

## PENGARUH BREATHING EXERCISE TERHADAP LEVEL FATIGUE PASIEN GAGAL GINJAL YANG MENJALANI HEMODIALISIS

Safruddin Safruddin<sup>1</sup>, Waode Sri Asnaniar<sup>2</sup>

<sup>1,2,3</sup> Prodi Keperawatan FKM Universitas Muslim Indonesia Makassar

Alamat korespondensi: *safarmarzuki@yahoo.co.id /085255695374*

### ABSTRAK

Terapi pengganti ginjal terdiri dari hemodialisis (HD), peritoneal dialisis dan transplantasi ginjal. Saat ini hemodialisis (HD) merupakan terapi pengganti ginjal yang paling banyak dilakukan dan jumlahnya dari tahun ke tahun terus meningkat. Penelitian ini bertujuan untuk pengaruh breathing exercise terhadap level fatigue pasien hemodialisis di RSUD labuang baji makassar. Desain penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah *Quasi eksperimen* dengan menggunakan rancangan One Group Pretest Postest. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini dengan menggunakan *total sampling*. Hasil penelitian menunjukkan nilai rata-rata level fatigue pada pasien sebelum *breathing exercise* adalah 42.60 dan nilai rata-rata level *fatigue* pada pasien sesudah perlakuan adalah 26.27 Terdapat pengaruh breathing exercise terhadap level fatigue pada pasien yang menjalani hemodialisis dengan nilai  $p = 0.000$ . Hasil penelitian *breathing exercise* diharapkan dapat menjadi terapi non farmakologis dalam menangani masalah kelelahan pasien yang menjalani terapi hemodialisa, sehingga dapat dijadikan standar operasional prosedur di rumah sakit.

*Kata Kunci* : *Breathing Exercise; Fatigue; Hemodialisa; Gagal Ginjal*

### PENDAHULUAN

Gagal ginjal kronik (GGK) adalah suatu keadaan klinis yang ditandai dengan penurunan fungsi ginjal yang irreversible, pada suatu derajat yang memerlukan terapi pengganti ginjal yang tepat, berupa transplantasi ginjal atau dialysis. Penyakit ini digolongkan penyakit terminal yaitu penyakit yang sulit disembuhkan dan berisiko meninggal dunia (Setiati dkk, 2014).

Gagal ginjal kronik bersifat irreversible mengakibatkan perubahan fisiologis yang tidak dapat diatasi lagi dengan cara konservatif sehingga membutuhkan terapi pengganti ginjal. Terapi pengganti ginjal terdiri dari hemodialisis (HD), peritoneal dialisis dan transplantasi ginjal. Saat ini hemodialisis (HD) merupakan terapi pengganti ginjal yang paling banyak dilakukan dan jumlahnya dari tahun ke tahun terus meningkat (Sudoyo dkk, 2009).

Berdasarkan data dari Indonesia Renal Registry dari Perhimpunan Nefrologi Indonesia (PERNEFRI), diketahui bahwa total insiden pasien baru dan aktif di tahun 2011 adalah 22.304, prevalensi usia menunjukkan terbanyak terbagi pada kelompok usia 45-54 tahun 27%, usia >65 tahun 25%, usia 55-64 tahun 22%, usia 35-44 tahun 15%, usia 25-34 tahun 8%, usia 15-24 tahun 3% dan usia 1-14 tahun 0%. Sedangkan menurut Perhimpunan Rumah Sakit Seluruh Indonesia, jumlah yang menderita penyakit gagal ginjal kronik sekitar 50 orang per satu juta penduduk (PERNEFRI, 2011).

Sedangkan dari jenis fasilitas layanan kesehatan yang di berikan oleh Unit Hemodialisis yang paling tinggi adalah layanan Hemodialisis 78%, Continuous Ambulatory Peritoneal Dialysis (CAPD) 3%, Transplantasi 16% dan Continuous renal replacement therapy (CRRT) 3%.

