

BAB III METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Penelitian memakai metodologi penelitian kuantitatif dengan memakai desain pre-eksperimental, khususnya pendekatan *one group pre-post test design*. Penelitian ini dilaksanakan menilai skala nyeri dismenore sebelum maupun sesudah pengobatan.

Tabel 3. 1 Desain Penelitian

Pretest X ₁	Intervensi 0	Posttest X ₂
---------------------------	-----------------	----------------------------

Keterangan :

- X₁ : Pre Test Intervensi
- 0 : Kompres Hangat X₂
- X₂ : Post Test Intervensi

B. Lokasi dan Waktu

1. Lokasi Penelitian

Bertempat di Asrama Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta yang beralamat di Jl. Brawijaya, Ringroad Barat, Ambarketawang, Gamping, Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta, 55294.

2. Waktu Penelitian

Dilakukan bulan Juli – Agustus 2024

C. Populasi dan Sampel

1. Populasi penelitian

Populasi ialah seluruh kelompok maupun kelompok tertentu yang merupakan fokus utama yang menjadi perhatian atau fiksasi (Sugiyono, S., & Lestari, 2021). Populasi penelitian ialah 43 mahasiswi yang belum terpapar terapi komplementer untuk mengurangi kejadian *dismenore*.

2. Sampel penelitian

Sampel memberikan kontribusi terhadap kualitas populasi (Imron, 2019). Menurut Roscoe dalam *Research Methods For Business* (1982), Sugiyono (2010), ukuran sampel penelitian adalah 30–500.

Rumus Slovin adalah sebagai berikut:

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

Dimana:

n : Ukuran sampel

N : Populasi

e^2 : Persentase kesalahan pengambilan sampel yang masih diinginkan 10% $N = 43$ orang

$$e^2 = \frac{10\%}{100} = 0.1$$

$$e^2 = 0.1^2 = (0.1 \times 0.1 = 0.01)$$

$$n = \frac{43}{1 + (43 \times 0.1^2)}$$

$$n = 43 \times 0.01 + 1 = 1.43$$

$$n = \frac{43}{1.43} = 30.0$$

$$n = 30 \text{ mahasiswi.}$$

Jadi, jumlah sampel yang diambil sebanyak 30 mahasiswi dan Persentase kesalahan pengambilan sampel yang masih diinginkan 10% sebanyak 7 responden dengan kriteria inklusi dan eksklusi yaitu:

a. Inklusi

- 1) Bersedia menjadi responden.
- 2) Remaja asrama putri Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.
- 3) Mengalami nyeri perut (*dismenore*) selama menstruasi.
- 4) Mahasiswa yang sedang mengalami menstruasi.

b. Eksklusi

- 1) Berhalangan hadir ketika penelitian berlangsung.

- 2) Memiliki riwayat penyakit ginekologi tertentu atau mengalami *dismenore* sekunder (kista, tumor dan endometriosis).
- 3) Mahasiswi yang mengonsumsi obat pereda nyeri dan ramuan lain sebagai penurun *dismenore* ketika penelitian berlangsung.

D. Variabel Penelitian

Variabel adalah semua faktor yang dijadikan sifat, ciri, ataupun ukuran suatu unit penelitian dalam kaitannya dengan suatu konsep tertentu (Duli, 2019).

Variabel penelitian ini ialah :

1. Variabel independen (bebas)

Menurut Sugiyono (2019) variabel independen adalah variabel yang mempengaruhi (Sugiyono, 2019), variabel bebas penelitian ialah kompres hangat.

2. Variabel dependen (terikat)

Menurut Sugiyono (2019) variabel dependen merupakan variabel yang dipengaruhi (Sugiyono, 2019). Variabel yang diukur dalam penelitian ialah *Dismenore*.

E. Definisi Operasional Variabel

Definisi operasional berkaitan dengan penggambaran parameter variabel, khususnya mengenai aspek apa yang diukur oleh variabel. Definisi operasional sangat penting untuk mengukur variabel secara akurat (Hartini, W, M, 2019).

Tabel 3. 2 Definisi Operasional

Variabel penelitian	Definisi Operasional	Alat Ukur	Skala	Skor/kategori
Pemberian Kompres Hangat bantal elektrik	Kompres hangat yang dilakukan bantalan pemanas listrik yaitu gulungan listrik yang dimasukkan ke dalam bantalan kedap air dan dilapisi oleh kain katun yang bekerja secara konduksi dimana terjadi dari bantalan pemanas ke dalam tubuh	Lembar observasi		

<i>Dismenore</i>	Rasa nyeri yang dirasakan saat mulai menstruasi.	<i>Numeric Rating Scale</i> (NRS)	Ordinal	Tidak ada nyeri = 0 Nyeri ringan = 1-4 Nyeri sedang = 5-6 Nyeri berat = 7-10
------------------	--	-----------------------------------	---------	---

