

BAB III

METODELOGI

A. Variabel penelitian

Menurut Sugiyono (2013), variabel penelitian adalah ciri-ciri atau nilai subjek, item, atau kegiatan yang bervariasi dan dipilih oleh peneliti untuk diteliti guna menarik kesimpulan. Pada penelitian ini terdapat dua variabel yaitu :

1. Variabel *Independent*

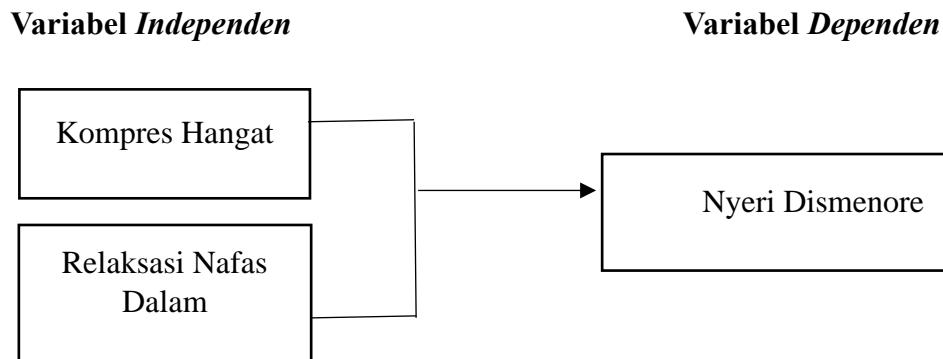
Variabel *independent* adalah variabel yang mempengaruhi sebab perubahannya atau biasanya dimanipulasi, diamati, dan diukur. Variabel *independent* ini dalam penelitian adalah Kompres Hangat dan Relaksasi Nafas Dalam

2. Variabel *Dependent*

Variabel *dependent* (terikat) yaitu variabel yang dipengaruhi oleh variabel bebas dan nilainya ditentukan oleh variabel bebas. Variabel *dependent* dalam penelitian ini adalah Nyeri *Dismenore*.

B. Kerangka Konsep Penelitian

Variabel dalam penelitian ini adalah Kompres Hangat dan Relaksasi Nafas Dalam sedangkan variabel *dependent* adalah Nyeri *Dismenore* Pada Remaja Putri Di Desa Godong Kecamatan Godong.



Gambar 3.1 Skema Kerangka Konsep Penelitian

C. Hipotesis Penelitian

Hipotesis merupakan pernyataan jawaban sementara terhadap rumusan masalah dalam penelitian (Notoatmodjo, 2014). Hipotesis pada penelitian ini adalah sebagai berikut :

Ha :

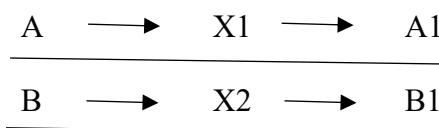
- Ada pengaruh pemberian kompres hangat terhadap nyeri *dismenore*.
- Ada pengaruh Teknik relaksasi nafas dalam terhadap nyeri *dismenore*.
- Apakah ada perbedaan efektivitas kompres hangat dan relaksasi nafas dalam terhadap nyeri *dismenore* pada remaja putri di Desa Godong Kecamatan Godong

D. Jenis, Desain dan Rancangan Penelitian

Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif, yaitu penelitian yang bertujuan untuk memberikan jawaban atas pertanyaan tentang apa, mengapa, makna, atau fenomena yang ditafsirkan oleh peneliti dan bukan oleh subjek penelitian. Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *quasy eksperimental* dengan *two-group pre-post test group design*. Relaksasi sinaptik dalam dan penggunaan kompres hangat digunakan dalam penelitian ini untuk

memantau nyeri *dismenore* sebelum dan sesudah. Pada kedua kelompok dilakukan *pre-test* dan setelah pemberian perlakuan dilakukan pengukuran ulang (*post-test*) (Arikunto, 2006).

Rancangan penelitian yang akan digunakan *quasy experimental* dengan pendekatan *two group pretest-posttest design* dengan cara sampel mengukur nyeri dismenore sebelum dan sesudah dilakukan tindakan pemberian kompres hangat dan relaksasi nafas dalam. Berikut bentuk rancangannya.



