

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Penelitian ini ialah penelitian kuantitatif dengan Pre – eksperimental dan *One Group PretestPostest Design*. Studi ini menggunakan pendekatan studi korelasi, yang berarti mencari tahu bagaimana dua variabel berinteraksi dalam suatu kondisi tertentu. Rancangan Penelitian ini menggunakan pendekatan *Cross Sectional*. Ini berarti penelitian akan menyelidiki dinamika korelasi antara beberapa faktor melalui pendekatan, observasi, atau pengumpulan data sekaligus dalam satu waktu (Notoatmodjo, 2018).

Tabel 3.1. Rancangan Penelitian

Pretest	Perlakuan	Posttest
O1	X	O2

Keterangan:

- O1 : Pengukuran pengetahuan tentang akupresur sebelum diberikan perlakuan
X : Memberikan pengetahuan tentang akupresur melalui media *Powerpoint*
O2 : Pengukuran pengetahuan tentang akupresur setelah diberikan perlakuan

B. Lokasi dan Waktu Penelitian

1. Lokasi Penelitian

Lokasi penelitian ini ialah di Pondok Pesantren Modern Miftahunnajah Jl. Ngawen Kranggahan II, Trihanggo, Kec. Gamping, Kabupaten Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta.

2. Waktu Penelitian

Penelitian ini dimulai dari bulan Juli dengan diawali pengambilan data yang dilakukan pada bulan Jul

C. Populasi dan Sampel Penelitian

1. Populasi

Populasi ialah sekumpulan subjek penelitian yang memiliki beberapa karakteristik tertentu secara keseluruhan (Arikunto, 2019). Populasi dalam penelitian ini ialah 144 santriwati yang sudah menstruasi di Pondok Pesantren Modern Miftahunnajah.

2. Sampel

Sampel ialah separuh populasi yang dipakai untuk penelitian dan akan diberikan intervensi. Dalam penelitian ini, setiap populasi yang memenuhi kriteria dianggap sebagai sampel. Kriteria sampel diperlukan, karena tujuan penelitian ini ialah untuk mengontrol variabel penelitian yang belum. Menurut Arikunto (2019), sampel yang dimaksud ialah bagian populasi yang akan digunakan untuk penelitian secara langsung. Penelitian ini memakai sampel para santriwati di Pondok Pesantren Modern Miftahunnajah yang mengalami dismenorea.

a. Perhitungan Sampel

Menurut Arikunto (2019), jika jumlah subjek penelitian dibawah 100, sebaiknya diambil seluruh subjek dengan demikian penelitian tersebut dikategorikan sebagai penelitian populasi. Namun, ketika jumlah subjek besar, peneliti bisa menggunakan sampel antara 10-15% atau 20-25% dari populasi atau lebih, menyesuaikan pada kemampuan peneliti sehubungan dengan dana, tenaga dan waktu. Maka peneliti memutuskan untuk memakai tingkat kepercayaan 85% dengan taraf kesalahan 15%. Perhitungan besar sampel penelitian ini memakai rumus Slovin, dengan tingkat kesalahan sebesar 15%, antara lain:

$$n = \frac{N}{1 + Ne^2}$$

Keterangan:

n : Besar Sampel

N : Besar Populasi

e : Tingkat signifikan (p) = 15% atau 0,15

Berdasarkan rumus diatas, total sampel menggunakan rumus Slovin adalah:

$$n = \frac{N}{1 + Ne^2}$$

$$n = \frac{144}{1 + 144 (0,15)^2}$$

$$n = \frac{144}{1 + 144 (0,0225)}$$

$$n = \frac{144}{1 + 3,24}$$

$$n = \frac{144}{4,24}$$

$$n = 33,96 \text{ (34 orang)}$$

Perhitungan sampel berdasarkan rumus Slovin menghasilkan sampel yang terdiri dari 34 responden.

