

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Metode Penelitian

Berdasarkan jenis penelitian yang akan dilakukan dengan menggunakan penelitian kuantitatif, yaitu metode penelitian yang didasarkan pada filosofi positivisme yang digunakan untuk mengkaji populasi atau sample (Sugiyono 2017). Teknik penelitian menggunakan analisis korelasi untuk mencari hubungan dan membuktikan hipotesis adanya hubungan antara dua variabel (Indrawan and Dewi 2020). Pendekatan penelitian menggunakan *Cross-Sectional* merupakan penelitian untuk mengetahui hubungan antara faktor dengan efek yang dilakukan dalam satu waktu (Notoatmodjo 2014). Dalam penelitian ini diteliti hubungan antara Regulasi Emosi dan Religiusitas dengan dismenore pada remaja di SMPN 1 Baleendah.

B. Variabel Penelitian

Variabel penelitian adalah sebuah objek atau benda yang memiliki berbagai variasi antara satu sama lain, yang ditentukan oleh peneliti untuk diteliti dan disimpulkan (Ulfa 2021). Variabel independent dalam penelitian ini yaitu regulasi emosi dan religiusitas. Variabel dependen dalam penelitian ini yaitu dismenore.

1. Definisi Konseptual

Definisi Konseptual didefinisikan sebagai gambaran umum dan menyeluruh yang menyiratkan konsep atau istilah. Bersifat formal dan konstitutif (telah disetujui oleh beberapa pihak yang telah ditetapkan dalam kamus bahasa) (Pasaribu et al. 2022).

a. Variabel *independen* (bebas)

Variabel independent adalah variabel yang memiliki kemampuan untuk memengaruhi variabel dependen, variabel ini disebut juga dengan variabel bebas (Hidayat 2017).

Variable independen pada penelitian ini adalah regulasi emosi dan religiusitas. Regulasi emosi menurut Thompsonn didefinisikan sebagai kemampuan seseorang dalam menilai dan mengubah reaksi emosional agar berperilaku sesuai dengan situasi dan keadaan (Kumala and Darmawanti 2022). Menurut Glock and Stark, Religiusitas merupakan tingkat pengetahuan dan pemahaman seseorang mengenai agama yang dianutnya (Suryadi and Hayat 2021).

b. Variable *dependen* (terikat)

Variabel yang dipengaruhi atau disebabkan oleh variabel bebas disebut sebagai variabel dependen (Sugiyono 2017).

Variable dependen pada penelitian ini adalah dismenore. Dismenore merupakan nyeri yang dialami wanita saat menstruasi yang mengganggu aktivitas sehari-hari (Widyanthi et al. 2021). Nyeri ini disebabkan karena kejang otot dibagian uterus (Nurfadillah et al. 2021).

2. *Definisi Operasional*

Definisi operasional memberikan gambaran mengenai variabel yang dapat diukur dan memberikan informasi mengenai variabel yang akan diteliti (Dekanawati et al. 2023).

Tabel 3. 1
Definisi Operasional

Variabel	Definisi Operasional	Alat Ukur	Hasil Ukur	Skala Ukur
Regulasi Emosi	Kemampuan siswa untuk mengatur, mengendalikan, dan menguasai emosi	Kuesioner	Kategorisasi skala reuglasi emosi dibagi menjadi 5: 1. Sangat Rendah = < 71 2. Rendah = 71 - 79 3. Sedang = 79 - 87 4. Tinggi = 87 - 96 5. Sangat Tinggi = > 96	Ordinal (Skala Likert)
Religiusitas	Kepercayaan siswa terhadap nilai-nilai agama dalam keadaan apapun	Kuesioner	Kategorisasi skala religiusitas dibagi menjadi 5: 1. Sangat Rendah = < 55 2. Rendah = 55 - 61 3. Sedang = 61 - 68 4. Tinggi = 68 - 74 5. Sangat Tinggi = > 74	Ordinal
Dismenore	Rasa nyeri atau kram pada perut pada saat atau sebelum menstruasi	Kuesioner	Skala Pengukuran digolongkan menjadi: 1. Ringan = skala nyeri dengan tingkat 1-3 (Terdapat kram diperut, dapat beraktivitas, dan dapat berkonsentrasi saat belajar) 2. Sedang = skala nyeri dengan tingkat 4-6 (terdapat kram diperut dan menyebar ke pinggang, tidak nafsu makan, aktivitas dan konsentrasi terganggu) 3. Berat = skala nyeri dengan tingkat 7-9 (terdapat kram berat diperut menyebar kepinggang paha atau punggung, mual, tidak mau makan, lemas, tidak mampu berkonsentrasi dan beraktivitas) 4. Berat sekali = skala nyeri dengan tingkat 10 (terdapat kram yang berat di perut menyebar ke pinggang, kaki, dan punggung, tidak ingin makan, mual, muntah, sakit kepala, lemas, tidak dapat berdiri, tidak dapat beraktivitas hingga pingsan)	Ordinal (Numeric Rating Scale)

C. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi merupakan keseluruhan orang atau objek, yang akan diteliti oleh peneliti yang hasilnya akan digeneralisasikan (Swarjana 2022). Setelah dilakukan wawancara dengan guru UKS SMPN 1 Baleendah, didapatkan hasil bahwa siswi yang sering mengalami dismenore yaitu siswi kelas 8. Maka peneliti mengambil populasi pada penelitian ini yaitu seluruh remaja putri kelas 8 di SMPN 1 Baleendah. Terdapat 12 kelas untuk kelas 8, total keseluruhan siswi sebanyak 302 siswi. Berikut jumlah siswi di masing-masing kelas:

Tabel 3. 2
Jumlah Populasi Remaja Putri SMPN 1 Baleendah

Kelas	Jumlah	Kelas	Jumlah
Kelas 8-A	18	Kelas 8-G	26
Kelas 8-B	26	Kelas 8-H	29
Kelas 8-C	26	Kelas 8-I	23
Kelas 8-D	26	Kelas 8-J	24
Kelas 8-E	27	Kelas 8-K	25
Kelas 8-F	26	Kelas 8-L	26
Total		302	

2. Sampel

Sampel merupakan bagian dari populasi yang dipilih dengan metode sampling dalam sebuah penelitian (Swarjana 2022). Pengambilan sampel menggunakan *Probability Sampling* dengan teknik *Simple Random Sampling*. *Simple Random Sampling* yaitu pengambilan sampel dari setiap anggota populasi yang dilakukan secara acak tanpa mempertimbangkan strata populasi, metode ini dapat digunakan jika anggota populasi dianggap homogen (Hikmawati 2020). Dalam penelitian ini

perhitungan jumlah sampel menggunakan rumus Slovin. Sampel dalam penelitian ini adalah remaja putri kelas 8 SMPN 1 Balendah Kabupaten Bandung sebanyak 75 siswi. Sampel yang diambil pada penelitian ini memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi sebagai berikut:

a. **Kriteria Inklusi**

- 1) Remaja putri yang bersekolah di SMPN 1 Baleendah
- 2) Bersedia menjadi responden
- 3) Remaja putri yang sudah menstruasi
- 4) Remaja putri yang mengalami dismenore

b. **Kriteria Eksklusi**

- 1) Remaja putri yang belum menstruasi
- 2) Remaja putri yang tidak mengalami dismenore
- 3) Remaja yang tidak hadir saat penelitian

c. **Drop Out**

- 1) Remaja yang tidak melengkapi kuesioner

d. **Besar Sampel**

Setelah mendapatkan data responden sesuai dengan kriteria, kemudian sampel ditentukan dengan rumus slovin yaitu:

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

$$n = \frac{302}{1 + 302(0,1)^2}$$

$$n = \frac{302}{1 + 302(0,01)}$$

$$n = \frac{302}{1 + 3,02}$$

$$n = \frac{302}{4,02}$$

$$n = 75,1$$

Keterangan:

N = Besar Populasi

n = Besar Sampel

e = tingkat kekeliruan yang diinginkan (0,01). (Fauzy 2019)

