

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Jenis dan Desain Penelitian**

Penelitian ini menggunakan desain potong silang atau *cross sectional*. Sedangkan pengumpulan data pada desain *cross sectional*, baik untuk variabel risiko atau sebab (*independent variable*) maupun variabel akibat (*dependent variable*) dilakukan secara bersama-sama atau sekaligus.<sup>37</sup>

#### **B. Populasi dan Sampel**

##### 1. Populasi

Populasi target merupakan sasaran akhir penerapan hasil penelitian.<sup>37</sup> Populasi target pada penelitian ini adalah seluruh remaja putri yang tinggal di Pondok Pesantren An-Nur Komplek Al-Maghfirah.

Populasi terjangkau merupakan bagian dari populasi target yang dapat dijangkau oleh peneliti.<sup>37</sup> Populasi terjangkau pada penelitian ini adalah seluruh remaja putri usia 16-18 tahun di Pondok Pesantren An-Nur Komplek Al-Maghfirah, Ngrukem, Sewon, Bantul yang berjumlah 112 orang.

## 2. Sampel

Sampel adalah objek yang diteliti dan dianggap mewakili seluruh populasi. Sedangkan dalam penelitian ini dilakukan teknik sampling, yaitu cara atau teknik tertentu dalam mengambil sampel penelitian, sehingga sampel tersebut sedapat mungkin mewakili populasinya.<sup>37</sup>

Sampel dalam penelitian ini adalah remaja perempuan berusia 16-18 tahun di Pondok Pesantren An-Nur Komplek Al-Maghfirah yang sudah mengalami menstruasi dan bersedia menjadi responden. Pengambilan sampel dalam penelitian ini dilakukan dengan cara acak sederhana atau *simple random sampling*.

Adapun kriteria inklusi dan eksklusi adalah sebagai berikut:

### a. Kriteria inklusi

- 1) Bersedia menjadi responden
- 2) Remaja perempuan berusia 16-18 tahun
- 3) Sudah menstruasi

Besar sampel dalam penelitian ini dihitung dengan menggunakan Rumus Slovin karena jumlah populasi diketahui. Rumus yang digunakan, yaitu:

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

Keterangan:

n = besar sampel

N = besar populasi (112)

d = presisi (ditetapkan 10%)

sehingga besar sampel pada penelitian ini adalah

$$n = \frac{112}{1 + 112 \cdot (0,1)^2}$$

$$n = \frac{112}{1 + 1,12}$$

$$n = \frac{112}{2,12}$$

$$n = 52,83$$

Sehingga sampel yang dibutuhkan pada penelitian ini adalah 53 orang.

### C. Waktu dan Tempat

#### 1. Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan pada November 2018-Mei 2019.

#### 2. Tempat Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Pondok Pesantren An-Nur Komplek Al-Maghfirah, Ngrukem, Sewon, Bantul

### D. Variabel Penelitian

Variabel adalah sesuatu yang digunakan sebagai ciri, sifat, atau ukuran yang dimiliki atau didapatkan oleh satuan penelitian tentang suatu konsep pengertian tertentu.<sup>37</sup> Variabel yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari dua variabel, yaitu :

1. Variabel bebas atau variabel *independen* dalam penelitian ini adalah tingkat stres
2. Variabel terikat atau variabel *dependent* dalam penelitian ini adalah tingkat dismenore.

## E. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Definisi operasional adalah uraian yang membatasi ruang lingkup atau pengertian variabel-variabel yang diamati/diteliti untuk mengarahkan pengukuran variabel yang bersangkutan serta pengembangan instrument (alat ukur).<sup>37</sup> Adapun definisi operasional variabel dalam penelitian ini:

