

## **BAB 3**

### **METODE PENELITIAN**

#### **3.1 Jenis dan Desain Penelitian**

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif, menurut (Sugiyono, 2023). Metode penelitian kuantitatif merupakan metode yang berlandaskan data konkrit dan diterapkan dalam melakukan penelitian sampel dan populasi. Data penelitiannya berbentuk angka yang dapat dihitung dengan analisis statistik untuk alat uji perhitungan yang bertujuan dalam melakukan pengujian hipotesisnya. Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah korelasional.

Penelitian ini menggunakan pendekatan cross-sectional, artinya penelitian menghubungkan variabel penyebab dan akibat atau keadaan yang terjadi dengan populasi penelitian dan diukur kemudian dikumpulkan secara bersamaan (Notoadmojo, (2018). Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara aktivitas fisik dan kejadian dismenore di Desa Tanjungsari Kecamatan Wanasari Kabupaten Brebes.

#### **3.2 Alat Penelitian dan Cara Pengumpulan Data**

##### **3.2.1 Alat Penelitian**

Alat penelitian ini menggunakan kuesioner. Kuesioner adalah metode pengumpulan data di mana peserta diberikan serangkaian pertanyaan atau pernyataan tertulis untuk diselesaikan. (Sugiyono, 2023). Penelitian ini menggunakan 2 kuesioner yaitu aktivitas fisik dan kejadian dismenore.

##### **3.2.1.1 Kuesioner Aktivitas Fisik**

Kuesioner aktivitas fisik dibuat sendiri oleh peneliti berdasarkan indikator aktivitas fisik menurut (Nurmala, 2020). Dalam buku yang berjudul “Mewujudkan remaja sehat fisik, mental dan sosial” yang terdiri dari 3 indikator yaitu : aktivitas fisik ringan, aktivitas fisik sedang dan aktivitas fisik berat dengan 5 jawaban menggunakan skala likert yang tersedia : “SL (Selalu), SR (Sering), KK (Kadang-kadang) JR (Jarang) dan TP (Tidak Pernah)”.

Pada skoring skala aktivitas fisik untuk item (*favorable*), pada variabel aktivitas fisik penilaian sebagai berikut SL (Selalu) dengan nilai 5, Sering (SR) dengan nilai 4, Kadang – kadang (KK) dengan nilai 3, Jarang (JR) dengan nilai 2 dan Tidak Pernah (TP) dengan nilai 1. Pada pertanyaan (*unfavourable*) yaitu Selalu (SL) diberi nilai 1, Sering (SR) diberi nilai 2, Kadang–kadang (KK) diberi nilai 3, Jarang (JR) diberi nilai 4 dan Tidak Pernah (TP) diberi nilai 5. Semakin besar skor yang didapatkan maka menunjukkan semakin tinggi pula aktivitas fisik dan sebaliknya, semakin rendah skornya, menandakan semakin kurang dalam aktivitas fisik.

**Tabel 3.1** Kisi-Kisi Aktivitas Fisik

Indikator	Pertanyaan		Jumlah
	<i>Favorabel</i>	<i>Unfavorabel</i>	
Rendah	1,2,5,6,7	3,4,	7
Sedang	11,12,	8,9,10,13	6
Berat	17,18	14,15,16	5
<b>Total</b>	<b>9</b>	<b>9</b>	<b>18</b>

**Tabel 3.2** Skoring Skala Aktivitas Fisik

Alternatif Jawaban	Skore Favorable (Pernyataan positif)	Skore Unfavorable (Pernyataan negative)
Selalu	5	1
Sering	4	2
Kadang – kadang	3	3
Jarang	2	4
Tidak pernah	1	5

### 3.2.1.2 Kuesioner Kejadian Dismenore

Kuesioner kejadian dismenore dibuat sendiri oleh peneliti berdasarkan indikator Kejadian dismenore menurut (Iriana, 2024). Dalam buku yang berjudul “Dismenore“ dengan idnsikator nyeri dan jawaban menggunakan skala guttman yang terdiri dari 2 jawaban “ Ya dan Tidak ”.

