

BAB 3

METODE PENELITIAN

3.1 Jenis dan Rencana Penelitian

Jenis penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Metode kuantitatif merupakan suatu teknik penelitian yang berfokus pada penggunaan data numerik, dimulai dari proses pengumpulan data, analisis, hingga interpretasi dan penyajian hasil. Pendekatan ini umumnya diterapkan pada populasi atau sampel tertentu, dan hasilnya akan lebih mudah dipahami jika disertai dengan visualisasi data seperti tabel, grafik, diagram, maupun ilustrasi. Desain penelitian ini adalah *Pre Experimental Design* Metode yang akan diterapkan adalah *One-Group-Pre-Test dan Post-Test Design*, karena menggunakan yang melibatkan satu kelompok, dilakukan sebanyak dua kali sebelum melakukan percobaan *Pre-Test* dan setelah melakukan percobaan *Post-Test* (Sugiono 2020). Desain penelitian ini dapat dijelaskan sebagai berikut :

<i>Pre-Test</i>	<i>Perlakuan</i>	<i>Post-Test</i>
01	X	02

Gambar 3.1 Desain Penelitian

Keterangan:

01 : Tingkat nyeri *diemenore* sebelum dilakukan terapi musik

X : Intervensi terapi terapi musik

02: Tingkat nyeri *dismenore* setelah dilakukan terapi musik

3.2 Alat Penelitian data Cara Pengumpulan Data

3.2.1 Alat Penelitian

Alat yang dipakai dalam penelitian ini berupa lembar observasi. Lembar tersebut memuat informasi identitas responden, termasuk inisial nama serta usia. Pada lembar pengukuran intensitas *dismenore*, alat yang digunakan adalah skala NRS (*Numeric Rating Scale*) di mana responden diminta untuk menilai tingkat nyeri yang dirasakan dengan rentang penilaian yang digunakan berkisar antara 0 hingga 10, di mana angka 0 menggambarkan kondisi tanpa rasa nyeri, sementara angka 10 menunjukkan tingkat nyeri tertinggi yang bisa dibayangkan (Afrilianti & Musharyanti, 2024).

3.2.2 Cara Pengumpulan Data

3.2.2.1 Tahap Persiapan

Pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan melalui dua tahapan, yakni tahap persiapan dan tahap pelaksanaan. Pada tahap persiapan, peneliti memulai dengan menyusun proposal penelitian, saat menyusun skripsi peneliti merumuskan latar belakang terlebih dahulu, kemudian bulan desember peneliti melakukan studi pendahuluan pada siswi SMP Negeri 1 Pangkah dengan mewawancarai 15 responden yang mengalami *dismenore* dengan memberikan beberapa pertanyaan seperti 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..

3.2.2.2 Tahap Pelaksanaan

Setelah memperoleh surat izin penelitian dari Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Bhamada Slawi, peneliti menerima surat pengantar kepada Kepala Sekolah SMP Negeri 1 Pangkah sebagai dasar legalitas pelaksanaan penelitian. Penelitian dilakukan dengan metode *door to door* atau kunjungan langsung ke rumah siswi. Peneliti menyebarkan formulir pengisian data melalui *Google Form* untuk mengetahui jumlah siswi yang mengalami *dismenore* dan waktu menstruasi mereka. Grup online dibentuk sebagai media komunikasi antara peneliti dan responden untuk memudahkan koordinasi selama penelitian berlangsung.

Pengumpulan data dilakukan selama 7 hari, yaitu pada tanggal 2 hingga 8 Juli 2025. Setiap harinya, terapi diberikan kepada 5 sampai 7 responden yang sedang mengalami nyeri haid berdasarkan data yang telah dikumpulkan. Peneliti mengirimkan musik klasik Mozart melalui grup online, dan memantau pelaksanaan intervensi secara langsung maupun daring. Terapi musik diberikan menggunakan *earphone*, dengan durasi 10 menit per sesi, dilakukan 3 kali sehari.

Sebelum terapi musik dilakukan, responden terlebih dahulu diberikan kompres hangat sebagai terapi awal karena itu merupakan terapi mandiri responden Ketika haid. Setelah itu, barulah intervensi musik dimulai. Peneliti mendatangi rumah responden pada waktu pagi atau sore hari, tergantung kesiapan responden, dan dibantu oleh dua orang enumerator untuk memastikan pelaksanaan terapi berjalan sesuai rencana. Pemantauan dilakukan secara langsung, namun apabila peneliti tidak dapat mendampingi, maka responden dianjurkan untuk melakukan terapi secara mandiri dengan mengonfirmasi keikutsertaan melalui grup. Setelah seluruh sesi selesai, skala nyeri dievaluasi kembali menggunakan skala NRS untuk melihat efektivitas terapi yang diberikan.

3.3 Populasi dan Sampel

3.3.1 Populasi

Populasi merupakan sekumpulan subjek atau objek dalam suatu wilayah generalisasi yang memiliki jumlah serta karakteristik tertentu yang telah ditetapkan oleh peneliti untuk diteliti dan dijadikan dasar dalam menarik kesimpulan. Dengan

demikian, populasi tidak terbatas pada individu saja, melainkan juga mencakup berbagai benda alam lainnya. Selain itu, populasi tidak hanya merujuk pada jumlah objek atau subjek, tetapi juga mencakup seluruh sifat dan karakteristik yang dimilikinya. (Sugiyono, 2020). Populasi dalam penelitian ini adalah siswi SMP Negeri 1 Pangkah yang mengalami *dismenore* sebanyak 65 siswi.

3.3.2 Sampel

Sampel adalah bagian dari populasi yang mewakili jumlah dan karakteristik yang terdapat dalam populasi secara keseluruhan. Dalam situasi di mana ukuran populasi terlalu besar dan peneliti mengalami keterbatasan dalam hal biaya, waktu, maupun tenaga, maka pengambilan sampel menjadi solusi yang dapat dilakukan. Karena itu, pemilihan sampel harus dilakukan secara cermat agar dapat merepresentasikan seluruh populasi, sehingga hasil penelitian tetap akurat dan dapat dipercaya (Sugiyono, 2020). Subjek pada penelitian ini terdiri dari siswi SMP Negeri 1 Pangkah yang mengalami *dismenore*. Pengambilan sampel dilakukan menggunakan teknik *purposive sampling*, yaitu metode seleksi sampel non-acak dimana peneliti secara sengaja memilih partisipan yang memiliki kriteria khusus sesuai dengan fokus penelitian, dengan harapan dapat memperoleh data yang relevan dan mendukung pemecahan masalah yang dikaji (Lenaini, 2021).

Perhitungan besar sample pada penelitian ini menerapkan rumus *slovin*, dengan total siswi yang mengalami *dismenore* sebanyak 65 responden pada hasil penghitungan di *google form* rumus yang digunakan sebagai berikut:

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

Keterangan :

n : Jumlah sampel

N : Jumlah populasi

e : Tingkat ketepatan

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

$$n = \frac{65}{1+65.(0,1)^2}$$

$$n = \frac{65}{1+65.0,01}$$

$$n = \frac{65}{1 + 0,65}$$

$$n = \frac{65}{1,65} = 39,39 = 39$$

Berdasarkan rumus perhitungan sample diatas didapatkan bahwa jumlah responden pada peneliti ini berjumlah 39 responden yang mengalami *dismenore*.

3.3.2.1 Kriteria Inklusi

Siswi yang mengalami haid hari ke-1 pada saat penelitian, siswi yang melakukan treatment secara mandiri dan siswi yang bersedia menjadi responden

3.3.2.2 Kriteria Eksklusi

Siswi yang sedang mengonsumsi obat pereda nyeri (analgesik) saat hari pengukuran/intervensi.

3.4 Variabel Penelitian, Definisi Operasional, dan Skala Pengukuran

Variabel, Definisi Operasional, Alat Ukur, Hasil Ukur dan Skala.

Tabel 3.1 Definisi Operasional

Variabel	Definisi Operasional	Alat ukur	Skala	Hasil
Variabel Independen Terapi musik	Terapi musik digunakan untuk menurunkan <i>Dismenore</i>	<i>Headset</i>	-	-
Variabel Dependen Disminore	Nyeri haid yang dirasakan saat haid	Skala NRS (<i>Numerik Rating Scale</i>)	Data skala Nyeri NRS dengan hasil: Skor 0 tidak adanya rasa nyeri. Skor 1-3 menandakan nyeri ringan. Skor 4-6 menunjukkan tingkat nyeri sedang.	Ordinal

Skor 7-9
mengindikasikan nyeri
berat.
Skor 10 nyeri sangat
parah tidak dapat
dikendalikan.

3.5 Teknik Pengolahan Data dan Analisa Data

3.5.1 Teknik Pengolahan Data

Teknik pengolahan data yang terkumpul dengan menggunakan *editing, coding, entry, processing*, dan *cleaning data*.

3.5.1.1 Editing

langkah untuk memverifikasi data yang diperoleh melalui kuesioner, guna memastikan bahwa seluruh respons telah terisi dengan lengkap. Apabila dalam proses penyuntingan ditemukan bagian yang belum diisi atau tidak lengkap, maka pengumpulan data perlu diulang. Peneliti akan melakukan verifikasi terhadap data yang sudah dihimpun dari responden dengan menggunakan lembar ceklis (✓), yaitu dengan meninjau kelengkapan pengisian serta memastikan bahwa setiap jawaban yang diberikan telah sesuai dengan instrumen yang digunakan.

3.5.1.2 Entry

Entry adalah proses memasukkan data ke dalam kolom dengan menggunakan kode tertentu yang disesuaikan dengan jawaban dari tiap pertanyaan. Sebagai contoh, pada penelitian berjudul “Pengaruh Terapi Musik Terhadap *Dismenore* Pada Siswi SMP Negeri 1 Pangkah”, terdapat kategori penilaian intensitas nyeri sebagai berikut:

Skor 0 menandakan tidak ada rasa nyeri sama sekali.

Skor 1 sampai 3 menunjukkan nyeri ringan.

Skor 4 hingga 6 menggambarkan nyeri dengan tingkat sedang.

Skor 7 sampai 9 merepresentasikan nyeri berat.

Sedangkan skor 10 menunjukkan nyeri yang sangat intens dan sulit untuk dikendalikan.

3.5.1.4 Processing

Pemrosesan data dilakukan setelah seluruh kuesioner telah diisi secara lengkap dan benar, serta jawaban responden telah dikodekan ke dalam sistem aplikasi pengolahan data berbasis komputer. Terdapat berbagai perangkat lunak yang dapat digunakan dalam tahap ini, dan salah satu program yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah SPSS (*Statistical Package for Social Sciences*).

3.5.1.5 Cleaning Data

Tahap pemeriksaan ulang terhadap data yang telah dikumpulkan, dengan tujuan memastikan bahwa informasi yang dicatat sudah benar serta mendeteksi kemungkinan adanya kesalahan selama proses pencatatan atau pemasukan data (Notoatmodjo, 2021).

3.6. Analisa Data

3.6.1 Analisa Univariat

Analisis univariat adalah suatu bentuk analisis statistik yang bertujuan untuk mendeskripsikan karakteristik dari masing-masing variabel yang diteliti secara terpisah (Notoatmodjo, 2021). Dalam konteks penelitian ini, analisis univariat digunakan untuk menggambarkan tingkat *dismenore* pada responden sebelum dan sesudah diberikan intervensi berupa terapi musik. Data dianalisis dan disajikan dalam bentuk distribusi frekuensi untuk mengetahui ada penurunan nyeri atau tidak sebelum dan sesudah dilakukan terapi musik.

3.6.2 Analisa Bivariat

Analisis bivariat merupakan metode analisis yang digunakan untuk mengkaji hubungan antara dua variabel yang diduga memiliki keterkaitan atau korelasi. Sebelum melakukan uji bivariat, terlebih dahulu dilakukan uji normalitas untuk mengetahui distribusi data. Karena jumlah responden kurang dari 50 orang, menggunakan *Wilcoxon Test* dengan Tingkat signifikansi ($\alpha = 0,05$). Interpretasi hasil uji ini adalah sebagai berikut: jika nilai $p > \alpha$ value maka H_0 diterima, yang berarti

tidak terdapat Pengaruh Terapi Musik Terhadap *Dismenore* Pada Siswi SMP Negeri 1 Pangkah. Sebaliknya jika $p\text{-value} < \alpha$ maka H_a diterima, yang menunjukkan adanya Pengaruh Terapi Musik Terhadap *Dismenore* Pada Siswi SMP Negeri 1 Pangkah (Notoatmodjo, 2021).

3.7 Etika Penelitian

Secara umum terdapat empat prinsip utama dalam etik penelitian keperawatan (Amanda, 2022)

3.7.1 Menghormati Harkat dan Martabat Manusia (*respect for human dignity*)

Dalam pelaksanaan penelitian, peneliti wajib menjaga dan menghormati nilai-nilai kemanusiaan serta martabat setiap individu yang menjadi partisipan. Setiap partisipan memiliki hak untuk memperoleh informasi yang jelas dan menyeluruh terkait proses penelitian, termasuk tujuan, manfaat, serta langkah-langkah yang akan dijalankan selama penelitian berlangsung. Prinsip ini diwujudkan melalui pemberian informed consent, yaitu bentuk persetujuan partisipasi dalam penelitian yang diberikan secara sadar setelah peneliti menyampaikan penjelasan secara rinci dan terbuka mengenai keseluruhan proses penelitian.

3.7.2 Menghormati Privasi dan Kerahasiaan Subjek (*respect for privacy and confidentiality*)

Setiap individu yang menjadi subjek penelitian memiliki hak atas privasi dan perlindungan terhadap hak asasinya, termasuk dalam menjaga kerahasiaan data pribadi. Untuk menerapkan prinsip ini, informasi identitas seperti nama dan alamat peserta penelitian dihilangkan dan diganti menggunakan kode khusus yang dirancang untuk menjaga anonimitas

3.7.3 Menghormati Keadilan dan Inklusivitas (*respect for justice inclusiveness*)

Asas keterbukaan dalam penelitian mencerminkan pelaksanaan yang jujur, akurat, teliti, penuh kehati-hatian, serta dilakukan secara profesional. Sementara itu, asas keadilan berarti bahwa manfaat dan tanggung jawab dalam penelitian dibagikan

secara seimbang, sesuai dengan kapasitas dan kebutuhan partisipan. Responden yang terlibat harus memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditetapkan. Seluruh sesi terapi musik dilaksanakan selama 21 hari, mencakup periode sebelum dan sesudah menstruasi. Penelitian ini dilaksanakan sesuai dengan standar operasional prosedur (SOP) yang berlaku, dan pengukuran tingkat nyeri dilakukan menggunakan skala NRS (*Numerical Rating Scale*) setelah intervensi diberikan.

3.7.4 Memperhitungkan manfaat (*beneficence*).

Asas ini mengandung arti bahwa dalam setiap pelaksanaan penelitian, peneliti wajib memperhitungkan sebesar mungkin manfaat yang dapat diberikan kepada partisipan serta kelompok populasi yang menjadi target penerapan hasil penelitian (prinsip *beneficence*). Pada penelitian ini memberikan manfaat mengenai cara penanganan ketika nyeri haid menggunakan metode non farmakologis dengan metode yang mudah dan murah.