

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

3.1 Desain Penelitian

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif bersifat analitik dengan menggunakan pendekatan *cross sectional*. Metode penelitian dengan pendekatan *cross sectional* yaitu studi yang sifatnya mengambil sampel waktu, sampel perilaku, sampel kejadian pada suatu saat tertentu saja (Muhadjir, 2011).

3.2 Waktu dan Tempat Penelitian

3.2.1 Waktu Penelitian

Waktu studi pendahuluan dilakukan pada tanggal 21 Maret 2019 dan waktu penelitian dilakukan enam hari pada tanggal 7-12 Mei 2019 dan disesuaikan dengan jadwal bertemu dengan responden di kampus tempat melaksanakan penelitian. Penentuan waktu penelitian mengacu pada kesiapan atau kesanggupan responden dimintai informasi baik mengisi kusioner ataupun wawancara.

3.2.2 Tempat Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan, Kel. Isola, Kec. Sukasari, Kota Bandung.

3.3 Populasi dan Sample Penelitian

3.3.1 Populasi

Populasi dalam penelitian ini adalah Mahasiswi Tingkat I Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Indonesia yang berjumlah 173 orang.

3.3.2 Sampel Penelitian

Penelitian ini menggunakan pengambilan sampel dengan *total sampling* yaitu teknik pengambilan sampel dimana jumlah sampel sama dengan populasi (Sugiyono, 2011). Sampel dalam penelitian ini adalah mahasiswi Tingkat I Jurusan/Prodi PKO, PJKR, IKOR, PGSD Penjas yang berjumlah total 183, namun

yang menjadi sample total hanya 173 dikurangi mahasiswi yang cuti serta keluar kuliahnya.

3.4 Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian yang digunakan untuk melakukan penelitian sindrom pramenstruasi berupa kuisisioner *Shortened Premenstrual Assessment Form* (SPAF). Menurut Allen (Dalam Pertiwi. 2016). SPAF merupakan kuesioner yang sudah dibakukan bersifat tetap dan sudah teruji validitas dan reabilitasnya. Di samping itu instrumen ini juga sudah digunakan oleh berbagai penelitian sindrom pramenstruasi diluar maupun di dalam negeri dan masih di gunakan sampai sekarang. Dalam penelitian ini *Shortened Premenstrual Assessment Form* (SPAF) telah diterjemahkan oleh Himpunan Penerjemah Indonesia sebelum dilakukan uji validitas dan reabilitas.

Menurut Allen (Dalam Pertiwi. 2016. hlm. 45) Kuisisioner ini berisi 10 (sepuluh) pertanyaan terkait gejala *premenstrual syndrome* yang diderita responden, yang terdiri atas tiga sub skala (nyeri (pertanyaan 1, 6, dan 8), emosi (pertanyaan 2 sampai 5), dan retensi air (pertanyaan 7, 9, dan 10)). Setiap pertanyaan memiliki bobot nilai 1-6 poin (1 = tidak mengalami, 2 = sangat ringan, 3 = ringan, 4 = sedang, 5= berat, 6 = ekstrim). Hasil dari kuisisioner ini dikategorikan menjadi 4 yaitu :

1. Skor 1 – 10 = Tidak Mengalami
2. Skor 11 – 19 = Ringan
3. Skor 20 – 29 = Sedang
4. Skor \geq 30 = Berat

Instrumen penelitian yang digunakan untuk melakukan penelitian manajemen *premenstrual syndrome* dilihat dari jenis manajemen dan frekuensi yang dilakukan oleh responden. Untuk mendapatkan data tersebut menggunakan kuisisioner yang dibuat oleh peneliti dengan pertanyaan.

1. Terapi Farmakologi

Berisi pertanyaan “Terapi Farmakologi” dan peneliti memberikan pilihan terapi obat seperti Obat anti peradangan non-steroid atau nonsteroidal Anti-

inflamasi (NSAIDS), Asam mefenamat, Obat penenang, Obat antidepresi, Diuretika.

