

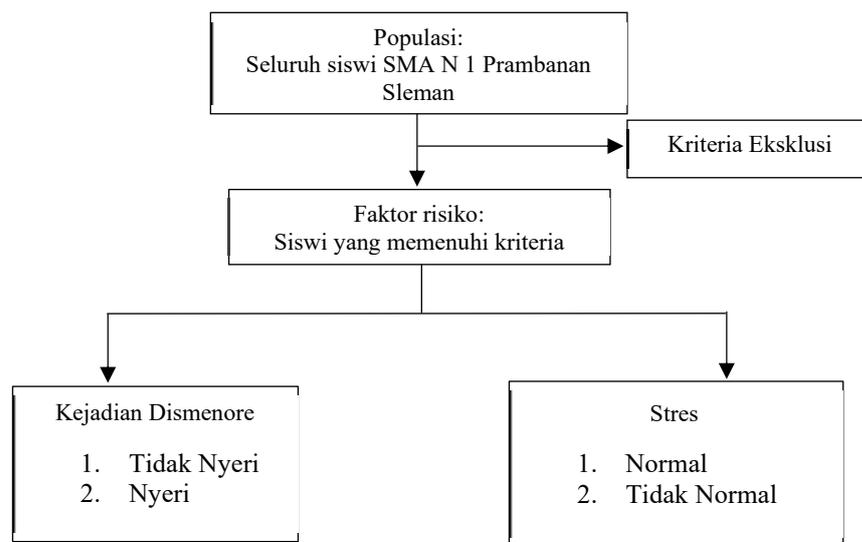
BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis dan Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan desain penelitian *cross-sectional* yaitu penelitian terhadap variabel terikat dan variabel bebas diteliti sekaligus pada saat yang sama dengan tujuan untuk mengidentifikasi hubungan stres dengan tingkat dismenore pada siswi kelas X, XI, dan XII SMA N 1 Prambanan Sleman.

Secara sistematis penelitian ini dapat digunakan sebagai berikut.



Gambar 3 Desain Penelitian Cross-sectional

B. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi adalah keseluruhan subjek atau totalis subjek penelitian yang bisa berupa benda, orang, atau suatu yang didalamnya dapat diperoleh dan dapat memberikan informasi atau data penelitian.⁴³ Populasi dalam

penelitian adalah wilayah generalisasi yang terdiri dari obyek atau subyek yang memiliki karakteristik dan kuantitas tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulan.⁴⁴ Populasi pada penelitian ini adalah semua siswa SMA N 1 Prambanan Sleman mempunyai 471 siswi. Jumlah siswi dari kelas X sebanyak 164 siswi, kelas XI sebanyak 146 siswi, dan kelas XII sebanyak 161 siswi pada bulan September 2022.

2. Sampel

Sampel adalah sebagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut, ataupun bagian kecil dari anggota populasi yang diambil menurut prosedur tertentu sehingga dapat mewakili populasi tersebut.⁴⁴ dalam penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling*. *Purposive sampling* adalah teknik pengambilan sampel yang dilakukan secara *purposive* didasarkan pada suatu pertimbangan tertentu yang dibuat oleh peneliti berdasarkan ciri atau sifat populasi yang sudah diketahui sebelumnya. Pengambilan sampel ini dilakukan berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi yang dibuat oleh peneliti berdasarkan kebutuhan penelitian yang dilakukan.

Adapun kriteria inklusi dan eksklusi adalah sebagai berikut

a. Kriteria inklusif

Adapun kriteria inklusif adalah sebagai berikut:

- 1) Bersedia menjadi responden
- 2) Siswi berusia 15-18 tahun
- 3) Sudah menstruasi dan mengalami nyeri

b. Kriteria eksklusi

Adapun kriteria eksklusi dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

- 1) Memiliki riwayat penyakit ginekologis seperti endometriosis, adenomiosis, mioma uteri, dan stenosis uteri

Sampel yang dibutuhkan pada penelitian ini adalah 75 orang. Dimana besar sampel ditentukan menggunakan rumus Lemeshow 1990 dengan rumus berikut:

$$n = \frac{Z^2_{1-\alpha_2} P (1 - P) N}{d^2 (N - 1) + Z^2_{1-\alpha_2} P (1 - P)}$$