Tabel 1. Definisi Operasional Variabel

Variabel Penelitian	Definisi Operasional	Alat Ukur	Kelompok Pengukuran	Skala
<b>Variabel Independen</b>				
Tingkat stres	Suatu perasaan yang dialami seseorang saat menghadapi tekanan yang bersumber pada sistem biologis, psikologis, dan sosial yang dirasakan selama satu minggu terakhir	Kuesioner <i>Depression Anxiety Stress Scale</i> 42 (DASS 42).	Skala pengukuran digolongkan menjadi : 1. Normal = skor 0-14 2. Ringan = skor 15-25 3. Berat = skor 26-42	Ordinal
<b>Variabel Dependen</b>				
Tingkat dismenore	Rasa nyeri yang diakibatkan oleh menstruasi yang dirasakan pada remaja putri saat awal menstruasi.	Kuesioner numeric rating scale, klien menilai nyeri dengan menggunakan skala 1-10.	Skala pengukuran digolongkan menjadi : 1. Ringan = skala nyeri dengan tingkatan 1-4 (terjadi sejenak, dapat pulih kembali dan dapat melanjutkan kegiatan) 2. Sedang = skala nyeri dengan tingkatan 5-6 (memerlukan obat-obatan untuk menghilangkan rasa sakit, tidak perlu meninggalkan pekerjaan) 3. Berat = skala nyeri dengan tingkatan 7-10 (tidak mampu melakukan tugas harian, memerlukan istirahat, serta memerlukan obat dengan intensitas tinggi)	Ordinal
<b>Karakteristik</b>				
Usia	Lama hidup responden sejak dilahirkan hingga saat penelitian dilakukan dalam satuan tahun	Kuesioner	Skala pengukuran berupa: 1. 16 tahun 2. 17 tahun 3. 18 tahun	Rasio
Menarache	Usia responden saat pertama kali mengalami menstruasi yang dinyatakan dalam satuan tahun.	Kuesioner	Skala pengukuran digolongkan menjadi: <sup>18</sup> 1. Prekoks = < 10 tahun 2. Normal = 10-14 tahun 3. Tarda = > 14 tahun	Ordinal

Lama Menstruasi	Rata-rata waktu yang dibutuhkan dari mulai menstruasi hingga darah berhenti pada satu siklus menstruasi.	Kuesioner	Skala pengukuran digolongkan menjadi: Ordinal <sup>18,38,39</sup> 1. Pendek = < 3 hari 2. Normal = 3-8 hari 3. Panjang = > 8 hari
Siklus Menstruasi	Jarak waktu dari datangnya menstruasi hingga menstruasi berikutnya.	Kuesioner	Skala pengukuran digolongkan menjadi: Ordinal <sup>40,41</sup> 1. Polimenorae = < 21 hari 2. Normal = 21-35 hari 3. Oligomenorae = > 35 hari
Lama dismenore	Rentang waktu mengalami nyeri yang terjadi baik menjelang atau selama menstruasi.	Kuesioner	Skala pengukuran digolongkan menjadi : Ordinal 1. < 24 jam 2. 24-48 jam 3. > 48 jam

## F. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data

Dalam penelitian ini menggunakan data primer, dimana pengumpulan data diperoleh secara langsung melalui pengisian kuesioner oleh responden yang sebelumnya diberikan pengarahan oleh peneliti. Data primer didapat dari responden dengan melakukan pengisian kuisisioner data demografi dan karakteristik menstruasi, kuisisioner tingkat stres dari Lovibond (1995), dan kuisisioner tingkat nyeri dismenore.

## G. Alat Ukur/Instrumen dan Bahan Penelitian

Instrumen adalah alat ukur atau alat pengumpul data baik pada variabel bebas maupun variabel terikat. 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, tanggal lahir, kelas. Sedangkan untuk

karakteristik menstruasi, data yang diperoleh berupa usia, menarche, lama menstruasi, siklus menstruasi dan lama dismenore.

## 2. Kuisisioner tingkat stress

Alat ukur tingkat stres dalam penelitian ini menggunakan Depression Anxiety Stress Scale (DASS), yang dikembangkan oleh Lovibond dan Lovibond pada tahun 1995.<sup>35</sup> Tes DASS ini terdiri dari 42 item yang mengukur general psychological distress seperti depresi, kecemasan dan stress yang masing-masing terdiri dari 14 item pertanyaan. Berdasarkan jurnal internasional Crawford & Henry (2003) yang berjudul *DASS: Normative data & latent structure in large non-clinical sample*<sup>42</sup> dan Syed Sohail Imam (2010) yang berjudul *DASS: Revisited*<sup>43</sup>, DASS 42 dijabarkan dengan indikator berikut:

