

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Dalam penelitian ini, peneliti memilih pendekatan kuantitatif sebagai metode utama, karena metode ini memungkinkan pengumpulan data yang berupa angka-angka yang bisa diukur secara objektif dan dianalisis secara sistematis. Dengan pendekatan ini, peneliti dapat memperoleh informasi yang jelas mengenai variabel-variabel yang menjadi fokus penelitian, sehingga hasilnya tidak bersifat subjektif dan lebih mudah dibandingkan antarresponden. Selain itu, penelitian ini menggunakan desain cross-sectional, yang merupakan salah satu jenis penelitian observasional. Desain ini memiliki ciri khas, yaitu pengumpulan data dilakukan pada satu titik waktu tertentu saja. Artinya, peneliti mengambil kondisi responden pada saat itu, seperti mengambil foto atau ‘snapshot’, tanpa menunggu perubahan yang mungkin terjadi di masa mendatang. Pendekatan ini dinilai praktis dan efektif, karena memungkinkan peneliti untuk meneliti hubungan antarvariabel secara langsung pada waktu tertentu, sehingga analisisnya bisa lebih cepat dan fokus, tanpa perlu melakukan pengamatan panjang atau studi longitudinal yang biasanya lebih rumit dan memakan waktu, sehingga peneliti dapat melihat secara langsung bagaimana hubungan antara faktor risiko dan akibat yang mungkin ditimbulkannya pada saat itu juga (Abduh et al., 2023). Dengan desain ini, semua variabel yang menjadi fokus penelitian dapat diamati dan diukur sekaligus, tanpa harus menunggu waktu yang lama atau melakukan pengukuran berulang. Penelitian ini dibuat dengan tujuan khusus untuk meneliti sejauh mana Indeks Massa Tubuh (IMT), yang berperan sebagai variabel independen, memiliki keterkaitan dengan kejadian dismenore, yang menjadi variabel dependen dalam penelitian ini. Dengan memfokuskan perhatian pada hubungan kedua variabel tersebut, peneliti berharap dapat memperoleh gambaran yang lebih lengkap dan menyeluruh mengenai bagaimana IMT dapat memengaruhi atau berhubungan dengan dismenore pada wanita usia subur yang berkunjung ke Puskesmas Gamping I. Pendekatan ini diharapkan tidak hanya memberikan informasi angka-angka yang terukur, tetapi juga memungkinkan pemahaman yang lebih mendalam mengenai pola atau tren

yang mungkin terjadi, sehingga hasil penelitian dapat menjadi dasar bagi pengembangan intervensi atau strategi yang relevan untuk mendukung kesehatan reproduksi wanita usia subur di wilayah tersebut.

B. Lokasi dan Waktu

Lokasi penelitian ini adalah Puskesmas Gamping I, yang beralamat di Jalan Delingsari, Patukan, Ambarketawang, Kecamatan Gamping, Kabupaten Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta 55294. Lokasi ini dipilih karena merupakan pusat layanan kesehatan yang melayani banyak Wanita Usia Subur di wilayah setempat. Pelaksanaan penelitian berlangsung selama dua bulan, yakni pada bulan Juli hingga Agustus tahun 2025, di mana seluruh pengumpulan data dilakukan secara bertahap untuk memastikan informasi yang diperoleh akurat dan representatif.

C. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Metodologi penelitian menjelaskan bahwa populasi adalah keseluruhan individu atau objek yang memiliki karakteristik tertentu dan relevan dengan penelitian (Amin et al., 2023). Penelitian ini menargetkan 105 wanita usia subur yang sudah menikah dan tidak memakai kontrasepsi modern dan sederhana sebagai populasinya.

2. Sampel

Dalam konteks penelitian, sampel berarti bagian dari populasi yang dipilih karena dianggap memiliki karakteristik yang sama atau mirip dengan seluruh populasi. Pemilihan sampel ini membantu peneliti mendapatkan hasil yang bisa mewakili kondisi keseluruhan populasi secara akurat (Amin et al., 2023).

a. Besar sampel

Dalam konteks penelitian, sampel berarti bagian dari populasi yang dipilih karena dianggap memiliki karakteristik yang sama atau mirip dengan seluruh populasi. Pemilihan sampel ini membantu peneliti mendapatkan hasil yang bisa mewakili kondisi keseluruhan populasi secara akurat.

