

BAB III

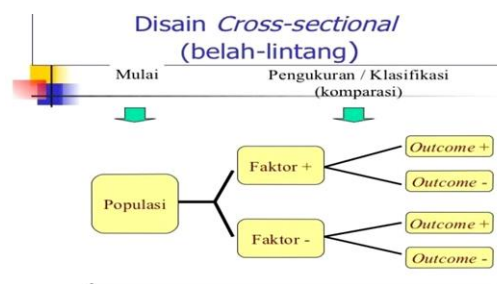
METODE PENELITIAN

3.1 Desain Penelitian

Penelitian ini merupakan jenis penelitian korelasi dengan desain *cross sectional*, yang bertujuan untuk mengetahui level aktivitas fisik dengan siklus menstruasi.

Menurut Fraenkel dan Wallen (2008) Korelasi adalah “Suatu penelitian yang berfungsi untuk mengetahui hubungan antara dua variabel atau lebih tanpa ada upaya untuk mempengaruhi variabel tersebut sehingga tidak terjadi manipulasi variable. Sedangkan, desain penelitian *Cross Sectional* merupakan rancangan penelitian dengan melakukan pengukuran atau pengamatan pada saat bersamaan atau dalam waktu yang sama (Hidayat, 2007).

Desain ini dapat mengetahui dengan jelas mana yang jadi proses dan *outcome*, serta kejelasan korelasi hubungan sebab akibat (Notoatmodjo, 2002). Karena hal itu maka desain penelitian ini digambarkan sebagai berikut :



Gambar 3.1 Desain Penelitian Cross Sectional (Cucuk Rahmadi P, 2012)

Keterangan :

Faktor + : Variable Independen (Faktor yang dipengaruhi)
Faktor - : Variable Dependen (Faktor yang mempengaruhi)

Outcome +/- : Hasil data (Ya/Tidak)

Pada gambar 3.1, Faktor + adalah desain yang menyatakan variable independen yaitu level aktivitas fisik, sedangkan Faktor – menjelaskan variable dependen yaitu siklus menstruasi, kemudian mengeluarkan outcome positif atau negatif (+/-) yang menjelaskan hasil dari level aktivitas fisik dan siklus menstruasi berupa Ya/Tidak ataupun ada hubungan/tidak ada hubungan pada populasi tersebut.

3.2 Prosedur Penelitian

Adapun prosedur yang akan dilakukan adalah sebagai berikut :

- 1) Peneliti mulai melakukan observasi, menentukan populasi dan menentukan sampel penelitian.
- 2) Peneliti melakukan pengambilan data melalui link *google form* berisikan penjelasan tujuan penelitian, lembar persetujuan atau *informed consent*, dan kuesioner *International Physical Activity Questionnaire (IPAQ)* yang telah divalidasi sebelumnya.
- 3) Pada tahap ini peneliti melakukan analisis terhadap hasil yang diperoleh dari kuisisioner menstruasi dan aktivitas olahraga. Kemudian, data yang di dapat akan diolah serta di analisis menggunakan aplikasi SPSS untuk mengetahui hasil atas penelitian tersebut.
- 4) Setelah itu, peneliti menyusun laporan dan menyajikan hasil penelitian

3.3 Partisipan

Partisipan dalam penelitian ini adalah mahasiswi Papua yang berkuliah di Universitas Pendidikan Indonesia yang berusia antara 20 - 27 tahun.

3.4 Populasi

Menurut Sugiyono (2017), Populasi adalah “wilayah generalisasi yang terdiri atas; obyek/subyek yang memiliki kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh

peneliti untuk dipelajari dan ditarik kesimpulannya". Populasi yang digunakan dalam penelitian ini yaitu mahasiswi Papua yang masih aktif kuliah di Universitas Pendidikan Indonesia.

