

BAB III

METODE PENELITIAN

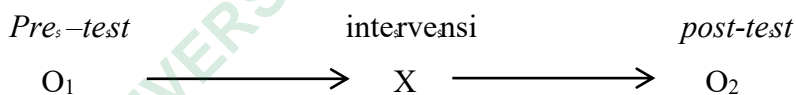
A. Desain Penelitian

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif dengan desain *pre-eksperimental* adalah jenis desain penelitian kuantitatif yang digunakan untuk mengevaluasi pengaruh suatu intervensi pada satu kelompok subjek tanpa menggunakan kelompok kontrol dengan pendekatan *one group pretest-posttest design* merupakan salah satu bentuk desain *pre-eksperimental* dalam penelitian kuantitatif yang digunakan untuk menilai pengaruh suatu intervensi atau perlakuan (Purnomo et al., 2024). Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui pengaruh pemberian terapi akupresure pada titik Hegu (LI4) terhadap skala nyeri *dismenore* pada siswi di SMA Negeri 1 Kasihan. Sebelum intervensi, nyeri diukur menggunakan *Numeric Rating Scale (NRS) (pretest)*, lalu diberikan terapi akupresur pada titik Hegu (Li4) sesuai prosedur, dan dilakukan pengukuran ulang (*posttest*).

Model rancangan *One Group Pretest-Posttest Design* menurut (Sugiyono, 2020) pada penelitian ini adalah mencakup:

Gambar 3. 1 Eksperimental Design

Responden:



Keterangan :

- O₁ : Pretest intervensi
- X : Intervensi
- O₂ : Posttest intervensi

B. Lokasi dan Waktu Penelitian

1. Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SMA Negeri 1 Kasihan Bantul.

2. Waktu Penelitian

Waktu penelitian ini akan dilaksanakan di bulan Juni-Juli 2025

C. Populasi, Sampel dan Teknik Sampling

1. Populasi

Populasi merujuk pada seluruh kumpulan individu, atau, komponen yang akan diteliti dan dianalisis karakteristiknya. Unsur-unsur dalam populasi ini disebut sebagai anggota atau, satuan populasi (Wirawan, 2023). Populasi dalam penelitian ini yaitu, siswi kelas XI SMA Negeri 1 Kasihan sebanyak 34 siswi yang mengalami nyeri dismenore.

2. Sampel

Sampel merujuk pada sekelompok individu, item, atau, komoditas yang ditetapkan melalui populasi yang lebih besar guna tujuan pengukuran atau, analisis. Pentingnya sampel adalah dapat mencerminkan karakteristik populasi karena setiap unit sampel harus mencerminkan sifat sejumlah unit yang ada dalam populasi yang diketahui. Sampel juga harus bisa mewakili dari populasi sehingga temuan dari penelitian dapat diberlakukan secara umum ke populasi secara keseluruhan (Wirawan, 2023). Teknik pengambilan sampel penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling*, yakni pemilihan responden berdasarkan pertimbangan tertentu, sesuai dengan tujuan penelitian. Sampel yang dipilih dalam penelitian ini adalah siswi kelas XI SMA Negeri 1 Kasihan. kriteria Inklusi dan Eksklusi yang sudah ditentukan:

a. Kriteria Inklusi:

- 1) Siswi yang mengalami dismenore, pada saat menstruasi

- 2) Siswi yang tidak menggunakan terapi farmakologis seperti analgesik selama dilakukan penelitian
- 3) Mampu berkomunikasi dengan baik dan kooperatif
- 4) Remaja putri yang bersedia jadi responden
- 5) Remaja putri yang bersedia mengikuti prosedur penelitian

b. Kriteria Eksklusi:

- 1) Remaja putri yang memiliki penyakit *ginekologi* seperti kista ovarium, pcos, gangguan menstruasi, dan infeksi menular seksual (IMS).
- 2) Remaja putri yang mengalami cedera atau patah tulang pada bagian tangan.

