

### **BAB III METODE PENELITIAN**

#### **A. Desain Karya Ilmiah**

Penelitian ini yaitu penelitian kuantitatif non eksperimen, yaitu penelitian tanpa melakukan suatu intervensi kepada subjek penelitian. Rancangan penelitian menggunakan pendekatan *cross sectional* yaitu penelitian yang dilakukan dengan cara meneliti variabel independen dan dependen hanya satu kali pada satu waktu (Nursalam, 2015). Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui hubungan antara aktivitas fisik dengan kejadian dismenorea pada remaja putri di Kelurahan Sidoagung, Godean.

#### **B. Lokasi dan Waktu Kegiatan**

##### 1. Lokasi penelitian

Lokasi merupakan tempat penelitian, berfungsi untuk membatasi ruang lingkup penelitian. Penelitian ini dilaksanakan di Kelurahan Sidoagung, Godean.

##### 2. Waktu penelitian

Waktu penelitian ini dilakukan dari bulan November dimulai dari penentuan judul sampai sidang skripsi pada bulan Agustus, pengambilan data dilakukan pada 28 Mei- 10 Juni 2021.

#### **C. Populasi dan Sampel**

##### 1. Populasi

Populasi merupakan sekelompok objek yang ditetapkan peneliti untuk dapat diteliti dan menghasilkan kesimpulan. Populasi dalam penelitian ini remaja putri di Kelurahan Sidoagung, Godean yang berjumlah 173 yang berasal dari 8 dusun. Remaja putri di Dusun Kramen berjumlah 45, Dusun Jowah 10, Dusun Genitem 30, Dusun Jetis IV 8, Dusun Senuko 11, Dusun Geneng 7, Dusun Gentingan 30, dan Dusun Bendungan 31.

## 2. Sampel

Sampel yaitu beberapa yang diambil dari keseluruhan objek yang mewakili populasi. Sampel pada penelitian ini yaitu remaja putri di Kelurahan Sidoagung yang berusia 15-19 tahun.

## 3. Besar sampel

Pengambilan besar sampel dilakukan dengan menggunakan rumus *slovin*:

$$n = \frac{N}{1 + N (d)^2}$$

Keterangan:

n : besar sampel

N : jumlah populasi

d : tingkat signifikansi (0,1)

$$n = \frac{N}{1 + N (d)^2}$$

$$n = \frac{173}{1 + 173 (0,1)^2}$$

$$n = \frac{173}{2,73}$$

$$n = 63,36$$

$$n = 63 + 10\%$$

$$n = 69$$

Jumlah total sampel dalam penelitian ini yang diperlukan sebanyak 63 remaja putri. Kemudian untuk mengantisipasi isi kuesioner tidak lengkap maka ditambah 10% jadi besar sampel yang diperlukan adalah 69. Sampel dikelompokkan kedalam strata, yaitu dan pengambilan sampel setiap strata dilakukan dengan acak dan memperhatikan proporsi pada masing-masing dusun dengan menggunakan rumus:

$$\text{sampel} = \frac{\text{jumlah populasi}}{\text{total populasi}} \times \text{total sampel}$$

$$\text{a. Dusun Kramen} = \frac{45}{173} \times 69 = 18 \text{ remaja putri}$$

- b. Dusun Jowah =  $\frac{10}{173} \times 69 = 4$  remaja putri
- c. Dusun Genitem =  $\frac{30}{173} \times 69 = 12$  remaja putri
- d. Dusun Jetis IV =  $\frac{8}{173} \times 69 = 3$  remaja putri
- e. Dusun Senuko =  $\frac{11}{173} \times 69 = 5$  remaja putri
- f. Dusun Geneng =  $\frac{7}{173} \times 69 = 3$  remaja putri
- g. Dusun Gendingan =  $\frac{30}{173} \times 69 = 12$  remaja putri
- h. Dusun Bendungan =  $\frac{31}{173} \times 69 = 12$  remaja putri

Dari 69 responden yang mengisi kuesioner terdapat 6 orang yang tidak mengisi kuesioner secara lengkap sehingga tidak diikuti sebagai responden. Jadi total keseluruhan responden adalah 63 remaja putri.

#### 4. Teknik pengambilan sampel

Pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik *stratified random sampling*, dengan mempertimbangkan strata yang ada dalam populasi sehingga setiap strata dapat terwakili dalam penentuan sampel.

#### 5. Kriteria pemilihan sampel

##### a. Kriteria inklusi

- 1) Remaja putri di Kelurahan Sidoagung, Godean
- 2) Sudah mengalami menstruasi
- 3) Berusia 15-19 tahun
- 4) IMT normal (18,5-25)
- 5) Sanggup berpartisipasi pada penelitian ini dengan menandatangani lembar *informed consent*.