Jumlah klien gagal ginjal yang aktif menjalani terapi hemodialisa terus mengalami peningkatan, dari tahun 2009 sebanyak 4.707 kasus, sementara pasien baru sebanyak 8.193 kasus, tahun 2010 sebanyak 5.184 kasus dengan pasien baru 9.649 kasus dan pada tahun 2011 sebanyak 6951 kasus dengan pasien baru sebanyak 15.353 kasus. Jumlah klien laki-laki, tiap tahun selalu melebihi jumlah pasien Perempuan (PERNEFRI, 2011).

Ketergantungan pada mesin dialisis seumur hidupnya, kondisi malnutrisi dan anemia yang terjadi pada pasien dialisis mengakibatkan terjadinya fatigue yang mempengaruhi fungsi kehidupan sehari-hari. Oleh karena itu, penatalaksanaan fatigue yang tepat dapat mencegah penurunan kualitas hidup pasien, diantaranya dengan pemberian breathing exercise yang dapat membantu menurunkan level fatigue pada pasien hemodialisis (Black & Hawks. 2014).

*Fatigue* atau kelelahan adalah salah satu masalah prevalensi yang cukup tinggi diantara efek tindakan hemodialisis yang diterima pasien dengan penyakit gagal ginjal tahap akhir. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa 71,0% sampai 92,2% pengalaman pasien dengan kelelahan dan bahwa kelelahan adalah kondisi yang paling penting untuk diobservasi pada pasien dengan gagal ginjal kronik (Rabiye, et al., 2013).

Latihan *Breathing Exercise* merupakan salah satu teknik relaksasi yang mudah dilakukan, mudah dipelajari, tidak membahayakan, dan tidak memerlukan biaya besar. Oleh karena itu perawat dapat mengajarkan pada pasien tentang breathing exercise yang berguna menurunkan level fatigue dan keluhan lain yang dapat dialami oleh pasien hemodialisis. Latihan ini dilakukan dalam waktu yang tidak lama dan dapat dilakukan sebelum, selama, sesudah

proses hemodialisis, dan selama pasien di rumah (Stanley, 2011).

*Breathing exercise* adalah teknik penyembuhan yang alami dan merupakan bagian dari strategi holistic self-care untuk mengatasi berbagai keluhan seperti fatigue, nyeri, gangguan tidur, stress dan kecemasan. Secara fisiologis, breathing exercise akan menstimulasi sistem saraf parasimpatik sehingga meningkatkan produksi endorpin, menurunkan heart rate, meningkatkan ekspansi paru sehingga dapat berkembang maksimal, dan otot-otot menjadi rileks.

Terapi *breathing exercise* yang dapat dilakukan untuk menurunkan level fatigue, seperti yang dilakukan oleh Jham et al (2008) juga mengemukakan bahwa 94% pasien hemodialisis mengalami peningkatan level fatigue dan peningkatan skor kualitas hidup. Penelitian lain yang dilakukan oleh Sriati, (2014) yang mengatakan bahwa ada pengaruh gabungan relaksasi napas dalam dan otot progresif terhadap komplikasi intradialisis seperti tekanan darah sistolik, tekanan darah diastolic, sakit kepala, kram otot, mual dan muntah yang ditunjukkan dengan nilai p sebesar 0,000. Terapi ini dapat digunakan sebagai latihan selama hemodialisis atau *intradialytic exercise*.

Berdasarkan hasil wawancara terhadap beberapa pasien yang sedang menjalani terapi hemodialisis saat kami melakukan bimbingan terhadap mahasiswa yang melaksanakan praktek di rumah sakit yaitu pasien mengatakan pada rata-rata pasien melakukan aktivitas fisik yang menurun yang kemudian dapat menyebabkan penurunan massa otot, atropi otot, kelemahan atau *fatigue*.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Pengaruh sebelum dan sesudah Breathing Exercise Terhadap level fatigue Pasien Hemodialisis di RSUD Labuang Baji Makassar.

**BAHAN DAN METODE**

**Lokasi dan Desain Penelitian**

Penelitian ini dilakukan di RSUD Labuang Baji Makassar. Desain penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah Quasi eksperimen. Penelitian Quasi eksperimental adalah kegiatan percobaan yang bertujuan untuk mengetahui suatu gejala atau pengaruh yang timbul sebagai akibat dari perlakuan tertentu, dengan menggunakan rancangan One Group Pretest Posttest yaitu rancangan penelitian yang melihat pengaruh perlakuan yang diberikan kepada satu kelompok subjek, kelompok subjek tersebut diobservasi sebelum diberikan perlakuan, kemudian diobservasi lagi setelah diberikan perlakuan.

