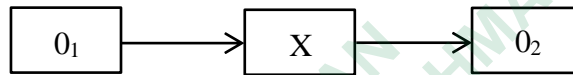


BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan rancangan pre-eksperiment memanfaatkan metode *one group pretest and posttest*. Tujuan utamanya adalah untuk mengetahui pengaruh kompres hangat pada ibu hamil di Klinik Zam Zam Medica, Kabupaten Bantul, Yogyakarta, khususnya dalam mengurangi nyeri punggung pada trimester ketiga. Rancangan dideskripsikan seperti:



Bagan 3.1 Desain Penelitian rancangan one group pre test-post test

Keterangan :

- O₁ = Pengukuran tingkat nyeri punggung pada ibu hamil Trimester III Sebelum perlakuan
- X = Pemberian kompres hangat.
- O₂ = Pengukuran tingkat nyeri punggung pada ibu hamil Trimester III setelah perlakuan.

B. Lokasi dan waktu penelitian

1. Lokasi

Penelitian ini akan dilakukan di Klinik Zam Zam Medica yang berada di Kabupaten Bantul Yogyakarta

2. Waktu

Waktu penelitian di lakukan pada tanggal 25 hingga 31 Mei 2025

C. Populasi dan Teknik Sampel

1. Populasi

Merupakan keseluruhan subjek atau objek yang mempunyai ciri khusus serta dijadikan pusat perhatian penelitian untuk dianalisis serta ditarik kesimpulan (Sugiyono 2017). Pada penelitian ini, populasi yang digunakan yakni semua ibu hamil trimester ketiga yang mengalami nyeri punggung dan berkunjung ke Klinik Zam Zam Medica, Kabupaten Bantul, Yogyakarta, dengan total sebanyak 48 responden.

2. Sampel dan Teknik sampling

a. Sampel

Merupakan bagian dari populasi yang mempunyai ciri serupa, dan dipilih untuk mewakili keseluruhan sebelum diberikan perlakuan atau intervensi (Sugiyono 2017). Pada penelitian ini, sampel diambil dari ibu hamil trimester ketiga yang merasakan keluhan nyeri punggung.

b. Besar Sampel

Menurut Notoatmodjo, untuk populasi kecil menggunakan formula yang lebih sederhana, menghitung ukuran sampel jumlah populasi yang harus diwakili sampel sebagai berikut:

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

N = Ukuran Populasi

n = Besar sampel

e = Tingkat kepercayaan/ketepatan yang diinginkan

$$n = \frac{48}{1 + 48(0,5)^2}$$

$$n = \frac{48}{1 + 48(0,05)}$$

$$n = \frac{48}{1 + 48 \cdot 0,05}$$

$$n = \frac{48}{2,35}$$

$$n = 21$$

Jadi sampel yang dimanfaatkan sebanyak 21 responden.

c. Teknik Sampling

Studi ini memakai teknik non-probability sampling dengan metode *accidental sampling*, yakni pemilihan sampel secara kebetulan ditemu oleh peneliti dan memenuhi kreteria yang di tetapkan peneliti (Sugiyono, 2017). Metode ini digunakan karena tidak semua populasi sesuai kriteria inklusi dan eksklusi yang ditentukan:

1) Kriteria Inklusi

- a) Umur kehamilan ibu 28-40 minggu
- b) Ibu hamil TM III yang mengalami nyeri punggung
- c) Ibu hamil TM III yang tidak mengalami riwayat kulit sensitif.

2) Kriteria Esklusi

- a) Ibu hamil TM III yang mengonsumsi obat anti nyeri

D. Variabel penelitian

Merupakan segala sesuatu yang ditetapkan peneliti guna dikaji guna mendapat informasi serta kesimpulan (Sugiyono, 2017).

1. Variabel Independen

Merupakan faktor yang memengaruhi atau menjadi penyebab perubahan pada variabel dependen Variabel Independen (Sugiyono 2017). Pada studi ini, yakni penggunaan kompres hangat.

2. Merupakan variabel yang dipengaruhi oleh variabel independen (Sugiyono 2017). Pada studi ini yakni nyeri punggung pada ibu hamil trimester ketiga.

3. Variabel Perancu

Merupakan faktor yang dapat memengaruhi hubungan antara variabel independen dan dependen secara tidak langsung. Variabel perancu dalam studi ini meliputi usia ibu hamil, usia kehamilan, pekerjaan, dan paritas.