##### b. Kriteria eksklusi

- 1) Tidak mengisi kuesioner dengan lengkap
- 2) Memiliki penyakit endometriosis

### D. Variabel

Variabel merupakan segala sesuatu yang akan menjadi objek pengamatan penelitian. Variabel merupakan fenomena yang menjadi perhatian untuk diobservasi. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah aktivitas fisik sedangkan variabel terikat yaitu dismenorea.

### E. Definisi Operasional

Definisi operasional digunakan untuk mendefinisikan variabel secara operasional berdasarkan karakteristik yang diamati dari sesuatu yang didefinisikan (Nursalam, 2015).

**Tabel 3.1 Definisi Operasional**

No	Variabel	Definisi	Alat ukur	Skala ukur	Skor
1	Aktivitas fisik	Aktivitas fisik merupakan setiap gerakan tubuh yang akan meningkatkan pengeluaran tenaga serta energi. Misalnya berjalan kaki atau berlari.	Kuesioner	Ordinal	1= Tinggi jika $77 \geq X$ 2= Sedang jika $56 \leq X < 77$ 3= Rendah jika $X < 56$
2	Dismenorea	Dismenorea atau nyeri haid adalah gangguan menstruasi yang diakibatkan karena ketidakseimbangan hormon progesteron dalam darah sehingga mengakibatkan timbulnya rasa nyeri	Kuesioner Dismenorea	Ordinal	1= Ringan jika menjawab ya pada item 0-2 2= Sedang jika menjawab ya pada item 3-5 3= Berat jika menjawab ya pada item 6-11
3	Remaja	Remaja yaitu penduduk yang masuk ke dalam rentang usia 10-19 tahun yang merupakan masa peralihan dari anak-anak ke masa dewasa.			Usia 15-19 Tahun

## F. Alat dan Metode Pengumpulan Data

### 1. Alat pengumpulan data

Alat pengumpulan data merupakan instrumen yang digunakan untuk mengumpulkan data. Instrumen yang digunakan dalam penelitian penelitian ini adalah kuesioner. Instrumen yang dipergunakan dalam penelitian ini adalah:

#### a. Kuesioner data demografi

Kuesioner data demografi bertujuan untuk mengetahui identitas lengkap responden. Berisi nama, usia responden, berat badan, dan tinggi badan responden.

#### b. Aktivitas fisik

Kuesioner aktivitas fisik dalam penelitian ini menggunakan kuesioner dari penelitian sebelumnya Astuti (2016) yang berisi 27 pernyataan. Pernyataan pada kuesioner aktivitas fisik menggunakan skala likert dengan nilai 1 sampai 3. Skor keseluruhan dari penjumlahan dikategorikan menjadi rendah, sedang, dan tinggi. Rumus yang digunakan adalah:

Kategori aktivitas fisik:

$$\begin{aligned} \text{Tinggi} &= M + 1SD \geq X \\ &= 77 \geq X \end{aligned}$$

$$\begin{aligned} \text{Sedang} &= (M - 1.SD) \leq X < (M + 1.SD) \\ &= 56 \leq X < 77 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned} \text{Rendah} &= X < M - 1.SD \\ &= X < 56 \end{aligned}$$

Keterangan: X= skor total, M = mean, SD = standar deviasi.

$$M = 67$$

$$SD = 11$$

**Tabel 3.2 kisi-kisi kuesioner aktivitas fisik**

<b>Dimensi</b>	<b>Item pernyataan</b>	<b>Jumlah</b>
Ketahanan	1,2,3,4,5,6,7,8,9	9
Kelenturan	10, 11,12,13,14,15,16,17,18	9
Kekuatan	19, 20, 21,22,23,24,25,26,27	9
<b>Total</b>		<b>27</b>

c. Kuesioner dismenorea

Kuesioner dismenorea menggunakan kuesioner dari penelitian Arista (2017) yang berjumlah 11 item pernyataan. Dikatakan dismenorea ringan jika mencentang salah satu pernyataan nomor 0-2, dismenorea sedang 3-5, dan berat 6-11.

**Tabel 3.3 kisi-kisi kuesioner dismenorea**

<b>Dimensi</b>	<b>Item pertanyaan</b>	<b>Jumlah</b>
Dismenorea ringan	1, 2	2
Dismenorea sedang	3, 4, 5	3
Dismenorea berat	6, 7, 8, 9, 10, 11	6
<b>Total</b>		<b>11</b>

2. Metode pengumpulan data

Menggunakan data primer yaitu data yang diperoleh dari responden langsung. Pengumpulan data dilakukan secara *online* dengan cara mengisi kuesioner melalui *Google Form*.

