

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Penelitian ini termasuk kategori penelitian kuantitatif, dimana pengolahan datanya dilakukan dengan pendekatan statistik. Dengan demikian seluruh data yang diperoleh serta hasil yang analisisnya disajikan dalam bentuk angka (Sahir, 2022). Metode penelitian adalah serangkaian proses untuk mencari kebenaran dalam sebuah penelitian, dimulai dari pemikiran yang menghasilkan rumusan masalah dan memunculkan hipotesis awal. Proses ini didukung oleh persepsi dari penelitian sebelumnya, sehingga data penelitian dapat dianalisis dan diolah, sehingga menghasilkan sebuah kesimpulan (Sahir, 2022). Dalam penelitian ini menggunakan metode observasional analitik dan desain studi *cross-sectional*.

B. Lokasi dan Waktu Penelitian

1. Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Kampus II Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.

2. Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan di bulan Mei 2025.

C. Populasi dan Sampel Penelitian

1. Populasi

Populasi dalam penelitian ini yaitu merujuk pada kelompok objek yang memiliki ciri khas tertentu yang telah ditetapkan untuk dianalisis dan diperoleh kesimpulan (Sugiyono, 2022). Dalam hal ini, populasi penelitian mencakup 68 mahasiswa semester 4 program studi S1 Kebidanan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.

2. Sampel

Sampel yaitu sebagian dari populasi yang mempunyai ciri serupa dan dianggap sebagai representasi keseluruhan populasi (Sugiyono, 2022). Teknik pengambilan sampel yang diterapkan yaitu *purposive sampling*, yaitu teknik

sampling yang didasarkan pada kriteria tertentu yang telah ditetapkan (Notoatmodjo, 2010). Sampel penelitian ini terdiri dari 58 mahasiswa.

3. Besar Sampel

Menurut (Sugiyono, 2018) rumus Slovin/Taro Yamane:

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

Keterangan:

- n : total sampel
 N : total populasi
 e : (*margin of error*)

Diketahui :

- N : 68 (total populasi)
 e : 0.05 (tingkat kesalahan yang ditetapkan sebesar 5%)

Maka perhitungannya :

$$\begin{aligned} n &= \frac{68}{1 + 68 \times (0.05)^2} \\ &= \frac{68}{1 + 68 \times (0.0025)} \\ &= \frac{68}{1 + 0.17} \\ &= \frac{68}{1.17} \\ &= 58,12 \\ &= 58 \text{ orang} \end{aligned}$$

Dengan demikian, penelitian ini menggunakan sampel sebanyak 58 orang.

a. Kriteria Inklusi dan Eksklusi

1) Kriteria Inklusi

- a) Mahasiswa prodi kebidanan semester 4 yang bersedia menjadi responden dengan mengisi lembar inform consent.
- b) Tidak dalam kondisi sakit atau mengalami gangguan yang menghambat konsentrasi saat proses pengisian kuesioner berlangsung.

2) Kriteria Eksklusi

- a) Mahasiswa yang memiliki penyakit reproduksi seperti, *mioma* atau gangguan reproduksi yang lainnya.
- b) Mempunyai riwayat perdarahan di luar siklus menstruasi yang berasal dari organ reproduksi yang berpotensi memengaruhi pola dan keteraturan siklus menstruasi.

D. Variabel Penelitian

1. Variabel Bebas

Variabel bebas yang dianalisis yaitu kualitas tidur mahasiswa kebidanan semester 4.

2. Variabel Terikat

Variabel terikat yang dianalisis yaitu siklus menstruasi mahasiswa kebidanan semester 4.