Gambar 3.2 Rancangan Penelitian

Keterangan :

- X1 : Pemberian Kompres Hangat
- A : *Pre-test* pengukuran nyeri *dismenore* kelompok A
- A1 : *Post-test* pengukuran nyeri *dismenore* kelompok A
- X2 : Pemberian Teknik relaksasi nafas dalam
- B : *Pre-test* pengukuran nyeri *dismenore* kelompok B
- B1 : *Post-test* pengukuran nyeri *dismenore* kelompok B

E. Populasi dan Sampel Penelitian

1. Populasi

. Populasi merupakan subjek (misalnya manusia, klien) yang memenuhi kriteria yang ditetapkan (Nursalam, 2017a). Populasi yang

digunakan dalam penelitian ini adalah remaja putri yang mengalami nyeri *dismenore* di desa Godong Kecamatan Godong yang berjumlah 35 orang

2. Sampel

Menurut Nursingam (2017), sampel merupakan sebagian dari populasi yang cukup terjangkau yang dapat dijadikan topik penelitian dengan cara pengambilan sampel. Pengambilan sampel harus dilakukan dengan cara tertentu berdasarkan permasalahan yang ada karena merupakan bagian dari populasi yang ada. Dengan pemahaman bahwa jumlah tersebut diharapkan dapat mewakili sampel penelitian, maka peneliti dalam penelitian ini mengambil sampel sebanyak sekitar 35 responden dan membaginya menjadi 2 kelompok, yaitu kelompok kompres hangat dan kelompok relaksasi napas dalam.

3. Teknik Sampling

Menurut Nursingam (2017), sampel merupakan sebagian dari populasi yang cukup terjangkau yang dapat dijadikan topik penelitian dengan cara pengambilan sampel. Pengambilan sampel harus dilakukan dengan cara tertentu berdasarkan permasalahan yang ada karena merupakan bagian dari populasi yang ada. Dengan pemahaman bahwa jumlah tersebut diharapkan dapat mewakili sampel penelitian, maka peneliti dalam penelitian ini mengambil sampel sebanyak sekitar 35 responden dan membaginya menjadi 2 kelompok, yaitu kelompok kompres hangat dan kelompok relaksasi napas dalam.

4. Kriteria Sampel

Kriteria inklusi dan kriteria eksklusi yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

a.) Kriteria inklusi

Ciri-ciri umum partisipan penelitian dari suatu populasi sasaran terjangkau yang akan diteliti dikenal dengan kriteria inklusi (Nursalam, 2017). Kriteria inklusi dalam penelitian ini adalah :

- 1) Remaja yang mengalami *dismenore*
- 2) Remaja yang berusia 13-17 tahun
- 3) Remaja yang bersedia menjadi responden

b.) Kriteria eksklusi

Kriteria eksklusi merupakan menghilangkan/mengeluarkan subjek yang memenuhi kriteria inklusi dari studi karena berbagai sebab (Nursalam, 2017). Kriteria eksklusi dalam penelitian ini adalah :

- 1) Remaja yang tidak mengalami *dismenore*
- 2) Remaja yang tidak bersedia diteliti.

F. Tempat dan Waktu Penelitian

. Dalam penentuan lokasi penelitian (Desty, 2019) Selidiki lapangan dan pertimbangkan hipotesis penting untuk menentukan tindakan terbaik. Pada saat yang sama, kendala praktis dan geografis seperti tenaga kerja, uang, dan waktu harus diperhitungkan saat memilih tempat. Agustus adalah bulan penelitian yang direncanakan di Desa Godong, Kecamatan Godong.

G. Definisi Operasional

Definisi yang didasarkan pada sifat-sifat yang diamati dari objek yang ditentukan dikenal sebagai definisi operasional. Fungsi definisi operasional yang dapat diamati adalah kualitas yang dapat diukur atau diamati, yang memungkinkan peneliti untuk melakukan pengukuran atau pengamatan yang tepat terhadap subjek atau fenomena. Dengan demikian, hasil observasi atau pengukuran tersebut dapat direplikwasi oleh orang lain (Nursalam, 2017).

Definisi operasional dalam penelitian ini sebagai berikut :

