

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan jenis deskriptif. Menurut Indra dan Ika (2019) Penelitian deskriptif bertujuan untuk membuat deskripsi, gambaran atau lukisan secara sistematis, factual dan akurat mengenai fakta, sifat serta hubungan antara fenomena yang diteliti. Penelitian ini mendeskripsikan mengenai gambaran pengetahuan remaja putri di SMPN 5 kopang Kab. Lombok Tengah Provinsi NTB.

Rancangan penelitian menggunakan cross sectional. Menurut I Made Indra dan Ika Cahyaningrum (2019), cross sectional adalah suatu rancangan penelitian observasional yang mendesain pengumpulan data pada satu titik waktu. Artinya, tiap subjek penelitian hanya diobservasi sekali saja dan pengukuran dilakukan terhadap status karakter atau variabel subjek pada saat penelitian.

B. Waktu dan Tempat Penelitian

1. Waktu

Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Januari 2021.

2. Tempat

Penelitian ini dilaksanakan di SMPN 5 Kopang, kab. Lombok Tengah Prov. Nusa Tenggara Barat.

C. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi adalah semua individu yang menjadi sumber pengambilan sampel, yang terdiri atas obyek/subyek yang memiliki kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan ditarik kesimpulan (Tarjo, 2019).

Populasi dalam penelitian ini adalah Siswi kelas VII, VIII, IX SMPN 5 Kopang sejumlah 192 jiwa.

2. Sampel

Sampel adalah bagian kecil dari anggota populasi yang diambil menurut prosedur tertentu sehingga dapat mewakili populasinya (Tarjo, 2019).

Menurut Sugiyono (2017), menentukan jumlah sampel bisa menggunakan rumus Slovin sebagai berikut:

$$n = \frac{N}{1+N(e)^2}$$

Keterangan :

n = jumlah sampel atau jumlah responden

N = jumlah populasi

e = Presentase kelonggaran ketelitian kesalahan pengambilan sampel yang masih bisa ditolerir; $e = 0,1(10\%)$

Dalam rumus Slovin terdapat ketentuan: Nilai $e = 0,1$ (10%) untuk populasi dalam jumlah besar. Nilai $e = 0,2$ (20%) untuk populasi dalam jumlah kecil.

$$n = \frac{192}{1+192(0,1)^2}$$

$$n = \frac{192}{1+1.92}$$

$$n = \frac{192}{2,92}$$

$$n = 65,75 \quad \text{Dibulatkan menjadi : 66}$$

3. Teknik Pengambilan Sampel

Teknik Pengambilan Sampel atau Teknik Sampling dalam penelitian ini adalah Porposional Random Sampling dengan mempertimbangkan besar kecilnya jumlah sub populasi.

Porposional Random Sampling adalah kumpulan dari sub-sub populasi yang bersifat tidak homogen (memiliki strata), jumlah anggota tiap sub populasi jauh berbeda dan ragam antar strata tidak berbeda nyata (Ibrahim, 2020)

Teknik ini digunakan karena populasi mempunyai anggota yang tidak homogen, dalam hal ini berbeda jumlah anggota dari 3 kelas yang diambil.

SMPN 5 Kopang terdiri dari kelas VII yang terbagi menjadi 4 kelas, kelas VIII terbagi menjadi 4 kelas, kelas IX terbagi menjadi 3 kelas. Sampel diambil dari 3 kelas dengan partisipasi aktif yang berada di SMPN 5 Kopang. Terkait dengan sampel yang diambil, penelitian ini menggunakan teknik proportional random sampling, yaitu cara pengambilan sampel oleh peneliti dari anggota populasi dengan menggunakan cara acak tanpa memperhatikan strata dalam populasi tersebut.