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

Keterangan:

n: Jumlah responden

N: Besar populasi

e: Presentasi kelonggaran ketelitian kesalahan dalam pengambilan sampel yang masih bisa ditolerir 0,1.

Berdasarkan rumus diatas, maka besar sampel yang akan diperoleh yaitu:

$$n = \frac{105}{1 + 105(0,1)^2}$$

$$n = \frac{105}{1 + 105(0,01)}$$

$$n = \frac{105}{1 + 1,05}$$

$$n = \frac{105}{2,05}$$

$$n = 51,21$$

$$n = 51 \text{ sampel}$$

Setelah dihitung, jumlah sampel yang diperoleh adalah 51 orang. Dengan mempertimbangkan kemungkinan ada responden yang tidak mengikuti penelitian atau drop out sekitar 10%, maka jumlah minimal sampel yang dibutuhkan menjadi 56 orang.

b. Teknik *sampling*

Dalam penelitian ini, metode pengambilan sampel yang diterapkan adalah *accidental sampling*, subjek penelitian dipilih berdasarkan wanita yang ditemui oleh peneliti selama proses pengambilan data dan memenuhi kriteria inklusi.

c. Kriteria sampel

1) Kriteria inklusi

- a) WUS berusia 20–35 tahun yang sudah menikah dan tidak memakai kontrasepsi modern dan sederhana (IUD, implan, suntik, pil, kondom)
- b) WUS yang berada di wilayah kerja Puskesmas Gamping 1.

- c) Mengalami menstruasi secara aktif dalam 3 bulan terakhir dan mengalami dismenore.
 - d) Menyatakan kesediaannya menjadi responden dengan menandatangani *informed consent*.
- 2) Kriteria esklusi:
- a) Memiliki riwayat penyakit ginekologis yang dapat memengaruhi dismenore, seperti endometriosis, adenomiosis, penyakit radang panggul, kista ovarium, atau mioma uteri.
 - b) Mengalami gangguan kesehatan kronis seperti anemia berat, gangguan tiroid, atau penyakit metabolik lain seperti DM, PCOS, hiperprolaktinemia, obesitas metabolik, hipogonadisme, gangguan hati kronis, kelainan adrenal, gangguan tiroid.

D. Variabel Penelitian

Variabel adalah unsur atau karakteristik tertentu yang bisa diamati dan diukur oleh peneliti selama penelitian berlangsung. Dalam penelitian ini, terdapat dua variabel utama, yaitu:

1. Variabel Independen (Bebas)

Variabel independen, yang dalam istilah sehari-hari sering dikenal sebagai variabel bebas, kadang juga disebut variabel stimulus, predictor, atau antecedent, merupakan salah satu komponen penting dalam penelitian. Variabel ini dianggap memiliki peran yang cukup signifikan karena diyakini mampu memengaruhi atau bahkan menjadi penyebab terjadinya perubahan pada variabel lain yang menjadi fokus penelitian, yaitu variabel dependen. Dengan kata lain, variabel independen ini berfungsi sebagai faktor pemicu atau penggerak yang memungkinkan peneliti untuk melihat bagaimana perubahan atau variasi pada variabel tersebut dapat berdampak terhadap variabel dependen. Pemahaman yang mendalam mengenai peran variabel independen ini sangat penting, karena hal tersebut membantu peneliti merancang penelitian dengan lebih tepat, memilih metode analisis yang sesuai, serta menafsirkan hasil penelitian secara lebih akurat dan bermakna. Bisa dikatakan, variabel

independen ini berfungsi sebagai “pemicu” atau sumber yang dapat menimbulkan dampak tertentu pada hasil yang diamati. Dalam konteks penelitian ini, variabel independen yang dipilih dan menjadi fokus utama adalah Indeks Massa Tubuh (IMT), yang diasumsikan memiliki pengaruh terhadap kejadian dismenore pada Wanita Usia Subur (Sugiyono, 2018).

