka. *Review literatur (literature review)* adalah suatu metode untuk menyintesis berbagai temuan penelitian guna membangun tingkat pemahaman suatu konsep yang berisi bukti serta mengungkap suatu penelitian terkait sehingga dapat dirumuskan kerangka kerja teoritis dan model konseptual (Snyder, 2019). *Review literatur* juga merupakan metode yang sistematis, eksplisit dan reproduibel untuk melakukan identifikasi, evaluasi dan sintesis terhadap karya-karya hasil penelitian dan hasil pemikiran peneliti (Okoli & Schabram, 2010).

Review literatur merupakan suatu metode yang menguraikan sebuah teori, konsep atau temuan ilmiah yang didapatkan dari beberapa laporan publikasi untuk dijadikan sebagai landasan kegiatan penelitian. *Review literatur* adalah cara penelusuran dalam penelitian kepustakaan dengan membaca berbagai buku, jurnal, dan terbitan-terbitan lain yang berkaitan dengan topik penelitian, untuk menghasilkan satu tulisan berkenaan dengan satu topik atau isu tertentu sehingga dapat digunakan sebagai panduan dalam melakukan sesuatu atau dapat dikatakan sebagai *evidence based* (Nurul, 2016).

B. Metode Pengumpulan Data

a. Sumber Data Base Penelitian

Empat database ilmiah digunakan untuk mendapatkan sumber-sumber relevan yang berhubungan dengan masalah spesifik terkait senam yoga untuk mengurangi tekanan darah pada usia dewasa hingga lansia dengan hipertensi didapatkan dari *Pubmed*, *Science Direct*, Portal Garuda, serta Sinta dengan kata kunci tiap variabel yang telah dipilih.

Tabel 1. Sumber Data Base Penelitian

Data Base Penelitian	Alamat web
Portal Garuda	http://garuda.ristekdikti.go.id/
<i>Science Direct</i>	www.sciencedirect.com
<i>Pubmed</i>	https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed
SINTA	Sinta.ristekbrin.go.id

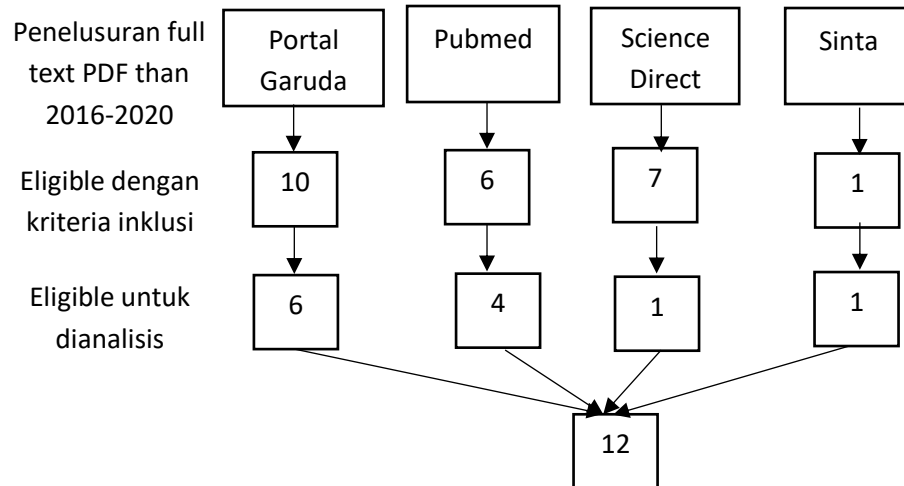
b. Waktu Publikasi

Pencarian terbatas dalam kurun waktu 5 tahun yaitu pada tahun 2016-2020.

c. Kriteria Inklusi dan Eksklusi

Tabel 2. Kriteria Inklusi dan Eksklusi

Kriteria inklusi	Penelitian menggunakan besar sampel lebih dari 10 responden
	Penelitian senam yoga untuk menurunkan tekanan darah
	Penelitian dilakukan pada usia dewasa hingga lansia
	Publikasi melalui jurnal bereputasi maupun prosiding pada pertemuan ilmiah tingkat internasional
	Publikasi terbitan dari tahun 2016 s.d. 2020
Kriteria eksklusi	Penelitian dilakukan pada anak-anak
	Penelitian senam yoga untuk mengurangi tingkat depresi
	Jurnal yang tidak bereputasi
	Publikasi terbitan kurang dari tahun lima tahun terakhir



Gambar 1. Skema Pemilihan Artikel Berdasarkan Kriteria Inklusi dan Eksklusi

a. Strategi Penelusuran Publikasi

Dalam penelusuran publikasi jurnal, desain penelitian yang direview adalah semua jenis penelitian yang relevan dengan tema penelitian *review literatur* yaitu penelitian kuantitatif maupun penelitian kualitatif. Semua jenis sampel yang terkait baik manusia dimasukkan sebagai sampel yang diamati dalam *review literature*. Proses pengumpulan data dilakukan dengan penyaringan berdasarkan kriteria yang ditentukan oleh penulis dari setiap jurnal yang diambil. Adapun kriteria pengumpulan jurnal sebagai berikut:

1. Tahun sumber literatur yang diambil mulai tahun 2016 sampai dengan 2020, kesesuaian *keyword* penulisan, keterkaitan hasil penulisan dan pembahasan.
2. Strategi dalam pengumpulan jurnal berbagai literatur dengan menggunakan situs jurnal yang sudah terakreditasi seperti *Pubmed*, *Science Direct*, Portal Garuda, serta Sinta.