Dalam Sugiyono (2013), penentuan jumlah sampel untuk masing-masing kelas dihitung secara proporsional dengan menggunakan rumus :

$$s = \frac{n}{N} \times S$$

Keterangan :

s = jumlah sampel setiap unit secara proporsional

n = Jumlah masing-masing unit populasi

N = Jumlah unit populasi

S = Jumlah seluruh sampel yang didapat

Berdasarkan rumus di atas, diperoleh jumlah sampel masing-masing kelas seperti tampak pada tabel berikut.

Tabel 3.1 Porposional Sampling Siswi SMPN 5 Kopang

No.	Kelas	Unit Populasi	$s = \frac{n}{N} \times 66$	Unit Sampel
1.	Kelas VII	27	$\frac{27}{192} \times 66$	9
2.	Kelas VIII	113	$\frac{113}{192} \times 66$	39
3.	Kelas IX	52	$\frac{52}{192} \times 66$	18
Jumlah		192		66

D. Definisi Operasional

Definisi operasional merupakan penentuan kontrak atau sifat yang akan dipelajari sehingga menjadi variable yang dapat diukur (Sugiyono, 2014).

Tabel 3.2 Definisi Operasional

Variabel Tunggal	Definisi Operasional	Alat ukur	Hasil ukur	Skala ukur	
Pengetahuan remaja putri tentang yoga untuk mengurangi nyeri menstruasi	Segala sesuatu yang diketahui oleh remaja putri tentang yoga, antara lain : a.Pengertian yoga b.Manfaat yoga c.Mekanisme yoga dalam mengurangi nyeri menstruasi d.Gerakan yoga	Menggunakan Kuesioner dengan total jumlah 24 soal, berikut rincian soal per-kuesioner :	Kriteria : a.Baik jika jumlah skor 76% - 100% (19-24) b.Cukup jika jumlah skor 56% - 75% (14-18) c.Kurang jika jumlah skor <56% (<5-13)	ordinal	
	a.Pengertian Yoga	Menggunakan kuesioner tentang pengertian yoga. dengan jumlah soal 5 pertanyaan, dengan 3 pertanyaan positif dan 2 pertanyaan negative dengan skor jika benar 1 dan jika salah 0.	Kriteria : a.Baik jika jumlah skor 76% - 100% (4-5) b.Cukup jika jumlah skor 56% - 75% (3) c.Kurang jika jumlah skor <56% (<2)	ordinal	
		Menggunakan	Kuesioner	Kriteria	Ordinal

Variabel Tunggal	Definisi Operasional	Alat ukur	Hasil ukur	Skala ukur
b. Manfaat yoga		tentang manfaat Yoga Jumlah soal 7. positif 3 soal, dan negative 4 soal dengan jawaban benar skor 1 jika salah skor 0	a. Baik jika jumlah skor 76% - 100% (6-7) b. Cukup jika jumlah skor 56% - 75% (4-5) c. Kurang jika jumlah skor <56% ($\leq 2-3$)	
c. mekanisme yoga dalam mengurangi nyerimenstruasi		Kuesioner tentang mekanisme yoga dalam mengurangi nyerimenstruasi Jumlah soal 6, positif 1 soal dan negatif 5 soal Jika jawaban benar skor 1 jika salah skor 0	Kriteria a. Baik jika jumlah skor 76% - 100% (5-6) b. Cukup jika jumlah skor 56% - 75% (4) c. Kurang jika jumlah skor <56% ($\leq 2-3$)	Ordinal
d. gerakan Yoga		Menggunakan kuesioner tentang gerakan yoga Jumlah soal 6, positif 3 soal dan negative 3 soal, jika jawaban benar dengan skor 1 dan jika salah skor 0	Kriteria a. Baik jika jumlah skor 76% - 100% (5-6) b. Cukup jika jumlah skor 56% - 75% (4) c. Kurang jika jumlah skor <56% ($\leq 2-3$)	Ordinal

E. Metode Penelitian

1. Jenis dan Sumber Data

Data yang digunakan dalam penelitian ini adalah data primer. Menurut Ismail Nurdin dan Sri Hartati (2019), data primer merupakan data yang diperoleh peneliti secara langsung. Contoh data primer adalah data yang diperoleh dari responden melalui kuisisioner, kelompok fokus dan panel, atau juga data hasil wawancara peneliti dengan narasumber.