3. Jumlah sampel

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

Keterangan:

n = Total sampel yang dibutuhkan

N = Total populasi

e = Tingkat ketetapan sampel yang ditetapkan, yaitu 10% (0,1)

Hasil perhitungan sampel diperoleh sebagai berikut:

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

$$n = \frac{40}{1 + 40 (10\%)^2}$$

$$n = \frac{40}{1 + 40 (0,01)}$$

$$n = \frac{40}{1 + 0,40}$$

$$n = \frac{40}{1,40}$$

n = 28,5 → Dibulatkan menjadi 29 responden

Maka jumlah yang didapatkan dengan menggunakan rumus slovin yaitu 28,5, sehingga dibulatkan menjadi 29. Untuk mencegah terjadinya DO, maka jumlah yang

sampel yang telah didapatkan akan ditambah sebesar 10%. Maka jumlah sampel yang akan digunakan dalam penelitian ini sejumlah 31 sampel.

D. Variabel Penelitian

Variabel penelitian merujuk pada semua aspek yang telah diidentifikasi oleh peneliti untuk diselidiki, dengan tujuan memperoleh pemahaman yang lebih dalam tentang topik tersebut dan menarik kesimpulan (Sugiyono, 2020). Berdasarkan hubungannya dengan variabel lain, jenis-jenis variabel pada penelitian dapat diklasifikasikan sebagai berikut:

1. Variabel Dependen (Variabel Terikat):

Variabel dependen merupakan istilah yang digunakan untuk menggambarkan variabel yang mengalami perubahan karena pengaruh variabel bebas (Sugiyono, 2020). Pada penelitian ini variabel dependen yaitu Penurunan skala nyeri *dismenore*.

2. Variabel Independen (Variabel Bebas):

Variabel bebas merupakan faktor yang secara teoritis dianggap mampu mempengaruhi atau menimbulkan perubahan terhadap variabel terikat (Sugiyono, 2020). Pemberian terapi akupresur titik Hegu (LI4) sebagai variabel independen dalam penelitian ini, yang diasumsikan memiliki pengaruh terhadap skala nyeri *dismenore*.

3. Variabel Perancu (variabel *Confounding*)

Variabel *counfounding* merupakan luar yang dapat mempengaruhi hubungan antara variabel independen dan dependen, sehingga berpotensi mengganggu keakuratan hasil penelitian. Dalam penelitian ini, variabel perancu meliputi usia menarche, lama menstruasi, siklus menstruasi, dan riwayat *dismenore* dalam keluarga.

E. Definisi Operasional Variabel

Tabel 3. 1 Definisi Operasional Variabel

No.	Variabel	Definisi Operasional	Alat Ukur	Hasil Ukur	Skala Pengukuran
1.	Variabel Independen: Pemberian Akupresure titik hegu (LI4)	Merupakan teknik pijat dengan memberikan tekanan pada titik akupresur hegu LI4 yang terletak di punggung tangan, tepatnya diantara pangkal ibu jari dan jari telunjuk diberikan pada saat nyeri <i>dismenore</i> dilakukan selama 3 sampai 5 menit pemijatan.	-	<i>Pretest-posttest</i>	-
2.	Variabel Dependen Skala nyeri <i>dismenore</i> primer	Suatu kondisi gejala yang ditandai dengan nyeri pada perut, kram, dan sakit punggung.	Pedoman pengukur skala nyeri <i>Numeric Rating Scale (NRS)</i>	Skala 1-10 (Andreyani & Bhakti, 2023)	Interval

F. Alat dan Bahan

Instrumen untuk mengukur skala nyeri *dismenore* pada penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. SOP (*Standar Operational Prosedur*) pemberian akupresure titik hegu (Li4)

2. *Numeric Rating Scale* (NRS), digunakan sebagai instrumen utama untuk menilai skala nyeri dismenore, yang dirasakan oleh responden sebelum dan sesudah intervensi.
3. Lembar observasi untuk memantau pemberian intervensi berupa akupresur titik hegu (LI4).
4. Lotion/minyak sebagai media pemberian terapi akupresure titik Hegu (LI4).