Jadi besar sampel adalah 75 orang dan akan di tambah 10% dari total sampel untuk menghindari terjadinya drop out sampel, sehingga besar sampel menjadi 83 siswi. Untuk menentukan sampel setiap strata/kelas pada penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut (Machali 2021):

$$ni = \frac{Ni}{N} n$$

Keterangan:

ni = Jumlah sampel menurut strata

n = Jumlah sampel seluruhnya

Ni = Jumlah populasi menurut strata

N = Jumlah populasi seluruhnya

Maka jumlah sampel menurut strata kelas yaitu:

$$\text{Kelas 8 A} = \frac{18}{302} \times 83 = 5 \text{ siswi}$$

$$\text{Kelas 8 F} = \frac{26}{302} \times 83 = 7 \text{ siswi}$$

$$\text{Kelas 8 B} = \frac{26}{302} \times 83 = 7 \text{ siswi}$$

$$\text{Kelas 8 G} = \frac{26}{302} \times 83 = 7 \text{ siswi}$$

$$\text{Kelas 8 C} = \frac{26}{302} \times 83 = 7 \text{ siswi}$$

$$\text{Kelas 8 H} = \frac{29}{302} \times 83 = 8 \text{ siswi}$$

$$\text{Kelas 8 D} = \frac{26}{302} \times 83 = 7 \text{ siswi}$$

$$\text{Kelas 8 I} = \frac{23}{302} \times 83 = 6 \text{ siswi}$$

$$\text{Kelas 8 E} = \frac{27}{302} \times 83 = 7 \text{ siswi}$$

$$\text{Kelas 8 J} = \frac{24}{302} \times 83 = 7 \text{ siswi}$$

$$\text{Kelas 8 K} = \frac{25}{302} \times 83 = 7 \text{ siswi}$$

$$\text{Kelas 8 L} = \frac{26}{302} \times 83 = 7 \text{ siswi}$$

Tabel 3.3
Jumlah Strata

Kelas	Jumlah siswi dalam kelas	Jumlah sampel
Kelas 8 A	18	5
Kelas 8 B	26	7
Kelas 8 C	26	7
Kelas 8 D	26	7
Kelas 8 E	27	7
Kelas 8 F	26	7
Kelas 8 G	26	7
Kelas 8 H	29	8
Kelas 8 I	23	6
Kelas 8 J	24	7
Kelas 8 K	25	7
Kelas 8 L	26	7
Total	302	82

D. Teknik Pengumpulan Data

1. Sumber Data

Sumber data pada penelitian ini adalah data primer, data primer yang diperoleh langsung dari responden melalui pengisian kuesioner yang disediakan oleh peneliti. Data primer yang diperoleh dalam penelitian ini mencakup informasi mengenai tingkat regulasi emosi, tingkat religiusitas remaja, serta skala intensitas nyeri yang dirasakan remaja saat dismenore.

Informasi mengenai regulasi emosi diukur melalui skala tertentu yang mempertimbangkan kemampuan individu dalam mengatur, mengelola, dan mengekspresikan emosi mereka (Khoerunisya 2015). Informasi mengenai

religiusitas diukur dengan mengambil lima dimensi religiusitas mengacu pada teori Glock yaitu *Intellect, Ideology, Public Practice, Private Practice dan Experience* (Devi 2023). Serta pertanyaan mengenai skala tingkat nyeri dismenore diukur menggunakan Numeric Rating Scale (NRS) (Ningsih et al. 2013).

2. Pengumpulan Data

Kuesioner digunakan untuk mengumpulkan data dan untuk merumuskan penelitian yang akan dilakukan. Kuesioner merupakan susunan pertanyaan yang dibuat oleh peneliti berdasarkan variabel, sehingga narasumber hanya mengisi jawaban yang telah disediakan (Sahir 2022). Dalam penelitian ini, pengumpulan data dilakukan secara langsung dengan menyebarkan kuesioner kepada responden secara langsung dengan kertas (*paper based*).

E. Instrumen Penelitian

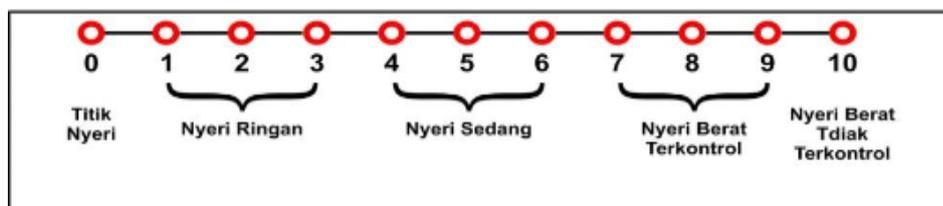
Karena penelitian pada dasarnya adalah tugas pengukuran, dan alat yang digunakan untuk mengukur dalam penelitian disebut instrumen penelitian. Dengan kata lain instrumen penelitian adalah alat yang digunakan untuk mengukur fenomena alam atau sosial yang menjadi perhatian peneliti. Alat ukur yang digunakan untuk mengukur variabel dalam ilmu pengetahuan telah terstandarisasi secara internasional dan telah teruji validitas dan reliabilitasnya. Jumlah instrumen tergantung pada jumlah variabel yang akan diteliti. Jika ada tiga variabel penelitian, maka jumlah alat ukur yang digunakan juga tiga (Hikmawati 2020). Instrumen pada penelitian ini instrumen penelitian menggunakan kuesioner.