Keterangan:

n = besar sampel

N = besar populasi

$Z^2_{1-\alpha_2}$ = Nilai distribusi normal baku pada α tertentu (derajat kemaknaan)

P = proporsi remaja yang mengalami dismenore

Dalam penelitian ini batas kemaknaan (α) adalah 95%. Proporsi remaja yang mengalami dismenore 0,523 dan diperoleh dari penelitian sebelumnya.⁹ Setelah dilakukan perhitungan sampel dengan menggunakan komputerisasi didapatkan sampel 72 responden dan dibulatkan menjadi 75 responden. Sampel didapatkan dengan cara yaitu peneliti menggunakan waktu jam pelajaran biologi. Kemudian peneliti membagikan kuesioner pada siswi yang berada disekolah. Pengisian kuesioner melalui *link google form* yang dilakukan dalam 15-20 menit.

C. Waktu dan Tempat

1. Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan pada 20-25 bulan Februari 2023

2. Tempat Penelitian

Penelitian ini dilakukan di SMA N 1 Prambanan Sleman Jalan Prambanan-Piyungan KM.4, Madubaru, Madurejo, Prambanan, Sleman, Yogyakarta.

D. Variabel Penelitian

Variabel penelitian adalah sesuatu yang digunakan sebagai ciri, sifat, atau ukuran yang dimiliki atau didapatkan oleh satuan penelitian tentang suatu konsep pengertian tertentu.⁴⁵

Variabel yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari dua variabel, yaitu :

1. Variabel bebas atau variabel *independen* dalam penelitian ini adalah stres
2. Variabel terikat atau variabel *dependen* dalam penelitian ini adalah kejadian dismenore
3. Variabel luar dalam penelitian ini adalah kualitas tidur dan indeks massa tubuh

E. Definisi Operasional

Definisi Operasional adalah uraian yang membatasi ruang lingkup atau pengertian variabel yang akan diteliti secara operasional di lapangan.⁴⁶ Adapun definisi operasional variabel dalam penelitian ini:

Tabel 3 Definisi Operasional

Variabel Penelitian	Definisi Operasional	Alat Ukur	Kelompok Pengukuran	Skala
Variabel Independen				
Stres	Perasaan tidak enak yang disebabkan oleh persoalan-persoalan diluar kendali kita, atau reaksi jiwa dan raga terhadap perubahan.	Kuesioner <i>Depression Anxiety Stres Scale (DASS)</i>	Skala pengukuran digolongkan menjadi: 1. Normal (skor 0-14) 2. Tidak normal (kategori stres ringan, stres sedang, dan stress berat skor >14)	Nominal
Variabel Dependen				
Kejadian Dismenore	Rasa nyeri yang diakibatkan oleh menstruasi yang dirasakan pada remaja putri saat	Kuesioner <i>Numeric Ranting Scale (NRS)</i>	Skala pengukuran digolongkan menjadi: 1. Tidak Nyeri (skala 1-4) 2. Nyeri (skala 5-10)	Nominal

menstruasi pada 3 bulan terakhir				
		Variabel Luar		
Kualitas Tidur	Kepuasan seseorang terhadap tidur, sehingga seseorang tersebut tidak memperlihatkan perasaan lelah, lesu, dan apatis	Kuesioner <i>Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI)</i>	Skala pengukuran digolongkan menjadi: 1. Baik (skor ≤ 5) 2. Buruk (skor > 5)	Nominal
IMT (Indeks Massa Tubuh)	Nilai dari perhitungan antara berat badan dan tinggi badan yang menggambarkan kadar adipositas dalam tubuh.	Kuesioner	Skala pengukuran digolongkan menjadi: 1. Normal ($18,5-25,0 \text{ kg/m}^2$) 2. Tidak normal ($<18,4 \text{ kg/m}^2$ atau $>25,1 \text{ kg/m}^2$)	Nominal

F. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data

Penelitian ini menggunakan data primer dimana pengumpulan data diperoleh secara langsung melalui pengisian kuesioner oleh responden. Data primer didapat dari responden dengan melakukan pengisian kuesioner data demografi dan karakteristik menstruasi, kuesioner tingkat stres DASS dari Lovibond (1995), tingkat nyeri dismenore menggunakan *Numeric Rating Scale*, dan kuesioner PSQI dari Bysse (1988).