G. Pelaksanaan Penelitian

1. Persiapan

Langkah awal dalam penelitian meliputi:

- a. Mengidentifikasi dan merumuskan masalah
- b. Mengajukan judul/ tema penelitian, kemudian konsultasi dengan dosen pembimbing.
- c. Mengurus surat permohonan izin studi pendahuluan dengan Nomor KTI/091/Ke.b-S1/II/2025
- d. Mengumpulkan data, artikel, dan jurnal sebagai referensi untuk penyusunan proposal skripsi serta melakukan studi pendahuluan di SMA Negeri 1 Kasihan.
- e. Menyusun proposal skripsi serta konsultasi dengan dosen pembimbing.
- f. Menyusun dan mengajukan surat permohonan izin untuk melaksanakan ujian proposal kepada program studi kebidanan, yang sebelumnya telah memperoleh pengesahan dari koordinator skripsi dan dosen pembimbing.
- g. Melaksanakan ujian proposal skripsi pada tanggal 28 mei 2025
- h. Melakukan perbaikan terhadap proposal penelitian sesuai dengan masukan yang diberikan dosen pembimbing dan penguji, serta memperoleh pengesahan akhir proposal.
- i. Mengajukan dan memperoleh surat kelayakan etik penelitian dari Komite Etik Penelitian.
- j. Mengurus dan memperoleh surat izin pelaksanaan penelitian dari Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta ke SMA Negeri 1 Kasihan.

2. Pelaksanaan

Tahap pelaksanaan pengumpulan data dilakukan dalam waktu 3 hari dengan aktivitas yang akan dilakukan:

- a. Setelah mendapatkan izin untuk melakukan penelitian dan sudah mengurus surat surat ethical clearance, dengan nomor.Skep/487/KEP/VIII/2025 Kemudian peneliti melakukan perizinan ke SMA Negeri 1 Kasihan untuk melakukan penelitian.
- b. Setelah mendapatkan perizinan, peneliti berkoordinasi dengan penanggung jawab SMA Negeri 1 Kasihan yaitu Sie. Humas dan Kepala UKS untuk memperoleh data siswi yang akan digunakan untuk menentukan sampel penelitian pada tanggal 12 Juli 2025.
- c. Penentuan sampel dilakukan dengan menggunakan metode *purposive sampling*, berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditetapkan oleh peneliti.
- d. Peneliti membentuk grup WhatsApp yang berisi seluruh responden terpilih untuk memudahkan komunikasi dan koordinasi selama proses penelitian.
- e. Peneliti membagikan lembar skrining berisi kuesioner awal secara langsung kepada responden. Kuesioner mencakup data karakteristik responden seperti usia *menarche*, siklus menstruasi, lama menstruasi, riwayat keluarga, dan skala nyeri menstruasi menggunakan *Numeric Rating Scale* (NRS).
- f. Peneliti menjelaskan tujuan dan manfaat penelitian, kemudian memberikan lembar *inform consent* serta menjelaskan sistematika penelitian.
 - 1) Meminta responden untuk mengkonfirmasi saat mengalami menstruasi.
 - 2) Meminta responden untuk mengkonfirmasi ke peneliti saat mengalami *dismenore*.
 - a) Menyampaikan kepada responden bahwa akan dilakukan pengukuran skala nyeri *dismenore* sebelum dilakukan intervensi menggunakan *Numeric Rating Skale* (NRS).