1. *Kuesioner Dismenore*

Dalam penelitian ini kuesioner dismenore merupakan hasil adaptasi, aspek tingkat nyeri dismenore diukur menggunakan Numeric Rating Scale (NRS). Skala intensitas nyeri yang dirasakan responden dengan rentang skala nyeri 0-10.

- a. Angka 0 berarti tidak ada keluhan
- b. Angka 1-3 berarti nyeri ringan (terdapat kram diperut bagian bawah, masih dapat beraktivitas, dapat ditahan dan bisa berkonsentrasi saat belajar)
- c. Angka 4-6 berarti nyeri sedang (terdapat kram diperut bagian bawah dan menyebar ke pinggang, tidak nafsu makan, aktivitas dan konsentrasi terganggu)
- d. Angka 7-9 berarti nyeri berat (terdapat kram berat diperut bagian bawah menyebar kepinggang paha atau punggung, mual, tidak mau makan, lemas, tidak mampu berkonsentrasi dan beraktivitas)
- e. Angka 10 berarti nyeri berat sekali (terdapat kram yang berat di perut bagian bawah menyebar ke pinggang, kaki, dan punggung, tidak ingin makan, mual, muntah, sakit kepala, lemas, tidak dapat berdiri, tidak dapat beraktivitas hingga pingsan) (Ningsih et al. 2013).

Gambar 3. 1 Skala Nyeri Dismenore



2. *Kuesioner Regulasi Emosi*

Dalam penelitian ini, kuesioner regulasi emosi diadaptasi dari skripsi yang berjudul “Hubungan Regulasi Emosi Dengan Rasa Nyeri Haid (*Dismenore*) Pada Remaja” (Khoerunisya 2015). Aspek regulasi emosi diukur dengan kuesioner berisi 31 pernyataan yang bersifat pernyataan positif dan pernyataan negatif. Kuesioner menggunakan skala likert yang terdiri 4 jawaban untuk pertanyaan positif dan 4 jawaban untuk pertanyaan negatif:

Tabel 3. 4
Skoring Penilaian Kuesioner

Favorable			Unfavorable		
Alternatif Jawaban	Skor		Alternatif Jawaban	Skor	
SS	Sangat Sesuai	4	SS	Sangat Sesuai	1
S	Sesuai	3	S	Sesuai	2
TS	Tidak Sesuai	2	TS	Tidak Sesuai	3
STS	Sangat Tidak Sesuai	1	STS	Sangat Tidak Sesuai	4

Skala ini bertujuan untuk mengungkap regulasi emosi remaja saat menstruasi yang disusun berdasarkan aspek-aspek dari regulasi emosi, meliputi: dapat mengatur emosi dengan baik yaitu emosi negatif dan positif, dapat mengendalikan emosi secara sadar, mudah dan otomatis, serta dapat menguasai stress yang menekan akibat dari masalah yang dihadapinya.

3. *Kuesioner Religiusitas*

Dalam penelitian ini, kuesioner religiusitas diadaptasi dari skripsi yang berjudul “Hubungan Regulasi Emosi Dengan Tingkat Nyeri Dismenore Primer Pada Remaja Pertengahan” (Devi 2023). Kuesioner ini mengacu pada teori Glock.

Dalam penelitian ini, aspek religiusitas diukur dengan kuesioner berisi 19 pernyataan yang mencakup lima dimensi religiusitas yaitu *Intellect, Ideology, Public Practice, Private Practice dan Experience*. Jumlah skor dari pertanyaan item tersebut, nilai minimal dari kuesioner religiusitas sebesar 19 dan nilai maksimal sebesar 76. Kategorisasi dalam skala religisuitas yaitu sangat rendah (<71), rendah (71-79), sedang (79-87), tinggi (87-96), dan sangat tinggi (>96).