E. Definisi Operasional Variabel

Tabel 3. 1 Definisi Operasional

Variabel	Definisi Operasional	Alat ukur	Hasil Ukur	Skala Ukur
Kualitas Tidur	Kualitas tidur adalah indikator yang menunjukkan seberapa mudah seseorang dapat memulai tidur dan mempertahankannya (Putriningtyas et al., n.d.). Tidur yang berkualitas dipengaruhi oleh beberapa aspek, seperti disfungsi di siang hari, penggunaan obat, durasi tidur, latensi tidur, efisiensi tidur kualitas tidur subjektif, dan gangguan tidur (Manoppo et al., 2023).	<i>Kuesioner Pittsburgh Sleep Quality Index</i>	Skor dengan rentang 0-21 1. Baik = Skor \leq 5 2. Buruk = Skor $>$ 5	Ordinal

Variabel	Definisi Operasional	Alat ukur	Hasil Ukur	Skala Ukur
Siklus Menstruasi	Siklus menstruasi normal yaitu antara 28 hingga 35 hari, dan apabila kurang dari 28 hari atau melebihi 35 hari, maka kondisi tersebut dapat dikatakan tidak normal (Elza, 2020). Data ini didapatkan dari kuesioner siklus menstruasi.	Kuisisioner siklus menstruasi	1. 28-35 hari = normal 2. < 28 hari & > 35 hari = tidak normal	Ordinal

F. Instrumen Penelitian dan Metode Pengumpulan Data

1. Instrumen Penelitian

a. Kuesioner Siklus Menstruasi

Kuesioner siklus menstruasi terdiri dari 1 pertanyaan yang dikategorikan menjadi 2 skala siklus menstruasi.

- 1) Siklus Normal : 28 hingga 35 hari
- 2) Siklus Tidak normal : < 28 hari & > 35 hari

b. Kuesioner *Pittsburg Sleep Quality Index* (PSQI)

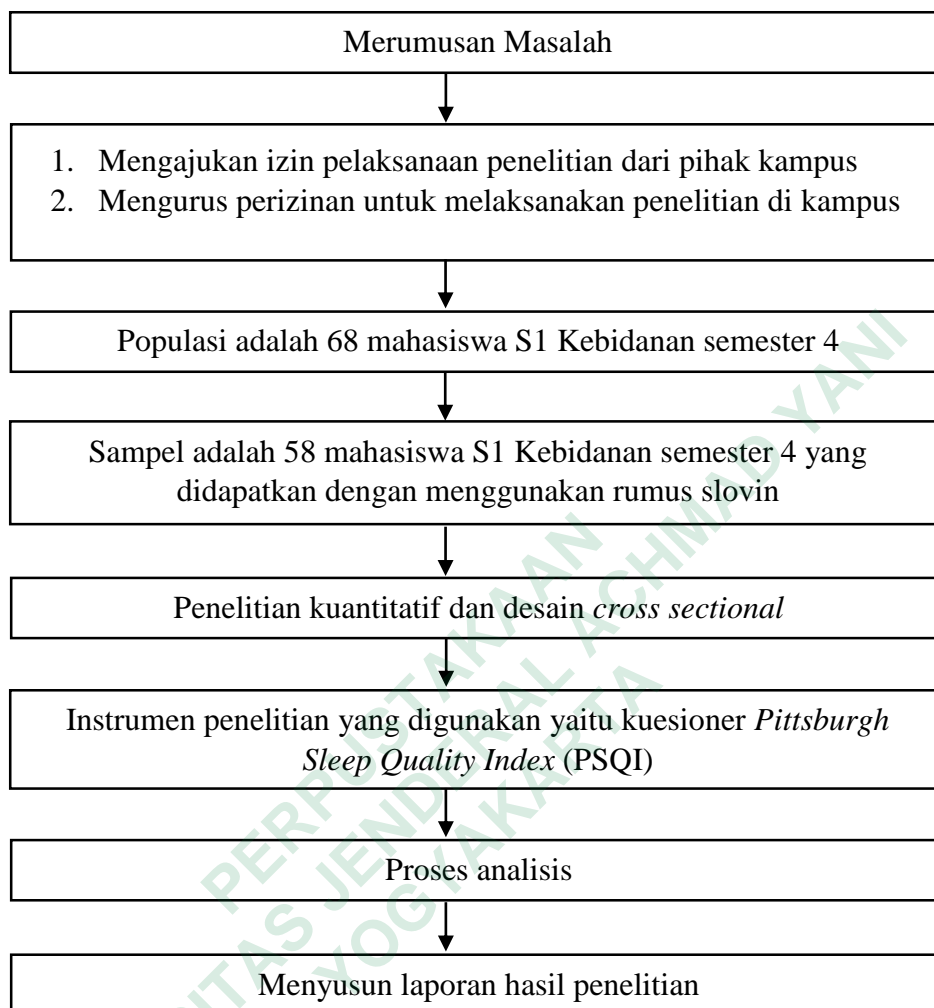
Kuesioner *Pittsburg Sleep Quality Index* digunakan untuk menilai kualitas tidur seseorang dalam kurun waktu sebulan terakhir dan didalamnya terdapat 19 item soal yang meliputi 7 aspek, seperti durasi tidur, efisiensi tidur, latensi tidur, kualitas tidur subjektif, disfungsi dalam aktifitas sehari-hari, gangguan tidur, dan penggunaan obat tidur. Setiap aspek kuesioner *Pittsburg Sleep Quality Index* (PSQI) mempunyai skor berkisar antara 0 sampai 3. Total skor global PSQI memiliki rentang nilai antara 0-21. Total score dapat diinterpretasikan menjadi dua, yaitu:

- 1) Tidur berkualitas baik : skor ≤ 5
- 2) Tidur berkualitas buruk : skor > 5

2. Metode Pengumpulan data

Menggunakan data primer yang didapat secara langsung melalui kuesioner, yaitu sebuah teknik yang memungkinkan responden menjawab serangkaian pertanyaan tertulis yang telah disusun oleh peneliti.

G. Pelaksanaan Penelitian



Gambar 3. 1 Alur Penelitian

Penelitian ini melibatkan sebanyak 58 responden yang merupakan mahasiswa semester 4 dari total populasi sebanyak 68 mahasiswa. Pada saat pelaksanaan penelitian, mahasiswa yang hadir berjumlah 65 orang. Peneliti menerapkan prinsip keadilan dengan membagikan kuesioner kepada seluruh mahasiswa yang hadir. Karena jumlah sampel yang dibutuhkan hanya 58 orang, peneliti kemudian mengambil 58 lembar kuesioner dari tumpukan teratas tanpa mengurutkan berdasarkan daftar hadir. Selama proses pengumpulan data, peneliti dibantu oleh salah satu mahasiswa semester 4. Penelitian ini dilaksanakan dengan tetap mengacu pada prinsip-prinsip etika penelitian seperti memberikan penjelasan prosedur penelitian dan tata cara pengisian kuesioner kepada responden serta

pembagian lembar persetujuan partisipasi (*informed consent*). Sebagai bentuk apresiasi atas partisipasi, peneliti memberikan souvenir kepada responden setelah mereka selesai mengisi kuesioner.

H. Metode Pengolahan dan Analisis Data

Setelah data didapatkan melalui pengumpulan, data kemudian dianalisis secara sistematis dan diolah. Tahapan dalam pengolahan data yaitu:

1. Metode Pengolahan Data

a. *Editting*

Langkah ini dilakukan untuk pengecekan data yang telah terkumpul.

b. *Coding*

Setelah proses *editing*, langkah berikutnya adalah pemberian kode atau *coding* pada semua data dengan melakukan perubahan bentuk dari huruf menjadi angka. *Coding* dalam penelitian ini yaitu:

Tabel 3. 2 *Coding*

No	Variabel	Kategori	<i>Coding</i>
1.	Kualitas Tidur	Baik	1
		Buruk	2
2.	Siklus Menstruasi	Normal	1
		Tidak Normal	2

c. *Entry data*

Data yang sudah dikodekan, dimasukkan ke dalam program perangkat statistik untuk menganalisis distribusi serta hubungan antar variabel penelitian.

d. *Tabulating*

Tabulating adalah proses menyusun dan menampilkan hasil analisis berbentuk tabel berdasarkan karakteristiknya.