3.5 Sampel

Sampel merupakan bagian populasi yang dipilih dengan sampling tertentu untuk bisa mewakili atau memenuhi populasi (Nursalam, 2008). Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan *Total Sampling*, yaitu cara pengambilan sampel dengan mengambil semua anggota populasi menjadi sampel (Notoatmodjo, 2010). Peneliti telah melakukan survei dilapangan dengan hasil jenis kelamin laki-laki berjumlah 25 orang, sedangkan jenis kelamin wanita berjumlah 30 orang. Maka, pada penelitian ini sampel yang digunakan adalah kelamin wanita dengan jumlah 30 orang. Dengan Kriteria :

- a. Mahasiswa Universitas Pendidikan Indonesia
- b. Berasal dari Papua berusia 20 - 27 Tahun.
- c. Bersedia mengisi kuisisioner dengan jujur dan mengizinkan data dirinya digunakan sebagai data untuk penelitian.
- d. Sudah pernah mengalami menstruasi.

Menurut Sujana (1992) Enam alasan seseorang boleh melakukan *Sampling* dalam penelitiannya adalah karena ukuran populasi, faktor biaya ataupun waktu, faktor ekonomis, faktor kecermatan penelitian, dan percobaan yang sifatnya dapat merusak atau mengganggu proses penelitian.

3.6 Instrumen Penelitian

Instrumen yang digunakan untuk mengumpulkan data dalam penelitian ini berupa angket yang terdiri dari *informed consent*, lembar observasi (yg berisikan pertanyaan seputar siklus menstruasi), kuisisioner IPAQ untuk mengetahui Level aktivitas fisik. Pemilihan instrumen penelitian berupa angket tertutup/ kuisisioner berupa *International Physical Activity Questionnaire* (IPAQ).

3.7 Analisis Data

Analisis data tentang level aktivitas fisik dengan siklus menstruasi pada mahasiswi Papua Universitas Pendidikan Indonesia, menggunakan analisis *bivariat* dan *unibivariat*. Dimana analisis *univariat* digunakan untuk mengetahui distribusi setiap variable. Sedangkan, analisis *bivariate* digunakan untuk membandingkan karakteristik antara dua variabel serta menjelaskan hubungan antara dua variabel tersebut, yaitu *variabel dependen* dengan *variabel independen*, dan analisis *bivariate* menggunakan uji spearman r_{ho} . Kemudian, data yang diperoleh merupakan *data primer* dari hasil pengisian kuesioner yang berisi tentang siklus menstruasi dan aktivitas fisik para responden.

Analisis korelasi sederhana (*Bivariate Correlation*) digunakan untuk mengetahui keeratan hubungan antara dua variabel dan untuk mengetahui arah hubungan yang terjadi. Koefisien korelasi sederhana menunjukkan seberapa besar hubungan yang terjadi antara dua variabel. Dalam SPSS ada tiga metode korelasi sederhana (*bivariate correlation*) diantaranya *Pearson Correlation*, *Kendall's tau- b*, dan *Spearman Correlation*. *Pearson Correlation* digunakan untuk data berskala interval atau rasio, sedangkan *Kendall's tau-b*, dan *Spearman Correlation* lebih cocok untuk data berskala ordinal. Nilai korelasi (r) berkisar antara 1 sampai -1, nilai semakin mendekati 1 atau -1 berarti hubungan antara dua variabel semakin kuat, sebaliknya nilai mendekati 0 berarti hubungan antara dua variabel semakin lemah. Nilai positif menunjukkan hubungan searah (X naik maka Y naik) dan nilai negatif menunjukkan hubungan terbalik (X naik maka Y turun) (Duwi Consultant,2011).

Menurut Sugiyono (2007) pedoman untuk memberikan interpretasi koefisien korelasi sebagai berikut:

| | |
|--------------|-----------------|
| 0,00 - 0,199 | = sangat rendah |
| 0,20 – 0,399 | = rendah |
| 0,40 – 0,599 | = sedang |
| 0,60 – 0,799 | = kuat |
| 0,80 – 1,000 | = sangat kuat |