Tabel 3.1 Definisi Operasional

Variabel Penelitian	Definisi Operasional	Instrument	Hasil Ukur	Skala Ukur
Variabel independent Pemberian Kompres Hangat	Salah satu upaya untuk menghilangkan rasa nyeri adalah dengan menempatkan kompres hangat pada perut bagian bawah selama lima belas menit pada suhu 38°C.	Standar Operasional Prosedur (SOP) Pemberian Kompres Hangat	1. Dilakukan sesuai SOP 2. Tidak dilakukan sesuai SOP	Nominal
Variabel independent Pemberian Teknik Relaksasi Nafas Dalam	Mencoba mengurangi keparahan nyeri dengan meregangkan dan merelaksasikan otot yang tegang atau kaku menggunakan teknik pernapasan dalam.	Standar Operasional Prosedur (SOP) Teknik Relaksasi Nafas Dalam	1. Dilakukan sesuai SOP 2. Tidak dilakukan sesuai SOP	Nominal
Variabel dependent Nyeri Dismenore	Orang dengan dismenore menunjukkan rasa tidak nyaman dengan mengekspresikan gejala nyeri, meremas, dan melindungi area yang dimaksud, menggunakan skala nyeri mulai dari 1 hingga 3 pada hari ke-2 hingga ke-7.	Skala NRS (<i>Numeric Rating Scale</i>) dan Lembar observasi	0: Tidak nyeri, 1-3: Nyeri ringan, 4-6: Nyeri sedang, 7-9: Nyeri berat, 10: Nyeri sangat berat	Rasio

H. Metode Pengumpulan Data

1. Teknik pengumpulan data

a. Data primer

Data primer mengacu pada informasi yang dikumpulkan langsung dari sumbernya, termasuk sumber individual. Contoh jenis data ini adalah transkrip wawancara dan respons survei yang biasanya dikumpulkan oleh peneliti (Dycres, 2020). Sumber data utama untuk penelitian ini adalah observasi, yang merupakan proses ini terdiri dari berbagai proses biologis dan psikologis, memori dan pengamatan menjadi yang paling signifikan.. Dalam penelitian ini, observasi partisipan—yang melibatkan partisipasi langsung dalam aktivitas atau situasi sehari-hari yang diamati sebagai acuan penelitian—and observasi non-partisipan merupakan dua kategori prosedur observasi ini. Data yang dikumpulkan dengan menggunakan pendekatan observasi partisipan akan lebih komprehensif, akurat, dan akan mengungkap makna di balik setiap perilaku yang diamati (Sugiyono, 2013).

b. Data sekunder

Data sekunder merupakan cara mengumpulkan informasi dengan mencatat apa yang sudah ada (Christina, 2020). Data sekunder dalam penelitian ini yaitu data yang diperoleh dari dusun, meliputi rata-rata jumlah klien yang nyeri *dismenore*.

2. Prosedur pengambilan data

Prosedur pengambilan data ini dilakukan sebagai berikut :

- a. Membuat sebuah persetujuan yang ditandatangani oleh dosen pembimbing I dan II, untuk menyerahkan data awal proposal penelitian kepada direktur Program Studi S1 Keperawatan An Nuur.
- b. Melakukan koordinasi dengan Dinas kesehatan Kabupaten Grobogan serta melakukan pertemuan dengan pihak Puskesmas Godong 1 dan Pihak Desa Godong untuk pengambilan data awal.
- c. Mengajukan izin kepada Kepala Desa Godong untuk melakukan pencarian data studi pendahuluan
- d. Tentukan responden menggunakan kriteria yang telah ditentukan.
- e. Mengambil data untuk menentukan sampel berdasarkan acuan yang telah dibuat.
- f. Membagi sampel kedalam dua kelompok sampel yaitu kelompok kompres hangat dan relaksasi nafas dalam.
- g. Menjelaskan prosedur penelitian kepada calon responden.
- h. Memberikan lembar persetujuan responden dengan menandatangani informed consend.
- i. Mengisi lembar observasi dengan melakukan wawancara pada responden.
- j. Menyiapkan instrumen penelitian dan melakukan pengecekan kelengkapan ketersediaan alat sesuai dengan SOP (standar Operasional Prosedur).

- k. Melakukan pengukuran dan mencatat frekuensi pernafasan sebelum (*pre-test*) dilakukan prosedur pemberian kompres hangat dan relaksasi nafas dalam.
 - l. Melakukan pemberian kompres hangat dan relaksasi nafas dalam sesuai dengan SOP.
 - m. Melakukan pengambilan data dengan mengukur dan mencatat data setelah (*post-test*) pelaksanaan kompres hangat dan relaksasi nafas dalam.
 - n. Menganalisa data yang diperoleh untuk mengetahui hasil penelitian yang dilakukan sesuai dengan protokol dan pedoman yang ditetapkan.

