

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain quasi eksperimen, yang menerapkan rancangan *one group pretest-posttest design*. Desain ini dipilih karena tujuan penelitian adalah membandingkan hasil pengukuran sebelum dan sesudah intervensi pada kelompok yang sama (N. P. Lubis, 2021). Rancangan tersebut dapat dilihat pada tabel di bawah ini :

Tabel 3.1 Desain Penelitian

<i>Group</i> Intervensi	Pretest	Perlakuan	Posttest
	O ₁	X	O ₂

Keterangan :

O₁ : Pretest kelompok intervensi

X : Intervensi (Terapi Akupresur)

O₂ : Posttest kelompok intervensi

B. Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SMP Negeri 1 Tanjung Palas Timur. Peneliti memilih tempat penelitian di SMP Negeri 1 Tanjung Palas Timur, karena sebagian masih mengalami nyeri *dismenore*, dan ditempat ini belum pernah dilakukan penelitian yang berjudul Perbedaan Penurunan Intensitas Nyeri Haid (*Dismenore*) Sebelum Dan Sesudah Diberikan Pijat Akupresure Pada Remaja Di Smp Negeri 1 Tanjung Palas Timur.

C. Subjek Penelitian

1. Populasi

Populasi merujuk pada seluruh individu atau objek yang memiliki karakteristik tertentu dan relevan dengan fokus penelitian, yang dapat dijadikan sumber data untuk menarik Kesimpulan (Z. Lubis, 2021). Dalam penelitian ini, populasi terdiri dari seluruh siswi kelas VII, VIII, dan IX di SMP Negeri 1 Tanjung Palas Timur yang mengalami nyeri *dismenore*, dengan jumlah total sebanyak 40 orang.

2. Sampel

Sampel merupakan bagian dari populasi yang dianggap dapat merepresentasikan keseluruhan subjek penelitian (N. P. Lubis, 2021). Penelitian ini menggunakan teknik purposive sampling, yaitu pemilihan subjek berdasarkan kriteria tertentu yang telah ditetapkan sebelumnya. Sampel terdiri dari 30 siswi yang mengalami *dismenore* dan memenuhi syarat inklusi dan eksklusi di SMP Negeri 1 Tanjung Palas Timur.

Kriteria inklusi pada penelitian ini:

- a. Remaja putri yang mengalami nyeri haid saat penelitian berlangsung
- b. Remaja putri yang sedang dalam masa menstruasi
- c. Bersedia berpartisipasi sebagai responden
- d. Mampu berkomunikasi dengan baik dan bersikap kooperatif
- e. Tidak mengonsumsi obat pereda nyeri haid
- f. Siap mengisi kuesioner yang diberikan

Kriteria eksklusi penelitian ini antara lain:

- a. Remaja putri berhalangan hadir
- b. Remaja putri dalam keadaan tidak sehat fisik

D. Definisi Operasional

Tabel 3.2 Definisi Operasional

Variabel	Definisi Operasional	Alat Ukur	Cara Ukur	Hasil Ukur	Skala Ukur
Variabel Bebas					
Pijat Akupresure	Pijat akupresure dengan menggunakan metode pemijatan akupresur di titik San Yin Jiao (SP6) & Taichong LR3 untuk menurunkan tingkat nyeri	-	Melakukan pijatan atau tekanan dengan menggunakan jari sebanyak 30 kali dalam durasi 2 menit	0 = Pretest 1 = Posttest	Nominal
Variabel Terikat					
Intensitas Penurunan Nyeri Haid (Dismenore)	Nyeri yang dirasakan remaja putri ketika mengalami <i>dismenore</i> sebelum intervensi dan sesudah intervensi.	Instrumen <i>Numeric Rating Scale</i> (NRS)	Skala ini terdiri dari rentang 10 angka, dengan angka 0 merepresentasikan nyeri paling ringan, sedangkan angka 10 menunjukkan tingkat nyeri paling berat.	0= tidak nyeri 1-3= nyeri ringan 4-6=Nyeri sedang 7-9=Nyeri berat terkontrol 10=Nyeri berat tidak terkontrol	Ordinal

Sumber: Data Primer, Tahun 2025

E. Variabel Penelitian

1. Variabel *independent*

Dalam Bahasa Indonesia, variabel independen dikenal sebagai variabel bebas, yaitu variabel yang berperan dalam memengaruhi, mengubah, atau menjadi penyebab terjadinya perubahan pada variabel lainnya, yaitu variabel dependen atau terikat (Prasetya, 2022). Variabel *independen* pada penelitian ini adalah pijat akupresure.