Tabel 2. Indikator Kuesioner *Depression Anxiety Stress Scale*

Dimensi	Indikator	No. Soal
Depresi	Tidak ada perasaan positif	3
	Tidak bisa berkembang	5
	Tidak ada harapan	10,37
	Sedih, murung, tertekan	13,26
	Tidak ada minat	16
	Orang yang tidak berharga	17
	Hidup tak berguna dan berarti	21,34.38
	Tidak mendapat kesenangan	24
	Tidak antusias	31
	Sulit berinisiatif	42
Kecemasan	Mulut kering	2
	Sesak napas	4
	Sering gemetar	7,41
	Berada di situasi cemas	9
	Pusing	15
	Berkeringat tanpa sebab	19
	Ketakutan	20,36
	Sulit menelan	23
	Sadar akan aksi gerak jantung	25
	Dekat dengan kepanikan	28,40
Tidak berdaya	30	

Stres	Jengkel pada hal yang kecil	1,11,18
	Reaksi berlebihan	6
	Sulit rileks	8,22,29
	Energi yang terbuang percuma	12
	Tidak sabaran	14
	Menjengkelkan bagi orang lain	27
	Sulit mentolerir gangguan	32, 35
	Tegang	33
	Gelisah	39

Dari tabel indikator tersebut didapatkan 14 item pertanyaan serta nomor soal pada DASS 42 untuk mengetahui masing-masing tingkat depresi, kecemasan, dan stres. Jawaban tes DASS ini terdiri dari 4 pilihan dalam bentuk skala likert dan responden akan menilai pada tingkat manakah mereka mengalami setiap kondisi yang disebutkan tersebut dalam satu minggu terakhir, berikut pilihan jawaban tersebut:

Tabel 3. Pilihan Jawaban Kuesioner DASS

No	Pilihan Jawaban	Skor
1.	Tidak sesuai dengan saya sama sekali, atau tidak pernah	0
2.	Sesuai dengan saya sampai tingkat tertentu atau kadang-kadang	1
3.	Sesuai dengan saya sampai batas yang dapat dipertimbangkan atau lumayan sering	2
4.	Sangat sesuai dengan saya atau sering sekali	3

Setelah responden menjawab pernyataan maka skor dijumlahkan dan pengkategorian adalah:

Tabel 4. Kategori Tingkat Stres

Kategori	Depresi	Kecemasan	Stres
Normal	0-9	0-7	0-14
Ringan	10-20	8-14	15-25
Berat	21-42	15-42	26-42

Kuesioner DASS 42 merupakan pengukur skala stres yang telah terstandarisasi sehingga pada penelitian ini tidak dilakukan uji validitas dan reliabilitas kembali. Penelitian yang dilakukan oleh Damanik

(2011) mengenai hasil uji reliabilitas dengan menggunakan test-retest didapatkan hasil yang baik sebesar  $r=0,95$  ( $r > 0,70$ ), alat ukur tersebut memiliki tingkat konsistensi yang cukup, serta didapatkan kesimpulan bahwa DASS 42 dapat dipercaya dan valid sebagai alat ukur untuk menilai tingkat stres.<sup>44</sup>

### 3. Kuisioner nyeri dismenore

Dalam penelitian ini menggunakan *Numeric Rating Scale* (NRS) sebagai pengukuran nyeri dismenore. Alat ukur ini dianggap mudah dimengerti, sensitif terhadap dosis, jenis kelamin, dan perbedaan etnis. Dalam hal ini, klien menilai nyeri dengan menggunakan skala 0-10. *Numeric Rating Scale* (NRS) merupakan pengukur skala nyeri yang telah terstandarisasi sehingga pada penelitian ini tidak dilakukan uji validitas dan reliabilitas kembali.