**Populasi dan sampel**

Populasi dalam penelitian ini adalah semua pasien gagal ginjal kronik yang menjalani terapi hemodialisis di RSUD. Labuang Baji. Sampel penelitian ini adalah pasien yang menjalani terapi hemodialisis dengan menggunakan teknik pengambilan sampel total sampling atau sampel jenuh. Besar sampel dalam penelitian sebesar 25 orang.

**Analisis dan penyajian data**

1. Analisa univariat : Analisa univariat dilakukan terhadap setiap variabel dari hasil penelitian. Analisa ini menghasilkan distribusi dan persentase dari tiap variabel yang diteliti.
2. Analisa bivariat: Analisis bivariat dilakukan untuk melihat pengaruh variabel bebas terhadap variabel terikat. Hasil uji paired T test dapat menyimpulkan ada/ tidaknya perbedaan proporsi antar kelompok atau dengan kata lain hanya dapat menyimpulkan ada/tidaknya pengaruh dua variabel numerik.

**HASIL**

**1. Analisis Univariat**

Tabel 1 Distribusi frekuensi responden berdasarkan usia

Variabel	Mean	SD	Min-mak
Usia	49.38	11.45	26- 64

Tabel 1 didapatkan rata-rata usia responden adalah 49.38 tahun dengan standar deviasi adalah ±11.45 dengan usia termuda adalah 26 tahun dan usia tertua adalah 71 tahun.

Tabel 2 Distribusi karakteristik responden

Karakteristik Responden	Jumlah	
	n	%
Total	25	100.0
Jenis Kelamin		
Laki-laki	10	40.0
Perempuan	15	60.0
Total	25	100.0
Pendidikan Terakhir		
SD	7	28
SMP	12	48
SMA	4	16
S1	2	8
Total	25	100.0
Pekerjaan		
Tidak Bekerja	8	32
IRT	13	52
Wiraswasta	3	12
PNS	1	4
Total	25	100.0
Lama Menjalani		
Hemodialisis	21	84
≤ 5 Tahun	4	16
> 5 Tahun		
Total	25	100.0

Tabel 2 menunjukkan bahwa distribusi frekuensi responden berdasarkan jenis kelamin laki-laki sebanyak 10 orang (40%) dan 15 orang (60%) berjenis kelamin perempuan. Distribusi frekuensi berdasarkan pendidikan paling banyak pada tingkatan SMP 12 orang (48%) dan paling sedikit sarjana 2 orang (8%). Distribusi frekuensi berdasarkan pekerjaan paling banyak IRT 13 orang (52%) dan paling sedikit PNS

yaitu 1 orang (4%). Sedangkan Distribusi frekuensi berdasarkan lama menjalani terapi hemodialisis  $\leq 5$  tahun sebanyak 221 (84%) dan yang  $> 5$  tahun sebanyak 4 (16%).

Tabel 3 Distribusi Level Fatigue Sebelum Breathing Exercise pada Menjalani Hemodialisis

Level Fatigue	n	Mean	SD	Min-Mak	95%CI
Pre	25	41.16	4.57	34-51	39.27-43.05

Tabel 3 didapatkan nilai rata-rata level fatigue minggu pertama sebelum diberikan perlakuan adalah 41.16 dengan standar deviasi 4.571, dimana rata-rata level fatigue berada pada level berat (34-51). Skor level fatigue terendah 37 dan skor level fatigue tertinggi adalah 51. Dari hasil estimasi interval dapat disimpulkan bahwa 95% diyakini bahwa skor level fatigue sebelum perlakuan antara 39.27 sampai 43.05.

