

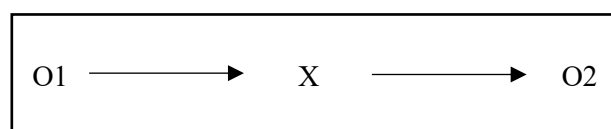
## BAB III

### METODE PENELITIAN

#### A. Metode Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan metode pra-eksperimental dengan menggunakan pendekatan rancangan one-group pretest-posttest yaitu dengan mengungkapkan hubungan sebab akibat dengan cara melibatkan satu kelompok subjek. Kelompok subjek diobservasi sebelum dilakukan intervensi, kemudian diobservasi lagi setelah intervensi. Suatu kelompok sebelum dikenai perlakuan tertentu diberi pra-test, kemudian setelah perlakuan dilakukan pengukuran lagi untuk mengetahui akibat dari perlakuan (Nursalam, 2016).

Penelitian ini akan menganalisa pengaruh *akupresure* dan murottal al-qur'an terhadap pengurangan rasa nyeri *dismenore* pada remaja putri di Universitas 'Aisyiyah Bandung, dengan membandingkan rata-rata nilai pre-test dan post-test. Desain penelitian ini dapat digambarkan sebagai berikut:



Keterangan :

O1 : Observasi skala *dismenore* sebelum dilakukan intervensi *akupresure* dan murottal al-qur'an

O2 : Observasi skala *dismenore* sesudah dilakukan intervensi *akupresure* dan murottal al-qur'an

X : Intervensi *akupresure* murottal al-qur'an surat ar-rahman

## B. Variabel Penelitian

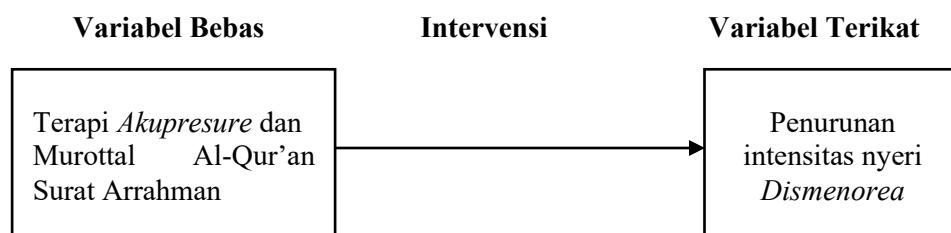
### 1. Definisi Konseptual

- a. Variabel Independen (Bebas): Terapi *Akupresure* dan Murottal Al-qur'an
- Akupresure* yang juga dikenal sebagai terapi totok atau tusuk jari, merupakan jenis fisioterapi yang dilakukan dengan memberikan pijatan dan stimulasi pada titik-titik tertentu atau acupoint di tubuh. *Akupresure* dapat dipahami sebagai teknik menekan titik-titik penyembuhan menggunakan jari secara bertahap, yang dapat merangsang kemampuan tubuh untuk melakukan penyembuhan secara alami (Setyowati et al., 2018).

Terapi murrotal adalah jenis terapi distraksi auditori yang memanfaatkan suara manusia untuk merangsang tubuh dalam mengurangi hormon stres dan meningkatkan produksi hormon endorfin, yang berfungsi untuk memperbaiki suasana hati dan mengubah respon individu terhadap rasa sakit, serta meningkatkan perasaan relaksasi.

- b. Variabel Dependen (Terikat): Skala Nyeri *Dismenore*

*Dismenore* adalah ketidaknyamanan yang ditandai dengan rasa sakit selama menstruasi. Kondisi ini mengacu pada nyeri sebelum, selama dan setelah menstruasi (Jatnika et al., 2022).