Pada skoring skala kejadian dismenore untuk item *favorable*, pada variabel kejadian dismenore penilaian sebagai berikut Dismenore dengan nilai 2 dan Tidak Dismenore dengan nilai 1, dengan demikian semakin tinggi skor yang didapatkan maka menunjukkan semakin tinggi pula kejadian dismenore.

**Tabel 3.3** Kisi-Kisi Kejadian Dismenore

<b>Indikator</b>	<b>Pertanyaan</b>	<b>Jumlah</b>
	<i>Favorabel</i>	
Nyeri Perut	3	1
Nyeri Punggung	4	1
Nyeri Tungkai	5	1
<b>Total</b>	<b>3</b>	<b>3</b>

**Tabel 3.4** Skoring Kejadian Dismenore

<b>Alternatif jawaban</b>	<b>Skore Favorable (pernyataan positif)</b>
Ya	2
Tidak	1

### 3.2.2 Uji Validitas dan Reliabilitas

#### 3.2.2.1 Uji Validitas

Validitas adalah langkah pengecekan isi alat yang dikembangkan. (Sigit, et.al (2020). Uji validitas dilakukan di Desa Banjaratma peneliti memilih di tempat tersebut karena memiliki karakteristik yang sama dengan tempat penelitian. Uji validitas dilakukan dengan cara melakukan uji *Person Product Moment* dengan jumlah responden yang diambil  $n=30$  pada taraf signifikan 5%, berdasarkan taraf signifikan yang diperlukan adalah 0,361. Apabila nilai  $r$  hitung  $> r$  tabel 0,361 maka dinyatakan valid, jika  $r$  tabel  $< r$  tabel 0,361 maka dinyatakan tidak valid.

Berdasarkan hasil uji instrumen yang telah dilakukan kepada 30 responden di desa banjaratma pada tanggal 24 Mei 2024 dengan uji validitas *Person Product Momen*, variabel aktivitas fisik dengan jumlah pernyataan sebanyak 20 item yang dinyatakan valid 18 item pernyataan dan tidak valid sebanyak 2 pernyataan yaitu noimer 2 dan nomor 11 yang kemudian dihapus. Kuesioner aktivitas fisik meliputi aspek (aspek aktivitas fisik ringan : 8 pernyataan nomer 1 sampai 7, aspek aktivitas fisik sedang : 8 pernyataan nomer 8 sampai 13, aspek aktivitas fisik berat : 5 pernyataan nomer 14 sampai 18), dengan nilai  $r$  hitung  $> r$  tabel 0,361.

Berdasarkan hasil uji instrumen yang telah dilakukan kepada 30 responden di desa banjaratma dengan uji validitas *Person Product Momen*, variabel kejadian

dismenore dengan jumlah pernyataan sebanyak 5 item dan dinyatakan valid, dengan nilai  $r$  hitung  $>$   $r$  tabel 0,361.

### 3.2.2.2 Uji Reliabilitas

Reliabilitas menurut Sintia et.al., (2023) adalah alat untuk mengukur kuesioner yang berfungsi sebagai konstruk atau indikator variabel. Jika seseorang secara konsisten atau mantap menjawab pertanyaan yang sama pada kuesioner dari waktu ke waktu, itu dianggap dapat dipercaya. Uji reabilitas dilakukan di Desa Tanjungsari, uji reabilitas dilakukan dengan cara melakukan uji *Cronbach alpha*, jika *Cronbach's Alpha*  $>$  konstanta (0,60), maka kesimpulannya reliabel. Jika *Cronbach's Alpha*  $<$  konstanta (0,60), maka pernyataan tersebut tidak reliabel.

Berdasarkan hasil uji instrumen yang telah dilakukan kepada 30 responden di desa banjaratma pada tanggal 24 Mei 2024 dengan uji reabilitas variabel aktivitas fisik diperoleh *Alpha Cronbach* = 0,776 maka hasil perhitungan tersebut diperoleh dinyatakan reliabel karena nilai  $r$  hitung  $>$  0,60, yang artinya 18 item pernyataan variabel aktivitas fisik dinyatakan reliabel.

