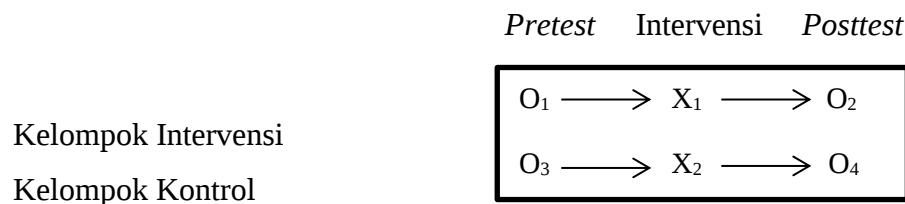


BAB III

METODE PENELITIAN

A. Rancangan Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif yang menggunakan desain penelitian *Quasi Eksperiment* dengan pendekatan *Pretest-Posttest Design with control group*. Pada rancangan ini pengukuran dilakukan satu kali diawal (pretest), kemudian diberikan perlakuan pada kelompok intervensi (eksperimental treatment) dengan Dyrset dan perlakuan pada kelompok pembanding dengan teknik relaksasi nafas dan setelah itu dilakukan pengukuran akhir (posttest). Test yang akan dilakukan yaitu dengan lembar observasi NRS (*Numeric Rating Scale*) yang selanjutnya akan dilihat perbandingan hasil skala nyeri sebelum dan sesudah diberikan intervensi..



Gambar 11 Rancangan Penelitian

Keterangan :

O1 = Pretest Kelompok Intervensi

O2 = Posttest Kelompok Intervensi

O3 = Pretest Kelompok Kontrol

O4 = Posttest Kelompok Kontrol

X1 = Intervensi Penggunaan Dyrset

X2 = Intervensi Penggunaan Teknik Relaksasi Nafas

B. Subjek Penelitian

1. Populasi

Populasi merupakan keseluruhan objek yang akan diteliti (Notoatmodjo, 2018). Populasi merupakan wilayah generalisasi yang terdiri atas objek/subjek tertentu yang memiliki karakteristik yang telah ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari yang selanjutnya akan ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2018). Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswi yang mengalami nyeri dismenore di asrama kebidanan tingkat 1 Poltekkes Tanjungkarang.

2. Sampel

Menurut Sugiyono (2018), sampel merupakan bagian dari populasi yang memiliki karakteristik yang telah ditentukan oleh peneliti. Sampel dalam penelitian ini merupakan mahasiswi yang mengalami dismenore di Asrama Poltekkes Tanjungkarang, Kota Bandar Lampung, dengan kriteria sebagai berikut.

a. Kriteria Inklusi

Kriteria inklusi ialah kriteria dimana responden/subjek penelitian mewakili sampel yang memenuhi syarat sebagai sampel (Notoatmodjo, 2018). Kriteria inklusi dalam penelitian ini antara lain:

- 1) Mahasiswi Asrama Kebidanan yang mengalami dismenore
- 2) Tidak dalam kondisi gawat darurat
- 3) Bersedia menjadi responden

b. Kriteria Eksklusi

Kriteria eksklusi merupakan kriteria dimana responden/subjek penelitian tidak dapat mewakili sampel dikarenakan tidak memenuhi syarat sebagai sampel seperti terdapat hambatan, menolak menjadi responden dan sebagainya (Notoatmodjo, 2018b).

Kriteria eksklusi dalam penelitian ini antarlain :

- 1) Dalam keadaan sakit berat atau ada kegawatdaruratan sehingga tidak dapat dilakukan intervensi
- 2) Mahasiswi yang tidak bersedia menjadi responden

Jumlah sampel dalam penelitian ini ditentukan menggunakan tabel penentuan jumlah sampel dari Isaac & Michael (dikenal juga sebagai tabel Federal), yang digunakan apabila jumlah populasi diketahui. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswi dismenore asrama kebidanan tingkat I Poltekkes Tanjungkarang yang berjumlah 30 orang.