2. Terapi Non-Farmakologi

Berisi pertanyaan “Terapi Non-Farmakologi” dan peneliti memberikan pilihan jenis kegiatan seperti massage/Pijat, olahraga (seperti lari, senam, aerobic, berenang dan berjalan kaki), istirahat yang cukup, terapi hormonal (kontraseptif oral), suplemen nutrisi (vitamin / mineral), modifikasi gaya hidup/pola diet, psikoterapi (terapi relaksasi, terapi kognitif perilaku, dan psikoterapi dinamik).

3. Frekuensi Tindakan

Berisi tindakan yang dilakukan responden seperti rutin, sering, jarang, tidak pernah.

3.5 Uji Validitas dan Reliabilitas

3.5.1 Uji Validitas

Validitas merupakan apa yang seharusnya diukur. Sebuah instrumen dikatakan valid jika instrumen itu mampu mengukur apa-apa yang seharusnya diukur menurut situasi dan kondisi tertentu (Setiadi, 2013). Uji validitas dilakukan di Mahasiswi Tingkat 1 Sekolah Tinggi Keguruan dan Ilmu Pendidikan Pasundan Cimahi pada tanggal 24-26 April 2019 dengan jumlah responden 30 orang. Proses validitas dilakukan dengan menganalisis data hasil uji coba instrumen. Metode yang digunakan pada pengujian validitas instrumen menggunakan rumus korelasi *Product Moment*. Pernyataan valid apabila $r_{hitung} > r_{tabel}$, sedangkan pernyataan dianggap tidak valid jika $r_{hitung} < r_{tabel}$ (0,312) pada $N = 30$.

Hasil uji validitas pada instrumen *premenstrual syndrome* didapatkan dari total 10 pertanyaan, pertanyaan yang valid sebanyak 10 pertanyaan karena r_{hitung} pada rentang 0,328-0,738 yang lebih besar dari r_{tabel} 0,312. Peneliti melakukan uji validitas kembali terhadap 30 responden mahasiswi, yang diolah menggunakan perangkat lunak komputer dengan taraf signifikan 0,05 memiliki $r_{hitung} > r_{tabel}$ (0,312) diperoleh hasil 10 item soal SPAF dengan nilai r_{hitung} dari 0,496-0,782, dan hasil 7 item soal manajemen *premenstrual syndrome* dengan r_{hitung} dari 0,435-0,799. Oleh karena itu, seluruh item pertanyaan pada SPAF dan manajemen *premenstrual syndrome* valid.

Tania Lestarini, 2019

PREVALENSI DAN MANAJEMEN PREMENSTRUAL SYNDROME SAAT MENJALANI AKTIVITAS OLAHRAGA PADA MAHASISWI FPOK UPI

3.5.2 Uji Reliabilitas

Setelah mengukur validitas, peneliti perlu mengukur reliabilitas instrumen. Reliabilitas merupakan indeks yang menunjukkan sejauh mana suatu alat pengukur dapat dipercaya atau dapat diandalkan. Hal ini menunjukkan sejauh mana hasil pengukuran itu tetap konsisten bila dilakukan pengukuran dua kali atau lebih terhadap gejala yang sama dengan menggunakan alat ukur yang sama (Saryono, 2011). Uji reliabilitas pada penelitian ini menggunakan *Cronbach Alpha*, suatu variabel dikatakan reliabel jika memberikan nilai *Cronbach Alpha* > 0,60 (Sujarweni, 2014).

Berdasarkan hasil uji reliabilitas instrument kepada 30 orang responden pada Mahasiswi Tingkat 1 Sekolah Tinggi Keguruan dan Ilmu Pendidikan Pasundan Cimahi didapatkan nilai $\alpha = 0,848$ pada kuesioner SPAF dan nilai $\alpha = 0,685$ pada kuesioner manajemen *premenstrual syndrome*, sehingga diperoleh kesimpulan bahwa item pertanyaan tersebut reliabel.