Data primer dalam penelitian ini adalah data gambaran pengetahuan remaja putri di wilayah penelitian tentang yoga untuk mengurangi nyeri menstruasi yang di dapat dari kuesioner

2. Alat pengumpul data

Pada penelitian ini alat pengumpulan adalah angket/kuesioner yang akan dibagikan pada sampel dengan memanfaatkan media Google Form.

Menurut Sugiyono (2018) angket atau kuesioner merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawab.

Kisi-kisi Kuesioner

Variable	Indicator	Positif	Negative	Jumlah soal
Pengetahuan remaja putri tentang yoga.	Pengertian yoga	1,2,3	4,5	5
	Manfaat yoga	6,7,8	9,10,11,12	7
	Mekanisme yoga dalam mengurangi nyeri menstruasi	13	14,15,16,17,18	6
	Gerakan yoga	19,20,21	22,23,24	6
Jumlah		10	14	24

3. Uji Validitas dan Reliabilitas

a. Uji Validitas

Uji validitas dilakukan di SMPN 1 Kopang kab. Lombok tengah Prov. Nusa Tenggara Barat pada bulan Desember 2020 dengan jumlah responden 20 jiwa. Pemilihan ini dilakukan dengan alasan SMPN 1 Kopang mempunyai

karakteristik responden yang sama dengan SMPN 5 Kopang, yaitu berada di lokasi Kecamatan Kopang, karakteristik umur dan karakteristik kelas.

Validitas adalah mengukur koefisien korelasi antara skor suatu pertanyaan atau indikator yang diuji dengan skor total pada variabelnya. Untuk menentukan apakah suatu item layak digunakan atau tidak. Secara singkat Validitas menunjukkan tingkat kesahihan dari hasil pengukuran sebuah kuesioner (Vivi Herlina, 2019).

Pengujian validitas butir-butir pertanyaan dengan skala ukur ordinal dilakukan melalui analisis butir, yaitu menggunakan metode Pearson Product Moment (Sugiyono, 2014) dengan rumus:

$$r_{xy} = \frac{n(\Sigma XY) - (\Sigma X)(\Sigma Y)}{\sqrt{\{n\Sigma X^2 - (\Sigma X)^2\}\{n\Sigma Y^2 - (\Sigma Y)^2\}}}$$

Keterangan :

- r_{xy} : koefisien korelasi
- ΣX : jumlah skor butir
- ΣY : jumlah skor faktor
- ΣXY : jumlah perkalian skor X dan skor Y
- n : jumlah responden

Dikatakan valid apabila nilai r hitung lebih besar dari r tabel dimana untuk n berjumlah 20 pada taraf signifikan 5% dari r tabelnya adalah 0,4444 maka instrumen dapat dinyatakan valid bila r_{xy} lebih besar dari 0,4444. Jika r hitung lebih kecil dari r table maka butir dinyatakan tidak valid dan harus dikeluarkan dari kuesioner (Sugiyono, 2014).

Hasil uji validitas untuk kuesioner pengetahuan, dari 40 item didapatkan 16 item tidak valid, yaitu kuesioner 1 nomor 1,5,6,9 dan 10. kuesioner 2 nomor 2,5 dan 10. Kuesioner 3 nomor 2,3,4,5 dan Kuesioner 4 nomor 2,3,6,10, Semua memiliki nilai r hitung $< r$ tabel (0,444),

b. Uji Reliabilitas

Reabilitas alat ukur adalah ketetapan atau keajegan alat tersebut dalam mengukur apa yang diukur. Artinya, kapanpun alat ukur digunakan akan memberikan hasil ukur yang sama untuk kurun waktu yang berbeda (Riyanto dan Hatmawan, 2020)

