

BAB II

METODE PENELITIAN

A. Desain dan Jenis Penelitian

Desain dalam penelitian ini yaitu *literature review* atau tinjauan pustaka, yang merupakan suatu analisis terintegrasi tulisan ilmiah yang berkaitan langsung dengan pertanyaan penelitian. Studi *literature review* adalah cara yang dipakai untuk mengumpulkan data atau sumber yang berhubungan dengan tema atau topik tertentu sesuai apa yang dipilih peneliti yang bisa didapat dari berbagai sumber seperti jurnal, buku, internet, dan pustaka lain. Peneliti mengumpulkan jurnal ilmiah dari berbagai database penelitian diinternet.

B. Metode Pengumpulan Data

1. Sumber Database Penelitian

Pencarian literatur oleh peneliti dilakukan pada bulan Agustus – September 2020. Data yang digunakan dalam penelitian ini adalah data sekunder yang diperoleh bukan dari hasil pengamatan langsung, akan tetapi diperoleh dari hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti-peneliti terdahulu. Sumber data sekunder yang didapat berupa artikel jurnal bereputasi baik nasional maupun internasional dengan tema yang sudah ditentukan. Pencarian *literature review* ini menggunakan empat database penelitian keperawatan atau kesehatan dengan kriteria kualitas tinggi dan sedang, yaitu *Pubmed*, *Science Direct*, *Portal Garuda*, dan *Google Scholar* dengan kata kunci tiap variabel yang telah dipilih.

2. Waktu Publikasi

Peneliti mencari literature dari berbagai database seperti *Pubmed*, *Science Direct*, *Portal Garuda* dan *Google Scholar* yang dilakukan pada bulan Agustus – September 2020. Pencarian terbatas dalam kurun waktu tertentu, peneliti menentukan kurun waktu pada jurnal atau artikel ilmiah yang digunakan untuk menyusun *literature review* ini yaitu 5 tahun terakhir.

3. Kata Kunci

Pencarian artikel atau jurnal ilmiah menggunakan *keyword* dan *boolean operator* (AND, OR NOT or AND NOT) yang digunakan untuk memperluas atau menspesifikasikan pencarian, sehingga mempermudah penentuan artikel atau jurnal ilmiah yang digunakan. Kata kunci *literature review* ini disesuaikan dengan *Medical Subject Heading (MeSH)* dan terdiri dari sebagai berikut:

Tabel 1. Kata Kunci *Literature review*

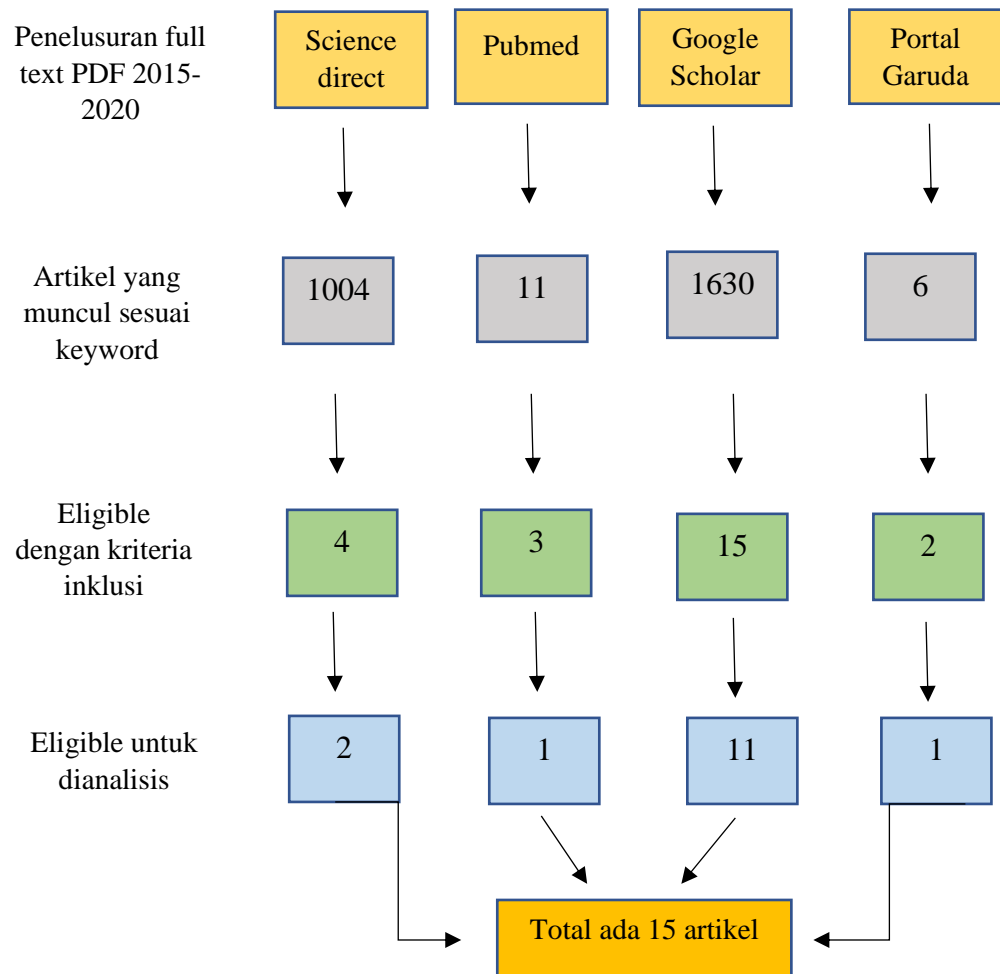
Progressive Muscle Relaxation	Stress	Diabetes mellitus
OR	OR	OR
<i>Muscle relaxation</i>	<i>Stress response</i>	<i>Diabetes mellitus tipe 2</i>
OR	OR	
Relaksasi Otot Progresif	<i>Psychological stress</i>	

