

BAB IV

METODE PENELITIAN

4.1 Desain Penelitian

Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif dengan desain penelitian deskriptif korelasi menggunakan pendekatan *cross-sectional*. Penelitian deskriptif korelasi digunakan untuk mengetahui hubungan antara dua variabel. Analisis menggunakan pendekatan *cross-sectional* yaitu untuk mengetahui korelasi antarvariabel dengan cara observasi atau pengumpulan data. Penelitian ini menjelaskan hubungan aktivitas fisik dengan tingkat kejadian dismenore pada mahasiswi Keperawatan UMM menggunakan pendekatan observasi atau mengumpulkan data dari sampel dalam waktu yang bersamaan.

4.2 Populasi, Sampel, dan Teknik Sampling

1) Populasi

Populasi dalam penelitian merupakan keseluruhan subyek yang akan diteliti (Widiasih et al., 2020). Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah mahasiswi jurusan Ilmu Keperawatan di Universitas Muhammadiyah Malang UMM sebanyak 426 mahasiswi.

2) Sampel

Sampel merupakan bagian dari populasi yang akan ikut serta dalam penelitian (Widiasih et al., 2020). Adapun kriteria inklusi dan eksklusi serta jumlah sampel pada penelitian ini sebagai berikut:

Kriteria inklusi

1. Mahasiswi aktif jurusan Ilmu Keperawatan angkatan 2020-2022
FIKES UMM
2. Perempuan yang pernah mengalami nyeri dismenore

3. Bersedia mengisi kuesioner penelitian

Kriteria eksklusi

1. Responden yang berhenti ditengah penelitian

3) Teknik sampling

Teknik sampling merupakan teknik pengambilan sampel dari populasi untuk digunakan dalam penelitian. Dalam penelitian ini teknik sampling yang digunakan adalah *accidental sampling* yaitu teknik pemilihan sampel yang dilakukan secara acak berdasarkan kebetulan, yakni sampel yang ditemukan saat penelitian berlangsung (Latif et al., 2021).