Menurut Riyanto dan Hatmawan (2020) mengutip Ghozali (2016), rumus Penguji reliabilitas instrument dengan menggunakan teknik alpa Cronbach dengan rumus alpa Cronbach koefisien sebagai berikut:

$$r_{11} = \left[\frac{k}{(k-1)} \right] - \left[1 - \frac{\sum \sigma_b^2}{\sigma_t^2} \right]$$

Keterangan :

r_{11} : Reliabilitas instrument

k : Banyak butir pertanyaan atau banyak soal

$\sum \sigma_b^2$: Jumlah varian butir

σ_t^2 : Varian total

Instrumen atau kuesioner dinyatakan reliabel jika nilai Alpha Cronbach $> 0,60$. Jika Nilai Alpha Cronbach $< 0,60$ maka instrumen dinyatakan tidak reliable (Sugiono, 2014).

Hasil uji reliabilitas untuk instrumen kuesioner 1 diperoleh nilai Alpha Cronbach 0,661, kuesioner 2 diperoleh nilai Alpha Cronbach 0,722, kuesioner 3 diperoleh nilai Alpha Cronbach 0,682, kuesioner 4 diperoleh nilai Alpha

Cronbach 0,672 . Oleh karena nilai Alpha Cronbach $> 0,60$, maka disimpulkan bahwa instrumen tersebut dapat dinyatakan reliable.

4. Etika Penelitian

a. *Informed Consent* (Lembar Persetujuan Menjadi Responden)

Informed consent berisi persetujuan untuk menjadi subjek penelitian. Persetujuan tersebut diberikan sebelum penelitian dilakukan dengan terlebih dahulu diberikan penjelasan maksud dan tujuan oleh peneliti agar calon responden mempertimbangkan untuk menjadi subjek penelitian tanpa unsur paksaan (Sinaga, 2017). Dalam *inform consent* ini peneliti meminta persetujuan kepada responden dalam bentuk pengisian google form persetujuan menjadi responden.

b. *Anonymity* (Tanpa Nama)

Menurut Sinaga (2017) *Anonymity* adalah sikap peneliti menerapkan etika penelitian dengan tidak mencantumkan nama responden dan hanya berupa inisial atau kode dalam bentuk angka maupun huruf. Untuk menjaga kerahasiaan responden peneliti tidak mencantumkan nama, cukup dengan kode dalam bentuk angka pada tabel penelitian.

c. *Confidentiality* (Kerahasiaan)

Informasi yang diberikan responden hanya dipergunakan untuk kepentingan penelitian dan tidak dipublikasikan tanpa persetujuan pihak yang berkepentingan (Sinaga,2017). Semua informasi yang diterima Peneliti tidak akan menyebarkan kepada siapapun dan hanya digunakan untuk kepentingan penelitian.

5. Prosedur Pengambilan data

Dalam hal ini peneliti mengumpulkan data secara format kepada subyek untuk menjawab pertanyaan secara tertulis, adapun langkah-langkah dalam pengumpulan data yaitu :

- a. Peneliti meminta surat ijin penelitian kepada Dekan Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo Ungaran yang akan ditujukan langsung ketempat penelitian.
- b. Peneliti meminta izin untuk penelitian ke SMPN 5 Kopang.
- c. Setelah mendapat izin dari kepala sekolah, Selanjutnya peneliti langsung meminta no wa perwakilan setiap kelas untuk menjadi responden.
- d. Setelah mendapatkan no wa perwakilan setiap kelas, Peneliti selanjutnya melakukan penelitian dengan cara membagikan link google form melalui no wa.
- e. Sebelum responden mengisi kuisisioner penelitian, peneliti menjelaskan tujuan penelitian dan meminta persetujuan menjadi responden melalu link google form yang diberikan.
- f. Setelah memahami tujuan penelitian dan mengisi lembar persetujuan berupa Google Form untuk menjadi responden, responden akan dialihkan ke lembar pertanyaan kuisisioner.
- g. Setelah semua pertanyaan kuesioner dijawab dengan lengkap, responden dapat mengembalikan kuesioner dengan mengklik tombol selesai.
- h. Kuesioner yang telah di isi, kemudian dilakukan pengolahan data.