2. Variabel Dependen (Terikat)

Variabel dependen, yang dalam istilah sehari-hari juga sering disebut sebagai variabel terikat, merupakan variabel yang mengalami perubahan sebagai akibat atau konsekuensi dari faktor-faktor lain, khususnya variabel independen. Dengan kata lain, variabel ini bisa dipahami sebagai ‘hasil’ atau efek yang muncul karena adanya pengaruh dari variabel lain yang sedang diteliti. Dalam konteks penelitian ini, variabel dependen menjadi pusat perhatian karena inilah yang ingin diamati secara mendalam untuk mengetahui bagaimana faktor-faktor tertentu dapat memengaruhi kondisi tersebut. Secara khusus, variabel dependen yang menjadi fokus pengamatan adalah kejadian dismenore pada wanita usia subur. Pemahaman yang baik mengenai variabel dependen ini penting agar peneliti dapat menafsirkan data dengan benar dan mengaitkannya secara tepat dengan variabel independen, sehingga hubungan antara kedua variabel dapat dianalisis secara akurat dan bermakna (Sugiyono, 2018).

E. Definisi Operasional

Tabel 3. 1 Definisi Operasional

Variabel	Definisi Operasional	Alat Ukur	Kategori Hasil Pengukuran	Skala Pengukuran
Indeks Massa Tubuh (IMT)	Menentukan status gizi dengan membandingkan berat badan dan tinggi badan dengan rumus IMT yaitu: IMT= BB (Kg)/TB (m) ²	Timbangan berat badan, Stature meter	Underweight (< 18,5) Normal (18,5-22,9) Overweight (23-24,9) Obesitas (25-29,9) Obesitas II (≥ 30)	Ordinal
Kejadian Dismenore Pada Wanita Usia Subur (WUS)	Rasa nyeri di perut bagian bawah yang terjadi selama menstruasi hari pertama sampai hari ke-tiga, dapat bersifat ringan hingga berat.	Kuesioner <i>Numeric Rating Scale</i> (NRS)	Ringan (5-8) Sedang (9-12) Berat (13-17)	Ordinal

F. Alat Dan Bahan

Alat yang digunakan untuk mengukur variabel bebas dalam penelitian ini mencakup timbangan untuk menilai berat badan serta stature meter untuk mengetahui tinggi badan. Kedua alat ini dipakai agar pengukuran berat dan tinggi badan lebih akurat dan dapat dijadikan dasar perhitungan Indeks Massa Tubuh (IMT). Sementara itu, variabel terikat diukur menggunakan instrumen berupa kuesioner *Numeric Rating Scale* (NRS) yang membantu menilai intensitas nyeri dismenore pada responden secara terukur dan mudah dipahami (Dewi, 2022).

G. Pelaksanaan Penelitian

1. Persiapan Penelitian

- a. Identifikasi fenomena atau permasalahan yang sedang berkembang untuk dijadikan topik penelitian.
- b. Mengajukan judul penelitian berdasarkan permasalahan yang telah diidentifikasi.
- c. Melakukan konsultasi dengan dosen pembimbing terkait judul penelitian yang telah diajukan.