Berdasarkan hasil uji instrumen yang telah dilakukan kepada 30 responden di desa banjaratma dengan uji reabilitas variabel kejadian dismenore diperoleh *Alpha Cronbach* = 0,836 maka hasil perhitungan tersebut diperoleh dinyatakan reliabel karena nilai  $r$  hitung  $>$  0,60, yang artinya semua item pernyataan variabel kejadian dismenore dinyatakan reliabel.

### 3.2.3 Cara Pengumpulan Data

Ada dua cara untuk proses pengumpulan data yaitu tahap perencanaan dan tahap pelaksanaan.

#### 3.2.3.1 Tahap Persiapan

Pada tahap awal ini peneliti mengajukan judul skripsi yang akan diteliti pada bulan November 2023 dengan melakukan bimbingan. Judul yang diambil oleh peneliti yaitu “Hubungan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Dismenore di Desa Tanjungsari

Kecamatan Wanasari Kabupaten Brebes". Setelah judul disetujui oleh pembimbing, peneliti menyusun bab 1 dan melakukan bimbingan. Peneliti meminta surat dari staf program keperawatan untuk melakukan studi pendahuluan di Desa Tanjungsari.

Pada tanggal 27 November 2023 peneliti melakukan studi pendahuluan di Desa Tanjungsari dengan memberikan surat izin Kepada Kepala Desa Tanjungsari dan meminta data atau jumlah remaja Perempuan usia 11 -17 tahun, kemudian peneliti melakukan wawancara ke remaja putri dengan ditemani 1 kader di Desa Tanjungsari. Selanjutnya peneliti menyusun proposal bab 2 dan bab 3 hingga disetujui oleh pembimbing pertama dan pembimbing kedua.

Pada tanggal 30 april 2024 peneliti melakukan seminar proposal dan dilanjut revisi, langkah selanjutnya peneliti meminta surat izin uji validitas dan reabilitas yang akan dilakukan di Desa Banjaratma, setelah disetujui peneliti melakukan uji validitas dan realibilitas pada tanggal 24 Mei 2024, kemudian peneliti meminta surat penelitian yang akan diserahkan kepada kepala Desa Tanjungsari, kepala desa mengatur waktu untuk pengambilan data di Desa Tanjungsari pada hari Jumat tanggal 02 Juni 2024.

Peneliti dibantu oleh 6 enumerator dan 3 kader remaja yang salah satunya berpendidikan S1, peneliti melakukan persamaan persepsi terlebih dahulu dengan enumerator pada hari kamis tanggal 01 Juni 2024 dimana untuk menyamakan cara penelitian dan tujuan penelitian enumerator dan peneliti berbagi tugas untuk mendatangi responden.

#### 3.2.3.2 Tahap Pelaksanaan

Tahap pelaksanaan dilakukan sesuai dengan jadwal yang telah ditetapkan Kepala Desa Tanjungsari, penelitian dilakukan selama 4 hari dari tanggal 02 sampai 05 Juni 2024, pada setiap RT terdapat peneliti dan 2 mahasiswa ditemani kader desa dan melakukan penelitian secara *door to door*.

Proses pertama peneliti memperkenalkan diri dan menjelaskan tujuan dan manfaat penelitian, prosedur penelitian kepada responden. Kedua, peneliti memastikan apakah responden masuk kedalam kriteria kemudian enumerator memberikan lembar *informed consent* atau lembar persetujuan yang harus diisi responden, jika responden menyetujui untuk berpartisipasi dalam penelitian kemudian dilanjut pengisian kuesioner, kuesioner aktivitas fisik dan kejadian dismenore pada remaja dengan memberi tanda *checklist* ( $\checkmark$ ) di setiap pertanyaan.

Peneliti menunggu dan ikut mendampingi saat responden mengisi kuesioner untuk mengantisipasi jika responden kurang paham tentang pertanyaan yang dibuat oleh peneliti. Setelah selesai lembar pertanyaan dikembalikan kepada peneliti untuk mengecek kelengkapan kuesioner yang telah diisi, apabila ditemukan ketidaklengkapan pada kuesioner yang telah diisi maka peneliti akan mengembalikan kuesioner kepada responden untuk melengkapinya. Sesudah data terkumpul, peneliti berterimakasih kepada responden atas kesediaanya untuk berpartisipasi didalam penelitian.

Penelitian ini mencari responden yang memiliki usia 11 – 17 tahun, pada tanggal 02 Juni 2024 peneliti melakukan penelitian di RW 1 didapatkan jumlah responden 20 responden, dilanjut pada tanggal 03 Juni 2024 di RW 2 didapatkan 17 responden, selanjutnya pada tanggal 04 Juni 2024 di RW 3 didapatkan 19 responden dan pada tanggal 05 Juni 2024 di RW 4 didapatkan 22 responden. Peneliti mengikuti jadwal yang diberikan oleh desa untuk mengumpulkan data dan setelah sampel mencapai jumlah yang dibutuhkan, peneliti melaporkan kepada desa bahwa pengumpulan data telah selesai.

### **3.3 Populasi dan Sampel**

#### **3.3.1 Populasi**

Populasi adalah kategori luas yang terdiri dari berbagai hal atau orang dengan karakteristik tertentu yang dipilih oleh peneliti untuk diselidiki dan dibuat

kesimpulan (Sugiyono, 2023). Jumlah populasi dalam penelitian ini 370 remaja dengan usia 11-17 tahun di Desa Tanjungsari Kecamatan Wanasari Kabupaten Brebes.

### 3.3.2 Sampel

Sampel merupakan perwakilan dari susunan populasi yang diambil dengan karakteristik yang telah ditentukan (Sugiyono, 2023).

Perhitungan sampel dilakukan dengan menggunakan rumus Slovin. Rumus yang digunakan adalah sebagai berikut :

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

n = Jumlah Sampel  
N = Jumlah Populasi  
e = Tingkat kepatenan

$$n = \frac{370}{1 + 370(0,1)^2}$$
$$n = \frac{370}{1 + 370(0,01)}$$
$$n = \frac{370}{1 + 3,7}$$
$$n = \frac{820}{4,7}$$
$$n = 78,72 \approx 78$$

Berdasarkan rumus perhitungan sampel diatas diperoleh jumlah responden dalam penelitian ini sebanyak 78 responden dengan perhitungan sampel menggunakan undian setiap RW sebagai berikut :

$$\text{RW 1} = 98 \text{ remaja} = \frac{98 \times 78}{370} = 20,6 = 20$$
$$\text{RW 2} = 85 \text{ remaja} = \frac{85 \times 78}{370} = 17,9 = 17$$
$$\text{RW 3} = 92 \text{ remaja} = \frac{92 \times 78}{370} = 19,3 = 19$$
$$\text{RW 4} = 105 \text{ remaja} = \frac{105 \times 78}{370} = 22,1 = 22$$

Peneliti mengidentifikasi topik berdasarkan ciri-ciri khusus yang sesuai dengan tujuannya dengan harapan dapat menjawab permasalahan penelitian yang

diwujudkan. Kriteria sampel terbagi menjadi 2 bagian, yaitu inklusi dan eksklusi (Nursalam, 2020).

### 3.3.3 Kriteria Inklusi

Kriteria inklusi merupakan ciri-ciri umum subjek penelitian dari populasi sasaran yang akan dijangkau dan individu yang akan diteliti. Pemilihan kriteria inklusi harus didasarkan pada prinsip-prinsip ilmiah. Adapun kriteria dalam penelitian ini yaitu :

3.3.3.1 Remaja yang bersedia untuk menjadi responden

3.3.3.2 Memilih minimal salah satu dari tiga tanda nyeri

3.3.3.3 Remaja Perempuan yang sudah mengalami menstruasi

3.3.3.4 Remaja dengan umur 11 – 17 tahun

### 3.3.4 Kriteria Eksklusi

Kriteria eksklusi adalah menghapus atau mengecualikan dari responden penelitian yang tidak termasuk dalam kriteria inklusi disebabkan oleh beberapa alasan. Dalam penelitian ini kriteria eksklusi sebagai berikut :

3.3.4.1 Remaja yang tidak bersedia menjadi responden

3.3.4.2 Remaja Perempuan dengan umur diatas 17 tahun

### 3.3.5 Besar Sampel

Dalam penelitian ini sampel yang digunakan sejumlah 78 responden. Dengan teknik pengambilan sampel *Simple random sampling*. Yaitu pengambilan sampel secara acak dan terlepas dari strata yang ada dalam populasi (Sugiyono, 2023).

## 3.4 Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Desa Tanjungsari Kecamatan Wanasari Kabupaten Brebes, waktu penelitian dilakukan pada hari minggu tanggal 02 Juni 2022.

### 3.5 Definisi Operasional Variabel Penelitian dan Skala Pengukuran

Pengertian operasional variabel merupakan gambaran seperti suatu batasan mengenai variabel yang akan diukur atau dipelajari dan berguna sebagai pedoman dalam mengembangkan suatu instrumen (Notoadmojo, 2018).

**Tabel 3.1** Definisi Operasional

No	Variabel	Definisi Operasional	Alat ukur	Hasil ukur	Skala
1	Aktivitas fisik	Aktivitas fisik didefinisikan sebagai setiap gerakan tubuh yang dihasilkan oleh otot rangka yang membutuhkan pengeluaran energi yang mencakup semua jenis aktivitas fisik baik aktivitas fisik ringan, aktivitas fisik sedang maupun aktivitas fisik berat	Kuesioner	Kategori: Tinggi : 66 - 90 Sedang : 42 - 65 Rendah : 18 - 41	Ordinal
2	Kejadian Dismenore	Dismenore merupakan keluhan yang sering dialami wanita saat menstruasi, sehingga membatasi aktivitas normal, yang ditandai dengan 3 gejala nyeri yaitu nyeri perut, nyeri punggung dan nyeri tungkai	Kuesioner	<i>Coding</i>	Nominal

## **3.6 Teknik Pengolahan Data dan Analisa Data**

### 3.6.1 Teknik Pengolahan Data

Data yang sudah terkumpul diolah Kembali dengan cara *Editing, Coding, Entery data dan Tabulating* (Notoatmodjo, 2018).

#### 3.6.1.1 *Editing*

Hasil observasi yang diperoleh atau dikumpulkan melalui lembar observasi harus diolah terlebih dahulu. Secara umum editing adalah suatu kegiatan dimana kita memeriksa dan memperbaiki isi suatu form atau dashboard: jika sudah lengkap berarti semua langkah sudah selesai. Hal ini dilakukan di lapangan untuk memberikan penjelasan kepada responden jika terdapat data yang bermasalah atau tidak akurat. Kuesioner dijelaskan kepada responden oleh peneliti sebelum diberikan kepada mereka. Responden dipersilakan untuk bertanya langsung kepada peneliti jika mereka memiliki pertanyaan.

#### 3.6.1.2 *Coding*

Peneliti memberikan kode tertentu kepada setiap responden, baik dengan memberi nomor pada lembar instrumen yang dikumpulkan, atau dengan cara lain sesuai dengan kebiasaan peneliti, dengan tujuan untuk memudahkan kinerja analisis data. Kode yang diberikan pada variabel aktivitas fisik untuk item *favorable*, pada variabel aktivitas fisik penilaian sebagai berikut SL (Selalu) 5, Sering (SR) 4, Kadang – kadang (KK) 3, Jarang (JR) 2, dan Tidak Pernah (TP) 1. Interpretasi dari hasil aktivitas fisik adalah skore Tinggi : 66 – 90, sedang : 42 – 65, rendah : 18 – 41. Kode yang diberikan pada variabel kejadian dismenore untuk item *favorable*, pada variabel kejadian dismenore penilaian sebagai berikut : Ya dengan nilai 2 dan Tidak dengan nilai 1.