b. Teknik Sampling

Penelitian ini memakai teknik pengambilan Non Probability Sampling, yang berarti setiap populasi tidak memiliki kesempatan yang sama untuk diambil sampel. Selain itu, peneliti memakai teknik purposive sampling untuk memilih sampel sesuai keinginan peneliti sendiri (Dharma, 2011). Kriteria dalam penelitian ini mencakup:

1) Kriteria inklusi dalam penelitian:

- a) Santriwati yang mengalami tanda atau gejala dismenorea primer.
- b) Santriwati yang mengalami nyeri berskala 4-10 menggunakan NRS

2) Kriteria eksklusi dalam penelitian :

- a) Santriwati yang mengalami gangguan reproduksi (Radang panggul dan infeksi organ reproduksi)

D. Pelaksanaan Intervensi

Pada hari pertama, penilaian *pre-test* akan dilakukan, dan peserta akan diberikan perlakuan yaitu dengan diberikan nya penyuluhan kesehatan tentang akupresur untuk penanganan dismenorea, setelah itu diberikan *posttest* dengan jeda waktu 30 menit setelah diberikannya intervensi berupa penyuluhan. Peneliti menggunakan teori “*One Shot Learning*” dimana teori ini menyebutkan bahwa penyuluhan dapat dilakukan dalam 1 waktu, teori ini berpendapat bahwa seseorang dapat belajar dan memahami materi dengan hanya satu kali pengenalan tanpa melakukan pengulangan atau repetisi. Pendapat ini didukung oleh jurnal psikologi yang ditulis oleh Sawi Sujarwo (2017) mengatakan bahwa kapasitas otak dalam menerima informasi hanya selama 30 detik,

Ada beberapa alasan mengapa tidak adanya jarak yang diperlukan antara *pre-test* dan intervensi karena, menurut Vaus dalam Arimurti (2021), jarak yang diperlukan antara *pre-test* dan intervensi baiknya tidak terlalu lama untuk mengurangi pengaruh dari sumber luar yang mungkin terjadi sebelum intervensi. Sedangkan jarak dengan pemberian intervensi dan *post test* tergantung pada tujuan peneliti apakah ingin melihat *short-term* atau *long-term memory*. Sehingga dalam penelitian ini peneliti ingin apa yang diberikan bisa menjadi *long-term memory*, maka dari itu peneliti memberikan jarak antara intervensi dan *post test* selama 30 menit. Hal ini didasarkan pada penelitian Ferwanda (2019) yang menyatakan bahwa tujuan diberikan jarak pengukuran *post test* dan intervensi adalah untuk memastikan bahwa materi yang telah disampaikan dapat bertahan atau *long-time memory*.

E. Variabel Penelitian

1. Variabel *Independen* (Bebas)

Variabel bebas yaitu variabel yang mempengaruhi atau menjadi sebab perubahannya (Amrudin et all, 2022). Variabel bebas yang dipakai didalam

penelitian ini ialah penyuluhan kesehatan tentang akupresur penanganan dismenorea

2. Variabel *Dependen* (Terikat)

Variabel terikat yaitu variabel yang dipengaruhi atau menjadi akibat karena adanya variabel bebas. Variabel terikat yang digunakan didalam penelitian ini ialah tingkat pengetahuan santriyah tentang akupresur untuk penanganan dismenorea.

F. Definisi Operasional

Dalam definisi operasional, semua variabel yang berkaitan dengan kerangka konsep penelitian, baik *independen* maupun *dependen*, digambarkan secara terstruktur dan spesifik seperti dibawah ini :

Tabel 3.2. Definisi Operasional

Variabel	Definisi Operasional	Alat Ukur	Cara Ukur	Hasil Ukur	Skala Ukur
Penyuluhan Kesehatan	Penyuluhan kesehatan merupakan kegiatan yang dilakukan untuk penambahan pengetahuan salah satunya tentang akupresur untuk penanganan dismenorea.	SAP dan <i>PowerPoint</i>	Memberikan penyuluhan tentang akupresure dengan <i>power point</i> menggunakan proyektor	-	-
Pengetahuan Akuprsur terhadap Dismenorea	Pengetahuan diambil dari hasil pengetahuan remaja puteri tentang akupresur terhadap penanganan dismenorea	Kuesioner	Responden diberikan kuesioner pernyataan tentang pengetahuan akupresur terhadap penanganan dismenorea apabila: Benar : 1 Salah : 0	1. Baik (76-100%) 2. Cukup (56-75%) 3. Kurang (<56 %)	Ordinal