Penelitian yang dilakukan oleh Hawker (2011) mengenai hasil uji reliabilitas dengan menggunakan test-retest didapatkan hasil  $r=0,96$  ( $r > 0,70$ ).<sup>45</sup> Pada penelitian yang dilakukan oleh Bashir (2013), didapatkan kesimpulan bahwa NRS efektif digunakan untuk mengkaji nyeri pada orang dewasa dan mempunyai sensitifitas yang baik.<sup>46</sup> *Numeric Rating Scale* dinyatakan valid, reliabel dan sesuai untuk digunakan pada praktik klinis, memiliki sensitivitas yang baik dan menghasilkan data yang dapat dianalisis secara statistik.<sup>47</sup> Sehingga peneliti menggunakan NRS sebagai skala pengukur nyeri.

## H. Prosedur Penelitian

1. Tahap persiapan penelitian
  - a. Mengidentifikasi dan merumuskan masalah
  - b. Mengumpulkan artikel, jurnal, data, dan tinjauan pustaka serta melakukan studi pendahuluan di Pondok Pesantren An-Nur, Ngrukem, Bantul untuk penyusunan proposal
  - c. Mengolah data studi pendahuluan dan menyusun alat ukur yang akan digunakan selama 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. Membawa surat izin penelitian ke Pondok Pesantren An-Nur Kompleks Al-Maghfirah.
  - c. Peneliti datang ke Pondok Pesantren An-Nur Komplek Al-Maghfirah, Ngrukem, Sewon, Bantul untuk mensosialisasikan kegiatan yang akan dilakukan, kemudian peneliti juga meminta kerja sama dari pengurus pondok serta memberikan penjelasan mengenai hal-hal yang berkaitan dengan penelitian serta membuat janji untuk pertemuan dengan responden, yaitu remaja berusia 16-18 tahun berjumlah 112 orang.

- d. Saat dengan responden, peneliti memberikan Penjelasan Sebelum Penelitian (PSP) berupa tujuan dan prosedur penelitian. Kemudian melakukan *inform consent* sebagai persetujuan untuk berpartisipasi menjadi responden.
- e. Memandu responden untuk mengisi tiga macam kuesioner;
  - 1) Memandu responden untuk melengkapi data diri identitas responden serta karakteristik menstruasi
  - 2) Menjelaskan petunjuk pengisian serta memandu responden untuk mengisi kuisisioner tingkat intensitas nyeri sesuai yang dirasakan saat menstruasi terakhir serta mengisi kuisisioner tingkat stres sesuai yang dirasakan satu minggu terakhir.
  - 3) Peneliti meminta responden untuk meneliti kembali jawaban
- f. Peneliti memberikan *reinforcement* positif berupa souvenir pada responden atas keterlibatannya dalam penelitian.
- g. Menentukan sejumlah 53 responden dengan cara diundi secara acak.

## **I. Manajemen Data**

### **1. Pengolahan data**

#### **a. *Editing* (Penyuntingan Data)**

Hasil dari kuisisioner yang telah diperoleh atau dikumpulkan melalui kuisisioner, melakukan pengecekan data yaitu memeriksa instrumen pengumpulan data dan kelengkapan isian data dalam instrumen.

b. *Coding* (Memberi Kode)

Hasil jawaban dari suatu kuesioner selanjutnya akan diproses (diolah) tiap jawaban/alternatif diberi kode-kode tertentu menurut kategorinya masing-masing.

Tabel 5. Pengkodean pada variabel

Variabel	Definisi	Kode
Tingkat stres	Normal	1
	Ringan	2
	Berat	3
Tingkat dismenore	Ringan	1
	Sedang	2
	Berat	3
Usia	16 tahun	1
	17 tahun	2
	18 tahun	3
Menarche	< 10 tahun	1
	10-14 tahun	2
	> 14 tahun	3
Lama Menstruasi	< 4 hari	1
	4-6 hari	2
	> 6 hari	3
Siklus Menstruasi	< 21 hari	1
	21-35 hari	2
	> 35 hari	3
Lama Dismenore	< 24 jam	1
	24-48 jam	2
	> 48 jam	3

c. *Data Entry* (Memasukkan Data)

Dari jawaban masing-masing responden yang sudah diubah dalam bentuk “kode” (angka atau huruf) dimasukkan ke dalam program atau software computer.<sup>37</sup>

d. *Tabulating* (Menyusun Data)

Dari data mentah dilakukan penataan atau penilaian. Kemudian, menyusun dalam bentuk tabel untuk mempermudah analisis data.