4. Kriteria Inklusi dan Eksklusi

Tabel 2. Identifikasi kriteria Inklusi dan Eksklusi

Kriteria Inklusi	Penelitian menggunakan besar sampel > 5 responden.
	Penelitian teknik <i>progressive muscle relaxation</i> untuk menurunkan respon stres.
	Penelitian dilakukan pada manusia.
	Publikasi melalui jurnal maupun prosiding pertemuan ilmiah tingkat internasional
	Artikel original dan dalam bentuk full text.
Kriteria Eksklusi	Publikasi terbitan dari tahun 2015 s.d 2020.
	Penelitian menggunakan besar sampel < 5 responden.
	Penelitian teknik <i>progressive muscle relaxation</i> untuk memperbaiki kualitas tidur
	Laporan dalam bentuk sripsi.
	Publikasi terbitan lebih dari 5 tahun atau < 2015.

Setelah dilakukan seleksi berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi, dan peneliti mendapatkan 15 jurnal dengan 2 jurnal internasional dan 13 jurnal nasional yang akan dianalisis oleh peneliti. Selanjutnya dijelaskan dalam bentuk gambar seperti di bawah ini:



Gambar. 1 Skema Penelitian Artikel Berdasarkan Kriteria Inklusi dan Eksklusi

5. Strategi Penelusuran Publikasi

Dalam literature review yang dibuat peneliti, desain penelitian yang direview adalah semua jenis penelitian yang relevan dengan tema penelitian review literatur yaitu penelitian kuantitatif maupun penelitian kualitatif. Kriteria jurnal yang direview adalah artikel jurnal penelitian berbahasa Indonesia dan Inggris dengan subyek manusia dewasa yang berkaitan dengan intervensi *progressive muscle relaxation* terhadap stres pasien diabetes mellitus tipe 2.

Tabel 3. Strategi Penelusuran Publikasi

Strategi Pencarian pada Data Based
Langkah pencarian artikel atau jurnal ilmiah melalui data based
1. <i>Progressive Muscle Relaxation</i> OR <i>Muscle Relaxation</i> OR Relaksasi Otot Progresif
2. <i>Stress</i> OR <i>Psychological stress</i> OR <i>stress response</i>
3. Diabetes mellitus OR Diabetes mellitus tipe 2
4. #1 AND #2 AND #3

C. Merangkum dalam Tabel Ringkasan Pustaka

Artikel yang masuk dalam kriteria inklusi dianalisis dan disintesis kemudian dirangkum dalam tabel ringkasan pustaka. Dari tabel rangkuman hasil penelitian di atas diharapkan akan ditemukan sebuah kesimpulan yang dapat dijadikan dasar dalam melakukan intervensi keperawatan di rumah sakit maupun tatanan komunitas. Peneliti merupakan 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. Tabel dapat dilihat pada bab tiga agar lebih jelas dan paham.

D. Analisis dan Sintesis

Literature Review ini di sintesis menggunakan metode naratif dengan mengelompokkan data-data hasil ekstraksi yang sejenis sesuai dengan hasil yang diukur untuk menjawab tujuan jurnal penelitian yang sesuai dengan kriteria inklusi kemudian dikumpulkan dan dibuat ringkasan jurnal meliputi nama peneliti, tahun terbit jurnal, negara penelitian, judul penelitian, metode dan ringkasan hasil atau temuan. Ringkasan jurnal penelitian tersebut dimasukkan ke dalam tabel diurutkan sesuai alphabet dan tahun terbit jurnal dan sesuai dengan format tersebut di atas. Untuk lebih memperjelas analisis abstrak dan full text jurnal dibaca dan dicermati. Ringkasan jurnal tersebut kemudian dilakukan analisis terhadap isi yang terdapat dalam tujuan penelitian dan hasil atau temuan penelitian. Analisis yang digunakan menggunakan analisis isi

jurnal, kemudian dilakukan koding terhadap isi jurnal yang direview menggunakan kategori pengaruh *progressive muscle relaxation* terhadap stres penderita diabetes mellitus tipe 2. Data yang sudah terkumpul kemudian dicari persamaan dan perbedaannya lalu dibahas untuk menarik kesimpulan.