G. Alat dan Metode Pengumpulan Data

1. Alat Ukur

Penelitian ini memakai kuesioner dari dua bagian yang berbeda. Bagian awal bertanya mengenai identitas dan skala NRS untuk mengukur tingkat nyeri santriwati, bagian kedua bertanya tentang pengetahuan tentang penggunaan akupresur dalam pengobatan dismenorea pada santriwati.

a. Identitas Responden

Identitas responden terdiri dari beberapa pertanyaan terkait informasi responden yaitu nama, alamat, kelas, usia haid pertama kali dan pengukuran skala nyeri menstruasi menggunakan skala *Numerical Rating Scale* (NRS).

b. Instrumen Tingkat Pengetahuan

Kuesioner yang menentukan tingkat pengetahuan terdiri dari 21 pernyataan. Peneliti membuat kuesioner ini pada tahun 2024, dan responden diminta untuk menjawabnya menggunakan *skala Gutman*, yang menentukan apakah mereka memberikan jawaban benar atau salah. Setelah responden melakukan pengisian kuesioner, maka penulis mulai melakukan perhitungan dari jawaban responden untuk menentukan nilai yang akan di peroleh. Hasil skor pengetahuan menurut Arikunto (2019) adalah pengetahuan baik apabila nilainya 76-100 %, cukup apabila nilainya 56-75 %, dan kurang apabila nilainya ≤ 55 %.

Kisi-kisi kuesioner pengetahuan tentang akupresur di penelitian ini dapat dilihat pada tabel 3.3

Tabel 3.3. Kisi – Kisi Kuesioner Pengatahuan Tentang Akupresur Penanganan Dismenorea

No	Aspek	Favorable	Unfavorable	Total
1.	Pengertian menstruasi	1		1
2.	Siklus menstruasi	2,3		2
3.	Pengertian dismenorea	4,6	5	3
4.	Klasifikasi dismenorea	7		1
5.	Penanganan dismenorea	8		1
6.	Pengertian akupresur	9,11,14,15,16,21	10	7
7.	Jumlah pijatan akupresur	12,13		1
8.	Titik akupresur	17,18,19	20	4
	Jumlah			21

2. Metode Pengambilan Data

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini berawal dari menetapkan jumlah responden penelitian, dan dibantu menggunakan kuesioner yang akan dipakai dalam penelitian ini. Data penelitian ini dikumpulkan memakai data primer, dimana data diambil langsung dari santriwati di Pondok Pesantren Modern Miftahunnajah Yogyakarta yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Santriwati ini mengisi kuesioner *Pretest* dan *Postest* tingkat pengetahuan secara langsung setelah diberikannya intervensi berupa penyuluhan kesehatan tentang akupresur untuk dismenorea.

H. Validitas dan Reliabilitas

1. Validitas Instrumen

Uji validitas instrumen ialah cara pengukuran yang dapat membuktikan seberapa sah suatu alat. Alat dianggap valid jika bisa dipakai untuk menghitung apa yang seharusnya diukur. Rumus *Pearson Product Moment* dipakai untuk uji validitas pada penelitian ini (Notoatmodjo, 2018). Uji validitas kuesioner pengetahuan akupresur penanganan dismenorea dilakukan di Pondok Pesantren Al-Hadi Bangunjiwo dengan 32 responden dengan nilai r_{tabel} yaitu 0,349. Uji validitas ini dilakukan dengan membagikan kuesioner dan dihitung dengan memakai SPSS. Bila $r_{\text{hitung}} > r_{\text{tabel}}$ maka pernyataan valid dan sebaliknya jika $r_{\text{hitung}} < r_{\text{tabel}}$ maka pernyataan tidak valid. Dalam uji validitas yang dilakukan peneliti dari 30 soal pernyataan yang dibuat dan terdapat 21 pernyataan yang valid.