Berdasarkan tabel Isaac & Michael dengan tingkat kesalahan 5%, untuk populasi sebanyak 30 orang, jumlah sampel yang direkomendasikan adalah sebanyak 28 orang. Untuk mengantisipasi kemungkinan Drop Out (DO) atau responden yang tidak dapat mengikuti penelitian sampai selesai, peneliti menambahkan cadangan sebesar 10%, sehingga jumlah sampel yang dibutuhkan dalam penelitian ini adalah 30 orang.

3. Teknik Pengambilan Sampel

Teknik sampling adalah suatu proses untuk memilih sampel yang akan diteliti dari populasi yang ada sehingga jumlah sampel dapat mewakili keseluruhan populasi yang ada. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini dilakukan dengan teknik total sampling yaitu salah satu metode pengambilan sampel di mana seluruh populasi yang memenuhi kriteria inklusi digunakan sebagai sampel penelitian. Dengan kata lain, semua individu dalam populasi yang sesuai dengan syarat penelitian akan diikutsertakan sebagai responden. Teknik ini digunakan dikarenakan ukuran populasi relatif kecil atau peneliti ingin memperoleh hasil yang lebih akurat dan representative

C. Lokasi dan Waktu Penelitian

1. Lokasi

Penelitian ini dilakukan di Asrama Kebidanan Poltekkes Tanjungkarang, Kota Bandar Lampung.

2. Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan selama dua bulan yaitu pada bulan Maret-April tahun 2025

D. Pengumpulan data

1. Jenis Data

a. Data Primer

Data primer adalah data yang diperoleh langsung dari responden. Pengumpulan data dilakukan dengan mengisi lembar observasi yang diberikan kepada responden. Data yang dikumpulkan meliputi karakteristik responden seperti nama, usia, serta skor nyeri yang dirasakan oleh mahasiswi yang dikumpulkan dengan menggunakan lembar observasi dengan menggunakan skala penilaian NRS.

2. Teknik Pengumpulan Data

Menurut Sahir (2022), teknik pengumpulan data ialah alat untuk mendapatkan data lapangan. Teknik pengumpulan data pada penelitian ini adalah dengan menggunakan Lembar observasi NRS. Peneliti memberikan link google form yang berisi lembar persetujuan kepada responden yang memenuhi kriteria. Setiap responden diminta untuk menyetujui lembar persetujuan dan selanjutnya dilakukan observasi terkait nyeri dismenore. Peneliti melakukan 2 kali pengumpulan data yaitu sebelum dan sesudah dilakukan intervensi. Intervensi dilakukan sebanyak 4 kali pada perawatan dismenore, yang kemudian responden akan diminta untuk mengenakan dyrset setiap harinya dalam jangka waktu 2 hari. Hal ini sejalan dengan penelitian Pitriani et al., 2023 bahwa terdapat pengaruh kompres hangat atau teknik pijat effleurage dan kompres hangat terhadap nyeri. Setelah itu peneliti melakukan penilaian prostest untuk menilai skala nyeri dismenore setelah dilakukan intervensi. Data ini merupakan data primer yang merupakan data yang diambil secara langsung dari responden.

3. Instrumen Pengumpulan Data

Instrumen pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan alat / instrumen yaitu lembar observasi yaitu lembar Numerical Rating Scale (NRS) untuk menilai tingkat nyeri yang kelengkapan kuesioner

yang telah diisi peneliti sesuai dengan jawaban responden dan semua data sudah terisi lengkap

E. Pengelolaan dan Analisa Data

1. Pengelolaan Data

Merupakan langkah awal yang dilakukan untuk membuat data lebih sederhana sehingga data lebih mudah dipahami dan lebih siap untuk di analisa. Tahapan dalam pengolahan data antaralain :

a. Editing

Merupakan proses pemeriksaan daftar pertanyaan yang telah dikumpulkan. Hasil dari lembar observasi yang telah diisi oleh responden harus melewati tahapan editing. Tahap ini berfungsi untuk mengecek dan memperbaiki isi dari kuisisioner seperti kelengkapan dari isi pertanyaan, jawaban yang cukup jelas dan relevan dengan pertanyaan serta konsisten atau tidaknya suatu jawaban.

