

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Rancangan Penelitian

Rancangan penelitian disebut rencana, karena rancangan tersebut memuat sistematis keseluruhan kegiatan yang akan dilakukan peneliti. Disebut sebagai struktur, karena rancangan penelitian melakukan strukturasi penelitian. Yang dimaksud dengan strukturasi ialah di dalam rancangan penelitian tergambar model atau paradigma operasional variabel, yang diidentifikasi jenis dan sifat variabel serta hubungan antara variabel tersebut. Rancangan penelitian merupakan rencana menyeluruh dari penelitian mencakup hal-hal yang akan dilakukan peneliti mulai dari membuat hipotesis dan implikasinya secara operasional sampai pada analisa akhir, data yang selanjutnya disimpulkan dan diberikan saran (A. Gide, 2018).

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif, menggunakan data primer dengan pendekatan *cross sectional*. *Cross sectional* adalah penelitian yang dilakukan sekali tanpa ada kelanjutannya (Sugiyono, 2022).

B. Subjek Penelitian

1. Populasi

Menurut Handayani (2020), populasi adalah totalitas dari setiap elemen yang akan diteliti yang memiliki ciri sama, bisa berupa individu dari suatu kelompok, peristiwa, atau sesuatu yang akan diteliti (Handayani & Milie, 2020). Adapun populasi dalam penelitian ini adalah Remaja Putri kelas 11 yang ada di SMAN 1 Belalau Kabupaten Lampung Barat, sebanyak 85 responden.

2. Sampel

Sampel adalah sebagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut, ataupun bagian kecil dari anggota populasi yang diambil menurut prosedur tertentu sehingga dapat mewakili populasinya (Handayani & Milie, 2020). Sampel dalam peneliti ini

adalah total populasi Remaja Putri di SMAN 1 Belalau Kabupaten Lampung Barat, sebanyak 85 sampel.

C. Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan November 2024 – Mei 2025 di SMAN 1 Belalau Kabupaten Lampung Barat.

D. Pengumpulan Data

1. Cara Pengumpulan Data

a. Data Primer

Data primer adalah data yang diperoleh langsung oleh peneliti dilapangan dengan menggunakan kuesioner mengenai Kualitas Tidur, pola menstruasi dan asupan zat gizi kepada responden untuk mendapatkan informasi dan jawaban. Kuesioner adalah metode dalam proses pengumpulan data dengan sistem pengajuan suatu daftar pertanyaan secara tertulis. Dimana pernyataan tersebut akan diberikan kepada para individu untuk memberikan jawaban secara tertulis. Tahapan pengumpulan data primer :

1) Penyusunan Kuesioner

Peneliti merancang dan menyusun daftar pertanyaan berdasarkan variabel yang diteliti, yaitu kualitas tidur, pola menstruasi, dan asupan zat gizi. Pertanyaan disusun secara sistematis agar mudah dipahami oleh responden.

2) Uji Validitas dan Reliabilitas

Sebelum digunakan secara luas, kuesioner diuji terlebih dahulu kepada sejumlah kecil responden untuk mengukur validitas (ketepatan) dan reliabilitas (konsistensi) instrumen.

3) Penentuan Responden

Menentukan kriteria inklusi dan eksklusi untuk memilih responden yang sesuai dengan tujuan penelitian.

4) Penyebaran Kuesioner

Kuesioner dibagikan langsung kepada responden, baik secara manual (tatap muka) maupun melalui media online, tergantung

pada kondisi dan aksesibilitas responden.

5) Pengisian Kuesioner oleh Responden

Responden mengisi kuesioner secara mandiri sesuai dengan instruksi yang diberikan, dengan jaminan kerahasiaan data.

6) Pengumpulan dan Pemeriksaan Kuesioner

Setelah kuesioner dikumpulkan kembali, peneliti memeriksa kelengkapan dan konsistensi jawaban yang diberikan oleh responden.

7) Pengolahan Data

Data yang terkumpul diolah dan dianalisis sesuai dengan metode statistik yang telah ditentukan dalam rancangan penelitian.

E. Pengolahan dan Analisis Data

1. Pengolahan Data

a. *Editing*

Data yang diperoleh dari lapangan baik wawancara, angket atau pengamatan dari lapangan harus dilakukan *editing* terlebih dahulu. Peneliti mengecek kembali apakah semua pertanyaan sudah terisi, apakah setiap pertanyaan dan jawaban bias dibaca dengan jelas, apakah jawaban dan pertanyaan sudah selesai, apakah pertanyaan dan jawaban konsisten dengan yang lain. Apakah jawaban dari responden sudah lengkap maka peneliti mengecek kembali apakah jawaban tersebut sudah benar atau masih terdapat kekurangan.

b. *Coding*

Memberikan kode terhadap hasil yang diperoleh dari data yang ada untuk memudahkan memasukkan data dalam computer agar memperoleh proses pengolahan data. Memberikan kode terhadap hasil yang diperoleh dari data yang ada untuk memudahkan memasukkan data dalam komputer agar memperoleh proses pengolahan data. Data yang di berikan kode pada penelitian ini adalah anemia, yaitu :

1) Kejadian anemia

0 = Tidak anemia : $> 12 \text{ g/dL}$

- 1 = Anemia : < 12 g/Dl
- 2) Kualitas tidur
- 0 = Baik : < 5
- 1 = Buruk : >5
- 3) Pola menstruasi
- 0 = Normal : 28 hari
- 1 = Tidak normal : > 35 hari
- 4) Asupan zat gizi
- 0 = Normal : 90-120%
- 1 = Tidak normal : <90% dan >120%

c. *Tabulating*

Menyusun dan mengorganisir data sedemikian rupa, sehingga akan dapat dengan mudah untuk dilakukan penjumlahan, disusun dan disajikan dalam bentuk tabel atau grafik.