Tabel 3.4. Hasil Uji Validitas Kuesioner Pengetahuan Siswi di Pondok Pesantren Al-Hadi Bangunjiwo Tahun 2024

Variabel	Pertanyaan	Rhitung	Rtabel	Keterangan
Pengetahuan	Pernyataan 1	0,439	0,349	Valid
	Pernyataan 2	0,447	0,349	Valid
	Pernyataan 3	0,533	0,349	Valid
	Pernyataan 4	0,488	0,349	Valid
	Pernyataan 5	0,458	0,349	Valid
	Pernyataan 6	0,558	0,349	Valid
	Pernyataan 7	0,363	0,349	Valid
	Pernyataan 8	0,476	0,349	Valid
	Pernyataan 9	0,686	0,349	Valid
	Pernyataan 10	0,452	0,349	Valid
	Pernyataan 11	0,550	0,349	Valid
	Pernyataan 12	0,379	0,349	Valid
	Pernyataan 13	0,668	0,349	Valid
	Pernyataan 14	0,696	0,349	Valid
	Pernyataan 15	0,406	0,349	Valid
	Pernyataan 16	0,378	0,349	Valid
	Pernyataan 17	0,679	0,349	Valid
	Pernyataan 18	0,434	0,349	Valid
	Pernyataan 19	0,420	0,349	Valid
	Pernyataan 20	0,509	0,349	Valid
	Pernyataan 21	0,474	0,349	Valid

Berdasarkan tabel 3.5 didapatkan dari 21 pernyataan pengetahuan mengenai akupresur untuk dismenorea dikatakan valid dengan hasil $r_{\text{hitung}} = 0,439$ sampai nilai $r_{\text{hitung}} = 0,474$ lebih besar dari nilai $r_{\text{tabel}} = 0,349$.

2. Reliabilitas Instrumen

Uji reliabilitas mengacu pada sejauh mana hasil pengukuran konsisten saat dilakukan pengukuran secara berulang. Menurut Sugiyono (2019) hasil penelitian dapat dianggap reliabel apabila data yang diperoleh konsisten dari waktu ke waktu. Dalam penelitian ini tehnik yang dipakai untuk mengetahui reliabilitas kuesioner ialah memakai rumus *Cronbach Alpha*, dengan syarat apabila nilai *Cronbach Alpha* > r_{tabel} , maka reliabel dan apabila nilai *Cronbach Alpha* < r_{tabel} , maka tidak reliabel.

Tabel 3.5. Hasil Uji Reabilitas Kuesioner Pengetahuan

No	Variabel	<i>Cronbach Alpha</i>	N	r_{tabel}	keterangan
1.	Pengetahuan	0,632	30	0,349	Reliabel

Berdasarkan Tabel 3.6. Didapatkan pernyataan pengetahuan yaitu reliabel dengan nilai *Cronbach Alpha* = 0.632 > r_{tabel} = 0.349.

I. Analisis Data dan Teknik Pengolahan Data

1. Analisis Data

a. Analisis Univariat

Analisis univariat biasanya hanya menghasilkan presentase dan distribusi frekuensi di setiap variabel yang diteliti (Notoatmodjo, 2018). Dalam penelitian ini, analisis univariat bertujuan untuk mengetahui distribusi frekuensi karakteristik responden dan pengetahuan siswa sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan tentang akupresur penanganan dismenorea.

b. Analisis Bivariat

Analisis bivariat digunakan di dua variabel yang berhubungan. Tujuan analisis ini adalah untuk mengetahui bagaimana variabel independent pengetahuan akupresure dan variabel dependent penanganan dismenore berkaitan.. Karena salah satu variabel dalam penelitian ini memakai data ordinal, maka uji yang dipakai ialah uji *Wilcoxon*. Dimana uji ini dilakukan menggunakan SPSS 20 dengan ketentuan berikut:

- 1) Apabila nilai Asymp.Sig.(2-tailed) lebih besar dari > 0,05 ditolak, maka H_a ditolak.