3.6 Definisi Operasional

Tabel 3.1
Definisi Operasional

No	Variabel	Definisi	Cara Ukur	Alat Ukur	Hasil Ukur	Skala Ukur
1	Prevalensi <i>premenstrual syndrome</i>	Kumpulan gejala fisik dan psikis yang dialami oleh remaja pada 7 hari sebelum menstruasi dimulai	Kuisisioner terdiri dari 10 pertanyaan. Setiap pertanyaan memiliki bobot nilai 1-6. 1. Tidak mengalami 2. Sangat ringan 3. Ringan 4. Sedang 5. Berat 6. Eksrim	Shortened premenstrual assesment form (SPAF)	Hasil dari kuisisioner ini dikategorikan menjadi 4 yaitu : Skor 1 – 10 = Tidak Mengalami Skor 11 – 19 = Ringan Skor 20 – 29 = Sedang Skor \geq 30 = Berat	Ordinal
2	Manajemen <i>premenstrual syndrome</i>	Jenis tindakan yang dilakukan mencegah atau mengurangi gejala sindrom pramenstruasi	Kuisisioner terdiri dari 7 pertanyaan. Setiap pertanyaan memiliki bobot nilai 1-4. 1. Rutin 2. Sering 3. Jarang 4. Tidak Pernah	Skala Likert		Ordinal

Tania Lestarini, 2019

PREVALENSI DAN MANAJEMEN PREMENSTRUAL SYNDROME SAAT MENJALANI AKTIVITAS OLAHRAGA PADA MAHASISWI FPOK UPI

Tania Lestari, 2019

PREVALENSI DAN MANAJEMEN PREMENSTRUAL SYNDROME SAAT MENJALANI AKTIVITAS OLAHRAGA PADA MAHASISWI FPOK UPI

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

3.7 Prosedur Penelitian

3.7.1 Tahap Persiapan

Hal-hal yang harus dipersiapkan dalam tahap persiapan adalah menentukan masalah, menentukan subyek penelitian, mencari instrumen penelitian, melakukan studi penelitian, mengajukan proposal pada dosen pembimbing I dan dosen pembimbing II, serta mengajukan permohonan ijin penilaian kepada pihak-pihak terkait (Program Studi DIII Keperawatan Universitas Pendidikan Indonesia dan Departemen Pendidikan Olahraga).

3.7.2 Tahap pelaksanaan

Setelah mendapat izin dari Ketua Program studi DIII Keperawatan Universitas Pendidikan Indonesia maka penelitian bisa dimulai. Sebelum masuk ke penelitian pada hari pertama hal yang dilakukan yaitu mengontrak waktu dengan subyek untuk diberikan penjelasan mengenai maksud dan tujuan dilaksanakan penelitian ini. Subyek ditanya mengenai ketersediaannya untuk menjadi sampel secara sukarela dengan *informed consent* terlebih dahulu. Setelah sampel dipilih sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi, lalu dijelaskan mengenai tatacara pengisian kuesioner, apabila responden kurang atau tidak mengerti maksud pertanyaan kuesioner, maka responden dipersilahkan untuk bertanya kepada peneliti. Waktu pengisian kuesioner adalah 10-15 menit tiap masing-masing responden. Lembar kuesioner diambil kembali oleh peneliti ketika responden telah selesai mengisi kuesioner. Kuesioner yang telah dikumpulkan akan diperiksa oleh peneliti dan akan memasuki tahap selanjutnya yaitu pengolahan dan analisis data.

3.8 Teknik Pengolahan dan Analisa Data

3.8.1 Langkah analisa data

Menurut Setiadi (2013), ada beberapa kegiatan yang dilakukan oleh peneliti pengelolaan data dalam pengolahan data kedalam beberapa tahap, yaitu :

1. *Editing*

Editing merupakan upaya untuk memeriksa kembali kebenaran data yang diperoleh atau dikumpulkan. Setelah kuesioner dikumpulkan kepada peneliti,

maka peneliti memeriksa hasil kuesioner yang telah di jawab oleh responden apakah sudah terisi semua atau belum.