- b) Intervensi berupa akupresure titik hegu, (Li4) selama 3 hari berturut-turut.
 - c) Setelah menjalani intervensi selama 3 hari, peneliti melakukan pengukuran nyeri dismenore, menggunakan NRS (*Numeric Rating Scale*).
 - g. Tahap awal pelaksanaan dilakukan *pretest* dengan mengisi lembar pengukuran nyeri dismenore, menggunakan kuesioner karakteristik dan NRS untuk mengetahui skala nyeri yang dialami responden.
 - h. Peneliti memberikan intervensi akupresure titik Hegu, (Li4) sesuai dengan SOP diberikan pemijatan sebanyak 30 kali selama 3-5 menit.
 - i. Mengukur skala nyeri *posttest* diberikan intervensi akupresure titik Hegu, (Li4) dengan menggunakan skala NRS.
 - j. Kegiatan pengumpulan data dilakukan secara bertahap selama satu bulan dari bulan Juli sampai Agustus 2025, disesuaikan dengan jadwal menstruasi dan kesiapan siswi menjadi responden.
 - k. Pada minggu pertama (12-18 Juli 2025), pengumpulan data dilakukan terhadap 12 siswi yang mengalami menstruasi dan telah menghubungi peneliti dan dilakukan di UKS sekolah.
 - l. Minggu kedua (19-25 Juli 2025), data dikumpulkan dari 8 siswi yang mengalami menstruasi yang dilakukan di UKS sekolah.
 - m. Minggu ketiga (26-2 Agustus 2025), data diperoleh dari 9 siswi yang dilakukan di UKS sekolah dan 4 siswi dilakukan secara door to door.
 - n. Minggu keempat (3-9 Agustus 2025), data diperoleh dari 2 siswi yang dilakukan di UKS sekolah.
 - o. Peneliti melakukan pengumpulan data.
3. Penyusunan Laporan
- a. Seluruh data yang dikumpulkan direkapitulasi oleh peneliti secara sistematis oleh peneliti sebagai langkah awal dalam proses analisis data.

- b. Mengolah data yang telah direkap menggunakan uji statistik dengan bantuan aplikasi SPSS, guna memperoleh hasil analisis yang sesuai dengan tujuan penelitian.
- c. Menyusun laporan hasil penelitian.

H. Metode Pengolahan dan Analisis Data

1. Pengolahan Data

Data yang terhimpun akan dianalisis oleh peneliti untuk memastikan keabsahannya dan meminimalkan ketidakakuratan. Menurut (Wirawan, 2023). Proses analisis data melibatkan tahapan ini:

- a. *Editing*

Editing merupakan tahap pemeriksaan untuk memastikan bahwa data yang diperoleh dari kuesinore, lengkap dan konsisten, yang mencakup karakteristik responden serta lembar observasi *pretest* dan *posttest* intervensi.

- b. *Coding*

Coding merupakan proses memberikan kode pada setiap variabel penelitian, biasanya dengan mengubah data berupa kalimat atau huruf menjadi angka atau bilangan. Pengkodean ini bertujuan untuk memudahkan peneliti dalam menganalisis dan menginterpretasikan data.

Tabel 3. 2 Koding Karakteristik Responden

No	Skala data	Kriteria	Kode
1.	Usia <i>menarche</i> s	a. <12 tahun	1
		b. 12-14 tahun	2
		c. >14 tahun	3
2.	Lama menstruasi	a. <3 hari	1
		b. 4-7 hari	2
		c. >7 hari	3
3.	Siklus menstruasi	a. <21 hari	1
		b. 21-35 hari	2
		c. >35 hari	3
4.	Riwayat keluarga <i>dismenore</i> s	a. Ada riwayat	1
		b. Tidak ada riwayat	2

Tabel 3. 3 Koding Karakteristik Dismenore

No	Skala data	Kriteria	Kode
1.	Nyeri ringan	1-3	1
2.	Nyeri sedang	4-6	2
3.	Nyeri berat	7-10	3

c. *Scoring*

Skor pada instrumen Numeric Rating Scale (NRS) skala nyeri 1-10.

- 1) skor 1-3 : nyeri ringan
- 2) skor 4-6 : nyeri sedang
- 3) skor 7-10 : nyeri berat

d. Tabulating

Tabulating dilakukan dengan menyusun tabel yang memuat informasi yang telah dikodekan, sesuai dengan tujuan dan kebutuhan analisis yang akan dilakukan.

e. Data entry

Data yang diperoleh diolah melalui proses pengkodean dan entri ke dalam aplikasi SPSS atau *Statistical Product and Service Solution*.