### **G. Validitas dan Reliabilitas**

1. Uji validitas

Validitas yaitu uji pengukuran keandalan instrumen dalam mengumpulkan data. Instrumen harus dapat mengukur apa yang seharusnya diukur (Nursalam, 2015).

a. Alat ukur aktivitas fisik

Uji validitas tidak dilakukan pada penelitian ini karena sudah dilakukan oleh Astuti (2016) yang mendapatkan hasil 30 item pernyataan aktivitas fisik dengan koefisien korelasi *Pearson Product Moment* diperoleh nilai  $r$  dengan rentang -0,01-0,782. Pada  $r$  tabel

untuk  $n=30$  adalah 0,361 dari 30 pernyataan terdapat 3 item yang nilai  $r$  hitung  $< r$  tabel yaitu nomor 10,18, dan 27. Tiga pernyataan tersebut kemudian dibuang karena tidak valid. Sehingga dalam kuesioner aktivitas fisik terdapat 27 item pernyataan.

b. Kuesioner dismenorea

Uji validitas tidak dilakukan pada penelitian ini karena sudah dilakukan oleh Arista (2017) yang mendapatkan nilai untuk korelasi  $r$  *product-moment* ( $r$  tabel) sebesar 0,413. Setelah dilakukan uji validitas sebanyak 11 item kuesioner valid dengan nilai  $r > 0,361$ . Kuesioner dismenorea yang digunakan berjumlah 11 item yang seluruhnya valid.

2. Uji reliabilitas

Reliabilitas adalah kesamaan hasil pengukuran atau pengamatan bila fakta atau kenyataan hidup diukur dalam waktu yang berlainan (Nursalam,2015).

a. Aktivitas fisik

Tidak dilakukan uji reabilitas karena sudah dilakukan oleh peneliti sebelumnya Astuti (2016) dengan nilai *Cronbach Alpha* pada indikator ketahanan 0,606, indikator kelenturan 0,789, dan indikator kekuatan 0,722 yang berarti  $> 0,6$  yaitu kuesioner aktivitas fisik reliabel sebagai alat ukur.

b. Kuesioner dismenorea

Tidak dilakukan uji reabilitas karena sudah dilakukan oleh peneliti sebelumnya Arista (2017) dengan nilai *Cronbach Alpha* 0,701 yang artinya kuesioner dismenorea bersifat reliabel.

## H. Metode Pengolahan dan Analisis Data

1. Metode pengolahan data

Data yang sudah dikumpulkan kemudian diolah dengan menggunakan aplikasi perangkat lunak. Cara pengolahan data menurut Rinaldi, Bagya (2017) adalah sebagai berikut:

a. *Editing*

*Editing* merupakan proses yang dilakukan untuk memeriksa kelengkapan data yang telah didapat dari hasil kuesioner.

b. *Coding*

Hasil kuesioner yang diperoleh diklasifikasikan dan dikode menurut jenisnya kedalam bentuk yang lebih ringkas setelah diberi skor atau pemberian kode tertentu sebelum diolah menggunakan aplikasi perangkat lunak. Pemberian kode sebagai berikut:

- 1) Usia responden: 15-16 tahun = 1, 17-19 tahun = 2
- 2) Aktivitas fisik: 1 = tinggi, 2 = sedang, 3 = rendah
- 3) Dismenorea: 1 = ringan, 2 = sedang, 3 = berat

c. *Entry*

Proses memasukan data yang telah diedit dan dikode ke dalam alat pengolah data komputer menggunakan aplikasi perangkat lunak yaitu SPSS.

d. *Cleaning*

Mengkoreksi atau menghapus data yang sudah diklasifikasikan untuk memastikan bahwa data tersebut sudah benar dan siap dilakukan analisa data.

2. Analisis data

a) Analisis univariat

Analisis univariat merupakan analisis yang digunakan untuk melihat karakteristik responden. Data disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi dan persentase (Notoatmodjo, 2018).

Rumus yang digunakan untuk penyajian data yaitu:

Keterangan :

$$P = \frac{f}{n} \times 100\%$$

P : Persentase variabel

f : frekuensi

n : jumlah sampel



b) Analisis bivariat

Analisis bivariat merupakan analisis yang dilakukan untuk melihat hubungan antara 2 variabel, yaitu variabel bebas dan variabel terikat. Pada penelitian ini variabel bebas adalah aktivitas fisik, sedangkan variabel terikat yaitu dismenorea. Uji yang digunakan adalah uji korelasi *Somers'd* karena dari kedua variabel menggunakan data berskala ordinal dan ordinal.