I. Instrumen atau Alat Pengumpulan Data Penelitian

Alat studi ini akan mengumpulkan data formal partisipan sehingga tanggapan tertulis terhadap pertanyaan dapat diberikan. Peneliti mengisi lembar pengumpulan data, yang berfungsi sebagai instrumen variabel dependen yang digunakan untuk pengumpulan data. Berikut ini adalah lembar pengumpulan data yang digunakan untuk meminta informasi dari responden:

1. Lembar Observasi

Observasi atau pengamatan merupakan hasil dari jiwa yang aktif dan penuh perhatian terhadap adanya suatu persepsi. Proses observasi melibatkan pengamatan, pendengaran, dan pendokumentasian suatu tingkat aktivitas tertentu yang terkait dengan masalah yang diteliti. Metode observasi ini digunakan karena mudah dan langsung dapat mengamati

terhadap macam-macam gejala serta dapat melakukan pencatatan secara serentak atau waktu yang bersamaan (Notoatmodjo, 2010).

Lembar observasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah tentang pengukuran nyeri *dismenore*. Pengukuran frekuensi pernapasan dengan menggunakan lembar observasi yang terdiri dari nama, usia, pendidikan, serta tabel *pre-test* dan *post-test* alat ukur nyeri *dismenore* NRS (Numeric Rating Scale).

2. Alat ukur dalam penelitian ini adalah SOP pada kompres hangat dan SOP relaksasi Nafas Dalam.

J. Pengolahan Data

Proses pengolahan data dimulai setelah data yang dikirimkan diperoleh. Notoatmodjo (2010) menyatakan bahwa untuk mengolah data dari lembar observasi, dapat dilakukan dengan cara manual atau dengan bantuan komputer, yaitu:

1. *Editing* (Penyuntingan Data)

Pertama, temuan hasil pengamatan yang dibuat menggunakan lembar pengamatan harus direvisi atau diubah. Penyuntingan, secara umum, adalah proses meninjau dan menyempurnakan informasi pada formulir atau lembar pengamatan untuk menentukan apakah informasi tersebut lengkap—yaitu, apakah semua proses yang diperlukan telah diselesaikan.

2. *Coding*

Setelah direvisi, semua lembar observasi disiapkan menggunakan pendekatan "coding" atau "pengodean", yang mengubah data tekstual—

kalimat atau huruf—menjadi data numerik atau angka. Saat memasukkan data, pengkodean atau koding ini cukup membantu (entri data). Entri dan analisis data dapat difasilitasi dengan mengelompokkan data dan memberikan kode atau nilai pada tindakan yang dilakukan.

3. Memasukkan Data (*Data Entry*) atau *Processing*

Data adalah langkah-langkah setiap respons dalam bentuk "kode" (angka atau huruf) yang dimasukkan ke dalam program komputer atau "perangkat lunak". Karena keragamannya, perangkat lunak komputer ini memiliki kelebihan dan kekurangan. Perangkat lunak komputer IBM SPSS Seri 20 digunakan oleh peneliti untuk memasukkan data untuk penelitian ini.

4. Tabulating

Data adalah langkah-langkah setiap respons dalam bentuk "kode" (angka atau huruf) yang dimasukkan ke dalam program komputer atau "perangkat lunak". Karena keragamannya, perangkat lunak komputer ini memiliki kelebihan dan kekurangan. Perangkat lunak komputer IBM SPSS Seri 20 digunakan oleh peneliti untuk memasukkan data untuk penelitian ini.

K. Analisa Data

Menurut Notoatmodjo, (2010) prosedur analisa data melalui prosedur bertahap antara lain :

1. Analisa Univariat

Kami menjalankan analisis univariat pada setiap tabel. Umumnya, distribusi dan persentase setiap variabel merupakan satu-satunya hasil analisis data ini. Karakteristik responden, seperti usia dan pendidikan, telah digunakan sebagai variabel dalam penelitian ini dalam bentuk distribusi frekuensi.

Analisa univariat digunakan untuk melihat rata-rata nilai frekuensi pernapasan kelompok kompres hangat dan relaksasi nafas dalam terhadap penurunan nyeri *dismenore* dengan uji *descriptive statistics*. Analisa univariat dalam penelitian ini adalah lebih efektif mana kompres hangat dan relaksasi nafas dalam.

2. Analisa Bivariat

Menurut Notoatmodjo (2010), analisis bivariat merupakan metode yang digunakan untuk menguji hubungan dan variasi antara dua variabel. Dalam penelitian ini, pengaruh latihan napas dalam dan kompres hangat terhadap nyeri dismenore pada remaja putri di Desa Godong, Kecamatan Godong, diteliti dengan menggunakan analisis bivariat.

Sebelum dilakukan uji 2 (dua) kelompok terlebih dahulu dilakukan uji normalitas. Jika responden ≤ 50 responden maka menggunakan uji *Shapiro-Wilk* dan jika responden > 50 maka menggunakan uji *Kolmogorov-Smirnov* (Dahlan S, 2010).

a. Uji normalitas dua kelompok berpasangan

Digunakan untuk mengetahui frekuensi pernapasan sebelum dan sesudah diberikan kompres hangat dan relaksasi nafas dalam.