2. Variabel *dependent*

Variabel dependen atau variabel terikat merupakan variabel yang mengalami pengaruh sebagai akibat dari adanya intervensi variabel bebas (Prasetia, 2022). Variabel *dependent* dalam penelitian ini yaitu penurunan intensitas nyeri haid (*dismenore*).

F. Pengumpulan Data

Pengumpulan data merupakan tahapan dalam penelitian yang mencakup proses pendekatan kepada responden serta pencatatan informasi yang relevan dengan karakteristik subjek penelitian. Dalam studi ini, teknik pengumpulan data mencakup data primer dan data sekunder, dengan penjelasan:

1. Data primer yaitu diperoleh secara langsung dari lapangan melalui interaksi dengan subjek penelitian. Data ini mencakup informasi mengenai tingkat nyeri *dismenore* pada remaja sebelum dan sesudah diberikan intervensi.
2. Data Sekunder merupakan data yang diambil secara tidak langsung. Data sekunder ini digunakan sebagai data pelengkap untuk mendukung penelitian. Data yang sudah ada diharapkan dapat menunjang hasil penelitian nantinya. Data sekunder penelitian ini yaitu data jumlah remaja putri dan data profil SMP Negeri 1 Tanjung Palas Timur.

G. Pengolahan Data

Steps pengolahan data dalam penelitian (N. P. Lubis, 2021):

1. *Editing* (Pemeriksaan Data)

Proses editing dilakukan untuk meninjau kembali hasil pengisian kuesioner. Tahapan ini mencakup pengecekan terhadap kelengkapan data, kejelasan jawaban, kesesuaian isi, serta konsistensi antaritem dalam kuesioner.

2. *Coding* (pemberian kode)

Pada tahap ini, setiap variabel yang diteliti diberi kode tertentu untuk memudahkan proses pengolahan dan analisis data selanjutnya.

3. *Entering* (Entri data)

Entri data merupakan proses memasukkan informasi dari kuesioner ke dalam sistem komputer, yang selanjutnya akan dianalisis menggunakan perangkat lunak statistik.

4. *Cleaning* (Pembersihan Data)

Cleaning bertujuan untuk memastikan data yang digunakan bersih dari kesalahan, dengan cara menghapus data yang tidak relevan serta memverifikasi ulang data yang telah dientri agar bebas dari kekeliruan.

5. *Processing* (Pengolahan Data)

Setelah kuesioner lengkap dan seluruh data telah diberi kode, langkah berikutnya adalah mengolah data tersebut. Pengolahan dilakukan dengan cara memasukkan data ke dalam program statistik, seperti SPSS, untuk dianalisis lebih lanjut.

H. Analisis Data

1. Analisis Univariat

Analisis univariat dilakukan untuk menggambarkan karakteristik dari masing-masing variabel yang diteliti secara deskriptif (N. P. Lubis, 2021).

Dalam penelitian ini, terdapat dua variabel utama yang diamati, yaitu terapi

pijat akupresur sebagai variabel independen dan penurunan nyeri *dismenore* sebagai variabel dependen. Selain itu, karakteristik responden yang dianalisis meliputi usia, jenis kelamin, dan riwayat menstruasi. Data mengenai tingkat nyeri *dismenore* dikumpulkan sebelum dan sesudah pemberian intervensi pada remaja putri di SMP Negeri 1 Tanjung Palas Timur.

2. Analisis Bivariat

Analisis bivariat digunakan untuk melihat hubungan atau perbedaan antara dua variabel yang diduga memiliki keterkaitan (N. P. Lubis, 2021). Dalam studi ini, peneliti menggunakan uji statistik *Shapiro-wilk* untuk menguji normalitas data. Dan analisis *Wilcoxon* digunakan terhadap data sebelum dan sesudah pemberian intervensi yaitu yang menunjukkan terdapat tau tidaknya hubungan yang signifikan antara pemberian pijat akupresur dan penurunan tingkat nyeri haid (*dismenore*) pada remaja putri yang menjadi responden di SMP Negeri 1 Tanjung Palas Timur.

- a. Jika nilai $p < 0,05$, maka terdapat pengaruh yang signifikan dari pijat akupresur terhadap penurunan nyeri *dismenore* pada siswi SMP Negeri 1 Tanjung Palas Timur
- b. Jika nilai $p > 0,05$, maka tidak ditemukan pengaruh yang signifikan antara terapi akupresur dan penurunan nyeri *dismenore* pada responden di sekolah tersebut.

Secara umum, ada beberapa syarat yang harus dipenuhi dalam melakukan Uji *Wilcoxon*, yaitu::

- 1) Data sampel tidak berdistribusi normal.

- 2) Dua Kelompok sampel yang saling berpasangan (anggota sampel dua kelompok sama)
- 3) Sampel berskala data ordinal, atau interval.
- 4) Jumlah sampel pada kedua kelompok sama