

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Desain Penelitian**

Jenis penelitian ini ialah penelitian kuantitatif. Penelitian ini memakai metode quasi eksperimental dengan *pre-post test design*. Metode penelitian quasi eksperimental (eksperimen semu ataupun penelitian yang tidak sebenarnya), yakni penelitian yang mendekati percobaan sebenarnya yang mana tidak mungkin mengadakan kelas kontrol. Quasi eksperimental memakai semua subjek pada kelompok belajar (*intact group*) untuk diberikan *treatment* ataupun perlakuan, bukan memakai subjek yang diambil secara acak. *Pre-post test design* yakni penelitian yang mengungkapkan hubungan sebab akibat melalui cara melibatkan satu kelompok subjek (Nursalam, 2013).

#### **B. Lokasi Penelitian**

Penelitian ini dilaksanakan di SMKN 1 Timpah Kabupaten Kapuas. Waktu penelitian dilaksanakan 13 Desember – 21 Januari 2022

#### **C. Subjek Penelitian**

##### 1. Populasi

Populasi dalam penelitian ini ialah seluruh siswa di SMKN 1 Timpah Kabupaten Kapuas yang mengalami nyeri menstruasi, sejumlah 30 orang.

##### 2. Sampel dan Teknik Sampling

Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini memakai teknik total sampling ataupun sampel keseluruhan.

## D. Definisi Operasional

Tabel 3. 1 Definisi Operasional

Variabel	Definisi Operasional	Alat Ukur	Hasil Ukur	Skala ukur
Dependen Penurunan Dismenorea	Perasaan yang tidak menyenangkan berupa kram pada perut bagian bawah yang terjadi saat menstruasi	Menggunakan skala nyeri Numeric Rating Scale (NRS)	Dinyatakan dalam rentang: 1. 0= tidak nyeri 2. 1-3= nyeri ringan 3. 4-6= nyeri sedang 4. 7-10= nyeri berat	Ordinal
Independen Aromaterapi Jasmine	Jasmine (aroma melati) ialah terapi nonfarmakologi yang aman serta tidak membahayakan pasien. Minyak melati mempunyai khasiat guna menenangkan saraf, melakukan pengaturan hormonal, mengatasi depresi pasca melahirkan, mengatasi infeksi vagina pasca senggama, dan bisa meredakan rasa nyeri ketika haid ataupun yang dikenal melalui sebutan dismenorea	-	-	-

## **E. Variabel Penelitian**

Variable yang digunakan pada penelitian ini ada dua kategori yakni:

1. Variable dependen (terikat) pada penelitian ini ialah penurunan dismenorea.
2. Variable independen (bebas) dalam penelitian ini adalah aromaterapi jasmine.

## **F. Pengumpulan Data**

1. Teknik Pengumpulan Data

Peneliti memakai teknik pengumpulan data yakni guna mendapat data sekunder.

2. Instrumen Penelitian

Instrumen yang dipakai guna mengumpulkan data pada penelitian ini ialah kuesioner intensitas nyeri. Pengukuran intensitas nyeri dilaksanakan dengan memakai NRS (Numeric Rating Scale). Skala tersebut ialah instrumen ukur yang dipakai guna melakukan pengukuran terhadap tingkat intensitas nyeri serta bisa dipakai terhadap anak yang baru saja mengenal angka sampai remaja. Skala tersebut berupa garis dengan level intensitas nyerinya dalam skala 0 sampai 10. Angka “0” mendeskripsikan “tidak nyeri” serta “10” mendeskripsikan “nyeri sangat berat”. Untuk pengukuran menggunakan skala NRS, responden diminta untuk menandai salah satu titik di garis itu yang dianggap mewakili ataupun mendeskripsikan intensitas nyeri yang dirasakan ketika pengukuran. Instrumen ukur tersebut ialah skala yang mudah guna

mendeskripsikan kata serta sangat efektif untuk melakukan pengkajian terhadap intensitas nyeri sebelum maupun setelah intervensi terapeutik.

### 3. Etika Penelitian

Etika penelitian yang dilaksanakan pada penelitian ini yakni seperti berikut.

#### a. *Respect For Person*

Penelitian diawali dengan memberi informasi terhadap responden terkait jalannya penelitian, tugas, peran, manfaat yang akan diperoleh, faktor risiko serta ketidaknyamanan yang mungkin akan muncul sepanjang berlangsungnya penelitian.

#### b. *Inform Consent*

Tiap responden yang menjadi subjek penelitian ini sudah memperoleh persetujuan dari partisipan selaku responden yaitu dengan melakukan penandatanganan pada lembar persetujuan serta PSL. Peneliti menghormati seluruh keputusan responden bila responden tidak berkenan untuk menjadi responden maka peneliti tidak memaksa.