F. Pengolahan Data

1. *Editing* (Pemeriksaan Data)

Editing adalah upaya untuk memeriksa kembali data yang terkumpul baik, sehingga dapat dipersiapkan untuk tahap analisis berikutnya. Sarantakos (2002) dikutip oleh Suyanto dan Sutinah (2015) mengemukakan bahwa editing atau

pemeriksaan data sangat penting dilakukan agar informasi yang tampak pada kuesioner jelas, dapat dibaca, relevan dan tepat. *Editing* dapat dilakukan pada tahap pengumpulan data atau setelah data terkumpul (Hidayat, 2014). Sebelum data diolah, data tersebut perlu di edit terlebih dahulu, perlu dibaca sekali lagi dan diperbaiki apabila ada berbagai hal yang meragukan. Beberapa hal yang perlu diperhatikan dalam *editing* adalah kelengkapan data, kejelasan tulisan, kejelasan makna jawaban, konsistensi antarjawaban, relevansi jawaban dan keseragaman kesatuan data (Suyanto dan Sutinah, 2015).

2. *Scoring* (Pemberian nilai)

Scoring adalah memberikan penilaian terhadap item-item yang perlu diberi skor (Suyanto dan Sutinah, 2015). Dalam penelitian ini skor dilakukan dengan cara sebagai berikut :

a. Untuk pertanyaan positif (*favorable*) :

Benar : 1

Salah : 0

b. Untuk pertanyaan negatif (*unfavorable*) :

Benar : 0

Salah : 1

3. *Coding* (Pemberian Kode)

Coding adalah kegiatan memberikan kode pada tiap jawaban yang sudah terkumpul untuk mempermudah pengolahan data statistik (Hasnidar dkk, 2020). Pada nominal dan ordinal adalah data non angka atau non metric sehingga data perlu dilakukan coding atau kategorisasi yakni mengubah data non angka menjadi angka (Santoso, 2018).

a. Pengetahuan remaja putri tentang yoga untuk mengurangi nyeri menstruasi.

1) Baik : Kode 1

2) Cukup : Kode 2

3) Kurang : Kode 3

4. *Entry Data* (Pemasukan Data)

Proses *Entry data* merupakan proses memasukan atau memindahkan jawaban responden atau kode jawaban kedalam master data (Master Table). Dapat dilakukan dengan memanfaatkan program Microsoft office excel, kemudian dilakukan transferring data ke software SPSS, STATCAL, STATA dan sebagainya (Hulu dan Sinaga, 2019). *Entry Data* yang digunakan dalam penelitian ini ada dengan menggunakan Software SPSS.

5. *Cleaning* (Pembersihan Data)

Proses Pengecekan kembali data yang sudah dimasukan dalam bentuk master data atau software statistik untuk mengetahui apakah data yang sudah di entry terdapat kesalahan (Hulu dan Sinaga, 2019).

G. Analisis Data

Peneliti menggunakan analisis univariat yaitu analisis yang bertujuan untuk mengetahui distribusi frekuensi pada setiap variabel penelitian (Hulu dan Sinaga, 2019). Menurut Gunarto (2018) analisis univariat dilakukan hanya satu variable yang di teliti. Variabel yang diteliti dalam penelitian ini adalah pengetahuan remaja putri tentang yoga untuk mengurangi nyeri menstruasi. Untuk memperoleh presentase (p) dihitung dengan rumus :

$$p = \frac{x}{n} \times 100\%$$

Keterangan :

p : presentase

x : skor yang didapat

n : jumlah soal

100% : bilangan tetap