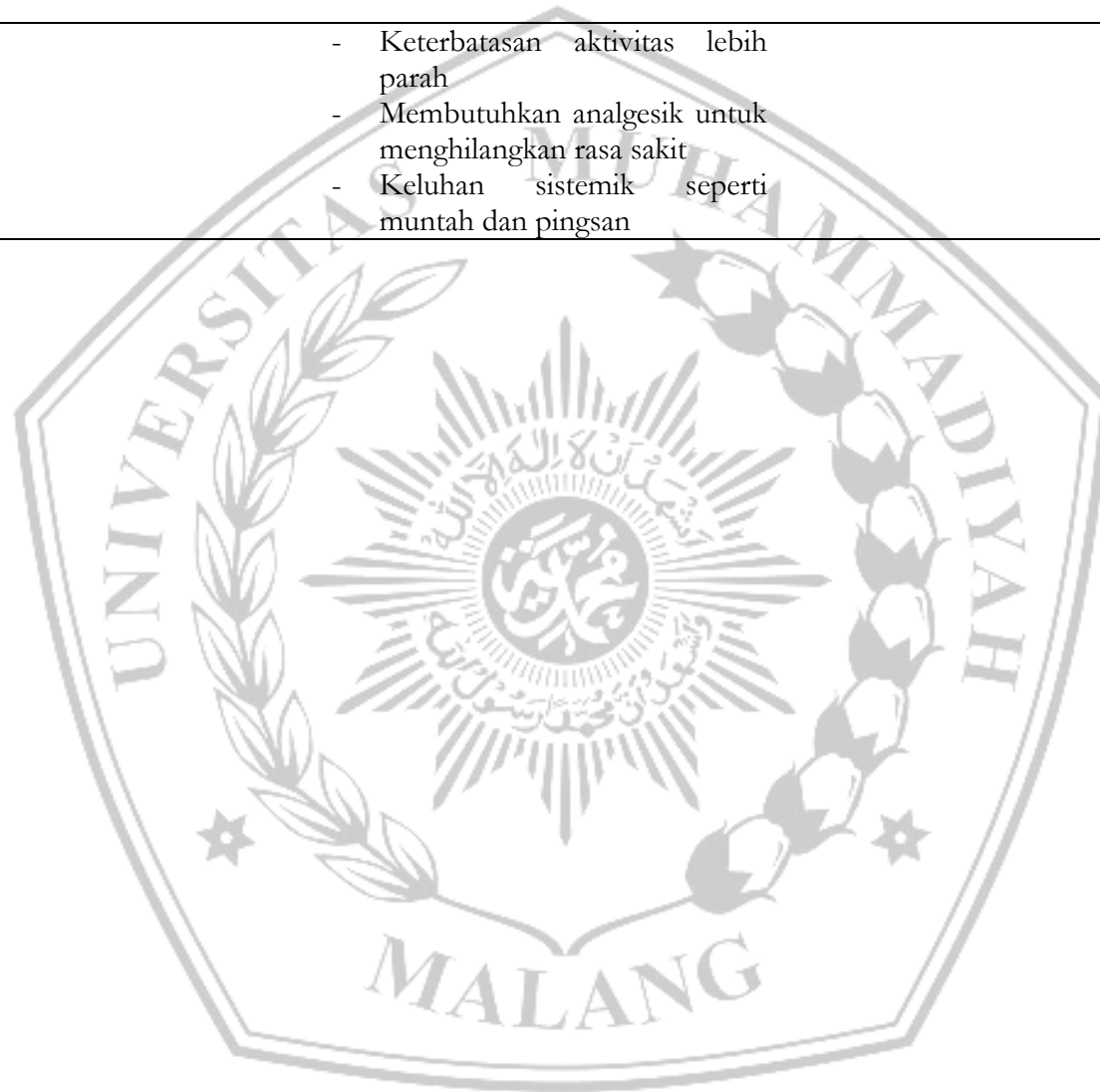
4.3 Definisi Operasional

Definisi operasional merupakan pemaparan batasan atau ukuran variabel yang bersangkutan (Kusumastuti Hendrawan & Hendrawan, 2020).

Tabel 4.1 Definisi Operasional

No.	Variabel	Definisi	Indikator	Alat Ukur	Skala	Skor
1	Variabel Independen: Aktivitas Fisik	Kegiatan menggerakkan anggota tubuh seseorang dengan membutuhkan energi untuk melakukannya.	<ul style="list-style-type: none"> - Aktivitas berjalan kaki - Aktivitas intensitas sedang - Aktivitas intensitas tinggi 	Kuesioner <i>International Physical Activity Questionnaire-Short Form</i> (IPAQ-SF) (Dharmansyah & Budiana, 2021)	Ordinal	<ul style="list-style-type: none"> 1. Aktivitas fisik rendah <600 MET-menit/minggu 2. Aktivitas fisik sedang ≥600 MET-menit/minggu 3. Aktivitas fisik tinggi minimal 1500 MET-menit/minggu
2	Variabel Dependen: Nyeri Dismenore	Kram perut yang dialami beberapa wanita dan terjadi sebelum atau selama menstruasi.	<ul style="list-style-type: none"> 1. Dismenore ringan <ul style="list-style-type: none"> - Tidak mengganggu aktivitas - Tidak perlu obat pereda nyeri 2. Dismenore sedang <ul style="list-style-type: none"> - Mempengaruhi aktivitas sehari-hari - Memerlukan obat untuk menghilangkan rasa sakit - Menimbulkan beberapa gejala sistemik 3. Dismenore berat 	Kuesioner <i>Numeric Rating Scale</i> (NRS) (Handayany et al., 2020)	Ordinal	<ul style="list-style-type: none"> 1. Skor 0 = tidak nyeri 2. Skor 1-3 = nyeri ringan 3. Skor 4-6 = nyeri sedang 4. Skor 7-10 = nyeri berat

-
- Keterbatasan aktivitas lebih parah
 - Membutuhkan analgesik untuk menghilangkan rasa sakit
 - Keluhan sistemik seperti muntah dan pingsan
-



4.4 Tempat Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Universitas Muhammadiyah Malang.

4.5 Waktu Penelitian

Waktu pelaksanaan penelitian ini dilakukan pada 18 September – 18 Oktober 2023 di Kampus II Universitas Muhammadiyah Malang.

4.6 Instrument Penelitian

Penelitian ini menggunakan instrumen observasi dan kuesioner. Kuesioner merupakan instrumen atau alat ukur yang digunakan dalam pengumpulan data dengan cara memberikan angket berisikan pertanyaan pada responden.