2. Analisis Data

a. Analisis Univariat

Menurut (Sarwono & Handayani, 2021) analisis univariat yaitu analisis dengan satu variabel. Teknik ini menggunakan pendekatan

statistik deskriptif untuk menjelaskan parameter dari masing-masing variabel. Analisis univariat dilakukan untuk mengidentifikasi distribusi frekuensi dari kualitas tidur baik dan buruk serta analisis siklus menstruasi yang normal dan tidak normal pada mahasiswa semester 4.

b. Analisis Bivariat

Menurut (Sarwono & Handayani, 2021) analisis bivariat merupakan metode yang menggambarkan hubungan antara dua variabel, yang dapat diilustrasikan melalui tabel silang. Pada penelitian ini tahap pertama adalah melakukan uji normalitas data dengan *kolmogorov-smirnov test*. Menurut (Quraisy, 2022) uji *kolmogorov-Smirnov* berfungsi untuk menilai distribusi data. Kemudian analisis menggunakan uji statistik non-parametrik korelasi *spearman rank* karena data berdistribusi tidak normal. Dengan demikian uji bivariate ini akan memberikan kesimpulan apakah kualitas tidur dapat mempengaruhi siklus menstruasi secara signifikan sesuai dengan data yang diambil dari penelitian tersebut.

I. Etika Penelitian

Kode etik penelitian menurut (Notoatmodjo, 2010) adalah suatu kaidah dalam setiap kegiatan penelitian, yang mengatur interaksi antara peneliti, responden, serta masyarakat yang terdampak oleh hasil penelitian tersebut. Secara garis besar, terdapat beberapa prinsip utama yang wajib ditaati dalam melaksanakan penelitian, yaitu:

1. Menghormati harkat dan martabat manusia

Peneliti perlu memperhatikan hak setiap partisipan, termasuk hak mendapat penjelasan mengenai maksud dari kegiatan yang akan dilakukan. Peneliti juga wajib memberikan kebebasan kepada partisipan untuk menentukan apakah bersedia menjadi partisipan atau tidak. Sebagai bentuk penghargaan terhadap martabat partisipan, peneliti akan menyediakan lembar *informed consent*.

2. Menghormati kerahasiaan dan privasi

Individu memiliki hak untuk menjaga informasi pribadinya dan kebebasan dalam memilih informasi apa yang ingin dibagikan. Untuk itu

identitas responden tidak boleh diungkap dan sebaiknya diganti dengan kode sebagai bentuk perlindungan data.

3. Keadilan dan transparansi

Peneliti wajib menerapkan keadilan, transparansi, dan kehati-hatian dalam penelitian. Lingkungan tempat penelitian dilakukan pun perlu diatur sedemikian rupa agar transparan, seperti memberikan penjelasan mengenai tahapan penelitian. Dan semua responden harus diperlakukan secara adil tanpa diskriminasi apapun.

4. Mempertimbangkan keuntungan dan kerugian yang dihasilkan

Penelitian harus menghasilkan dampak positif yang maksimal dan sebisa mungkin menghindari potensi dampak negatif seperti cedera, rasa sakit, atau resiko lain yang dapat membahayakan subjek. Berdasarkan prinsip-prinsip etika tersebut, maka setiap penelitian termasuk dalam bidang kesehatan seharusnya:

- a. Berlandaskan kaidah ilmiah serta dilakukan dengan moralitas, tanggung jawab, kebebasan, dan kejujuran.
- b. Bertujuan mengembangkan wawasan keilmuan, menjunjung nilai kemanusiaan, meningkatkan kesejahteraan dan peradaban manusia, serta menghindari dampak negative terhadap individu maupun masyarakat luas.