2. *Coding*

Coding merupakan kegiatan pemberian kode numerik (angka) terhadap data yang terdiri atas beberapa kategori. Untuk *shortened premenstrual assessment form* (SPAF) diberikan kode 1 dan 2, dimana angka 1 untuk tidak ada gejala hingga gejala ringan dan angka 2 untuk gejala sedang hingga gejala berat.

3. *Entry data*

Data entri adalah kegiatan memasukkan data yang telah dikumpulkan kedalam database komputer, kemudian membuat distribusi frekuensi sederhana. Setelah selesai di berikan kode, maka selanjutnya jawaban dari setiap pertanyaan di masukan ke aplikasi SPSS untuk pengolahan data.

4. Melakukan teknik analisis

Dalam melakukan teknik analisis, khususnya terhadap data penelitian akan menggunakan ilmu statistik terapan yang disesuaikan dengan tujuan yang akan dianalisis. Setelah dimasukan data maka selanjutnya menggunakan analisis dengan SPSS untuk melihat hasil yang dimasukkan

3.8.2 Analisis Data

Dalam penelitian ini data di analisa dengan menggunakan analisis univariat terhadap variabel variasi untuk melihat gambaran responden mengenai variabel *premenstrual syndrome*. Analisa univariat dilakukan untuk melihat distribusi frekuensi dan presentase dari variabel yang diteliti (Sugiyono, 2014).

3.9 Etika Penelitian

3.9.1 Lembar Persetujuan (*Informed Consent*)

Peneliti memberikan *informed consent* (lembar persetujuan) kepada responden sebelum dilakukan penelitian. Lembar persetujuan merupakan kesadaran peneliti dan usahanya untuk dengan jelas memberikan informasi tentang studi penelitian kepada peserta penelitian. Peneliti dan peserta dapat bersama-sama mencapai persetujuan tentang hak-hak dan tanggung jawab masing-masing selama penelitian. Dalam lembar persetujuan ini responden juga dapat menolak jika tidak setuju untuk menjadi responden (Notoatmodjo, 2012).

Tania Lestarini, 2019

PREVALENSI DAN MANAJEMEN PREMENSTRUAL SYNDROME SAAT MENJALANI AKTIVITAS OLAHRAGA PADA MAHASISWI FPOK UPI

3.9.2 Otonomi (*autonomy*)

Otonomi adalah setiap individu memiliki kebebasan untuk memilih rencana kehidupannya sendiri (Potter & Perry, 2010). Peneliti menghargai pendapat yang dikemukakan oleh responden. Peneliti memberikan kebebasan kepada responden untuk menjawab setiap pertanyaan sesuai dengan kehendak mahasiswa tersebut tanpa paksaan (Yaqin, 2016).

3.9.3 *Privacy and Confidentiality* (Privasi dan Kerahasiaan)

Peneliti menjaga kerahasiaan atas informasi yang diberikan responden untuk kepentingan penelitian (Notoadmojo, 2010).

3.9.4 *Justice and Inclusiveness* (Jujur dan Keterbukaan)

Prinsip ini perlu dijaga oleh peneliti dengan kejujuran, keterbukaan, dan kehati-hatian. Prinsip ini menjamin agar semua subjek penelitian memperoleh perlakuan dan keuntungan yang sama. Sehingga peneliti melakukan wawancara dengan lansia perorangan (Notoadmojo, 2010).

3.9.5 *Kemanfaatan (Beneficence)*

Kemanfaatan merupakan prinsip untuk memberikan manfaat, keseimbangan manfaat terhadap risiko dan menentukan cara terbaik untuk membantu seseorang (Potter & Perry, 2010). Peneliti memberi jaminan bahwa responden bebas dari segala penderitaan selama penelitian berlangsung karena tidak ada intervensi yang membahayakan (Yaqin, 2016).