3. Cara penulisan yang efektif untuk setting jurnal dengan memasukkan kata kunci sesuai judul penulisan dan melakukan penelusuran berdasarkan advance search dengan penambahan notasi AND/OR atau menambahkan simbol .
4. Melakukan pencarian berdasarkan full text
5. Melakukan penilaian terhadap jurnal dari abstrak apakah berdasarkan tujuan penelitian dan melakukan critical appraisal dengan tool yang ada.

Strategi Pencarian dapat dilihat pada table dibawah ini :

Tabel 3. Strategi Penelusuran Artikel

Strategi Pencarian Pada Data Based
Langkah pencarian artikel melalui data based
1. Senam Yoga OR Yoga OR <i>Yoga Exercise</i>
2. Penurunan Tekanan Darah OR <i>Reduce Blood Pressure</i>
3. Hipertensi OR <i>Hypertension</i>
4. Usia Dewasa OR <i>Adult</i> OR Lansia OR <i>Elderly</i>
5. #1 AND #2 AND #3 AND #4

C. Merangkum dalam Tabel Ringkasan Pustaka

Artikel yang masuk dalam kriteria inklusi dianalisis dan disintesis kemudian dirangkum dalam tabel ringkasan pustaka pada bab tiga. Dari tabel rangkuman hasil penelitian di atas diharapkan akan ditemukan sebuah kesimpulan yang dapat dijadikan dasar dalam melakukan intervensi keperawatan di dalam tatanan komunitas (seperti puskesmas), panti wreda ataupun pada PROLANIS. Intisari yang diambil dari penelitian: judul penelitian, nama peneliti, tahun dan tempat publikasi, besar sampel dari

kelompok intervensi maupun kelompok kontrol, metode penelitian, alat yang digunakan selama penelitian, hasil dan kesimpulan penelitian lengkap dengan nilai signifikansinya. Semua jurnal dianalisis dan disintesis dalam bentuk table agar memudahkan pembaca dalam memahami isi jurnal.

D. Analisis dan Sintesis

Desain penelitian akan direview dalam *review literatur* adalah semua jenis penelitian yang relevan dengan tema penelitian *review literatur* yaitu penelitian kuantitatif maupun penelitian kualitatif. Semua jenis sampel yang terkait baik manusia dimasukkan sebagai sampel yang diamati dalam *review literature*. Publikasi jurnal yang dipilih yaitu tahun 2016-2020 dan dipilih jurnal yang bereputasi dengan kriteria yang telah ditentukan antara lain Penelitian menggunakan besar sampel lebih dari 10 responden, Penelitian senam yoga untuk menurunkan tekanan darah, Penelitian dilakukan pada manusia usia dewasa hingga lansia, publikasi melalui jurnal ternama maupun prosiding pertemuan ilmiah tingkat internasional, Publikasi terbitan dari tahun 2016 s.d. 2020.

Proses untuk mempermudah pencarian jurnal yang bereputasi dapat disesuaikan dengan kriteria inklusi yang telah di tentukan dilakukan dengan cara mencari kata kunci yaitu Senam Yoga OR Yoga OR *Yoga Exercise*, Penurunan Tekanan Darah OR Reduce Blood Pressure, Hipertensi OR Hypertension, Usia Dewasa OR *Adult* OR Lansia OR *Elderly*, atau dengan semua kata kunci yang ada. Setelah mendapatkan jurnal yang sesuai dengan kriteria inklusi, jurnal dianalisis dengan cara dibaca dan dipahami dengan

seksama untuk mengetahui isi dari setiap jurnal agar sesuai kriteria inklusi yang diharapkan. Selanjutnya, dari beberapa jurnal tersebut dicari perbedaan dan persamaannya (*compare and contrast*), setelah dicari perbedaan dan persamaannya di dapatkan hasil bahwa dari 12 jurnal ada 91,6% jurnal yang sama-sama dapat menurunkan tekanan darah dengan senam yoga dan terdapat 8,3% jurnal yg berbeda karena senam yoga pada intervensinya kurang efektif dalam menurunkan tekanan darah. Langkah selanjutnya setelah menemukan perbedaan dan persamaanya kemudian diberikan tanggapan dari setiap jurnal (*critize*). Langkah selanjutnya yaitu membandingkan jurnal-jurnal tersebut (*synthesize*) dan diringkas dengan cara ditulis ide pokok (*sumarize*) dengan bahasa sendiri tanpa mengubah makna dari jurnal yang ada. (Titik Rahayu, 2019).