Gambar 1. Kerangka Konsep

## 2. Definisi Operasional

**Tabel 1. Definisi Operasional**

No	Variabel	Definisi Operasional	Cara Ukur	Alat Ukur	Hasil Ukur	Skala Ukur
1	Rasa nyeri <i>dismenore</i>	Tingkat nyeri yang dirasakan oleh remaja putri saat menstruasi.	Diukur sebelum dan sesudah intervensi menggunakan skala nyeri Numeric Rating Scale (NRS)	Numeric Rating Scale (NRS)	Skor nyeri 0–10	Rasio
2	Terapi Kombinasi <i>Akupresure</i> & Murottal Al-Qur'an	Intervensi berupa kombinasi pemijatan pada titik akupresure LI4 dan pemutaran murottal Al-Qur'an (Surat Ar-Rahman) selama 15 menit untuk mengurangi nyeri <i>dismenore</i>	Diberikan terapi kombinasi berupa pemijatan titik LI4 selama 10 menit dan mendengarkan murottal surat Ar-Rahman selama 15 menit	Lembar observasi pelaksanaan <i>intervensi</i>	Ya (diberikan) / Tidak (tidak diberikan)	Nominal

### 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 (Sugiyono, 2018). Adapun populasi dalam penelitian ini yakni remaja putri di Universitas 'Aisyiyah Bandung sebanyak 439 remaja putri.

#### 2. Sampel

Sampel adalah objek yang akan diteliti dan mewakili seluruh populasi (Sugiyono, 2018). Pengambilan sampel dengan menggunakan purposive sampling, yaitu pengambilan sampel sesuai dengan kriteria yang ditentukan oleh penelitian

(Nursalam, 2017). Kriteria tersebut berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi sebagai berikut:

a. Kriteria Inklusi

Kriteria inklusi adalah karakteristik umum subjek penelitian dari suatu populasi target yang terjangkau dan akan diteliti (Nursalam, 2017).

Kriteria inklusi yang dibuat oleh peneliti yaitu:

- 1) Remaja putri yang sudah menstruasi
- 2) Remaja putri yang mengalami *dismenore*

b. Kriteria Eksklusi

Kriteria eksklusi adalah menghilangkan subjek yang tidak mempunyai kriteria inklusi karena berbagai sebab (Nursalam, 2017).

Kriteria eksklusi dalam penelitian ini diantaranya yaitu:

- 1) Remaja putri yang menolak dijadikan responden
- 2) Remaja putri dengan agama selain Islam

c. Kriteria drop out

Kriteria drop out yaitu subjek yang keluar dari sampel setelah menjadi responden atau pada saat dilakukan penelitian (Nursalam, 2017). Kriteria dropout dalam penelitian ini diantaranya yaitu:

- 1) Remaja putri yang tidak nyaman pada saat dilakukan intervensi
- 2) Remaja putri yang telah menggunakan intervensi lain selain *Akupresure* dan *murottal al-Qur'an*.

Besaran sampel dalam penelitian ini menggunakan rumus Arikunto (2010) sebagai berikut:

$$n = \frac{(Z_{\alpha/2} + Z_{\beta})^2 \times \sigma^2}{\Delta^2}$$

$n$  : jumlah sampel

$Z_{\alpha/2}$ : deviat baku alpa 95% ( $\alpha = 0,05$ ) adalah 1,96

$Z_{\beta}$  : deviat baku  $\beta$  adalah 10% yaitu 1,28

$\sigma$  : simpangan baku perbedaan skor nyeri pretest dan posttest dari penelitian sebelumnya (2,6)

$\Delta$  : Perbedaan rata-rata nyeri yang diharapkan sebelumnya (2,0)

$$n = \frac{(1,96 + 1,28)^2 \times (2,6)^2}{(2,0)^2} = 18$$

Jumlah sampel ditambah 10% untuk menghindari kemungkinan drop out, sehingga jumlah sampel keseluruhan adalah :

$$n = \frac{n}{(1 - f)}$$

$$n = \frac{18}{(1 - 0,1)} = 20$$

Jadi jumlah sampel dalam penelitian ini berjumlah 20 orang remaja yang mengalami *dismenore*, sampel dari penelitian ini adalah sebagian mahasiswi di Universitas 'Aisyiyah Bandung yang mengalami *dismenorea* yang ditentukan secara non probability sampling yaitu purposive sampling sehingga sampel penelitian ini adalah mahasiswi tingkat 1, 2, 3 di Universitas 'Aisyiyah Bandung yang diambil secara *proportional stratified random sampling*.