1) Data normal

Data dikatakan normal dalam uji normalitas yang dimaksud adalah apabila nilai $P > 0.05$, maka uji selanjutnya digunakan adalah uji Paired T-Test.

2) Data tidak normal

Sebaran data dalam uji normalitas dikatakan tidak normal apabila nilai $P \leq 0.05$. Uji selanjutnya yang digunakan adalah *Wilcoxon*.

Apabila didapatkan :

a) $P < 0.05$ maka : H_0 ditolak, H_a diterima. Maka kesimpulannya adalah (H_a1) ada pengaruh kompres hangat dalam penurunan nyeri dismenore atau (H_a2) ada pengaruh relaksasi nafas dalam penurunan nyeri *dismenore*

b. Uji normalitas dua kelompok tidak berpasangan

Untuk mengetahui perbedaan pengaruh antara kelompok yang diberi kompres hangat dan relaksasi nafas dalam terhadap nyeri dismenore.

1) Data normal

Data dikatakan normal dalam uji normalitas yang dimaksud adalah apabila nilai $P > 0.05$, maka uji selanjutnya yang digunakan adalah ujs statistic *independent t-test*. Apabila didapatkan :

a) $P \leq 0.05$ maka : H_0 ditolak, H_a diterima. Maka kesimpulannya adalah (H_a3) ada perbedaan pengaruh kompres hangat dan relaksasi nafas dalam terhadap nyeri *dismenore* pada remaja putri..

- b) $P > 0.05$ maka : H_a ditolak, H_0 diterima. Maka kesimpulannya adalah (H_0) tidak ada perbedaan pengaruh kompres hangat dan relaksasi nafas dalam terhadap nyeri *dismenore* pada remaja putri..
- 2) Data tidak normal
- Sebaran data dalam uji normalitas dikatakan tidak normal apabila $P \leq 0.05$. uji selanjutnya yang digunakan adalah *Mann Whitney*.
- $P \leq 0.05$ maka : H_0 ditolak, H_a diterima. Maka kesimpulannya adalah (H_a) ada perbedaan pengaruh kompres hangat dan relaksasi nafas dalam terhadap nyeri *dismenore* pada remaja putri..
 - $P > 0.05$ maka : H_a ditolak, H_0 diterima. Maka kesimpulannya adalah (H_0) tidak ada perbedaan pengaruh kompres hangat dan relaksasi nafas dalam terhadap nyeri *dismenore* pada remaja putri..

L. Etika Penelitian

Menurut (Notoatmodjo, 2010), etika penelitian sebagai berikut :

1. Lembar Persetujuan (*Informed Consent*)

Peneliti harus mempertimbangkan hak responden untuk mengetahui tujuan peneliti. Selain itu, responden yang memilih untuk terlibat dalam penelitian atau tidak diberi kebebasan oleh peneliti. Formulir persetujuan dari responden untuk mengambil bagian dalam penelitian dikenal sebagai formulir persetujuan yang diinformasikan. Sebelum

memulai penelitian, peneliti memberikan formulir persetujuan kepada responden. Manfaat dan tujuan penelitian disampaikan kepada responden dalam dokumen persetujuan ini; jika mereka menolak, peneliti tidak didorong untuk menegakkan hak-hak subjek yang harus dihormati.

2. Kerahasiaan (*Confidentiality*)

Prinsip dalam penelitian ini memiliki hak untuk mengantisipasi bahwa informasi apa pun yang dikumpulkan dari atau tentang responden akan dijaga kerahasiaannya. Peneliti bertanggung jawab untuk mengidentifikasi metodologi yang menjamin kerahasiaan responden. Responden dalam penelitian ini memiliki hak untuk mengantisipasi bahwa informasi apa pun yang dikumpulkan dari atau tentang mereka akan dijaga kerahasiaannya. Peneliti bertanggung jawab untuk mengidentifikasi metodologi yang menjamin kerahasiaan responden.

3. Keadilan (*Justice*)

Terlepas dari jenis kelamin, agama, atau ras, asas keadilan dapat memastikan bahwa subjek penelitian menerima perawatan dan keuntungan yang sama. Responden diperlakukan sama oleh peneliti atas dasar moralitas, hak asasi manusia, dan martabat.

4. Asas Kemanfaatan

Suatu penelitian harus meminimalkan dampak negatif pada partisipan dan memaksimalkan manfaat bagi masyarakat luas dan partisipan.