- 2) Apabila nilai Asymp.Sig.(2-tailed) lebih kecil dari $< 0,05$ diterima, maka H_a diterima.

2. Teknik Pengolahan Data

Pengolahan data dapat digunakan untuk menyederhanakan data awal penelitian agar lebih mudah dipahami sehingga memudahkan untuk dilakukan analisa. Langkah-langkah dalam pengolahan data mencakup:

a. *Editing* (Pengeditan)

Kegiatan menyunting (edit) kelengkapan kuesioner, untuk melihat kelengkapan atau informasi dan kebenaran tanggapan dari peserta. Proses *editing* pada penelitian ini dengan cara memeriksa kembali kelengkapan pengisian kuesioner, dan juga memastikan untuk seluruh kuesioner sudah diisi sesuai langkah-langkah yang sudah ada.

b. *Coding* (Pengkodean)

Coding merupakan kegiatan yang dilakukan setelah *editing* data, yaitu memberikan symbol berupa angka terhadap jawaban responden.

Tabel 3.6. Coding Karakteristik Responden

No	Unit Data	Kriteria	Kode
1.	Usia Responden	a. Remaja Awal (11-13)	1
		b. Remaja Tengah (14-17)	2
		c. Remaja Akhir (18-21)	3
2.	Usia Menarche	a. Anak (6-10)	1
		b. Remaja Awal (11-13)	2
		c. Remaja Tengah (14-17)	3
		d. Remaja Akhir (18-21)	4
2.	Skala Nyeri NRS	a. Nyeri Sedang (4-6)	1
		b. Nyeri Berat (7-9)	2
		c. Nyeri Sangat Berat (10)	3
4.	Tingkat Pengetahuan	a. Baik	1
		b. Cukup	2
		c. Kurang	3

c. *Entry* (Memasukan Data)

Setelah data diperoleh dengan baik melewati proses *edit* dan *coding* kemudian peneliti memasukan data kedalam program komputerisasi untuk diproses untuk menghasilkan hasil dari penelitian yang dilakukan.

d. Tabulating (Tabulasi)

Tabulating yaitu data yang sudah dikelompokkan dan diberi kode setelah itu dimasukkan ke tabel untuk diolah dikomputer dan diproses dengan SPSS 20.

e. Cleaning (Pembersihan Data)

Cleaning adalah proses di mana peneliti memeriksa lagi data yang sudah di dimasukan untuk memastikan bahwa tidak ada yang hilang, variasi, atau tidak konsisten.

J. Pelaksanaan Penelitian

Proses dalam mencapai hasil penelitian ini dengan melewati beberapa tahapan penelitian, antara lain:

1. Tahapan Persiapan

- a. Menentukan masalah penelitian
- b. Peneliti mencari referensi dari berbagai buku, jurnal, dll
- c. Peneliti mengajukan judul penelitian dan melaksanakan bimbingan
- d. Berkonsultasi dengan pembimbing tentang prosedur penyusunan proposal
- e. Peneliti meminta surat pengantar izin stupen dibagian PPPM Universitas Jenderal Ahmad Yani Yogyakarta
- f. Melakukan penyusunan proposal
- g. Berkonsultasi dengan pembimbing dan melakukan perbaikan
- h. Mengadakan seminar proposal penelitian
- i. Memperbaiki proposal sesuai dengan arahan
- j. Peneliti mengajukan surat izin untuk uji validitas dan reliabilitas dibagian PPPM Universitas Jenderal Ahmad Yani untuk Pondok Pesantren Al-Hadi
- k. Peneliti mengajukan *ethical clearance* kepada komite etik penelitian
- l. Peneliti meminta surat izin penelitian di Universitas Jenderal Ahmad Yani Yogyakarta
- m. Peneliti mengambil asisten penelitian untuk membantu didalam pelaksanaan penyuluhan kesehatan. Rekan penelitian yang membantu terdapat dua orang dari jurusan yang sama yaitu kebidanan, rekan penelitian ini membantu untk berjalannya penelitian seperti membantu untuk menyalakan proyektor,

laptop, membagikan kuesioner, dan mengambil kuesioner yang sudah dikerjakan oleh responden.