Tabel 4 Distribusi Level Fatigue Sesudah Breathing Exercise pada Menjalani Hemodialisis

Level Fatigue	n	Mean	SD	Min-Mak	95%CI
Post	25	26.36	3.99	21-34	24.71-28.01

Tabel 4 didapatkan nilai rata-rata level fatigue minggu IV sesudah diberikan perlakuan adalah 26.36 dengan standar deviasi 3.999, dimana rata-rata level fatigue berada pada level sedang (21-34). Level fatigue terendah adalah 21 dan skor level fatigue tertinggi adalah 34. Dari hasil estimasi interval dapat disimpulkan bahwa 95% diyakini bahwa skor level fatigue sesudah perlakuan antara 24.71 sampai 28.01

## 2. Analisis Bivariat

Tabel 5 Pengaruh Breathing Exercise Terhadap Level Fatigue pada Pasien Gagal Ginjal yang Menjalani Hemodialisis

Level Fatigue	n	Mean	SD	p Value
Pre	25	41.16	4.571	0.000
Post	25	26.36	3.999	

Tabel 5 menunjukkan data bahwa level fatigue pada pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisis sebelum diberikan perlakuan adalah 41.16 dengan standar deviasi 4.571 sedangkan sesudah diberikan perlakuan adalah 26.36 dengan standar deviasi 3.999. Rata-rata level fatigue sebelum breathing exercise berada pada level berat sedangkan setelah breathing exercise rata-rata level fatigue berada pada level sedang. Hasil uji statistik menggunakan uji paired sample t-test didapatkan nilai  $p = 0.000$  maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh latihan breathing exercise terhadap level fatigue pasien gagal ginjal kronik yang menjalani terapi hemodialisis.

## PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan desain penelitian pre experimental one groups pretest-posttest design. Hasil uji hipotesis menggunakan uji paired sample t-test.

Berdasarkan hasil penelitian tentang pengaruh breathing exercise terhadap level fatigue pada pasien gagal ginjal yang menjalani hemodialisis di RSUD Labuang Baji Makassar, yang dilakukan selama empat minggu pada pasien gagal ginjal kronik yang menjalani terapi hemodialisis. serta berdasarkan hasil pengelolaan data menunjukkan bahwa level fatigue pada pasien yang menjalani hemodialisis sebelum diberikan perlakuan adalah 41.16

dengan standar deviasi 4.571 dimana rata-rata level fatigue berada pada level berat sedangkan sesudah diberikan perlakuan adalah 26.36 dengan standar deviasi 3.999 dimana rata-rata level fatigue berada pada level sedang. Hasil uji statistik menggunakan uji paired sample t-test didapatkan nilai  $p = 0.000$  ( $\alpha = 0.05$ ).

Dari hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh breathing exercise terhadap penurunan level fatigue yang dapat dilihat dari adanya perbedaan yang signifikan antara pretest dan posttest sehingga dapat diketahui bahwa breathing exercise dapat menjadi terapi non farmakologi pada pasien yang menjalani hemodialisis di RSUD Labuang Baji Makassar untuk menurunkan level fatigue.

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan Septiwi (2013) bahwa rata-rata level fatigue responden sebelum dilakukan breathing exercise adalah 5.70 dengan standar deviasi 0.95. Setelah dilakukan breathing exercise rata-rata level fatigue responden adalah 3.80 dengan standar deviasi 1.23. Perbedaan nilai mean sebelum dan setelah dilakukan breathing exercise adalah 1.90. Hasil uji T berpasangan (paired t test) didapatkan nilai  $p = 0.000$  ( $p < 0.05$ ) sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan signifikan antara level fatigue sebelum dan sesudah breathing exercise.

Penelitian Stanley et al (2011) yang menerapkan teknik holistic breathing pada 94 pasien penyakit ginjal terminal yang menjalani hemodialisis selama 6 minggu. Hasilnya 53% responden mengatakan merasa rileks, 27% mengatakan fatigue berkurang dan mengalami peningkatan level energi, 12% kecemasan dan gangguan tidurnya berkurang, pasien merasa lebih segar dan 8% mengatakan nyeri/kram saat dialysis berkurang.