E. Definisi Operasional

Tabel 3.2 Definisi operasional variabel

Variabel	Definisi operasional	Alat Ukur	Hasil ukur	Skala
<i>Kompres hangat</i>	Kompres hangat dengan suhu 43–48°C menggunakan buli-buli panas yang ditempelkan di punggung bagian bawah (lumbal 5) ibu hamil selama 20 menit. Terapi ini dilakukan sekali sehari selama tiga hari kunjungan, lalu dievaluasi kondisi sebelum dan sesudah pemberian.	SOP diberikan	1. Sebelum Kompres 2. Sesudah kompres	Nominal
Nyeri Punggung	Nyeri punggung saat hamil terjadi akibat rahim membesar, sehingga harus menyesuaikan posisi pusat gravitasi. Pengukuran tingkat nyeri dilakukan sebelum dan setelah pemberian kompres hangat selama tiga hari.	Lembar Observasi menggunakan alat ukur intensitas nyeri menurut <i>numeric rating scale</i> .	1. Nyeri ringan nilai 1-3 2. Nyeri sedang nilai 4-6 3. Nyeri berat nilai 7-10	Ordinal

F. Alat dan bahan

Menurut Sugiyono (2017), data penelitian dapat diperoleh dari dua sumber, yaitu:

1. Data Primer

Berupa pengukuran intensitas nyeri sebelum serta setelah pemberian kompres hangat, yang dikumpulkan melalui checklist observasi menggunakan *Numeric Rating Scale (NRS)*.

2. Data Sekunder

Didapatkan dari catatan jumlah ibu hamil trimester III yang didapat saat studi pendahuluan.

Dalam menghimpun data penelitian memanfaatkan:

1. Menggunakan SOP kompres hangat yang disusun mengacu pada teori Hidayat (2020) sebagai panduan prosedur.
2. Menyiapkan bahan dan alat, meliputi buli-buli merek Onemed, air panas bersuhu 43-48 °C, air hangat, termometer air, dan kain pembungkus (Insani and Pitriani 2022).
3. Memanfaatkan checklist NRS sebagai instrumen baku untuk menilai tingkat nyeri, sehingga tidak memerlukan uji validitas dan reliabilitas.

G. Pelaksanaan Penelitian

Berikut tahap tahap pelaksanaan penelitian:

1. Tahap pengajuan judul

Dilaksanakan minggu pertama bulan Febuari 2025.

2. Tahap pengajuan perizinan studi pendahuluan dilakukan pada minggu pertama bulan Febuari 2025.

Perizinan kampus : KTI/012/Keb-S1/II/2025

3. Tahap pembuatan proposal

Dilaksanakan minggu ke satu bulan Januari sampai April.

4. Tahap seminar proposal

Dilaksanakan minggu pertama bulan Mei 2025.

5. Tahap perbaikan proposal

Dilaksanakan minggu ke dua bulan Mei 2025.

6. Tahap perizinan penelitian

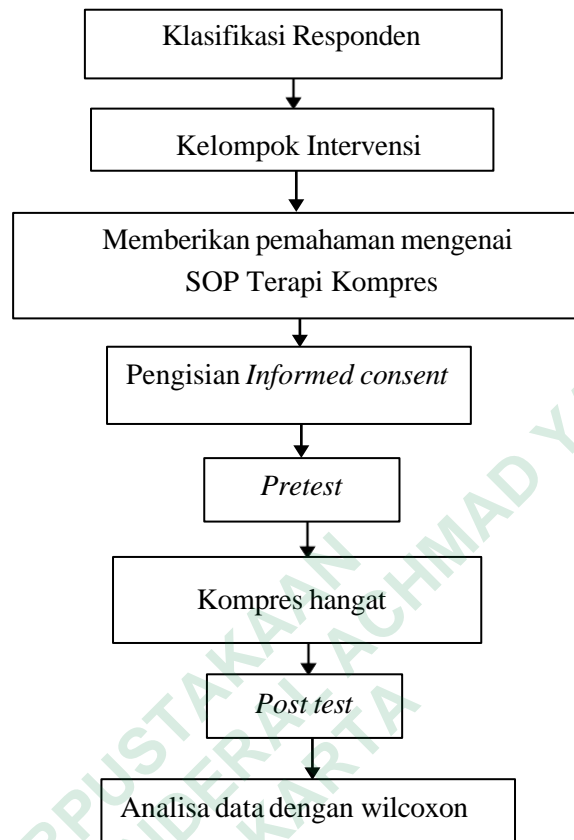
Dilaksanakan pada minggu kedua bulan Mei 2025.

Perizinan kampus : KTI/186/Keb-S1/V/2025

Ethical Clearance : Skeb/155/KEP/V/2025

7. Tahap melakukan penelitian dengan langkah:

- a. Penentuan sampel dalam penelitian ini memanfaatkan teknik *accidental sampling* yang sesuai ketentuan inklusi dan eksklusi, yang di tetapkan oleh peneliti dan siapa saja yang secara kebetulan ditemui oleh peneliti dan memenuhi kreteria yang di tentukan. Penelitian ini dilakukan pada tanggal 25-31 Mei.
- b. Peneliti melakukan intervensi stay di klinik zam zam medica kabupaten bantul untuk menunggu sampel yang sesuai dengan kriteria, dengan dibantu enumerator.
- c. Memberikan penjelasan serta pemahaman kepada responden yang terpilih mengenai tujuan, manfaat, serta prosedur dalam pelaksanaan terapi kompres hangat kepada responden yang telah ditetapkan.
- d. Jika responden bersedia, maka responden di berikan bimbingan dan pemahaman mengenai isi dan cara dalam pengisian lembar *Informed Consent* dan lembar *Pretest*
- e. Pre-test dilakukan dengan meminta ibu mengisi checklist mengenai keluhan nyeri punggung sebelum intervensi, melalui wawancara langsung tentang rasa nyeri yang dirasakan.
- f. Responden menerima terapi kompres hangat pada bagian punggung bawah lumbal kelima selama 20 menit dengan suhu 43–48 °C.
- g. Setelah dilakukan intervensi responden mengisi lembar *posttest*.
- h. Data *pretest* dan *posttest* yang telah terkumpul penelitian akan dikumpulkan oleh peneliti untuk dilakukan perbandingan antara sebelum dan sesudah dilakukan terapi kompres hangat.