F. Validitas dan Reliabilitas

Uji validitas digunakan untuk memeriksa ketepatan data dari subjek penelitian dan kinerja penelitian yang dilakukan oleh peneliti. Dengan kata lain, data yang valid adalah data di mana tidak ada perbedaan antara apa yang dilaporkan peneliti dan apa yang sebenarnya terjadi pada objek penelitian (Suhirman and Yusuf 2019). Sedangkan uji reliabilitas berasal dari kata *reliability* yang berarti sejauh mana hasil pengukuran dapat dipercaya. Selama aspek-aspek yang diukur dari subjek tersebut tidak berubah, suatu pengukuran dapat dikatakan reliabel jika menghasilkan hasil yang relative sama pada berbagai uji pada kelompok subjek yan sama (Suhirman and Yusuf 2019).

1) Kuesioner Regulasi Emosi

Kuesioner regulasi emosi ini merupakan hasil adaptasi dari skripsi yang berjudul “Hubungan Regulasi Emosi Dengan Rasa Nyeri Haid (*Dismenore*) Pada Remaja” (Khoerunisya 2015). Nilai r hitung = 0,320 – 0,756 sedangkan r tabel 1,210 yang artinya kuesioner ini sudah teruji validitasnya. Koefisien reliabilitas skala dihitung dengan rumus Alpha Cronbach sebesar r *alpha* =

0,879, nilai reliabilitas tersebut termasuk reliabilitas sangat tinggi karena $0,80 < \alpha \leq 1,00$.

2) Kuesioner Dismenore

Kuesioner religiusitas diadaptasi dari skripsi yang berjudul “Hubungan Regulasi Emosi Dengan Tingkat Nyeri Dismenore Primer Pada Remaja Pertengahan” (Devi 2023). Nilai r hitung = 0,56-0,90 sedangkan t tabel = 0,232 yang artinya kuesioner ini sudah teruji validitasnya, dan nilai Alpha Cronbach 0,89, nilai reliabilitas tersebut termasuk reliabilitas sangat tinggi karena $0,80 < \alpha \leq 1,00$.

3) Kuesioner Religiusitas

Kuesioner religiusitas diadaptasi dari skripsi yang berjudul “Hubungan Regulasi Emosi Dengan Tingkat Nyeri Dismenore Primer Pada Remaja Pertengahan” (Devi 2023). Nilai Validitas pada kuesioner religisuitas nilai r hitung = 0,302 – 0,619 sedangkan r tabel = 0,212 yang artinya kuesioner ini sudah teruji validitasnya. Nilai Reliabilitas pada kuesioner religisuitas nilai Cronbach Alpha sebesar $r\ alpha > 0,839$ nilai reliabilitas tersebut termasuk reliabilitas sangat tinggi karena $0,80 < \alpha \leq 1,00$.

G. Teknik Analisis Data

1. Pengolahan Data

Berikut beberapa tahapan pengolahan data (Marsudarinah et al. 2022):

a. Pengecekan Data (*Editing*)

Tujuan editing adalah untuk memeriksa dan menyempurnakan isi formulir atau kuesioner

b. Pengkodean Data

Mengubah data dari kalimat atau huruf menjadi angka dikenal sebagai pengkodean

c. Pemasukan (*Entering*)

Setiap jawaban dimasukkan ke dalam program computer atau software dalam bentuk “kode“, yang dapat berupa huruf atau angka. Software SPSS For Windows adalah program yang komputer yang paling banyak digunakan untuk memasukkan data penelitian.

d. *Cleaning*

Setelah semua data dari responden dimasukkan, perlu dilakukan pengecekan ulang untuk mengidentifikasi kesalahan pengkodean, ketidaklengkapan, dan kesalahan lainnya, setelah selesai dilakukan koreksi atau perbaikan.

e. Analisa (*Analizing*)

Analisis data berarti mengubah data menjadi format yang lebih mudah dipahami dan diinterpretasikan,

2. *Analisa Data*

a. Analisa Univariat

Analisis univariat menganalisis data suatu variabel secara mandiri, artinya setiap variabel dianalisis secara independen tanpa mempertimbangkan hubungannya dengan variabel lain. Analisis ini disebut juga dengan analisis deskriptif untuk menggambarkan kondisi fenomena yang diteliti. Analisis ini merupakan metode analisis data yang paling dasar (Senjaya et al. 2022).