G. Alat Ukur atau Instrumen dan Bahan Penelitian

Instrumen adalah alat ukur atau alat pengumpul data baik pada variabel bebas, variabel terikat, maupun variabel luar. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini terdapat tiga macam, yaitu:

1. Kuesioner data demografi dan karakteristik menstruasi

Kuesioner ini mengeksplorasi data demografi dan karakteristik menstruasi dari responden penelitian. Dari data demografi diperoleh informasi berupa nama, umur, kelas. Sedangkan untuk karakteristik menstruasi data yang diperoleh berupa usia *menarche* dan lama dismenore.

2. Kuesioner Stres

Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Depression Anxiety Stres Scale* (DASS) yang diformulasikan oleh Lovibond (1995). DASS merupakan salah satu alat ukur psikologi yang dapat digunakan untuk mengukur keparahan stres. Tujuan utama pengukuran dengan DASS adalah untuk menilai tingkat keparahan (*severe level*) gejala inti stres. Terdapat 14 butir/item penilaian yang digunakan untuk mengukur tingkat stres. Berdasarkan gejalanya, DASS dijabarkan sebagai berikut:⁴⁶

Tabel 4 Indikator Kuesioner *Depression Anxiety Stres Scale*

Dimensi	Gejala
Stres	Menjadi marah karena hal-hal kecil/sepele Cenderung bereaksi berlebihan terhadap suatu situasi Kesulitan untuk berelaksasi/bersantai Mudah merasa kesal Merasa banyak menghasilkan energi karena cemas Tidak sabaran Mudah tersinggung Sulit untuk beristirahat Mudah marah Kesulitan untuk tenang setelah sesuatu yang mengganggu Sulit menteloransi gangguan-gangguan terhadap hal-hal yang dilakukan Berada pada keadaan tegang Tidak dapat memaklumi hal apapun yang menghalangi untuk menyelesaikan hal yang sedang dilakukan Mudah gelisah

Jawaban tes DASS ini terdiri dari empat pilihan dalam bentuk likert, yaitu skala psikometrik yang digunakan dalam kuesioner dan merupakan salah satu teknik yang dapat digunakan dalam evaluasi suatu program atau kebijakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang kejadian atau gejala sosial. Kemudian respon akan menilai pada tingkat manakah mereka mengalami kondisi tersebut. Berikut ini adalah pilihan jawaban tersebut:

Tabel 5 Pilihan Jawaban Kuesioner Stres

No	Pilihan Jawaban	Skor
1.	Tidak pernah atau tidak sesuai dengan saya	0
2.	Kadang-kadang, atau sesuai dengan saya sampai tingkat tertentu	1
3.	Sering, atau sesuai dengan saya sampai batas yang dapat dipertimbangkan	2
4.	Selalu, atau sangat sesuai dengan saya	3

Setelah responden menjawab pertanyaan, kemudian skor dijumlahkan dan

dikategorikan sebagai berikut:

Tabel 6 Kategori Keparahan Gangguan Stres

Kategori	Skor
Normal	0-14
Tidak Normal	.>14

3. Kuesioner nyeri dismenore

Dalam penelitian ini menggunakan Numeric Ranting Scale (NRS) sebagai pengukuran kejadian nyeri dismenore. Alat ukur ini dianggap mudah dimengerti, sensitive terhadap dosis, jenis kelamin, dan perbedaaan etnis. Dalam hal ini, klien menilai nyeri dengan menggunakan skala 0-10.

4. Kuesioner PSQI

Kuesioner ini digunakan untuk mengukur kualitas tidur seseorang. Kualitas tidur dikelompokkan menjadi dua yaitu baik dan buruk. Setelah responden menjawab, jawaban kemudian akan dikategorikan sebagai berikut:

Tabel 7 Kategori Kualitas Tidur

Kualitas tidur	Kategori
Skor ≤ 5	Baik
Skor > 5	Buruk

5. *Google Form*

Google form adalah layanan dari Google yang memungkinkan untuk membuat survei atau tanya jawab dengan fitur formulir daring yang bisa diubah sesuai dengan

kebutuhan. Sehingga bisa mendapatkan jawaban secara langsung dari responden yang mengikuti survei.