b. Coding

Merupakan pengkodean suatu data setelah kuesioner diedit sesuai dengan tujuan dari pengumpulan data. Tahap ini mengubah data yang berbentuk kalimat menjadi data angka dan berguna dalam memasukkan data.

c. Tabulasi

Tahap ini dilakukan untuk memudahkan peneliti dalam menganalisa data yaitu mengelompokkan data ke dalam tabel sesuai dengan tujuan penelitian.

d. Processing

Merupakan tahapan memproses data sehingga data yang sudah di entry dapat dianalisa menggunakan komputerisasi.

e. Cleaning

Merupakan tahapan pembersihan data apabila terdapat kesalahan pada saat entry data sehingga data dapat diperbaiki dan dinilai.

2. Analisa Data

a. Analisis Univariat

Analisis univariat digunakan untuk menelaah satu variabel secara independen guna memahami sifat atau distribusinya pada satu waktu. Sehingga uji deskriptif yang dapat digunakan dalam jenis analisis ini (Hardani et al., 2020). Analisis dalam penelitian ini bertujuan untuk mengetahui distribusi frekuensi dan presentase.

b. Analisis Bivariat

Analisis bivariat dilakukan untuk mengetahui pengaruh penggunaan dyrset dan teknik relaksasi terhadap penurunan nyeri dismenore pada mahasiswi dengan menggunakan uji Independent Sample T-Test yang akan mendapatkan hasil analisa sebagai berikut.

- 1) Bila $p\text{-value} < 0,05$ berarti ada pengaruh Dyrset dan Teknik Relaksasi Nafas terhadap penurunan skala nyeri dismenore di Asrama Kebidanan Poltekkes Tanjungkarang
- 2) Bila $p\text{-value} > 0,05$ berarti tidak ada pengaruh Dyrset dan Teknik Relaksasi Nafas terhadap penurunan skala nyeri dismenore di Asrama Kebidanan Poltekkes Tanjungkarang.

Dasar pengambilan putusan untuk menerima atau menolak hipotesis adalah:

- 1) Jika nilai signifikan $< 0,05$ maka hipotesis diterima.
- 2) Jika nilai signifikan $> 0,05$ maka hipotesis ditolak atau tidak Diterima

F. *Ethical Clearance* (No.044/Perst.E/KEPK-TJK/IV/2025)

Dalam melakukan penelitian perlu adanya rekomendasi dari pihak lain dengan mengajukan permohonan izin kepada instansi tempat penelitian yaitu Puskesmas Panjang. Penelitian ini akan mendapat izin yang bertujuan untuk mendapatkan layak etik dari komite etik Poltekkes Kesehatan Kementerian Kesehatan Tanjungkarang. Setelah mendapatkan persetujuan, maka dilakukan penelitian dengan menekan masalah etika penelitian yang meliputi:

1. Informed Consent

Informed Consent merupakan suatu bentuk persetujuan antara peneliti dengan responden penelitian dengan cara memberikan lembar persetujuan. Peneliti menjelaskan kepada responden mengenai tujuan dan manfaat penelitian serta memberikan hak untuk menolak dijadikan responden penelitian. Selain itu peneliti menjamin kerahasiaan identitas responden.

2. Anonymity (Tanpa Nama)

Dalam hal ini etika kebidanan memberikan jaminan dalam penggunaan subjek penelitian dengan cara hanya menuliskan kode pada lembar pengumpulan data atau hasil penelitian yang akan disajikan,

3. Kerahasiaan (Confidentiality)

Masalah etik yang menjamin kerahasiaan hasil penelitian, baik informasi maupun masalah-masalah lainnya. Peneliti menjamin semua informasi yang telah dikumpulkan terjaga kerahasiaannya, hanya kelompok data tertentu yang akan dilaporkan pada hasil riset. (Suryana A, 2017)