- d. Melaksanakan bimbingan dengan dosen pembimbing mengenai tahapan-tahapan selanjutnya dalam penyusunan proposal penelitian.
 - e. Peneliti mengajukan permohonan surat izin kepada kepala Dinas Kesehatan Kabupaten Sleman untuk melaksanakan studi pendahuluan.
 - f. Peneliti datang ke Puskesmas Gamping 1 dengan membawa surat izin studi pendahuluan.
 - g. Setelah memperoleh persetujuan dari Kepala Puskesmas Gamping I, peneliti melaksanakan studi pendahuluan.
 - h. Menyusun draft proposal penelitian, melakukan konsultasi dengan dosen pembimbing, serta melaksanakan revisi sesuai arahan yang diberikan.
 - i. Mempersiapkan materi untuk presentasi proposal penelitian.
 - j. Melakukan penyempurnaan terhadap proposal penelitian berdasarkan masukan yang diterima.
2. Pelaksanaan Penelitian
- a. Peneliti bersama tim yang beranggotakan tiga orang mendatangi lokasi penelitian, yaitu Posyandu Bayi dan Balita di Dusun Gamping Tengah pada tanggal 14 juli 2025 dengan sampel 8 orang, Tlogo 28 pada tanggal 16 juli 2025 dengan sampel 11 orang, Tlogo RW 27 pada tanggal 19 juli 2025 dengan sampel 7 orang, Gamping Lor pada tanggal 20 juli 2025 dengan sampel 5 orang, dan Patukan pada tanggal 22 juli 2025 dengan sampel 7 orang, serta kegiatan Puskesmas Keliling yang dilaksanakan di Dusun Gamping Kidul 18 pada tanggal 17 juli 2025 dengan sampel 5 orang dan Mejing Wetan pada tanggal 23 juli 2025 dengan sampel 8 orang, yang seluruhnya berada dalam wilayah kerja Puskesmas Gamping I.
 - b. Peneliti melakukan persiapan dengan memeriksa kelengkapan dan kelayakan alat serta instrumen yang akan digunakan dalam proses pengambilan data, meliputi lembar *skrining* awal kejadian dismenore, lembar observasi pengukuran IMT, kuesioner penelitian terkait kejadian dismenore, timbangan berat badan, serta *stature* meter.

- c. Pengukuran berat badan dan tinggi badan dilakukan menggunakan timbangan dan *stature* meter milik laboratorium kebidanan yang telah dikalibrasi.
 - d. Setibanya di lokasi penelitian, tim peneliti membagi tugas, di mana satu orang bertanggung jawab pada bagian pendaftaran untuk melaksanakan skrining awal terhadap calon responden dengan membagikan lembar skrining kejadian dismenore sebagai dasar penentuan kelayakan partisipasi.
 - e. Responden yang memenuhi kriteria berdasarkan hasil *skrining* awal kemudian diberikan lembar persetujuan partisipasi (*informed consent*) sebagai bentuk persetujuan tertulis untuk mengikuti penelitian.
 - f. Responden yang telah mengisi lembar *informed consent* kemudian diarahkan kepada anggota peneliti yang lain untuk dilakukan pengukuran berat badan dan tinggi badan, selanjutnya hasil pengukuran tersebut dicatat pada lembar observasi.
 - g. Responden yang berada pada tiga hari pertama menstruasi diarahkan kepada anggota tim yang lain untuk diberikan kuesioner kejadian dismenore yang selanjutnya diisi oleh responden.
 - h. Apabila pada saat pengambilan data responden belum memasuki masa menstruasi, peneliti dan tim melakukan *follow up* melalui aplikasi WhatsApp sesuai prosedur yang telah ditetapkan. Selanjutnya, kuesioner diberikan secara langsung atau melalui tautan Google Form sesuai kesepakatan, ketika responden memasuki periode menstruasi pada waktu berikutnya.
 - i. Proses penelitian dinyatakan selesai setelah seluruh data berhasil dikumpulkan.
3. Penyusunan Laporan Penelitian
- a. Setelah seluruh proses pengumpulan data selesai, peneliti melakukan pengecekan terhadap kelengkapan data.
 - b. Data yang telah diverifikasi kemudian diproses melalui tahapan *editing*, *coding*, *entri*, pembersihan (*cleaning*), dan tabulasi.

- c. Setelah proses pengolahan data selesai, tahap selanjutnya adalah melakukan analisis data secara univariat untuk mengetahui karakteristik responden dengan menggunakan frekuensi yang dibantu dengan aplikasi SPSS.
- d. Setelah dilakukan analisis data univariat, langkah selanjutnya adalah melakukan analisis bivariat menggunakan uji korelasi atau tabulasi silang antara dua variabel. Variabel Indeks Massa Tubuh (IMT) dan kejadian dismenore dianalisis menggunakan uji statistika *Spearman-Rho*, dengan menggunakan perangkat lunak SPSS sebagai alat bantu.
- e. Menyusun laporan akhir hasil penelitian sebagai bentuk pelaporan keseluruhan proses dan temuan penelitian.

