

BAB 3 METODE PENELITIAN

3.1 Jenis dan Rencana Penelitian

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif. Penelitian kuantitatif merupakan suatu metode penelitian yang menggunakan angka-angka, diawali dengan pengumpulan data, interpretasi data, dan penyajian hasil yang digunakan untuk meneliti suatu populasi atau sampel tertentu. Hasil penelitian lebih mudah dipahami apabila disertai dengan tabel, grafik, bagan, dan gambar. Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *pre-experimental design* dan menggunakan metode *One-Group Pre Test - Post Test Design*. Penelitian ini akan dilakukan sebanyak dua kali terhadap sekelompok subjek, yaitu sebelum melakukan percobaan *pre-test* dan setelah melakukan percobaan *post-test* (Sugiyono, 2014).

| Pre-test | Perlakuan | Post-test |
|----------|-----------|-----------|
| O1 | X | O2 |

Gambar 3.1 Desain Penelitian

Sumber : Sugiyono, 2014

Keterangan :

- O1 : Tingkat nyeri *dismenore* sebelum dilakukan kompres hangat dan terapi dzikir
- X : Intervensi terapi kombinasi kompres hangat dan terapi dzikir
- O2 : Tingkat nyeri *dismenore* sesudah dilakukan kompres hangat dan terapi dzikir

3.2 Alat Penelitian dan Cara Pengumpulan Data

3.2.1 Alat Penelitian

Alat penelitian yang dipakai dalam penelitian ini menggunakan lembar observasi. Lembar observasi terdiri dari data identitas responden yang berisi inisial nama dan usia. Pada lembar pengukuran intensitas *dismenore*, alat yang digunakan adalah skala NRS (*Numeric Rating Scale*) yang terdiri dari 10 angka dan terdapat 4 kategori. Skala 0 menunjukkan tidak ada nyeri sama sekali, skala 1 hingga 3

menunjukkan nyeri ringan, skala 4 hingga 6 menunjukkan nyeri sedang, skala 7 hingga 9 dan 10 menunjukkan nyeri berat yang tidak terkontrol (Al-Hadidi et al., 2019). Peneliti memberikan arahan dan mengajarkan cara penanganan nyeri *dismenore* dengan cara memberikan kombinasi kompres hangat dan terapi dzikir pada siswi. Peneliti juga menggunakan lembar observasi pengukuran intensitas *dismenore*, kantong kompres hangat sebagai alat penelitian yang berisi air hangat.

3.2.2 Cara Pengumpulan Data

3.2.2.1 Tahap Persiapan

Cara pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan dengan 2 tahap, yaitu tahap persiapan dan tahap pelaksanaan. Tahap persiapan dimulai dari peneliti menyusun proposal kemudian melakukan sidang proposal. Saat menyusun skripsi Peneliti merumuskan latar belakang terlebih dahulu, kemudian bulam maret peneliti melakukan studi pendahuluan pada siswi SMA N 1 Pangkah dengan membagikan google form mengenai menstruasi, pada tanggal berapa anda haid pada bulan ini, berapa lama siklus haid anda, apakah anda mengalami nyeri sebelum atau saat haid, apakah nyeri haid yang anda alami dapat mengganggu aktivitas anda sehari-hari, berapa lama kira-kira anda mengalami nyeri haid, kapan nyeri haid akan hilang (hari ke-), berapa tingkat/skala nyeri yang anda rasakan saat haid, tindakan apa yang anda lakukan untuk mengurangi nyeri saat haid, apakah anda mengkonsumsi obat untuk mengurangi nyeri saat haid, apakah anda memiliki riwayat penyakit seperti: tumor, kista, kanker, dll. Di dapatkan populasi 125 siswi yang mengalami *dismenore*.

3.2.2.2 Tahap Pelaksanaan

Langkah selanjutnya peneliti mendapat surat izin untuk melakukan penelitian dari prodi Ilmu Keperawatan Universitas Bhamada Slawi. Kemudian peneliti mendapatkan surat edaran untuk diberikan kepada kepala sekolah SMA N 1 Pangkah. Surat izin tersebut digunakan peneliti untuk melakukan penelitian di SMA N 1 Pangkah. Setelah disetujui penelitian di lakukan secara *door to door* atau biasa disebut dari rumah ke rumah. Penelitian dilaksanakan selama sepuluh hari hari.

Selanjutnya peneliti mulai melakukan observasi yang dilakukan secara online dengan cara peneliti membuat grup untuk menghubungi siswi yang haid pada saat penelitian. Setelah di dapatkan 38 responden yang memenuhi kriteria inklusi yaitu siswi yang sedang haid hari ke-1 atau hari ke-2 pada saat penelitian, sedang mengalami nyeri saat haid. Penelitian dari tanggal 2 sampai tanggal 11 juli 2024 pada hari pertama tanggal (2 juli 2024) peneliti mendapatkan 12 responden. Hari ke dua tanggal (3 juli 2024) mendapatkan 3 responden. Hari ke tiga tanggal (4 juli 2024) mendapatkan 2 responden. Hari ke empat (5 juli 2024) mendapatkan 1 responden. Hari ke lima (7 juli 2024) mendapatkan 7 responden. Hari ke enam tanggal (8 juli 2024) mendapatkan 4 responden. Hari ke tujuh tanggal (11 juli 2024) mendapatkan 9 responden. Pada tanggal 6, 9, 10 juli peneliti libur. Peneliti dibantu oleh 5 enumerator masing-masing enumerator mendapatkan 5 responden, untuk tugas enumerator sama dengan peneliti. Kemudian peneliti meminta persetujuan siswi yang sedang mengalami nyeri haid untuk menjadi calon responden, selanjutnya peneliti akan menuju ke rumah responden untuk dilakukan penelitian.

Sebelum dilaksanakan penelitian, peneliti memberikan penjelasan singkat mengenai alur penelitian yang akan dilaksanakan, termasuk tujuan dan manfaatnya. Langkah awal peneliti memberikan lembar persetujuan menjadi responden kepada responden. Dalam hal ini peneliti menjaga kerahasiaan responden serta responden berhak menyetujui atau menolak menjadi responden, apabila responden menyetujui keikutsertaan dalam penelitian kemudian responden menandatangani lembar *informed consent* sebagai bukti ikut serta dalam penelitian. Kemudian peneliti melakukan *Pre-Test* yaitu dengan cara membagikan lembar observasi skala nyeri *numerik rating scale* dan menjelaskan kepada responden tatacara pengisian lembar observasi yang berisi mengenai skala nyeri dari 0-10 beserta kategorinya untuk mengetahui skala nyeri pada sampel sebelum diberikan *treatment*. Setelah melaksanakan *Pre-test* selanjutnya dilaksanakan *treatment*, sebelum diberikan *treatment* atur posisi responden berbaring dengan nyaman. *Treatment* diberikan dengan cara memberikan kompres hangat menggunakan buli-buli panas pada perut bagian bawah dengan suhu 37c-40c di ukur menggunakan termometer air dan terapi

dzikir dengan bacaan dzikir “اعوذُ بِعِزَّةِ اللَّهِ وَفُؤَادِهِ مِنْ شَرِّ مَا أَجِدُ وَأَحَاذِرُ” dilakukan secara bersamaan. Seluruh pelaksanaan terapi kombinasi kompres hangat dengan terapi dzikir yang dilakukan 2 sesi , dan setiap sesi selama 10 menit. Proses yang pertama kompres hangat diberikan kepada responden dengan meletakkan buli-buli air hangat pada perut bagian bawah bersamaan dengan responden membaca dzikir sebanyak 20-25 kali selama 10 menit. Selanjutnya proses yang kedua mengganti buli-buli dengan air panas yang baru, kemudian letakkan kembali kompres buli-buli air hangat yang baru pada perut bagian bawah bersamaan dengan responden membaca dzikir sebanyak 20-25 kali selama 10 menit. Setiap responden mendapatkan perlakuan yang sama untuk mengetahui ada atau tidaknya pengaruh dari terapi tersebut. Setelah melaksanakan *treatment* selanjutnya dilaksanakan *Post-Test* dengan cara peneliti membagikan lembar observasi skala nyeri *numerik rating scale* yang diisi oleh responden untuk mengetahui skala nyeri pada sampel setelah dilaksanakan *treatment*. Dan hasil dari pengukuran skala *Pre-Test* dan *Post-Test* selanjutnya data yang didapat akan diolah menggunakan SPSS 23 untuk mengetahui seberapa pengaruh kompres hangat dan terapi dzikir terhadap skala nyeri *dismenore*.

3.3 Populasi dan Sampel

3.3.1 Populasi

Populasi adalah suatu wilayah generalisasi yang terdiri dari subyek atau obyek dengan jumlah dan ciri-ciri tertentu yang ditetapkan peneliti untuk dipelajari dan dari situlah diambil kesimpulan. Oleh karena itu, yang dimaksud dengan populasi bukan hanya orang, tetapi juga benda-benda alam yang lain. Selain itu populasi tidak hanya sekedar jumlah yang ada pada objek atau subjek yang diteliti, namun meliputi seluruh sifat atau karakteristik yang dimiliki oleh subjek atau objek tersebut (Sugiyono, 2014). Populasi dalam penelitian ini adalah siswi SMA N 1 Pangkah yang mengalami *dismenore* dengan jumlah 125 siswi diambil menggunakan *google form*. Identifikasi populasi dengan menggunakan *google form*. Peneliti membagikan *google form* tentang keluhan *dismenore* yang dialami oleh siswi sebelum menentukan jumlah responden, hasil pengisian *google form*

pada bulan maret berjumlah 125 siswi yang mengalami dismenore pada hari ke 1 dan hari ke 2.

3.3.2 Sampel

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki populasi tersebut. Bila populasi besar, dan peneliti tidak mungkin mempelajari semua yang ada pada populasi, misalnya karena keterbatasan dana, tenaga dan waktu, maka peneliti dapat menggunakan sampel yang diambil dari populasi itu. Untuk itu sampel yang diambil dari populasi harus betul-betul representatif (mewakili)(Sugiyono, 2014). Sampel penelitian ini adalah siswi kelas SMA N 1 Pangkah yang mengalami nyeri haid (*dismenore*). Sampel penelitian diambil dengan menggunakan teknik *Accidental Sampling*, *Accidental Sampling* adalah teknik penentuan sampel berdasarkan kebetulan, yaitu siapa saja pasien yang secara kebetulan bertemu dengan peneliti dapat digunakan sebagai sampel, bila dipandang orang yang kebetulan ditemui itu cocok sebagai sumber data (Nita & Novi Indrayani, 2020)

3.4 Besar Sampel

Besar sampel ditentukan dengan kriteria inklusi dan eksklusi, dimana kriteria tersebut menentukan dapat dan tidaknya sampel tersebut digunakan. Kriteria inklusi merupakan kriteria yang menjadi dasar subjek penelitian sehingga dapat mewakili dalam sample penelitian yang memenuhi syarat sebagai sampel (Rikomah et al., 2018). Besar sampel merupakan banyaknya sampel yang akan diambil dari suatu populasi. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini siswi SMA N 1 Pangkah dengan karakteristik yang memenuhi syarat penarikan sampel sebagai berikut:

3.4.1 Kriteria Inklusi

3.4.1.1 Siswi yang mengalami haid hari ke-1 atau hari ke-2 pada saat penelitian

3.4.1.2 Siswi yang tidak melakukan *treatment* secara mandiri

3.4.1.3 Siswi yang bersedia menjadi responden

3.4.2 Kriteria Eksklusi

3.4.2.1 Siswi yang tidak mengalami *dismenore*

3.4.2.2 Responden yang mengkonsumsi obat pereda nyeri

3.5 Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian di lakukan di SMA N 1 Pangkah, pada bulan Juni tahun 2024

3.6 Variabel Penelitian, Definisi Operasional, dan Skala Pengukuran

Tabel 3.1 Variabel, Definisi Oprasional, Alat Ukur, Hasil Ukur dan Skala.

| Variabel | Definisi Operasional | Alat Ukur | Hasil Ukur | Skala |
|----------------------|--|--|--|---------|
| Variabel Independent | Kompres menggunakan air hangat dan dikombinasikan dengan dzikir doa pereda nyeri | -Termometer air -Kantong kompres hangat | - | - |
| Variabel Dependent | Penurunan tingkat nyeri yang di rasakan saat menstruasi | Skala NRS (<i>Numerik Rating Scale</i>) | Data skala nyeri NRS dengan hasil: Skala 0 = Tidak ada nyeri Skala 1-3 = nyeri ringan Skala 4-6 =Nyeri sedang Skala 7-9 = Nyeri berat Skala 10 = Nyeri tak terkontrol | Ordinal |

3.7 Teknik Pengolahan Data dan Analisa Data

3.7.1 Teknik Pengolahan Data

Teknik pengolahan data yang terkumpul dengan menggunakan *editing*, *coding*, *entry*, *cleaning*, dan *tabulating* (N. Mamoribo & Rumbiak, 2024):

3.7.1.1 *Editing*

Peneliti memeriksa kelengkapan data yang telah dikumpulkan. Peneliti akan memeriksa kemungkinan kesalahan yang mungkin terjadi dalam mengisi lembar observasi.

3.7.1.2 *Entry*

Peneliti memasukkan data observasi ke dalam database komputer untuk dianalisis lebih lanjut menggunakan statistik.

3.7.1.3 *Cleaning*

Peneliti memeriksa kembali data yang dimasukkan ke dalam aplikasi pengolahan data apakah ada kemungkinan kesalahan atau ketidaklengkapan pengkodean, setelah itu peneliti melakukan koreksi atau perbaikan.

3.7.1.4 *Tabulating*

Peneliti memasukkan hasil penelitian ke dalam tabel sesuai kriteria berupa kode-kode yang telah ditentukan untuk memudahkan pengolahan data.

3.7.2 Teknik Analisis Data

Teknik analisis data adalah kegiatan yang melibatkan perhitungan data untuk menyajikannya secara sistematis. Analisis data untuk penelitian kuantitatif dapat dilakukan dengan menghitung dengan rumus statistik atau utilitas statistik seperti SPSS. Analisis data yang digunakan sebagai berikut:

3.7.2.1 Analisa Univariat

Analisis univariat merupakan analisis yang dilakukan untuk menggambarkan setiap variabel yang diteliti (Soekidjo Notoatmodjo, 2018). Analisis data univariat merupakan pengumpulan data yang diperoleh dari hasil pengumpulan data, dan disajikan dalam bentuk tabel mean, median dan standar deviasi. Analisis ini dilakukan untuk mendapatkan gambaran tentang hubungan berdasarkan variabel yang diteliti. Pada penelitian ini dilakukan analisis untuk mengetahui skala *dismenore* sebelum dan sesudah dilakukan kombinasi kompres hangat dan terapi dzikir.

3.7.2.2 Analisa Bivariat

Analisis bivariat merupakan analisis terhadap dua variabel yang diyakini berhubungan atau berkorelasi. Sebelum melakukan uji normalitas bivariat terlebih dahulu dilakukan uji Normalitas dengan responden < 50 menggunakan uji *Saphiro*

Wilk untuk mengetahui distribusi datanya, uji statistik pada penelitian ini menunjukkan hasil tidak normal maka uji statistik menggunakan uji *Wilcoxon Test*. Tujuan pengujian ini adalah untuk mengetahui perbandingan *pre-test* dan *post-test* variabel dependen, dengan nilai jika $p\text{-value} < \alpha$ ($\alpha = 0,05$) maka H_1 diterima (Soekidjo Notoatmodjo, 2018).

3.8 Etika Peneliti

Menurut Soekidjo Notoatmodjo, (2018) mengemukakan ada empat etika dalam penelitian, yaitu:

3.8.1 Menghormati Harkat Dan Martabat Manusia (*Respect For Human Dignity*)

Peneliti menghormati responden sebagai pribadi yang memiliki kebiasaan untuk memilih dan sekaligus bertanggung jawab secara pribadi terhadap keputusan yang telah diambil. *Inform consent* akan digunakan untuk meminta persetujuan apakah responden mau atau tidak untuk disertakan dalam penelitian ini.

3.8.2 Menghormati Privasi Dan Kerahasiaan Subyek Penelitian (*Respect For Human Privacy And Confidentiality*)

Peneliti menghormati dan menjaga privasi responden dengan tidak mencantumkan nama responden dalam penelitian ini dan akan menggantinya menggunakan koding atau inisial untuk menjaga kerahasiaan.

3.8.3 Menghormati Keadilan Dan Inklusivitas (*Respect Justice And Inclusiveness*)

Pada prinsip keterbukaan dalam penelitian dilakukan secara jujur, tepat, cermat dan hati-hati. Sedangkan prinsip keadilan dalam memilih responden tidak dibedakan, semua responden berhak mendapatkan keadilan yang sama sebelum, selama, dan sesudah penelitian sebelum melakukan pengisian kuesioner, peneliti akan menjelaskan tujuan dan manfaat dari penelitian ini

3.8.4 Memperhitungkan Manfaat Dan Kerugian Yang Ditimbulkan (*Balancing Harms And Benefits*)

penelitian yang dilakukan tidak menimbulkan kerugian baik fisik, psikis maupun materi. Penelitian ini tidak dipungut biaya dari responden dan dalam pelaksanaannya sesuai dengan prosedur penelitian. Hal ini dilakukan untuk mendapatkan hasil yang

bermanfaat bagi responden dan masukan bagi tempat dilakukannya penelitian mengenai *dismenore* bagi remaja.