1) Uji Validitas dan Uji Reliabilitas

Uji validitas merupakan tahap yang dilakukan untuk menguji item dalam sebuah instrumen. *International Physical Activity Questionnaire-Short Form* (IPAQ-SF) merupakan instrumen yang digunakan untuk pengawasan aktivitas fisik secara global yang telah diuji validitas dan reliabilitas oleh Dharmansyah & Budiana (2021) pada 25 responden didapatkan hasil 0.910 menggunakan koefisien Kaiser-Meyer-Olkin (KMO), uji kebulatan Barlett yaitu $X^2=573,434$ ($df=28$, $p<0.000$) dan koefisien *alfa Cronbach* didapatkan 0.884 yang artinya valid dan reliabel sebagai alat ukur aktivitas fisik serta telah diterjemahkan ke dalam bahasa Indonesia sehingga cocok digunakan untuk masyarakat Indonesia.

Hasil uji validitas pengukuran NRS didapatkan skor $r=0.90$ dan reliabilitas didapatkan 0.95 yang telah diuji validitas dan reliabilitas oleh (Handayany et al., 2020; Li et al., 2007).

2) Kuesioner Aktivitas Fisik

Kuesioner aktivitas fisik menggunakan IPAQ-SF yang terdiri dari 7 pertanyaan dengan empat domain, yaitu domain aktivitas fisik di waktu senggang, kegiatan rumah tangga, aktivitas fisik di tempat kerja, dan aktivitas fisik terkait dengan transportasi (Sember et al., 2020). Dari domain tersebut, masing-masing dikategorikan dalam tingkatan atau intensitas aktivitas fisik dengan hasil akhir yaitu jumlah MET-menit/minggu dan skor kategori aktivitas fisik. Adapun rumus yang digunakan dalam pengukuran aktivitas fisik berdasarkan MET-menit/minggu menurut (Pemayun et al., 2022) yaitu:

- a. Aktivitas berjalan = $3,3 \times \text{durasi menit} \times \text{durasi hari}$
- b. Aktivitas sedang = $4,0 \times \text{durasi menit} \times \text{durasi hari}$
- c. Aktivitas tinggi = $8,0 \times \text{durasi menit} \times \text{durasi hari}$
- d. Total aktivitas fisik = hasil aktivitas berjalan + aktivitas sedang + aktivitas tinggi

Pengkategorian aktivitas fisik dilakukan setelah hasil kuantifikasi aktivitas fisik didapatkan.

- a. Kategori rendah merupakan aktivitas selain kategori 2 dan 3, seperti duduk atau berjalan dengan skor MET-menit/minggu <600
- b. Kategori sedang terdiri dari 20 menit aktivitas berat minimal 3 hari, atau 30 menit aktivitas sedang minimal 5 hari, atau kombinasi aktivitas fisik tinggi dan sedang dengan minimal >600 MET-menit/minggu selama 5 hari atau lebih
- c. Kategori tinggi terdiri dari aktivitas tinggi dengan minimal >1500 MET-menit/minggu selama 3 hari, atau minimal >3000 MET-

menit/minggu dengan kombinasi aktivitas fisik rendah, sedang dan tinggi selama 7 hari

3) Kuesioner Tingkat Nyeri Dismenore

Kuesioner untuk mengukur tingkat nyeri dismenore yang dialami responden dalam penelitian ini menggunakan pengukuran *Numeric Rating Scale* (NRS) yang terdiri dari 4 skala nyeri (Maysaroh et al., 2021).

4.7 Prosedur Pengumpulan Data

1) Tahap Persiapan

- a. Melakukan konsultasi dengan dosen pembimbing mengenai pembuatan proposal
- b. Menyusun proposal penelitian dari BAB I, II, III, dan IV
- c. Melakukan studi pendahuluan kepada 10 mahasiswi keperawatan di masing-masing angkatan 2020-2022 di Universitas Muhammadiyah Malang

2) Tahap Pelaksanaan

- a. Telah mendapatkan izin untuk melakukan penelitian di Kampus 2 Universitas Muhammadiyah Malang.
- b. Menghubungi perwakilan ketua kelas via *Whatsapp* untuk penjadwalan dan ketersediaan pembagian kuesioner di masing-masing kelas.
- c. Membagikan kuesioner ke 3 kelas angkatan 2020, 3 kelas angkatan 2021, dan 6 kelas angkatan 2022 dengan dibantu asistensi penelitian dan menjelaskan prosedur pengisian sebelum dibagikan ke responden.
- d. Memberikan penjelasan penelitian kepada responden dengan membagikan lembar kuesioner yang berisi keterangan jelas tentang tujuan dan manfaat penelitian serta memastikan keamanan dan

kerahasiaan penelitian, *informed consent*, halaman persetujuan, kuesioner untuk menjaring sampel, dan kuesioner penelitian.