2. Analisa Data

Setelah data diedit, dikodekan, dan diringkas dalam format tabel, langkah selanjutnya adalah melakukan analisis terhadap hasil yang dikumpulkan. Analisis data bertujuan untuk mendapatkan pemahaman menyeluruh tentang hasil penelitian yang terkait dengan tujuan penelitian. Hal ini bertujuan untuk memvalidasi hipotesis penelitian dan mencapai kesimpulan komprehensif yang dapat berkontribusi pada kemajuan dalam bidang studi yang relevan (Wirawan, 2023). Analisa data yang dipergunakan meliputi:

a. Analisis Univariat

Analisis univariat dipergunakan dalam mendeskripsikan karakteristik variabel (Wirawan, 2023). Dalam analisis ini menghasilkan distribusi frekuensi dan presentasi. Analisis ini bertujuan untuk mengetahui karakteristik responden yang diteliti meliputi usia *menarche*, lama menstruasi, siklus menstruasi, riwayat keluarga, dan penurunan skala nyeri dismenore sebelum dan sesudah dilakukan intervensi. Penyajian data dalam bentuk tabel guna mempermudah interpretasi secara sistematis menggunakan program SPSS.

b. Analisis Bivariat

Analisa bivariat bertujuan untuk mengetahui adanya perbedaan atau pengaruh antara dua variabel, yaitu skala nyeri sebelum dan sesudah diberikan terapi akupresure titik hegu (Li4) (Revianti & Yanto, 2021). Karena data skala nyeri termasuk data interval dan berdasarkan hasil uji normalitas diketahui bahwa tidak berdistribusi normal, maka digunakan uji non parametrik yaitu uji

Wilcoxon Signed Rank Test. Pengujian dilakukan dengan bantuan SPSS, dengan tingkat signifikansi yang ditetapkan pada $p < 0,05$.

I. Etika Penelitian

Etika penelitian memiliki tujuan untuk melindungi subjek penelitian atau responden serta menjaga kerahasiaan identitas responden dari bahaya secara fisik, psikis dan konsekuensi hukum sebagai akibat keikutsertaan responden dalam penelitian, mempertimbangkan aspek-aspek sebagai berikut:

1. Persetujuan (*Informed consent*)

Prinsip yang dilakukan pada saat sebelum wawancara atau pengambilan data yaitu meminta persetujuan kepada subjek penelitian tersebut. Pada awal penelitian, peneliti memberikan informasi tentang tujuan penelitian yaitu dengan memberi akupresure yang berguna untuk menurunkan intensitas nyeri *dismenore* dengan cara pemijatan selama 3-5 menit searah jarum jam sebanyak 30 kali selama 2-3 hari berulang. Manfaat penelitian ini adalah salah satu pengobatan nonfarmakologi dalam mengurangi intensitas nyeri *dismenore*. Setelah responden mengerti dan bersedia mengikuti kegiatan penelitian peneliti memberikan lembar persetujuan (*informed consent*) pada responden untuk memulai penelitian, kemudian responden diarahkan untuk membaca dan memahami substansi lembar persetujuan dan bersedia mengikuti kegiatan penelitian setelah melakukan penandatanganan lembar penelitian tersebut. Peneliti harus menghormati keputusan responden, tidak ada unsur paksaan oleh peneliti apabila responden menolak untuk dijadikan subjek penelitian. Responden memiliki kebebasan untuk ikut serta ataupun mengundurkan diri.

2. Tanpa nama (*Anomity*)

Prinsip *anonymity* adalah etika yang wajib dilakukan oleh peneliti, yakni dilakukan dengan cara nama responden tidak dicantumkan dalam hasil

penelitian, namun hanya dituliskan inisialnya saja dan semua kuesioner yang telah terisi akan dituliskan dengan nomor kode yang tidak dapat digunakan untuk mengetahui identitas responden. Ketika penelitian ini dipublikasikan maka tidak ada satupun identitas yang berkaitan dengan subjek penelitian atau responden.

3. Kerahasiaan (*Confidentially*)

Prinsip yang digunakan dengan tidak memperlihatkan identitas serta seluruh data atau informasi responden kepada siapapun. Data disimpan ditempat yang aman oleh peneliti agar tidak terbaca oleh orang lain. Setelah penelitian selesai peneliti akan menghilangkan semua informasi dalam jangka waktu 2 tahun.

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA