

BAB 3

METODE PENELITIAN

3.1 Jenis dan Rancangan Penelitian

Penelitian ini merupakan jenis penelitian *kuanitatif non-eksperimental* dengan metode *deskriptif korelatif* yang bertujuan untuk menemukan korelasi antara pengetahuan ibu mengenai stimulasi dengan perkembangan anak pra-sekolah dalam hal motorik kasar, motorik halus, bahasa dan personal sosial. Penelitian ini tidak melibatkan intervensi atau perlakuan terhadap subjek penelitian. Penelitian ini menggunakan desain penelitian *cross-sectional*, pengukuran variabel independent dan variabel dependen hanya dilakukan sekali pada waktu yang sama (Sundari et al., 2024).

3.2 Alat Penelitian dan Pengumpulan Data

3.2.1 Alat Penelitian

Perangkat atau suatu alat untuk pengumpulan data yang dipergunakan dalam penelitian ini terdiri dari data demografi, lembar kuesioner, alat tulis dan *software* komputer untuk mengelola data yang telah diperoleh. Dalam penelitian ini akan dilakukan dua survei dengan dua kuisisioner yaitu survei tentang pola makan remaja dan survei tentang kejadian dismenorea pada remaja. Survei pola makan menggunakan kuesioner pola makan yang dimodifikasi dari penelitian oleh Sri Visco tahun 2024 dengan judul “Hubungan Karakteristik Dan Kebiasaan Makan Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di Desa Tanjungsari” dengan kategori seberapa sering remaja menjaga pola makan sehat, dalam kuesionernya akan tersedia frekuensi remaja menerapkan pola makan sehat apakah selalu, sering, kadang-kadang, atau tidak pernah, pernyataan dalam kuisisioner berisi 20 pernyataan yang menunjukkan pernyataan positif mengenai pola makan sehat, setelah itu

remaja mengisi seberapa sering mereka melakukan kebiasaan pola makan tersebut. Semakin sering dilakukan semakin menunjukkan kalau mereka menjaga pola makan yang sehat, semakin jarang dilakukan makan akan menunjukkan bahwa remaja memiliki pola makan yang tidak sehat. Sedangkan dalam penilaian nyeri dismenorea menggunakan kuesioner penilaian nyeri berdasarkan NRS (Numeric Rating Scale). Hasil ukur kuesioner Dismenorea diinterpretasikan dengan:

1. 1-3: nyeri ringan,
2. 4-6: nyeri sedang,
3. 7-10 nyeri berat.

Dalam tolak ukurnya remaja yang mengalami dismenorea akan menunjukkan skala nyeri 1-3 atau nyeri ringan saat mengalami dismenorea. Kemudian peneliti akan mencocokkan data nyeri dan menghubungkan dengan data kuisisioner pola makan sehat yang sudah diisi, apakah terdapat hubungan dari kedua variable tersebut.

Tabel 3.1 Hasil Ukur Kuesinoner Pola Makan

No	Hasil ukur	Keterangan
1.	1 kali atau lebih dalam sehari selama seminggu	Selalu
2.	4-6 kali dalam seminggu	Sering
3.	1-3 kali dalam seminggu	Kadang-Kadaang
4.	Tidak pernah dilakukan	Tidaak Pernah

Setelah mengumpulkan remaja sebanyak yang sudah ditentukan serta mengisi dua kuisisioner yaitu tentang pola makan sehat dan skala nyeri saat mengalami dismenorea, maka peneliti akan menghubungkan bagaimana pola makan sehat akan mempengaruhi tingkat kejadian dismenorea.

3.2.2 Uji Validitas

Uji validitas ini merupakan suatu langkah yang penting dalam proses pengembangan instrumen penelitian untuk dapat memastikan bahwasannya instrumen tersebut benar-benar mengukur variabel yang ingin diteliti dengan akurat. Tujuannya adalah untuk

menilai sejauh mana instrumen tersebut sesuai dengan tujuan penelitian dan apakah pertanyaan atau pernyataan yang terkandung di dalamnya benar-benar mencerminkan variabel yang ingin diukur (Sinaga, 2022). Sebelum memulai penelitian apapun, keandalan alat ukur harus diverifikasi atau diuji melalui uji validitas. Pada tahap ini peneliti menggunakan *Product Moment* dengan melakukan program aplikasi statistik dalam melakukan uji validitas. Untuk pengujian menggunakan tingkat signifikan 5 %, maka nilai r - dalam tabel adalah 0,361. Penetapan uji apabila diperoleh nilai r -hitung (r -person) $\geq$ r -tabel menandakan pertanyaan tersebut benar. Apabila nilai r -hitung (r -person) $\leq$ r -tabel maka artinya pertanyaan yang dikemukakan tidak benar (Ghozali, 2016). Instrumen penelitian ini dilakukan uji validitas pada remaja yang mengalami Dismenorea di Desa Tembelang dengan jumlah 30 responden. Uji validitas dilakukan di Desa Tembelang karena desa ini memiliki karakteristik- karakteristik demografis yang serupa dengan lokasi penelitian, sehingga hasil uji coba kuesioner pada 30 remaja yang mengalami Dismenorea dapat digunakan secara representatif.

3.2.3 Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas adalah koefisien yang menunjukkan seberapa handal atau dapat diandalkannya suatu instrumen penelitian dalam suatu penelitian. Dengan kata lain menunjukkan seberapa konsisten hasil pengukuran bila instrument yang sama digunakan untuk mengukur gejala yang sama dua kali atau lebih. Untuk menguji kuesioner dengan perhitungan reliabilitas alat ukur dengan bantuan *software* SPSS dilakukan dengan rumus *Alpha cornbach*. Prosedur uji reliabilitas, yaitu memilih item alat yang valid, sehingga item yang tidak valid tidak dianalisis dalam uji reliabilitas. Standar hasil uji reliabilitas adalah 0,60 kuesioner dikatakan reliabel apabila $\geq$ 0,60. Instrumen penelitian ini akan dilakukan uji reliabilitas pada remaja yang mengalami Dismenorea di Desa Tembelang dengan jumlah responden 30.

3.2.4 Cara Pengumpulan Data

Setelah peneliti mendapatkan surat rekomendasi dari Universitas Bhamada Slawi dan sudah mendapatkan surat EC pada tanggal 26 Juni 2025 dengan nomor No.813/Univ. Bhamada/Kep.EC/VI/2025. Kemudian peneliti mengajukan izin kepada pihak kelurahan di Desa Pamengger dengan melakukan kunjungan langsung pada tanggal 30 Juni sampai tanggal 5 Juli 2025. Peneliti melakukan pendekatan kepada calon responden dan menjelaskan tujuan penelitian. Calon responden diberi lembar persetujuan untuk menandatangani sebagai bukti kesediaan menjadi partisipan. Peneliti membagikan kuesioner Kuesioner Pola Makan, berisi 20 pernyataan mengenai kebiasaan makan sehat (frekuensi, jenis, jumlah makanan). Peneliti menerapkan metode *door to door*. Dibantu *enumerator*, peneliti menjelaskan isi kuesioner agar responden memahami setiap item, untuk memastikan kevalidan data. Setelah semua responden mengisi, peneliti mengumpulkan kembali kuesioner untuk dianalisis. Data ini tergolong data primer karena diperoleh langsung dari responden melalui survei.

3.3 Populasi dan Sampel

Populasi adalah seluruh dari subjek dan atau objek yang akan menjadi target penelitian, Menurut Anas Hidayat et al., (2024) teknik pengambilan sampel jenuh atau sensus digunakan untuk mengumpulkan data dari seluruh populasi yang diteliti karena seluruh anggota akan diteliti, sehingga memungkinkan mereka untuk mengumpulkan data dari seluruh populasi. Dalam situasi seperti ini setiap anggota populasi memiliki kesempatan sama untuk diamati dan dimasukkan ke dalam analisis data. Keunggulan utama metode ini adalah menjamin representativitas yang tinggi karena semua komponen populasi diperhitungkan, sehingga hasil penelitian lebih akurat.

Pada penelitian ini Teknik sampling yang digunakan adalah non-probability sampling, dengan Teknik case control. Berdasarkan studi pendahuluan yang sudah dilakukan, populasi klien remaja putri yang mengalami nyeri saat haid di desa Pamengger Kecamatan Jatibarang Kabupaten Brebes sebanyak 30 dari 2 RW.

3.4 Tempat dan Waktu Penelitian

Tempat dilaksanakannya penelitian untuk mengambil data bertempat di Desa Pamengger Kecamatan Jatibarang Kabupaten Brebes, dan untuk waktu penelitian dilakukan kunjungan langsung pada tanggal 30 Juni sampai tanggal 5 Juli 2025.

3.5 Variabel Penelitian

Variabel adalah ide yang memiliki nilai yang berbeda-beda. Ini berarti bahwa ide dapat dianggap variable jika memiliki variabilitas atau dapat dibagi menjadi berbagai jenis atau kategori (Prawirohartono, 2024). Pola makan adalah variabel bebas (*independent*) dari penelitian ini, dan dismenorea adalah variabel ketergantungan (*dependent*).

3.6 Definisi Operasional

Tabel 3.2 Definisi Operasional

No	Variabel	Definisi Operasional	Instrumen	Hasil Ukur	Skala
1	Variabel Independent: Pola makan	Suatu cara atau usahadalam pengaturan jenis, frekuensi dan jumlah makanan	Kuesioner pola makan yang terdiri dari 5 pernyataan “jenis makanan” 6 pernyataan	Hasil ukur kuesioner pola makan diinterpretasikan dengan: Baik (skor 60-80) Cukup (skor 40-	Ordinal

		dengan maksud tertentu	“frekuensi makanan” 4 pernyataan “jumlah makanan”	59) Kurang (Skor 20-39)	
2	Variabel Dependen: Dismenorea	Nyeri haid yang terjadi pada bagian perut yang berasal dari rahim di hari 1-3 menstruasi	<i>Numeric Rating Scale (NRS)</i> merupakan instrumen yang sering digunakan untuk mengukur tingkat nyeri karena sederhana dan mudah dipahami serta diaplikasikan dan telah teruji validitas dan reliabilitasnya	Hasil ukur kuesioner dismenore primer diinterpretasikan dengan: 1-3: nyeri ringan 4-6: nyeri sedang 7-10: nyeri berat	Ordinal

3.7 Teknik Pengolahan Data dan Analisa Data

3.7.1 Pengolahan Data

3.7.1.1 *Editing*

Kegiatan *editing* dilakukan ketika kuisisioner diterima kembali dari responden. Dalam tahap ini, peneliti melakukan pemeriksaan ulang untuk memastikan kelengkapan data, termasuk identitas responden, lembar kuisisioner, serta isian yang terdapat dalam kuisisioner tersebut. Proses editing meliputi mengkonfirmasi identitas responden yang mengisi, kemudian pada kuisisioner pola makan apakah responden mengisi sesuai dengan point-point yang telah disertakan, memastikan kembali setiap point kuisisioner pola makan tidak ada yang terlewatkan untuk menghasilkan data yang valid, selain itu dengan melihat pada kuisisioner nyeri apakah responden

mengisi skala angka sesuai dengan yang dijelaskan, apakah dari setiap kedua kuisioner tersebut telah terisi dengan lengkap atau tidak.

3.7.1.2 Coding

Setelah seluruh data terkumpul, tahap berikutnya adalah pemberian kode. Kode ini ditentukan berdasarkan kategori yang telah ditetapkan oleh penulis. Pola makan baik (1), bila skor yang didapat 60-80. Pola makan cukup (2) bila skor yang didapat (40-59). Pola makan kurang (3) bila skor yang didapat (20-39) Variabel dismenorea di dapat dengan penilaian skala nyeri. Dismenorea (0) bila skala nyeri antara 1-3 nyeri ringan (1), bila skala nyeri antara 4-6 nyeri sedang (2), bila skala nyeri antara 7-10 nyeri berat (3).

3.7.1.3 Scoring

Variabel pengaturan pola makan terbagi menjadi tiga kategori, yakni pola makan baik, cukup dan kurang. Pengaturan makan yang baik diberikan nilai 1 jika skornya berkisar antara 60 hingga 80. Pola makan cukup diberi nilai 2 jika skornya 40 hingga 59, Pola makan kurang diberi nilai 3 jika skornya 20 hingga 39.

3.7.1.4 Penyusunan Data

Penyusunan data merupakan proses di mana data yang sebelumnya sudah dikumpulkan dimasukkan ke dalam tabel master, diikuti dengan pembuatan distribusi frekuensi sederhana untuk menyajikan data statistik (Restyana, 2022). Peneliti menyajikan data frekuensi persentase dari pola makan dan dismenorea yang dialami responden. Kemudian peneliti melakukan analisis bivariat untuk menunjukkan hubungan dari kedua variabel. Setelahnya peneliti melakukan uji korelasi *Chi-Square test* antara pola makan dan dismenorea yang dirasakan oleh responden penelitian.

3.7.1.5 Analisa Data

Setelah mengumpulkan data penelitian, langkah berikutnya adalah melakukan proses pengeditan dan pengkodean. Seluruh data yang telah dilakukan pengeditan serta pengkodean kemudian diolah pada program SPSS (*Statistical Package for Social Science*) dan kemudian dianalisis secara univariat yaitu berfokus pada satu variabel agar dapat diketahui distribusi frekuensi pengaturan makan (pola makan) serta prevalensi kejadian dismenorea. Selanjutnya, analisis bivariat dilakukan untuk menentukan pengaruh pola makan terhadap kejadian dismenorea. Uji statistik yang digunakan adalah uji *Chi-Square*, di mana dari hasil penelitian ini didapatkan nilai $p=0,000 < \alpha=0,05$ dan nilai koefisien korelasi adalah 0,816, dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima yang berarti ada hubungan antara pola makan dengan dismenorea pada remaja Di Desa Pamengger Kecamatan Jatibarang Kabupaten Brebes, dengan kekuatan hubungan antar variabel yaitu sangat kuat.

3.8 Etika Penelitian

Manusia sebagai objek penelitian merupakan makhluk yang bersifat holistik, yang terdiri dari integrasi berbagai aspek, yaitu *psikologis*, fisik, sosial dan juga spiritual yang saling terkait. Ketika terjadi masalah pada salah satu dari aspek, hal ini dapat berdampak pada aspek-aspek lainnya. Oleh karena itu, penelitian yang dilakukan pada salah satu aspek tertentu dapat memengaruhi dan berpotensi menimbulkan masalah pada aspek-aspek lain yang ada. Sehingga penelitian perlu diatur dengan etika penelitian yang dapat menjamin bahwa keuntungan yang didapat jauh melebihi efek samping yang ditimbulkan (Hidayat, A. A., 2021) Etika penelitian mencakup sejumlah norma, termasuk norma kesopanan yang menghormati konvensi serta kebiasaan dalam struktur sosial masyarakat. Selain itu, terdapat pula norma hukum yang menetapkan sanksi bagi pelanggaran yang terjadi, serta norma moral yang berlandaskan pada niat baik, kesadaran, dan kejujuran dalam setiap proses penelitian. Penelitian tidak hanya bertujuan untuk menghasilkan informasi atau suatu kebenaran yang dapat meningkatkan kesejahteraan manusia, tetapi juga

mengandung risiko ketidaknyamanan atau bahkan cedera pada subjek yang terlibat. Kedua aspek tersebut menjadi sebuah pertimbangan utama bagi komite etik dalam memberikan persetujuan untuk sebuah penelitian (Ratnaningtyas et al., 2023). Berikut adalah beberapa prinsip dalam penelitian:

3.8.1 Menghormati Harkat dan Martabat Manusia

Penelitian dilaksanakan dengan menjunjung tinggi harkat serta martabat manusia. Etika penelitian mencakup sejumlah norma, termasuk norma kesopanan yang menghormati konvensi serta kebiasaan dalam struktur sosial masyarakat. Selain itu, terdapat pula norma hukum yang menetapkan sanksi bagi pelanggaran yang terjadi, serta norma moral yang berlandaskan pada niat baik, kesadaran, dan kejujuran dalam setiap proses penelitian.

3.8.2 Menghormati Pribadi dan Kerahasiaan Subjek

Manusia yang menjadi subjek dalam penelitian memiliki hak atas privasi dan kerahasiaan informasi. Namun, tak dapat dipungkiri bahwa penelitian seringkali mengungkapkan informasi terkait subjek tersebut. Oleh karena itu, peneliti perlu menjaga kerahasiaan informasi yang seharusnya tidak diketahui oleh pihak lain. Salah satu cara untuk menerapkan prinsip ini adalah dengan menghilangkan identitas subjek, seperti nama responden dan alamat, dan menggantinya dengan kode tertentu.

3.8.3 Menghormati Keadilan dan Inklusivitas

Prinsip keterbukaan pada suatu penelitian mencerminkan pelaksanaan yang jujur, akurat, teliti, dan penuh kehati-hatian, serta dilakukan dengan profesionalisme. Sementara itu, prinsip keadilan berarti bahwa hasil penelitian harus memberikan

manfaat dan beban yang seimbang, sesuai dengan kebutuhan dan kemampuan objek yang diteliti.

3.8.4 Memperhitungkan Manfaat dan Kerugian yang Ditimbulkan

Berpinsip menekankan bahwasannya setiap penelitian diharuskan untuk mempertimbangkan manfaat sebesar-besarnya bagi subjek penelitian dan populasi di mana hasil penelitian akan diterapkan (*beneficence*). Selain itu, peneliti juga harus berupaya meminimalkan risiko atau dampak yang merugikan bagi subjek penelitian (*non-maleficence*). Hal ini menjadi perhatian penting bagi peneliti saat mengajukan proposal penelitian agar dapat memperoleh persetujuan etik dari badan komite etik penelitian. Peneliti dituntut untuk merefleksikan rasio antara keuntungan dan konsekuensi atau beberapa risiko yang mungkin ditimbulkan (Kurniawan, 2021). Peneliti sudah mendapatkan *ethical clearance* dengan No.813/Univ. Bhamada/Kep. EC/VI/2025

Dalam poin ini, dengan dilakukannya penelitian ini tidak hanya untuk sebagai syarat akademik untuk mendapatkann gelar peneliti, peneliti juga dapat melakukan pendidikan kesehatan di wilayah yang diteliti khususnya di Desa Pamengger Kecamatan Jatibarang Kabupaten Brebes. Melakukan edukasi bagaimana manfaat menerapkan pola makan yang sehat khususnya untuk remaja putri selain sebagai pencegahan nyeri dismenorea juga untuk mendukung proses tumbuh kembang remaja.

Kerugian yang terjadi pada penelitian ini khususnya kepada responden, peneliti sudah mempertimbangkan dengan melindungi data data privasi responden dengan tidak menyertakan nama secara umum dan diubah dengan inisial saja, informasi pribadi responden akan dijaga dan dirahasiakan dengan baik oleh peneliti, sehingga kerahasiaan dan informasi responden tetap terjaga. Peneliti juga memastikan dalam pengambilan data baik dilakukan peneliti maupun *enumerator*, peneliti memastikan

tidak mengganggu aktivitas keseharian responden khususnya remaja, dengan melakukan pengambilan data di waktu senggang, selain agar tidak mengganggu dan merugikan responden, peneliti juga mendapatkan data yang valid dengan ketersediaan waktu responden.