### I. Etika Penelitian

Penelitian ini mendapat surat keterangan persetujuan etik penelitian dari Komisi Etik Penelitian Kesehatan Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta pada tanggal 3 Mei 2021 dengan nomor: Skep/074/KEPK/V/2021.

1. Menghormati privasi dan kerahasiaan subjek penelitian

Peneliti tidak menampilkan informasi pribadi mengenai identitas dan merahasiakan identitas subjek penelitian dengan cara menggunakan nama inisial.

2. Prinsip menghargai hak asasi manusia

Peneliti menjelaskan maksud dari penelitian kemudian memberikan *informed consent* yang diberikan sebelum mengisi kuesioner. Responden berhak untuk menentukan keterlibatan dalam penelitian tanpa unsur paksaan.

3. Prinsip manfaat

Peneliti menjaga agar responden terhindar dari hal yang membahayakan. Responden mendapat manfaat yaitu mengetahui hubungan antara aktivitas fisik dengan kejadian dismenorea. *Reward* diberikan kepada responden yang telah berpartisipasi.

4. Keadilan dan keterbukaan

Peneliti memberikan kesempatan dan waktu yang sama dalam pengisian kuesioner. Peneliti juga menyampaikan bahwa data digunakan untuk kepentingan penelitian.

## J. Pelaksanaan Penelitian

Rencana pelaksanaan penelitian berisi kegiatan yang akan dilewati oleh peneliti. Kegiatan tersebut terbagi menjadi tiga tahap yaitu:

### 1. Tahap persiapan

Tahap persiapan dilakukan untuk mempersiapkan jalannya proses penelitian, terdiri dari beberapa kegiatan yaitu:

- a. Mencari referensi jurnal dan artikel
- b. Mengajukan judul penelitian
- c. Konsultasi dengan pembimbing skripsi mengenai judul dan penyusunan skripsi
- d. Mengurus surat izin untuk melakukan studi pendahuluan di Kelurahan Sidoagung
- e. Melakukan studi pendahuluan di Kelurahan Sidoagung, Godean
- f. Menyusun proposal skripsi dan melakukan bimbingan dengan dosen pembimbing
- g. Melakukan ujian proposal skripsi
- h. Melakukan perbaikan proposal skripsi sesuai saran dari dosen penguji
- i. Mengurus surat izin melakukan penelitian.

### 2. Tahap pelaksanaan

Tahap pelaksanaan merupakan tahap melakukan pengumpulan data.

- a. Melakukan penelitian terhadap remaja putri di Kelurahan Sidoagung secara *online*
- b. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan *stratified random sampling*
- c. Pengambilan data diambil dari beberapa dusun yang ada di Kelurahan Sidoagung, yaitu Dusun Kramen, Jowah, Genitem, Jetis IV, Senuko, Geneng, Gendingan, dan Bendungan. Data calon nama responden didapatkan dari ketua dan sekretaris pemuda di desa tersebut.
- d. Penentuan responden ditentukan dengan cara mengundi dengan kertas yang telah diberi nama, kemudian menggulung setiap kertas dan

dimasukkan ke dalam wadah lalu melakukan pengocokan. Nama yang muncul dalam kertas yang keluar akan menjadi responden dalam penelitian

- e. Pembagian kuesioner diberikan melalui link *google form* melalui grup yang dibantu oleh asisten peneliti
  - f. Menjelaskan mengenai maksud dan tujuan dari penelitian yang akan dilakukan yaitu mengenai hubungan aktivitas fisik dengan kejadian dismenorea
  - g. Memberikan *informed consent* kepada responden secara *online*
  - h. Setelah bersedia, responden mengisi identitas dan kuesioner melalui *google form*. Pengisian *informed consent* dan kuesioner dibutuhkan waktu sekitar 15-25 menit
  - i. Kuesioner yang sudah terisi dicek kelengkapannya
3. Tahap akhir

Pada tahap akhir peneliti menyusun laporan hasil penelitian dengan langkah-langkah sebagai berikut:

- a. Melakukan rekap data
- b. Data yang sudah terkumpul kemudian diolah dan dilakukan uji statistik menggunakan aplikasi SPSS
- c. Menyusun BAB IV yang berisi tentang hasil dan pembahasan dan BAB V yang berisi mengenai kesimpulan dan saran
- d. Melakukan konsultasi hasil penelitian pada pembimbing dan melakukan perbaikan sesuai saran pembimbing
- e. Mengajukan surat izin mengadakan ujian hasil
- f. Melakukan sidang hasil penelitian
- g. Memperbaiki laporan hasil penelitian sesuai dengan bimbingan penguji dan pembimbing
- h. Setelah disetujui kemudian mengumpulkan laporan hasil penelitian.