d. *Entry*

Merupakan lanjutan dari tabulating yaitu dengan memasukkan data ke program komputer yang selanjutnya akan diproses oleh komputer.

e. *Cleaning*

Cleaning (pembersihan data) merupakan kegiatan pengecekan kembali data yang sudah diproses apakah ada kesalahan atau tidak pada masing-masing yang sudah diproses sehingga dapat diperbaiki dan dinilai

2. Analisis Data

Analisis data merupakan pengolahan data dari variabel penelitian menggunakan komputer (Kuncoro & Mudrajad, 2021). Pada penelitian ini analisis data dilakukan dengan dua cara yaitu:

a. Analisis univariat

Analisa univariat adalah suatu tabel yang menggambarkan penyajian data dalam bentuk distribusi frekuensi untuk satu variabel saja (Notoatmodjo, Soekidjo, 2018). Pada penelitian dari hasil pengolahan data, proses selanjutnya adalah analisis data berdasarkan

analisis dengan univariat yang menampilkan distribusi frekuensi masing-masing variabel dengan cara menghitung presentase.

$$\text{Persentase} = \left(\frac{\text{Frekuensi Kategori}}{\text{Jumlah Seluruh Frekuensi}} \right) \times 100\%$$

b. Analisis bivariat

Analisis bivariat dilakukan kepada dua variabel yang diduga berhubungan atau berkorelasi. Analisis bivariat dilakukan apabila sudah melakukan analisis univariat, dan hasilnya akan diketahui karakteristik atau distribusi setiap variabel (Notoadmodjo, 2018).

Analisis bivariat dilakukan untuk menguji hubungan antar variabel independen terhadap variabel dependen dengan menggunakan uji *chi-square* (χ^2). Syarat yang dapat digunakan adalah membandingkan antara nilai *chi-square* hitung dengan *chi-square* tabel pada nilai 5% :

- 1) Jika nilai *chi square* hitung (*p value*) < dari *chi square* tabel (*p* tabel) maka artinya H_a diterima dan H_0 ditolak.
- 2) Jika frekuensi sangat kecil, penggunaan uji ini mungkin kurang tepat.

Rumus Uji Chi-Square (χ^2)

$$\chi^2 = \sum \frac{(O_i - E_i)^2}{E_i}$$

Keterangan:

- O_i = Frekuensi observasi (data asli)
- E_i = Frekuensi harapan (dihitung berdasarkan total baris dan kolom)
- $\sum$ = Penjumlahan seluruh sel dalam tabel kontingensi

Syarat Uji Chi-Square

- 1) Data harus bersifat kategorik (nominal atau ordinal).
- 2) Jumlah data harus cukup besar (disarankan jika setiap sel tabel memiliki frekuensi harapan minimal 5).
- 3) Responden harus independen (satu responden hanya masuk dalam satu kategori).
- 4) Uji dilakukan pada tingkat signifikansi 5% ($\alpha = 0,05$).

F. Ethical Clearance

Ethical Clearance (EC) atau kelayakan etik adalah keterangan tertulis yang diberikan oleh Komisi Etik Penelitian untuk riset yang melibatkan makhluk hidup yang menyatakan bahwa suatu proposal riset layak dilaksanakan setelah memenuhi persyaratan tertentu. Dilain pihak, persetujuan dari Komisi Ethical Clearance dalam suatu penelitian sangat diperlukan dalam publikasi jurnal ilmiah nasional ataupun international.

Penelitian yang membutuhkan *Ethical Clearance (EC)* pada dasarnya adalah seluruh penelitian/riset yang menggunakan makhluk hidup sebagai subyek penelitian, baik penelitian yang melakukan pengambilan specimen ataupun yang tidak melakukan pengambilan specimen. Penelitian/riset yang dimaksud adalah penelitian biomedik yang mencakup riset pada farmasetik, alat biologic serta penelitian epidemiologic, sosial dan psikososial.

1. Informed Consent (Lembar Persetujuan)

Penelitian dilakukan terlebih dahulu dengan memberikan lembar persetujuan (*informed consent*) serta penjelasan mengenai penelitian kepada sampel penelitian. Jika ibu bersedia menjadi sampel, maka dipersilahkan menandatangani lembar persetujuan. Jika menolak, maka peneliti tidak diperbolehkan memaksa dan tetap menghormati hak sampel. Tujuan *Informed Consent* adalah agar subyek mengerti maksud dan tujuan penelitian, mengetahui dampaknya.

2. Anonymity (Tanpa nama)

Untuk menjaga kerahasiaan identitas sampel, peneliti akan menggunakan kode dalam bentuk huruf pada masing-masing lembar pengumpulan data tanpa menuliskan nama sampel pada lembar pengumpulan data dan hasil penelitian.

3. Confidentialiy (Kerahasiaan)

Kerahasiaan informasi yang diberikan sampel akan dijamin oleh peneliti dengan tidak memberitahukan hasil observasi pada orang lain, baik informasi maupun masalah-masalah lainnya.

4. *Respect Justice and Inclusiveness*

Untuk memenuhi prinsip keterbukaan, penelitian dilakukan secara jujur, hati-hati, professional, berperikemanusiaan dan memperhatikan faktor- faktor ketepatan, keseksamaan, dan kecermatan.

5. *Balancing Harms and Benefits*

Penelitian meminimalisasi dampak yang merugikan subjek.