- e. Setelah responden setuju, pengisian kuesioner dapat dilanjutkan.
- f. Kuesioner di cek kembali setelah reponden mengisi lembar kuesioner.

3) Tahap Pengolahan Data

a. *Editing*

Penyutinan data dilakukan untuk menghindari adanya jawaban kosong pada lembar kuesioner.

b. *Coding*

Data diberi kode untuk mempermudah pengolahan sebelum dimasukan ke aplikasi atau alat pengolahan data. Kode dapat berupa angka atau huruf.

c. *Entry data*

Proses pemasukan data kedalam program computer, berupa *Microsoft Excel* lalu diolah dalam *software* SPSS 21.

d. *Tabulating*

Pengelompokkan data yang disusun dalam bentuk tabel supaya hasil penelitian mudah dibaca dan dipahami.

4.8 Analisa Data

1) Analisa Univariat

Analisis univariat digunakan untuk mendeskripsikan karakteristik variabel penelitian dengan menghitung distribusi frekuensi dan perbandingan perhitungan data setelah terkumpul lalu diklasifikasikan menurut variabel yang diteliti dan diolah menggunakan rumus (Azzahri & Ikhwan, 2019). Analisis univariat dalam penelitian ini yaitu aktivitas fisik,

tingkat nyeri, dan data demografi mahasiswi Keperawatan UMM meliputi nama/ inisial, usia, angkatan, status perkawinan, dan penyakit penyerta.

2) Analisa Bivariat

Analisis bivariat digunakan untuk menganalisa hubungan kedua variabel, yaitu variabel independen dan variabel dependen (Azzahri & Ikhwan, 2019). Penelitian ini mengukur hubungan aktivitas fisik dengan tingkat kejadian nyeri dismenore pada mahasiswi menggunakan uji korelasi *Spearman rank* untuk mengetahui hubungan variabel independen dan variabel dependen dengan skala data ordinal dan bebas terdistribusi.

Terdapat tiga hal yang dibaca pada uji korelasi *Spearman rank*, diantaranya:

1. Apakah ada hubungan antara dua variabel (nilai signifikan)

2. Kekuatan hubungan (nilai r)

0.00-0.19 : sangat lemah

0.20-0.399 : lemah

0.40-0.599 : sedang

0.60-0.799 : kuat

0.80-1.00 : sangat kuat

3. Arah hubungan (+ atau -)

(+) positif : semakin tinggi nilai variabel X maka semakin tinggi nilai variabel Y (semakin tinggi aktivitas fisik maka tingkat nyeri dismenore semakin menurun atau membaik)

(-) negatif : semakin rendah nilai variabel X maka semakin tinggi nilai variabel Y (semakin rendah aktivitas fisik maka tingkat nyeri dismenore semakin berat)

4.9 Etika Penelitian

Etika penelitian merupakan pedoman dalam melakukan penelitian mulai dari penulisan proposal penelitian, pelaksanaan, pelaporan hasil, hingga publikasi hasil penelitian yang dilakukan untuk memantau peneliti dalam melakukan penelitian dengan standar etika yang tinggi (Kurniawan & Agustini, 2021). Adapun 4 standar prinsip etika menurut Adiputra et al. (2021), yaitu:

1) *Respect for human dignity*

Setiap manusia memiliki harkat dan martabat sebagai individu yang saling menghormati. Responden memiliki kebebasan dalam menentukan keputusannya dalam penelitian, apakah setuju menjadi responden dan mengikuti penelitian atau tidak ikutserta dalam penelitian.

2) *Respect for privacy and confidentiality*

Sebagai subyek riset, privasi dan kerahasiaan responden sangat dihormati dalam penelitian. Sehingga nama tidak dicantumkan, tetapi menggunakan inisial saja.

3) *Respect for justice and inclusiveness*

Memperlakukan seseorang dengan adil merupakan suatu kewajiban bagi peneliti. Bukan hanya adil dalam memperoleh haknya tetapi juga tidak membebani responden tentang hal yang bukan tanggungjawab dan kewajiban responden. Perlakuan yang adil secara menyeluruh dan pembagian yang seimbang dilakukan dengan mengamati pembagian usia, jenis kelamin, status ekonomi, budaya, dan pertimbangan lainnya.

4) *Balancing harms and benefits*

Manfaat dan kerugian yang timbul diperhitungkan dalam penelitian. Penelitian memberikan manfaat yang optimal dengan kerugian minimum.

Desain pada riset telah memenuhi persyaratan ilmiah dan peneliti dapat melakukan riset serta melindungi kesejahteraan subjek penelitian.