- n. Peneliti mempersiapkan peralatan yang akan dipakai untuk penyuluhan kesehatan. Peralatan yang dipakai ialah lembar kuesioner pengetahuan, pulpen untuk menulis, proyektor, dan laptop untuk menampilkan *power poin*.

2. Tahap Pelaksanaan

Penelitian dimulai pada tanggal 26 Juli 2024 di Pondok Pesantren Modern Miftahunnajah. Proses pengambilan data adalah dengan mengumpulkan santriwati yang sudah masuk kriteria dalam satu aula. Jumlah santriwati yang menjadi responden adalah 34 responden yang mengalami dismenorea dengan skala 4-6 setelah diukur dengan menggunakan skala NRS (*Numeric Rating Scale*). Tahap berikutnya peneliti menerangkan tujuan dari peneliti serta membagikan *informed consent*. Peneliti melakukan penyuluhan dengan beberapa tahapan yaitu:

- a. Tahap pertama terdiri dari *pre-test*

Peneliti memberikan *pre-test* kepada responden yang terpilih. Setelah itu dilakukan *pre-test* dengan menggunakan kuesioner untuk mengetahui pengetahuan sebelum diberikan penyuluhan kesehatan tentang akupresur. Cara *pre-test*: peneliti menerangkan cara menjawab kuesioner dan menyebarkan lembar kuesioner kepada responden untuk diisi dengan waktu 30 menit tetapi, pada kenyataan dilapangan para responden selesai dalam waktu 20 menit. Peneliti menginstruksikan responden yang sudah menjawab kuesioner untuk mengembalikan kuesioner yang telah diisi. Pelaksanaan penelitian ini dilakukan di aula.

- b. Tahap kedua melakukan penyuluhan kesehatan tentang akupresur

Setelah dilakukannya *pre-test*, maka peneliti melakukan penyuluhan kesehatan tentang akupresur dengan menampilkan *power point* yang sudah dibuat oleh peneliti dengan durasi 10 menit. Setelah melakukan penyuluhan kesehatan tentang akupresur peneliti mempersilahkan kepada responden untuk bertanya apabila ada yang masih belum dipahami. Setelah sesi tanya

jawab selesai peneliti mempersilahkan kepada semua responden untuk memahami dan mempelajari ulang materi selama 30 menit.

c. Tahap ketiga adalah *post-test*

Pos-test ini dilakukan setelah 30 menit responden memahami dan mempelajari ulang materi yang sudah diberikan. Peneliti membagikan kuesioner pengetahuan tentang akupresur kepada santriwati dengan waktu 30 menit untuk mengisi pernyataan di kuesioner pengetahuan yang sudah diberikan dan responden diinstruksikan untuk mengumpulkan lembar kuesioner apabila sudah selesai mengerjakan kuesioner. Peneliti kemudian memeriksa kuesioner yang diisi oleh responden untuk memastikan tidak ada soal yang tidak terisi.

3. Tahap Terminasi

Tahapan terminasi dimulai setelah responden menjawab pernyataan kuesioner pengetahuan tentang akupresur dengan memberikan souvenir kepada responden sebagai ucapan terimakasih.

4. Tahap Pengolahan Data

Pada tahap ini peneliti melakukan perhitungan jumlah benar dan salah dari jawaban responden yang akan dimasukan kedalam program komputer yaitu *Microsoft excel* untuk diberikan kode. Setelah data diinput dilakukan analisis data dengan memakai SPSS 20.

5. Penyusunan Laporan

Tahap akhir penelitian ini ialah melakukan analisis data dan menyusun laporan hasil penelitian, melakukan konsultasi dari Bab I-Bab V, melakukan revisi laporan sesuai dengan pembimbing, ujian hasil, revisi skripsi dan mengumpulkan laporan hasil skripsi.