Bagan 3.1 alur penelitian

8. Evaluasi

- a. Peneliti memastikan checklist penelitian sudah lengkap.
- b. Peneliti mengolah data dengan bantuan perangkat lunak komputer.

H. Pengolahan Data dan Analisa Data

1. Pengolahan data

Pada studi ini memanfaatkan bantuan komputer. Tahapan pengolahan data yaitu :

a. *Editing*

Peneliti memeriksa data menggunakan checklist nyeri punggung, sehingga saat terdapat kekurangan dapat lekas dilengkapi.

b. Coding

Data yang terkumpul dalam bentuk kalimat di ubah menjadi angka atau bilangan berupa kode tertentu demi memudahkan pengolahan data.

Tabel 3.3 *Coding* Karakteristik Responden *Pretest Posttest*

No	Unit Data	Kriteria	Kode
1	Umur	a. < 20 tahun	1
		b. 20-35 tahun	2
		c. >35 tahun	3
2	Paritas	a. Primigravida	1
		b. Multigravida	2
3	Pendidikan	a. SD	1
		b. SMP	2
		c. SMA	3
		d. Sarjana	4
4	Pekerjaan	a. IRT	1
		b. Wiraswasta.	2
		c. Swasta	3
		d. PNS	4
5	Kriteria <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i>	a. Nyeri ringan	1
		b. Nyeri sedang	2
		c. Nyeri berat	3

Tabel 3.4 *Coding* Skala Ordinal Nyeri Punggung

No	Skala Nyeri	Range	Kode
1	Nyeri ringan	1 – 3	1
2	Nyeri sedang	4 – 6	2
3	Nyeri berat	7 – 10	3

c. Scoring

Setelah checklist diisi, dilakukan penilaian (*scoring*) dengan rentang skor NRS 0–10.

d. Tabulating

Data yang didapat disusun dalam bentuk tabel untuk mendukung tujuan penelitian *Scoring*.

2. Analisa data

a. Analisis Univariat

Menurut Fijianto (2020) metode ini membantu memberikan gambaran lengkap tentang setiap variabel secara terpisah. Dalam penelitian ini, analisis univariat akan menampilkan data demografi dan kondisi awal ibu hamil trimester tiga, seperti usia, pekerjaan, jumlah kehamilan sebelumnya (paritas), dan tingkat nyeri sebelum terapi.

b. Analisis Bivariat

Mempunyai tujuan guna mengevaluasi perbedaan tingkat nyeri punggung ebelum serta setelah diberikan kompres hangat, dengan metode uji Wilcoxon, Dengan uji ini, peneliti dapat mengetahui apakah terapi kompres hangat memberikan perubahan signifikan pada tingkat nyeri yang dirasakan.

I. Etika Penelitian

Beberapa prinsip etika yang harus diperhatikan dalam pelaksanaan penelitian antara lain sebagai berikut:

1. **Persetujuan Setelah Pemberian Informasi (*Informed Consent*)**
Tujuan dari informed consent adalah memastikan bahwa partisipan atau responden telah memahami secara jelas maksud, tujuan, serta potensi dampak dari keterlibatan mereka dalam penelitian. Sebelum proses pengumpulan data dilakukan, peneliti wajib meminta kesediaan responden melalui lembar persetujuan yang telah dijelaskan sebelumnya.
2. **Anonimit (*Anonymity*)**. Peneliti menjamin bahwa identitas responden tidak dicantumkan dalam instrumen penelitian. Nama responden digantikan dengan kode tertentu pada lembar data untuk menjaga kerahasiaan identitas pribadi.
3. **Kerahasiaan Data (*Confidentiality*)**. Informasi yang diperoleh dari responden dijaga kerahasiaannya dan tidak disebarluaskan secara individual. Data yang dikumpulkan hanya diakses oleh peneliti dan pembimbing, serta akan disimpan hingga satu tahun setelah penelitian dipublikasikan, kemudian akan dimusnahkan.
4. **Keadilan (*Justice*)**. Peneliti memperlakukan semua responden secara adil tanpa adanya diskriminasi, baik sebelum, selama, maupun setelah keterlibatan mereka dalam penelitian. Perlindungan terhadap privasi dan hak-hak responden juga tetap dijaga.
5. **Persetujuan Etik (*Ethical Clearance*)**. *Ethical clearance* merupakan dokumen resmi yang dikeluarkan oleh Komite Etik Penelitian sebagai bentuk persetujuan bahwa suatu penelitian yang melibatkan makhluk hidup telah memenuhi kriteria kelayakan etis untuk dilaksanakan.