#### 3.6.1.3 *Entry data*

Setelah mengumpulkan data, peneliti membangun distribusi frekuensi sederhana dalam database untuk mempermudah agar dapat dibaca dan menganalisisnya.

#### 3.6.1.4 *Tabulating*

Data dimasukkan ke dalam tabel distribusi frekuensi, yang dibuat oleh peneliti untuk penelitian ini.

### 3.6.2 Analisa Data

#### 3.6.2.1 Analisa Univariat

Analisis data yang terdapat pada penelitian ini adalah analisis univariat (analisis deskriptif), bertujuan untuk mengidentifikasi atau mengkarakteristikan sifat masing-masing variabel penelitian (Notoatmodjo, 2018). Dalam penelitian ini variabel bebas atau terikat berbentuk data kategorik.

#### 3.6.2.2 Analisa Bivariat

Analisis bivariat adalah dua variabel yang diduga berkorelasi satu sama lain. (Notoatmodjo, 2018). Analisis bivariat dilakukan untuk menganalisis variabel aktivitas fisik dengan kejadian dismenore. Masing-masing variabel menggunakan data ordinal dan nominal yang termasuk dalam data non parametrik, oleh sebab itu analisis data yang digunakan adalah uji *Chi-square*.

Berdasarkan hasil penelitian dengan menggunakan *uji chi square* dan nilai *p value* 0,000, maka  $H_0$  ditolak sehingga ada Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Kejadian Dismenore Di Desa Tanjungsari Kecamatan Wanasari Kabupaten Brebes karena nilai *p value* < 0,05.

### 3.7 Etika Penelitian

Etika merupakan seperangkat pedoman moral yang mengatur semua upaya penelitian termasuk peneliti, peserta penelitian (responden), dan masyarakat yang terkena dampak penelitian.

Notoatmodjo (2018) menyatakan bahwa penulis secara khusus menyoroti masalah moral yang terlibat didalam melakukan penelitian ini.

#### 3.7.1 Persetujuan (*Informed Consent*)

Aturan yang dilakukan sebelum mengumpulkan informasi atau melakukan wawancara subjek, persetujuan harus diperoleh. Sebelum memulai penelitian, peneliti memberikan formulir persetujuan kepada partisipan penelitian untuk berpartisipasi dalam penelitian kemudian formulir tersebut ditandatangani oleh responden setelah membaca dan memahami isi formulir persetujuan tersebut,

responden bersedia untuk menjadi bagian dalam penelitian. Manfaat penelitian, potensi risiko, dan ketidaknyamanan semuanya dijelaskan dalam pernyataan informed consent peneliti. Peneliti juga tidak memaksa responden jika tidak berkenan untuk diujikan dan menghargai setiap keputusan responden. Responden bebas untuk menolak atau berpartisipasi dan dijamin kerahasiaannya.

#### 3.7.2 Tanpa Nama (*Anonymity*)

Prinsip anonimitas. Prinsip ini diterapkan dengan mengecualikan nama responden pada hasil pencarian namun mengharuskan responden memasukkan inisial nama dan seluruh pertanyaan yang telah selesai dijawab hanya diberikan satu kode, tidak bisa pakai untuk menentukan identitas responden untuk tujuan identifikasi. Tidak ada informasi yang mengungkapkan identitas responden jika penelitian ini dipublikasikan. Inisial penulis adalah satu-satunya informasi pada formulir yang diisi responden yang meminta untuk menjaga kerahasiaan penelitian.

#### 3.7.3 Kerahasiaan (*Confidentiality*)

Prinsip ini ditegakkan dengan menolak untuk mengungkapkan kepada pihak ketiga identitas responden atau informasi pribadi lainnya. Data disimpan dengan aman dan jauh dari jangkauan orang lain. Semua data dihapus oleh peneliti ketika penelitian selesai. Aplikasi studi melindungi privasi informasi pribadi responden dan informasi lain yang mereka anggap pribadi.