H. Uji Validitas dan Reliabilitas

Tingkat stres diukur dengan menggunakan *Depression Anxiety Stress Scale* (DASS) yang sudah teruji validitas secara internasional. DASS mempunyai tingkatan discriminant validity. Kuesioner stres tidak dilakukan uji reliabilitas karena kuesioner sudah berlaku secara internasional. Kuesioner yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Depression Anxiety Stress Scale* (DASS) yang diformulasikan oleh Lovibond (1995) dengan nilai reliabilitas ($\alpha = 0,9483$). Kuesioner stres tidak dilakukan uji reliabilitas karena kuesioner sudah berlaku secara internasional.

Uji validitas digunakan untuk mengukur tingkat keberhasilan suatu instrumen dikatakan valid jika mampu mengukur dengan tepat apa yang harus diukur. Sedangkan uji reliabilitas (andal) merupakan kesamaan dari hasil pengukuran maupun pengamatan jika dalam kenyataannya diukur dan diamati dalam waktu yang berbeda. Instrumen dikatakan andal jika memiliki sifat konstan, stabil atau tepat.

Numeric Rating Scale (NRS) merupakan pengukur skala nyeri yang telah terstandarisasi sehingga pada penelitian ini tidak dilakukan uji validitas dan reliabilitas. Penelitian yang dilakukan oleh Hawker (2011) mengenai hasil uji reliabilitas dengan menggunakan test-retest didapatkan hasil $r = 0,96$ ($r > 0,70$). Pada penelitian ini dilakukan oleh Bashir (2013), didapatkan kesimpulan bahwa NRS efektif digunakan untuk mengkaji nyeri pada orang dewasa dan mempunyai sensitifitas yang baik. *Numeric Rating Scale* (NRS) dinyatakan valid, reliabel, dan sesuai untuk digunakan pada praktik klinis, memiliki sensitifitas yang baik dan menghasilkan NRS sebagai skala pengukur nyeri.

Kualitas tidur diukur menggunakan *Pittsburgh Sleep Quality Index* (PSQI) versi Bahasa Indonesia yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya Wilianto (2015). Kuesioner

ini dinyatakan valid bila mempunyai nilai r hitung yang lebih besar dari r standar atau tabel dan reliabel jika memiliki koefisien alpha yang lebih besar dari 0,6. Pada penelitian ini ditemukan koefisien alpha sebesar 0,861 dan komponen pertanyaan pada kuesioner PSQI dinyatakan reliabel.

I. Prosedur Penelitian

1. Tahap persiapan penelitian
 - a. Mengidentifikasi dan merumuskan masalah
 - b. Mengumpulkan atikel, jurnal, data, dan tinjauan pustaka serta melakukan studi pendahuluan di SMAN 1 Prambanan Sleman untuk penyusunan proposal
 - c. Mengolah data studi pendahuluan dan menyusun alat ukur yang akan digunakan selama proses penelitian
 - d. Konsultasi dengan dosen pembimbing
 - e. Melakukan ujian proposal skripsi dilanjutkan dengan merevisi
 - f. Mengurus surat-surat permohonan izin penelitian
2. Tahap pelaksanaan penelitian
 - a. Peneliti mengurus pengantar izin penelitian di bagian administrasi akademik Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta
 - b. Peneliti mengajukan izin penelitian dari institusi pendidikan ke SMAN 1 Prambanan Sleman yaitu pada Kepala Sekolah. Selanjutnya meminta arahan kemudian diarahkan kepada guru mata pelajaran Bahasa Indonesia untuk proses pengumpulan data.
 - c. Proses pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan dengan cara *self-report* yaitu responden mengisi sendiri lembar isian kuesioner. Proses pengambilan data dilakukan secara online dengan menggunakan google form.