Hal tersebut sesuai dengan konsep teori yang menyatakan bahwa napas dalam merupakan salah satu teknik pernapasan secara mandiri untuk meningkatkan ventilasi paru dan meningkatkan perfusi oksigen ke jaringan perifer dan merupakan salah satu bentuk terapi yang mampu meringankan gejala kelelahan (Black & Hawks, 2014)

Kelelahan merupakan manifestasi yang umumnya diasosiasikan dengan sebagian besar penyakit akut atau kronis namun juga dialami pada kehidupan normal dan memiliki fungsi yang sehat. Kelelahan dapat didefinisikan sebagai perasaan lelah yang berlebihan dan penurunan aktivitas untuk kerja dan mental pada tingkatan yang biasa. Kelelahan dapat didefinisikan dalam pernyataan subjektif dimana pasien mengalami perasaan lelah dan hilangnya kapasitas untuk melakukan kerja fisik atau mental yang tidak dapat diredakan dengan istirahat. Hal ini merupakan indikasi awal proses abnormal dan mungkin berkembang menjadi kondisi yang kronis dan semakin menurun (Black & Hawks, 2014).

*Breathing exercise* adalah salah satu teknik penyembuhan alami dan merupakan bagian strategi holistic self-care untuk mengatasi berbagai keluhan seperti fatigue, nyeri, gangguan tidur, stress, dan kecemasan. Breathing exercise merupakan teknik yang mudah dilakukan, mudah dipelajari, tidak membahayakan, dan tidak membutuhkan biaya besar. Perawat dapat mengajarkan breathing exercise untuk menurunkan level fatigue dan keluhan lain yang dialami pasien hemodialisis. Latihan ini dilakukan dengan waktu yang tidak lama dan dapat dilakukan sebelum, selama dan sesudah proses hemodialisis (Stanley, 2011).

Hasil penelitaian yang Kim et al (2005), yang melakukan penelitian tentang pengaruh breathing exercise selama 6 minggu terhadap fatigue pada pasien kanker post transplantasi sumsum tulang. Hasilnya kelompok pasien melakukan breathing exercise mengalami penurunan level fatigue lebih besar dari pada kelompok kontrol yang tidak melakukan breathing exercise.

Sedangkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Mertha, et.al, (2018), yang mengatakkan bahwa ada pengaruh antara breathing exercise terhadap saturasi oksigen pada pasien PPOK. Hasil penelitiannya menunjukkan adanya pengaruh yang signifikan antar kelompok control dan kelompok perlakuan pada pasien PPOK sebanyak 20 responden dengan nilai p value 0.001.

Secara fisiologis, breathing exercise akan menstimulasi sistem saraf parasimpatik sehingga meningkatkan produksi endorpin, menurunkan heart rate, meningkatkan ekspansi paru sehingga dapat berkembang maksimal, dan otot-otot menjadi rileks. Breathing exercise membuat tubuh kita mendapatkan input oksigen, dimana oksigen memegang peranan penting dalam sistem respirasi dan sirkulasi tubuh. Saat kita melakukan breathing exercise, oksihgen mengalir ke pembuluh darah dan seluruh jaringan tubuh, membuang racun dan sisa metabolisme yang tidak terpakai, meningkatkan metabolisme dan memproduksi energi. Breathing exercise akan memaksimalkan jumlah oksigen yang masuk dan disuplay ke seluruh jaringan sehingga tubuh dapat memproduksi energi dan menurunkan level fatigue (Stanley, 2011).

Hasil penelitian ini sesuai dengan teori yang menyatakan bahwa latihan breathing exercise dapat menyebabkan meningkatkan tekanan intra abdomen

sehingga tekanan di paru-paru menurun yang memungkinkan dapat mengembang secara optimal, sehingga oksigen dapat masuk secara maksimal yang dapat meningkatkan kapasitas vital yang mengakibatkan semakin besar pula kuantitas gas yang dapat berdifusi melewati membran alveolus (Ganon, 2018). Hal ini berdampak makin meningkatnya ikatan oksihemoglobin dalam sel darah merah dalam pembuluh darah arteri sehingga meningkatkan saturasi oksigen (Sherwood, 2016).

Penurunan level fatigue juga dapat dilihat dari karakteristik pasien seperti usia dan lama menjalani hemodialisis. Pasien dengan usia dewasa mengalami penurunan level fatigue yang signifikan dibandingkan dengan pasien dengan usia lansia akan tetapi dilihat lagi dari lama menjalani hemodialisis apabila lama hemodialisis berada dalam rentan bulan penurunan level fatigue mengalami penurunan yang signifikan dibandingkan dengan lama hemodialisis dalam rentan tahun yang mengalami penurunan tidak begitu signifikan. Penurunan level fatigue dapat terjadi karena latihan breathing exercise yang dilakukan secara teratur karena latihan ini mudah dilakukan, dapat dilakukan dimana saja serta tidak membahayakan. Breathing exercise juga dapat mengatasi keluhan seperti nyeri, gangguan tidur, stress, dan kecemasan.