2. Analisis data

Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

- a. Analisis deskriptif dilakukan dalam penelitian ini untuk menjelaskan atau mendeskripsikan variabel dan karakteristik setiap subyek.<sup>37</sup> Data dianalisis dengan menggunakan komputer dengan hasil berupa distribusi frekuensi dari karakteristik responden dan presentase dari variasi setiap variabel yaitu tingkat stres dan tingkat dismenore.
- b. Peneliti menganalisis dua variabel yakni satu variabel bebas dan satu variabel tergantung yang diduga memiliki hubungan atau korelasi.<sup>37</sup> Variabel independen adalah tingkat stres dan variabel dependen adalah tingkat dismenore. Analisis yang digunakan adalah *chi-square* pada aplikasi komputer SPSS. Analisis *chi-square* untuk mencari hubungan antara variabel independen dan dependen. Interpretasi hasil dengan melihat *p-value* dimana bila *p-value* < 0,05 berarti ada hubungan antara tingkat stres dengan tingkat dismenore.

c. Peneliti menganalisis koefisien korelasi (keeratn hubungan) antara tingkat stres dengan tingkat dismenore. Analisis yang digunakan adalah uji korelasi *Kendall's Tau-b* pada aplikasi komputer SPSS. Uji korelasi *Kendall's Tau-b* digunakan pada skala variabel kategorik ordinal yang berbentuk *square* dengan penyajian tabel silang 3x3. Berikut merupakan interpretasi hasil dari nilai koefisien korelasi:<sup>48</sup>

Tabel 6. Interpretasi Hasil dari Nilai Koefisien Korelasi

Nilai	Interpretasi
0.0 sd 0.2 :	Sangat lemah
0.2 sd 0.4 :	Lemah
0.4 sd 0.6 :	Sedang
0.6 sd 0.8 :	Kuat
0.8 sd 1 :	Sangat Kuat

## J. Etika Penelitian

Etika penelitian yang dilakukan dalam penelitian ini adalah:

### 1. Lembar Persetujuan (*Informed Consent*)

Lembar persetujuan telah disampaikan kepada calon responden, peneliti menjelaskan maksud dan tujuan penelitian kepada calon responden kemudian meminta calon responden menandatangani lembar persetujuan (*informed consent*) jika bersedia. Dan bagi calon responden yang tidak bersedia, peneliti tidak memaksa dan harus menghormati hak calon responden.

## 2. Tanpa Nama (*Anonymity*)

Untuk menjawab identitas responden, peneliti tidak mencantumkan nama responden namun hanya menulis nomor responden.

## 3. Kerahasiaan (*Confidentiality*)

Peneliti menjaga privasi dan kerahasiaan informasi yang diberikan responden dengan tidak membicarakan data yang diambil kepada orang lain dan hanya data tertentu yang dilaporkan oleh peneliti.

Peneliti juga telah mendapatkan kelayakan etik penelitian yang ditandai dengan dikeluarkannya surat layak etik dari Komisi Etik Poltekkes Kemenkes Yogyakarta No. e-KEPK/POLKESYO/0071/V/2019 pada tanggal 21 Mei 2019.

## **K. Kelemahan Penelitian**

Berdasarkan tinjauan pustaka yang telah diuraikan, banyak faktor yang berhubungan dengan dismenore namun karena adanya keterbatasan dari peneliti, mempertimbangkan waktu dan kemampuan maka tidak semua variabel yang berhubungan dengan dismenore diteliti dan hanya diambil salah satu variabel saja. Pada penelitian ini hanya meneliti hubungan tingkat stres terhadap tingkat dismenore tanpa mengendalikan faktor-faktor lain. Faktor lain yang belum diteliti dalam penelitian ini seperti menarche, lama menstruasi, nutrisi, dan aktivitas fisik dapat dijadikan variabel untuk diteliti selanjutnya.

Penelitian ini memiliki keterbatasan berupa kuesioner pengukuran tingkat stres yang digunakan belum dilakukan uji validitas oleh pakar ahli khususnya pada bidang psikologi.