#### c. *Confidentiality* atau Kerahasiaan

Peneliti bertanggung jawab dan memberikan perlindungan atas seluruh informasi, data serta hasil penelitian. Hasil penelitian maupun segala informasi penelitian cuma diketahui oleh pembimbing serta penguji dengan persetujuan responden.

d. *Anonimity* atau Tanpa Nama

Identitas responden dirahasiakan guna menjaga kerahasiaan seluruh informasi yang telah diperoleh peneliti.

e. Asas Kemanfaatan

Peneliti harus dengan jelas mengetahui manfaat maupun risiko yang mungkin berlangsung. Penelitian dapat dilaksanakan bila manfaat yang didapatkan lebih besar dibandingkan risiko ataupun dampak negatif yang akan berlangsung. Peneliti melaksanakan penelitian melalui prosedur penelitian untuk memperoleh hasil yang memiliki manfaat semaksimal mungkin untuk subjek penelitian. Penelitian haruslah terbebas dari penderitaan yakni dilangsungkan tanpa menyebabkan penderitaan terhadap subjek penelitian.

4. Langkah-langkah dalam pengambilan data

Beberapa langkah dalam pengumpulan data pada penelitian ini yakni seperti berikut.

- a. Peneliti melakukan pengajuan surat permohonan perizinan penelitian yang ditujukan terhadap Kepala Sekolah dan Guru Wali Kelas.
- b. Sesudah memperoleh perizinan dari Kepala Sekolah maupun Guru Wali Kelas, peneliti mempersiapkan diri serta tempat pelaksanaan penelitian yakni kelompok eksperimen di SMKN 1 Timpah Kabupaten Kapuas
- c. Peneliti datang ke SMKN 1 Timpah guna melaksanakan sosialisasi kegiatan yang hendak dilaksanakan, selanjutnya peneliti pula meminta

kerjasama dari Wali kelas dan memberi pemaparan terkait beberapa perihal yang mempunyai keterkaitan terhadap penelitian.

d. Membuat janji untuk pertemuan terhadap responden. Peneliti menerangkan terkait tujuan, prosedur penelitian serta teknik penelitian terhadap responden, selanjutnya responden diminta untuk melakukan pengisian lembar kuesioner skrining dismenorea :

- 1) Meminta responden guna melengkapi data diri responden yang mencakup atas nama, umur, nomor telepon, alamat serta tanggal pertama haid bulan sebelumnya.
- 2) Meminta responden guna melakukan pengisian poin pada lembar kuesioner skrining dismenorea mencakup telah mengalami menarche pertama ataupun belum, siklus haid, lama siklus haid, nyeri menstruasi, kapan maupun lama nyeri menstruasi dirasakan, penanganan yang dilaksanakan ketika nyeri menstruasi serta gejala ataupun ketidaknyamanan menjelang ataupun ketika haid.
- 3) Meminta responden guna melakukan pengumpulan kembali lembar kuesioner skrining dismenorea terhadap peneliti. Peneliti melakukan penentuan jumlah maupun nama responden yang masuk ke dalam kriteria inklusi serta eksklusi.
- 4) Peneliti membuat grup dan melakukan pemantauan terhadap periode haid responden secara aktif, menghubungi responden serta membuat janji pertemuan di periode pertama haid guna pengukuran intensitas nyeri ketika haid.

- 5) Peneliti mendatangi responden di hari pertama haid guna dilaksanakan pengambilan data meliputi intensitas nyeri sedang dan berat. Peneliti meminta responden untuk mengisi kuisioner tingkat nyeri dismenorea sesuai dengan nyeri yang dirasakan responden pada saat itu. Kemudian meminta responden untuk menyerahkan kuisioner tingkat nyeri. Setelah itu, peneliti memilih nama responden yang masuk sebagai subjek penelitian berdasarkan tingkat nyeri sedang dan berat dengan total sejumlah 30 responden. Peneliti meminta persetujuan dari calon responden untuk berpartisipasi dalam penelitian. Setiap responden diberikan kebebasan untuk memberikan persetujuan atau menolak untuk menjadi subjek penelitian dan responden diminta untuk menandatangani lembar inform consent yang telah disiapkan oleh peneliti.
- 6) Peneliti menerangkan penjelasan sebelum penelitian (PSP), membagikan pedoman standar operasional prosedur kompres hangat pada kelompok eksperimen aromaterapi jasmine. Kemudian peneliti membagikan lilin aromaterapi jasmine dan korek api pada kelompok eksperimen. Peneliti membagikan lembar kuisioner intensitas nyeri pada responden dan menjelaskan kembali.
- 7) Peneliti melangsungkan intervensi melalui cara meminta responden untuk:

- a) Melakukan pengisian di lembar kuesioner intensitas nyeri sebelum dilaksanakan intervensi.
  - b) Peneliti memberi intervensi pada kelompok eksperimen, dengan aromaterapi jasmine, setelah diajarkan cara melakukan aromaterapi jasmine saat nyeri haid dan dibagikan prosedur pelaksanaannya, peneliti menjelaskan kepada responden bahwa terlebih dahulu mengisi tingkatan nyeri yang dirasakan pada kolom yang tersedia sebelum dilakukan intervensi. Setelah itu, responden melakukan terapi aroma jasmine selama 5-10 menit, responden mengisi kembali tingkatan nyeri yang dirasakan setelah diberikan aromaterapi jasmine.
  - c) Peneliti memberi reinforcement positif berupa souvenir terhadap seluruh responden atas keterlibatan mereka pada penelitian.
- 8) Setelah dijelaskan tata cara pelaksanaan tersebut, peneliti melakukan observasi kepada responden agar melakukan terapi dengan baik pada saat menstruasi dan mengingatkan kepada responden agar tidak lupa mengisi angket yang berisikan kolom intensitas nyeri sebelum dan setelah terapi berdasarkan NRS .

## **G. Pengolahan Data**

penelitian ini memiliki beberapa tahap dalam pengolahan data, yaitu sebagai berikut:



1. Editing atau Pemeriksaan Data

Memasukan kelengkapan data yang sudah diperoleh.

2. Coding atau Pemberian Kode

Memberi kode pada variasi variabel penelitian, yaitu:

- 0 = untuk kode tidak nyeri
- 1 – 3 = nyeri ringan
- 4 – 6 = nyeri sedang
- 7 – 10 = nyeri berat

3. Data Entry

Hasil master table memiliki bentuk “kode” dimasukkan ke dalam program komputer yang umumnya digunakan untuk memasukkan data penelitian yakni SPSS.

4. Cleaning Data

Apabila telah selesai memasukkan data dari tiap-tiap sumber data, kemudian dibutuhkan pengecekan ulang guna mengetahui kemungkinan ketidak lengkapan serta kesalahan kode, kemudian melaksanakan koreksi ataupun pembetulan.

5. Tabulasi data

Memasukkan data ke komputer dengan susunan yang berbentuk tabel distribusi frekuensi guna dilaksanakan analisis univariat.

## **H. Analisa Data**

Analisa data menggunakan SPSS, analisis data yang dilaksanakan yakni seperti di bawah ini.

## 1. Analisa Univariat

Analisis univariat mempunyai tujuan guna menggambarkan karakteristik tiap variabel penelitian. Analisis ini bisa disajikan dalam wujud frekuensi, ukuran penyebaran serta nilai rata-rata. Analisis ini dilaksanakan kepada seluruh variabel yakni aromaterapi jasmine, dan penurunan dismenorea. Analisis univariat dinyatakan dalam bentuk persentase dan distribusi maupun penyajiannya menggunakan tabel distribusi frekuensi.

Rumus proporsi

$$P = \frac{F}{N} \times 100\%$$

Keterangan :

P = Proporsi

F = Frekuensi

N = Jumlah Sampel

## 2. Analisa Bivariat

Analisa Bivariat menggunakan Uji Wilcoxon. Uji Wilcoxon merupakan uji yang memakai dua sampel saling memiliki hubungan (berpasangan) yang mempunyai tujuan guna mengetahui apakah keduanya memiliki hubungan. Uji wilcoxon ialah alternatif lain dari uji t untuk data berpasangan (t-paired). Uji Wilcoxon ini dilakukan untuk **memperhitungkan dua kelompok data yang berbeda secara kaidah statistik**. Tujuannya adalah untuk mengetahui di bagian mana saja perbedaan antara kedua kelompok data tersebut. Selain itu uji Wilcoxon digunakan karena skala yang digunakan ordinal. Alasan mengambil uji wilcoxon dikarenakan sangat tepat untuk menganalisis hasil-hasil pengamatan yang berpasangan dari dua data dan untuk mengetahui apakah berbeda atau tidak. Wilcoxon signed rank ini digunakan hanya untuk data bertipe interval atau ratio, namun datanya tidak mengikuti

distribusi normal, oleh karena itu sesuai dengan data yang digunakan oleh peneliti sebagai penghitungan data.