Analisis ini dapat digunakan untuk mengetahui distribusi dan presentasi dari setiap variabel. Rumus analisis univariat yang digunakan dalam penelitian ini yaitu (Azahrah et al. 2021):

$$P = \frac{X}{N} \cdot 100\%$$

Keterangan:

P : Persentase

X : Jumlah Jawaban yang 'benar'

N : Jumlah seluruh soal

b. Analisa Bivariat

Analisis Bivariat digunakan untuk mengetahui hubungan antara variabel terikat dengan variabel bebas yang dilakukan dengan uji statistik (Hardiyanto et al. 2021). Penelitian ini dianalisis secara statistik menggunakan software SPSS for Windows versi 20. Sebelumnya, akan dilakukan uji normalitas dengan menggunakan metode Kolmogorov Smirnov untuk memeriksa distribusi data. Metode analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji analisis *Korelasi Pearson*, yang cocok untuk menguji hubungan dengan data yang berdistribusi normal.

H. Prosedur Penelitian

1. Tahap Persiapan

- a. Peneliti mengidentifikasi masalah yang terjadi dilapangan
- b. Menentukan tempat penelitian yaitu di SMPN 1 Baleendah Kabupaten Bandung

- c. Peneliti mengajukan judul penelitian kepada Pembimbing dan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Aisyiyah Bandung yaitu Hubungan antara regulasi emosi dan Religiusitas dengan dismenore pada remaja di SMPN 1 Baleendah.
- d. Peneliti mengajukan surat izin studi pendahuluan kepada Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Aisyiyah Bandung untuk penambilan data awal dan melakukan studi pendahuluan di SMPN 1 Baleendah Kabupaten Bandung
- e. Peneliti mendapatkan izin studi pendahuluan dari Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Aisyiyah Bandung
- f. Peneliti melakukan studi kepustakaan tentang hal-hal yang berkaitan dengan masalah penelitian
- g. Peneliti melakukan studi pendahuluan di SMPN 1 Baleendah Kabupaten Bandung
- h. Peneliti menyusun proposal penelitian mengenai Hubungan antara regulasi emosi dan Religiusitas dengan dismenore pada remaja di SMPN 1 Baleendah Kabupaten Bandung
- i. Sidang Proposal
- j. Revisi

2. Tahap Pelaksanaan

- a. Menajukan surat permohonan surat izin penelitian kepada Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Aisyiyah Bandung
- b. Peneliti mendapatkan surat *Ethical Approval*

J. Etika Penelitian

Prinsip dasar etika penelitian ialah menjaga nilai rasional publik mengenai apa yang boleh dan tidak boleh dilakukan saat penelitian. Dalam penelitian, peneliti harus menghormati martabat manusia, dan memperlakukan manusia dengan baik (Lestari et al. 2021). Dalam penelitian ini peneliti memperhatikan masalah etika penelitian, etika penelitian meliputi:

1. *Informed Consent*

Peneliti memberikan *informed consent* kepada klien sebelum diberikan kuesioner sebagai bukti persetujuan klien dalam mengisi kuesioner. Peneliti akan memberikan informasi terlebih dahulu mengenai tujuan dan prosedur penelitian.

2. *Tanpa Nama (Anonymity)*

Dalam penelitian ini penggunaan subjek tidak dicantumkan nama asli responden hanya menuliskan inisial pada lembar pengumpulan data dan hasil penelitian yang akan disajikan.

3. *Kerahasiaan (Confidentiality)*

Peneliti menjamin kerahasiaan semua informasi yang sudah terkumpul. Hasil penelitian hanya akan diberikan kepada kelompok tertentu, dan tidak akan disebarluaskan kepada umum, hanya sebagai laporan dalam skripsi.

4. *Keadilan (Justice)*

Selama penelitian, setiap responden akan diperlakukan dengan cara yang sama. Peneliti tidak membeda-bedakan responden. Peneliti memilih responden berdasarkan kriteria inklusi.

5. *Tidak Merugikan (Non Maleficence)*

Jika terdapat risiko yang terjadi selama penelitian berlangsung, maka menjadi tanggung jawab penuh peneliti secara keseluruhan.