H. Metode Pengolahan Data

Pengolahan data yang diterapkan dalam penelitian ini yaitu:

1. Editing

Pengecekan data dilakukan untuk memastikan kualitas data yang terkumpul. Prosedur ini meliputi verifikasi kelengkapan lembar informed consent, pemeriksaan lembar observasi (hasil pengukuran IMT), dan kuesioner. Secara spesifik pengecekan dilakukan terhadap kelengkapan identitas responden, konsistensi jawaban, klarifikasi data yang meragukan, dan deteksi kesalahan pengukuran.

2. Coding

Setelah validasi data langkah selanjutnya adalah melakukan pengkodean, yaitu mentransformasikan data dari format huruf menjadi format numerik.

Tabel 3. 2 Coding

No.	Variabel	Kode	Keterangan
1.	Usia	Kode 1	20-25 tahun
		Kode 2	26-30 tahun
		Kode 3	31-35 tahun
2.	<i>Menarche</i>	Kode 1	< 12 tahun
		Kode 2	≥ 12 tahun
3.	Siklus Menstruasi	Kode 1	< 21 hari
		Kode 2	21-35 hari
		Kode 3	> 35 hari
4.	Lama Menstruasi	Kode 1	< 3 hari
		Kode 2	3-7 hari
		Kode 3	> 7 hari
5.	Indeks Massa Tubuh (IMT)	Kode 1	<i>Underweight</i>
		Kode 2	Normal
		Kode 3	<i>Overweight</i>
		Kode 4	Obesitas
		Kode 5	Obesitas II
6.	Kejadian Dismenore	Kode 1	Ringan
		Kode 2	Sedang
		Kode 3	Berat

3. *Entry*

Setelah proses pengkodean, data yang telah diubah menjadi angka kemudian dimasukkan ke dalam program SPSS untuk analisis selanjutnya.

4. *Cleaning*

Setelah data diinput ke dalam SPSS, dilakukan validasi data untuk memastikan keakuratan dan kelengkapan informasi.

5. *Tabulating*

Tahap selanjutnya adalah menyajikan data dalam format table yang relevan dengan tujuan penelitian.

I. Analisis Data

1. Analisis Univariat

Analisis univariat merupakan tahap awal dalam pengolahan data penelitian ini, yang dilakukan pada setiap variabel yang menjadi fokus penelitian. Tujuan utama dari analisis ini adalah untuk memberikan gambaran yang jelas mengenai karakteristik responden, sehingga peneliti maupun pembaca dapat memahami profil sampel secara menyeluruh. Data yang diperoleh dari tahap ini kemudian diolah menggunakan perangkat lunak SPSS, yang memungkinkan peneliti menampilkan hasil dengan rapi dan sistematis. Setelah itu, informasi mengenai setiap variabel disajikan dalam bentuk distribusi data, frekuensi, dan persentase. Penyajian data melalui tabel ini bertujuan agar pembaca lebih mudah membaca, membandingkan, dan memahami informasi yang diperoleh, sehingga interpretasi terhadap hasil penelitian dapat dilakukan secara lebih akurat dan informatif.

2. Analisis Bivariat

Tahap analisis bivariat dalam penelitian ini dilakukan untuk menelusuri adanya hubungan antara dua variabel yang menjadi fokus penelitian. Fokus utama penelitian adalah melihat bagaimana Indeks Massa Tubuh (IMT) dapat berhubungan dengan kejadian dismenore pada responden. Untuk memastikan hasil analisis dapat diproses secara sistematis dan akurat, seluruh data diolah menggunakan perangkat lunak SPSS. Karena data yang digunakan bersifat ordinal, peneliti memutuskan untuk memakai statistik non-parametrik, yaitu uji *Spearman-rho*, sehingga tingkat hubungan antara IMT dan kejadian dismenore dapat diukur dengan tepat. Dengan cara ini, hasil analisis tidak hanya menunjukkan adanya keterkaitan antara kedua variabel, tetapi juga memberikan informasi yang dapat dipercaya untuk interpretasi lebih lanjut.