F. Alat dan Bahan

1. Alat
 - a. Instrumen data
 - 1) Identitas responden
 - 2) *Informed consent*
 - 3) Form observasi
 - 4) Instrumen NRS
 - b. Pre-Test dan Post-Test
2. Bahan yang digunakan
 - a. Bantal kompres elektrik
 - b. Timbangan berat badan
 - c. Pengukur tinggi badan

G. Pelaksanaan Penelitian

Saat melaksanakan penelitian terdapat prosedur yaitu :

1. Persiapan

Selama fase awal ini, tugas-tugas penting diatur dan diprioritaskan untuk meningkatkan efisiensi dan produktivitas. Tahap persiapan meliputi kegiatan selanjutnya:

 - a. Pengajuan judul
 - b. Setelah judul disetujui oleh pembimbing, peneliti akan meminta surat *informed consent* dan surat studi pendahuluan pada bagian administrasi kemahasiswaan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.
 - c. Kemudian studi pendahuluan penelitian diserahkan kepada pengurus asrama Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta
 - d. Setelah melakukan studi pendahuluan peneliti membuat proposal skripsi yaitu dari Bab 1-3.
 - e. Melakukan konsultasi proposal dengan pembimbing.

- f. Setelah disetujui, peneliti melakukan kontrak waktu dengan penguji.
- g. Peneliti melakukan ujian proposal
- h. Peneliti melakukan revisi dan bimbingan dengan pembimbing dan penguji.
- i. Setelah proposal disetujui, peneliti mengurus surat *ethical clearance* dan surat izin penelitian.

2. Pelaksanaan

Tahap pelaksanaan ini meliputi kegiatan-kegiatan sebagai berikut:

- a. Peneliti melaksanakan penelitian selama 1 bulan 4 hari dengan waktu setiap responden yang berbeda-beda karena menyesuaikan hari pertama haid responden.
- b. Menentukan responden sesuai kriteria yang ditentukan
- c. Setelah responden ditentukan, peneliti akan mengajukan *informed consent* dan responden observasi yang bersedia langsung mengisi kuesioner
- d. Dalam pengisian lembar observasi sesuai dengan kuesioner *Numeric Rating Scale* (NRS)
- e. Setelah itu pemberian terapi kompres hangat yang diberikan selama menstruasi awal atau saat dismenore terjadi diantara hari ke 1 sampai 3. Kompres hangat diberikan selama 3 hari berturut turut. Lakukan kompres hangat sehari 1 kali selama 20 menit.
- f. Setelah semua pemberian terapi kompres hangat pada perut bagian bawah dan punggung bawah yang terasa nyeri/ kram dengan bantal hangat elektrik, responden kembali mengisi lembar observasi *numeric rating scale* (NRS) untuk dilihat hasil akhir apakah ada perubahan skor atau tidak.
- g. Peneliti melakukan penelitian selama 1 bulan 4 hari dengan datang langsung ke asrama dan mendatangi setiap lantai seminggunya 2-3 kali kunjungan.
- h. Setelah selesai melaksanakan penelitian, peneliti membuat laporan skripsi.

3. Penyusunan Laporan

Tahap penyusunan laporan ini meliputi kegiatan-kegiatan sebagai berikut:

- a. Setelah data terkumpul, dapat disimpulkan pengolahan data meliputi: *editing, coding, processing* dan *cleaning*.

- b. Menyajikan data penelitian dengan menggunakan distribusi frekuensi dalam bentuk persentase dengan menggunakan SPSS.
- c. Menyelesaikan laporan skripsi
- d. Konsultasi ke dosen pembimbing
- e. Melakukan Seminar hasil laporan skripsi
- f. Mengurus pengesahan laporan skripsi
- g. Mengumpulkan laporan skripsi

H. Metode Pengolahan dan Analisis Data

1. Pengolahan data

Menurut (Notoatmodjo, 2018), teknik pengolahan data yaitu :

a. Editing

Untuk memverifikasi lembar observasi dan data NRS untuk mengetahui adanya kesalahan atau ketidaklengkapan.

b. Coding

Kemudian frase atau karakter diubah menjadi angka. Kode item untuk variabel dengan kriteria:

Tabel 3. 3 Coding Karakteristik Responden

No	Unit Data	Karakteristik	Kode
1	<i>Dismenore</i>	a. Tidak ada nyeri = 0	1
		b. Nyeri ringan = 1-4	2
		c. Nyeri sedang = 5-6	3
		d. Nyeri berat = 7-10	4
2	Usia <i>menarche</i>	a. <i>Menarche</i> dini (<12 tahun)	1
		b. <i>Menarche</i> normal (12-16 tahun)	2
		c. <i>Menarche</i> terlambat (>16 tahun)	3
3	Riwayat <i>dismenore</i>	a. Ada	1
4	Durasi menstruasi	b. Tidak ada	2
		a. Cepat (< 3 hari)	1
		b. Normal (3-7 hari)	2
5	Aktivitas fisik (olahraga dalam seminggu)	c. Lama (>7 hari)	3
		a. Ada	1
6	Status gizi	b. Tidak ada	2
		a. <i>Underweight</i> (<18,5)	1
		b. Normal (18,5-25,0)	2
		c. <i>Overweight</i> (>25,0)	3

7	Perubahan setelah intervensi	a. Berkurang	1
		b. Tetap	2
		c. Berkurang	3

c. *Processing*

Data kompres hangat dan skala nyeri *dismenore* yang diberi kode diolah menggunakan program komputer pengolah data statistik.

d. *Cleaning*

Setelah semua data dari responden dikumpulkan, penting untuk melakukan pemeriksaan menyeluruh untuk mengidentifikasi potensi kesalahan pengkodean, ketidak lengkapan, atau masalah lainnya. Selanjutnya, koreksi atau penyesuaian yang sesuai harus dilakukan. Istilah yang digunakan untuk menggambarkan proses ini adalah pembersihan data.

2. Analisis Data

a. Analisis Univariat

Analisis data univariat menjelaskan karakteristik responden survei. Karakteristik tersebut meliputi usia, siklus menstruasi, lamanya menstruasi, riwayat keluarga, dan aktivitas atletik, status gizi maupun menurunkan skala nyeri *dismenore* sebelum maupun sesudah intervensi. Data setiap pemberian kompres hangat dan skala nyeri *dismenore* responden digabungkan menjadi satu tabel untuk dianalisis dengan menggunakan SPSS distribusi frekuensi (Susila, 2018).

b. Analisis Bivariat

Analisis bivariat menguji hubungan independen-dependen. Penelitian ini menguji efikasi terapi kompres hangat dalam mengurangi ketidaknyamanan *dismenore* pada mahasiswa asrama Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta. Uji normalitas dalam penelitian ini menggunakan Uji *Shapiro-Wilk* karena responden dalam penelitian ini kurang dari 50 untuk mengetahui apakah sampel berdistribusi normal.

Uji *Shapiro Wilk* digunakan untuk menilai kenormalan karena penelitian ini memiliki <50 responden atau sampel. Uji statistik menunjukkan hasil p-value 0,000 (<0,05) kedua data distribusi data tidak

normal. Pada uji normalitas untuk mengetahui kenormalan data signifikansi harus $>0,05$. Dalam uji normalitas penelitian ini didapatkan data tidak normal sehingga uji *Wilcoxon* digunakan dalam penelitian ini untuk dilakukan uji komparasi atau uji pengaruh kompres hangat elektrik terhadap disminorea. Maka dapat didapatkan hasil ada pengaruh efektifitas bantal elektrik terhadap penurunan tingkat nyeri mesntruasi.

I. Etika Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan memakai penekanan khusus pada pelaksanaan penelitian dengan cara yang etis, dimulai dengan perumusan proposal penelitian dan berlanjut hingga publikasi temuan. Hidayat (2014) berpendapat bahwa etika penelitian guna mencegah terjadinya kegiatan tidak etis selama proses penelitian (Hidayat, 2014). Oleh karena itu, peraturan selanjutnya berlaku:

1. Persetujuan (*Informed Consent*)

Wawancara dan pengumpulan data memerlukan persetujuan. Sebelum memulai, subjek harus menandatangani formulir izin setelah membaca dan memahami perjanjian serta mendengar tentang penelitian. Peneliti tidak memaksa atau mengkompromikan keputusan non-partisipan. Selain itu, peserta mempunyai kesempatan untuk berpartisipasi aktif dalam keterlibatan mereka.

2. Tanpa Nama (*Anomity*)

Etika peneliti didasarkan pada anonimitas. Hal ini dilakukan dengan menghilangkan identitas responden dari hasil penelitian. Sebagai alternatif, partisipan memberikan inisial mereka dan semua pertanyaan diberi nomor kode yang tidak dapat mengidentifikasi responden. Tidak ada informasi partisipan yang tersedia saat penelitian ini dipublikasikan.

3. Kerahasiaan (*Confidentialy*)

Hal ini dijalankan dengan tidak menjelaskan identitas ataupun data pribadi lainnya dari responden. Data disimpan dengan aman di lokasi terbatas, memastikan data tetap tidak dapat diakses oleh masyarakat umum. Setelah penelitian selesai, peneliti akan menghapus semua data.