3. Tahap penyelesaian

Pada tahap penyelesaian, langkah yang dilakukan yaitu mengolah data dan menganalisis data dengan analisis dan uji statistik menggunakan *software statistic*, kemudian dilakukan penyusunan laporan skripsi dan penyajian hasil penelitian.

J. Manajemen Data

1. Pengolahan data

Pengolahan data adalah bagian dari penelitian setelah pengumpulan data. Pada tahap ini data mentah atau *raw data* yang telah dikumpulkan dan diolah atau dianalisis sehingga menjadi informasi.⁴⁷ Tahap analisis data pada penelitian ini adalah sebagai berikut:

a. *Editing* (Penyuntingan data)

Editing atau penyuntingan data adalah tahapan dimana data yang sudah dikumpulkan dari hasil pengisian kuesioner disunting kelengkapan jawabannya. Jika pada tahapan penyuntingan ternyata ditemukan ketidaklengkapan dalam pengisian jawaban, maka harus melakukan pengumpulan data ulang.⁴⁷ Hasil dari kuesioner yang telah dikumpulkan kemudian dilakukan pemeriksaan data, yaitu memeriksa kelengkapan isian dalam instrumen.

b. *Coding* (Memberi kode)

Coding adalah kegiatan merubah data dalam bentuk huruf menjadi data dalam bentuk angka/bilangan. Kode adalah simbol tertentu dalam bentuk huruf atau angka untuk memberikan identitas data. Kode yang diberikan dapat memiliki arti sebagai data kuantitatif atau berbentuk skor.⁴⁷ Hasil yang telah diperiksa selanjutnya akan diproses atau diolah, kemudian diberi kode tertentu menurut kategorinya masing-masing. Dalam penelitian ini, peneliti memberikan kode berdasarkan variabel yang diteliti

1) Kategori stres

0 = Normal

1 = Tidak Normal

2) Kejadian dismenore

0 = Tidak Nyeri

1 = Nyeri

3) Indeks massa tubuh (IMT)

0 = Tidak normal

1 = Normal

4) Kualitas tidur

0 = Baik

1 = Buruk

c. *Skoring*

Skoring merupakan proses penentuan skor atas jawaban responden yang dilakukan dengan membuat klasifikasi dan kategori yang cocok tergantung pada anggapan atau opini responden.

1) Kuesioner stres

a) Skor 0 untuk setiap pernyataan yang tidak sesuai atau tidak pernah dialami

b) Skor 1 untuk setiap pernyataan yang kadang-kadang atau jarang dialami

c) Skor 2 untuk setiap pernyataan yang sering dialami

d) Skor 3 untuk setiap pernyataan yang selalu dialami

2) Kuesioner kualitas tidur

a) Skor 0 untuk setiap pernyataan yang tidak dilakukan selama satu bulan ke belakang

- b) Skor 1 untuk setiap pernyataan yang dilakukan kurang dari sekali dalam satu minggu
- c) Skor 2 untuk setiap pernyataan yang dilakukan satu atau dua kali dalam seminggu
- d) Skor 3 untuk setiap pernyataan yang dilakukan tiga kali atau lebih dalam seminggu

d. *Data Entry* (Memasukkan data)

Data entry adalah mengisi kolom dengan kose sesuai dengan jawaban masing-masing pernyataan.⁴⁷ Hasil kuesioner yang telah diubah menjadi bentuk kode kemudian dimasukkan ke dalam program komputer.

e. *Tabulating* (Menyusun data)

Tabulasi data adalah membuat penyajian data, sesuai dengan tujuan penelitian.⁴⁷ Dari data mentah dilakukan penataan atau penelitian, selanjutnya disusun dalam bentuk tabel untuk meringkas data.