Hasil penelitian menunjukkan adanya penurunan lefel fatigue pada pasien yang menjalani terapi hemodialisis dari setiap minggu, terutama pasien yang memiliki usia dewasa dibanding lansia. Oleh karena itu, terdapat pengaruh yang signifikan terhadap level fatigue sebelum dan sesudah diberikan breathing exercise yang artinya bahwa terjadi penurunan level fatigue pada pasien yang menjalani hemodialisis setelah diberikan breathing

exercise yang dilakukan 2 kali seminggu selama 4 minggu.

### KESIMPULAN

Hasil penelitian mengenai pengaruh breathing exercise terhadap level fatigue pada pasien gagal ginjal yang menjalani hemodialisis di Rumah Sakit Umum Daerah Labuang Baji Makassar dapat disimpulkan bahwa rata-rata level fatigue pada pasien yang menjalani hemodialisis sebelum diberikan breathing exercise adalah 41.16 dimana rata-rata level fatigue berada pada level berat, rata-rata level fatigue pada pasien yang menjalani hemodialisis sesudah diberikan breathing exercise adalah 26.36 dimana rata-rata level fatigue berada pada level sedang dan terdapat pengaruh breathing exercise terhadap level fatigue pada pasien yang menjalani hemodialisis dengan nilai  $p = 0.000$ .

### SARAN

Latihan *breathing exercise* perlu dilakukan secara terprogram disetiap institusi pelayanan keperawatan terutama oleh perawat. Selain itu perlu dibuat prosedur tetap dan jadwal latihan *breathing exercise* secara jelas misalnya dengan frekuensi 2 kali/hari setiap selesai melaksanakan terapi hemodialisis.

### DAFTAR PUSTAKA

- Balck & Hawks. (2014). *Keperawatan Medikal Bedah. Manajemen Klinis Untuk Hasil Yang diharapkan.* Elsevier Philadelphia:Sounders
- Ganong. (2008). *Buku Ajar Fisiologi Kedokteran. 22nd ed.* Jakarta: EGC.
- Jhamb, M. (2008). *Fatigue in patients receiving maintenance dialysis : a review of definitions, measures, and contributing factors.*

- American Journal ofKidney Disease* 52(2), 353-365.
- Kim et al (2005). *Effects of a relaxation breathing exercise on fatigue in haemopoietic stem cell transplantation patients.* Journal of Clinical Nursing 14 (1) 51–55
- Mertha, I Made, et. Al. (2018). *Pengaruh Pemberian Deep Breathing Exercise Terhadap Saturasi Oksigen Pada Pasien Ppok.* Jurnal Gema Keperawatan
- PERNEFRI. (2011). *4th Report Of Indonesian Renal Registry.*
- PERNEFRI. (2015). *8th Report Of Indonesian Renal Registry.*
- Sriati, dkk. 2014. *pengaruh gabungan relaksasi napas dalam dan otot progresif terhadap komplikasi intradialisis di unit hemodialisis rsup dr. soeradji tirtonegoro klaten.*
- Setiati, S, dkk. (2014). *Buku ajar ilmu penyakit dalam edisi II jilid IV.* Jakarta: Interna publish
- Sudoyo A.W. (2009). *Buku Ajar Ilmu Penyakit dalam Jilid II Edisi V.* Jakarta: Pusat Penerbit Departement Ilmu Penyakit Dalam Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia.
- Stanley, R., Leither, T.W., & Sindelir, C. (2011). *Benefits of a holistic breathing technique in patients on hemodialysis.* *Nephrology Nursing Journal*, 38(2), 149-153.
- Sherwood L. *Fisiologi Manusia dari Sel ke Sistem.* 2016.
- Sugiyono. (2012). *Metode Penelitian Kualitatif Dan R &D.* Bandung, Alfabeta.