J. Etika Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan setelah terlebih dahulu memperoleh persetujuan etik atau *ethical clearance* dari komite etik yang berwenang, sebagai langkah awal untuk memastikan bahwa seluruh proses penelitian berjalan sesuai dengan standar etika. Pengumpulan data primer baru dilakukan setelah responden memberikan persetujuan secara tertulis melalui penandatanganan lembar *informed consent*, sehingga partisipasi mereka bersifat sukarela dan berdasarkan kesadaran penuh. Dalam proses pemilihan responden, peneliti memastikan tidak ada diskriminasi sama sekali terkait suku, ras, atau agama, sehingga setiap wanita usia subur memiliki kesempatan yang sama untuk berpartisipasi. Responden juga diberikan hak sepenuhnya untuk memutuskan apakah ingin ikut serta atau menolak menjadi bagian dari penelitian ini tanpa ada paksaan. Selain itu, peneliti menjamin kerahasiaan identitas semua responden dengan mengganti nama asli mereka menggunakan inisial, sehingga data pribadi tetap terlindungi. Seluruh informasi yang dikumpulkan tidak akan dipublikasikan secara umum dan semata-mata digunakan untuk kepentingan penelitian ilmiah, sehingga keamanan dan privasi responden tetap terjaga sepanjang proses penelitian.

Prinsip dasar etika penelitian (Distyaning, 2022) yaitu:

1. Menghormati harkat dan martabat manusia

Dalam setiap penelitian, sangat penting untuk menghormati harkat dan martabat manusia sebagai prinsip etika yang utama. Hal ini berarti bahwa setiap partisipan memiliki hak untuk memperoleh informasi yang jelas, lengkap, dan terbuka mengenai seluruh rangkaian kegiatan penelitian yang akan mereka ikuti, termasuk tujuan, prosedur, serta potensi risiko dan manfaatnya. Selain itu, partisipan diberikan kebebasan sepenuhnya untuk menentukan apakah mereka ingin berpartisipasi atau menolak ikut serta, tanpa adanya tekanan atau paksaan dalam bentuk apapun. Dengan menjamin hal-hal tersebut, penelitian tidak hanya berjalan sesuai standar etika, tetapi juga memastikan bahwa hak-hak peserta tetap terlindungi dan martabat mereka dihormati sepanjang proses penelitian berlangsung.

2. Menghormati privasi dan kerahasiaan subjek penelitian

Penelitian ini menghargai privasi dan kerahasiaan subjek penelitian, yang merupakan hak fundamental setiap individu. Dalam pelaksanaannya, peneliti tidak mencantumkan informasi identitas pribadi seperti nama atau alamat responden pada kuesioner maupun instrumen pengukuran lainnya, guna menjaga kerahasiaan dan privasi subjek penelitian.

3. Memperhitungkan manfaat dan kerugian yang ditimbulkan

Peneliti melaksanakan seluruh tahapan penelitian sesuai dengan prosedur yang telah ditetapkan sebelumnya, dengan tujuan untuk memaksimalkan manfaat yang bisa diperoleh oleh setiap subjek penelitian. Selama pelaksanaan penelitian, keselamatan dan kesejahteraan subjek menjadi prioritas utama. Oleh karena itu, apabila terdapat intervensi atau prosedur penelitian yang berpotensi menimbulkan cedera, ketidaknyamanan, stres tambahan, atau risiko fatal lainnya, subjek tersebut akan segera dikeluarkan dari kegiatan penelitian. Langkah ini diambil untuk memastikan bahwa setiap partisipan tetap terlindungi, tidak mengalami efek samping yang merugikan, dan keseluruhan proses penelitian tetap berjalan secara aman dan etis.