2. Analisis data

Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu:

a. Analisis Univariat

Analisis univariat adalah statistik yang digunakan untuk menganalisis data dengan cara mendeskripsikan atau menggambarkan data yang telah terkumpul sebagaimana adanya tanpa bermaksud membuat kesimpulan yang berlaku untuk umum atau generalisasi. Data dianalisis dengan menggunakan komputer dengan hasil berupa distribusi frekuensi dari karakteristik responden dan presentase dari variabel yaitu tingkat stres dengan kejadian dismenore.

b. Analisis Bivariat

Apabila telah dilakukan univariat, hasilnya akan diketahui karakteristik atau distribusi setiap variabel, dan kemudian dilanjutkan analisis bivariat. Analisis bivariat dilakukan terhadap dua variabel yang diduga berhubungan atau berkorelasi. Analisis bivariat pada penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan antara tingkat stres dengan tingkat dismenore. Analisis yang digunakan dalam penelitian ini adalah *chi-square* pada aplikasi computer SPSS. Analisis *chi-square* untuk mencari hubungan antara variable independen dan dependen. Interpretasi dari hasil dengan melihat *p-value* dimana bila *p-value* < 0,05 berarti ada hubungan antara tingkat stres dengan tingkat dismenore

c. Analisis Multivariat

Analisis multivariat adalah analisis multivariable dalam satu atau lebih hubungan. Analisis ini berhubungan dengan teknik statistik yang secara simultan menganalisis sejumlah individu atau obyek. Mickey dan Greenland 1989, menyatakan bahwa persyaratan uji multivariat adalah setiap variable yang pada saat dilakukan uji bivariat memiliki nilai *p-value* < 0,25 dan mempunyai kemaknaan secara substansi dapat dijadikan kandidat yang dapat akan dimasukan ke dalam model multivariat. Analisis ini dilakukan untuk mengetahui variabel independent yang paling dominan berhubungan dengan variabel dependen, uji yang digunakan adalah regresi logistik untuk mengetahui faktor mana yang berhubungan dan untuk mengetahui faktor yang paling besar pengaruhnya terhadap variabel dependen.

K. Etika Penelitian

Penelitian ini akan dilaksanakan setelah mendapatkan surat kelayakan etik/*ethical clearance* dari komite etik Poltekkes Kemenkes Yogyakarta pada tanggal 07 Februari 2023 Dengan No.DP.04.03/e-KEPK.1/037/2023 Etika penelitian mempunyai tujuan untuk melindungi hak dan kewajiban responden maupun peneliti. Penelitian ini dilaksanakan sesuai dengan prinsip pelaksanaan penelitian. Prinsip etika penelitian yang dilakukan dalam penelitian ini adalah:

1. Menghormati hakikat dan martabat manusia (*respect for human dignity*)

Sebagai bentuk penghormatan harkat dan martabat manusia, dalam penelitian ini peneliti memberikan informasi tentang tujuan dan prosedur penelitian, mempersiapkan formulir persetujuan menjadi responden penelitian. Peneliti memberikan kebebasan kepada responden untuk ikut atau tidak menjadi responden.

2. Menghormati privasi dan kerahasiaan subjek penelitian (*respect for privacy and confidentiality*)

Dalam penelitian ini peneliti menjamin dan menjaga kerahasiaan identitas responden dengan pemberian inisial pada master tabel. Serta tidak membicarakan data yang diambil kepada orang lain.

3. Keadilan dan inklusivitas/keterbukaan (*respect for justice an inclusivebess*)

Dalam penelitian ini peneliti menjelaskan kepada semua responden tentang prosedur penelitian, sehingga responden memperoleh perlakuan dan keuntungan yang sama tanpa membedakan gender, agama, etis dan lain-lain.

4. Memperhitungkan manfaat dan kerugian yang ditimbulkan (*balancing harms and benefits*)

Peneliti berusaha memaksimalkan manfaat dan meminimalisasi dampak yang merugikan bagi responden, dalam penelitian ini peneliti mengambil data responden

melalui kuesioner dengan waktu pengisian kuesioner \pm 15 menit. Peneliti juga memperkirakan kemungkinan-kemungkinan apa yang akan terjadi dalam penelitian sehingga dapat mencegah risiko yang membahayakan bagi subjek penelitian.

L. Kelemahan

Kelemahan dari penelitian ini kurang dapat mengendalikan faktor paparan asap rokok, riwayat penyakit keluarga, dan konsumsi makanan cepat saji yang dapat mempengaruhi tingkat dismenore. Penelitian ini juga memakai data subjektif dan *retrograde* sehingga mengandalkan ingatan dari responden. Penelitian selanjutnya hendaknya dapat mengendalikan hal-hal di atas.