**Tabel 2. Jumlah Sampel**

No	Tingkat	Jumlah Mahasiswa	Rumus	Sampel
1	Tingkat I	151	$\frac{151}{423} \times 20 = 7$	7
2	Tingkat II	144	$\frac{144}{423} \times 20 = 6$	6
3	Tingkat III	164	$\frac{164}{423} \times 20 = 7$	7
<b>Jumlah Seluruh Responden</b>				<b>20</b>

Dikarenakan kejadian *dismenore* tidak bisa ditentukan waktunya maka cara pengambilan sampel pada setiap kelas yaitu dengan cara memberitahukan kepada remaja putri di semua kelas mengenai penelitian yang akan dilakukan, apabila nantinya mengalami *dismenorea* dan bersedia dijadikan responden maka remaja putri bisa menghubungi peneliti melalui whatsapp. Sehingga pengambilan sampel dilakukan dengan cara responden secara acak di semua kelas yang pertama kali menghubungi dan dilakukan intervensi sampai jumlah sampel terpenuhi.

#### **D. Teknik Pengumpulan Data**

##### 1. Jenis Data

Jenis data dalam penelitian ini berupa data primer yakni data skala nyeri *dismenore* sebelum dan setelah dilakukan intervensi.

##### 2. Instrumen Penelitian

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini yaitu lembar observasi yang diisi oleh responden dengan melingkari angka pada Numeric Rating Scale (Smeltzer and Bare, 2018) untuk mengetahui persepsi nyeri yang dirasakan. Sedangkan instrumen terapi *Akupresure* yang menggunakan Standar Operasional Prosedur (SOP), serta

untuk instrumen terapi murottal Al-Qur'an surat Ar-Rahman menggunakan rekaman dari Muzammil Hasbullah dengan irama Hijaz.

#### **E. Validitas dan Reabilitas**

Uji validitas dan reliabilitas tidak dilakukan oleh penelitian, karena dalam penelitian ini instrumen yang digunakan sudah baku yaitu tingkat nyeri berupa Numeric Rating Scale (NRS) (Smeltzer and Bare, 2018).

#### **F. Teknik Analisis Data**

Analisis data adalah proses setelah data terkumpul, dilakukan pengolahan data dengan menggunakan rumus atau aturan yang sesuai dengan pendekatan penelitian dan desain yang digunakan sehingga diperoleh suatu simpulan (Arikunto, 2019).

Berikut ini adalah teknik analisa data yang dilakukan:

##### **1. Analisis Univariat**

Analisis univariat bertujuan untuk menjelaskan atau mendeskripsikan karakteristik setiap variabel penelitian. Bentuk analisis univariat tergantung dari jenis datanya (Sugiyono, 2018). Analisis dalam penelitian ini bertujuan untuk mengetahui rata-rata tingkat *dismenore* sebelum dan sesudah dilakukan intervensi *Akupresure* dan murottal Al-Qur'an surat ar-rahman.

##### **2. Analisis Bivariat**

Analisa Biavariat adalah analisis secara simultan dari dua variabel yang diduga berpengaruh atau berkorelasi (Sugiyono, 2018). Analisis dalam penelitian ini digunakan untuk mengetahui pengaruh *Akupresure* dan murottal Al-Quran dalam mengurangi nyeri *dismenore*. Data yang diperoleh pada saat pretest dan posttest

dikumpulkan, kemudian di analisa menggunakan uji statistic Paired T Test (T test berpasangan) dengan program SPSS windows.

Sebelum dilakukan uji statistik, data diuji normalitas untuk menentukan data berdistribusi normal atau tidak. Jika analisis menggunakan metode parametrik, maka persyaratan normalitas harus terpenuhi yaitu data berasal dari distribusi yang normal. Jika data tidak berdistribusi normal, atau jumlah sampel sedikit dan jenis data adalah nominal atau ordinal maka metode yang digunakan adalah statistik non-parametrik (Sugiyono, 2020). Apabila sampel  $> 50$  maka uji yang digunakan adalah Kolmogorov-smirnov. Sedangkan, apabila sampel  $< 50$  maka uji yang digunakan adalah Shapiro Wilk. Apabila hasil sig  $> 0,05$  maka data berdistribusi normal. Sedangkan, apabila hasil sig  $< 0,05$  maka data tidak berdistribusi normal. Jika data tidak berdistribusi normal, maka Uji Paired T Test tidak palid untuk dipakai sehingga disarankan untuk memakai uji statistik pengganti yaitu uji Wilcoxon (Pamungkas dkk, 2016).

Pada penelitian ini uji normalitas menggunakan Shapiro Wilk, hasil uji normalitas menunjukkan bahwa data berdistribusi normal, dengan hasil sig  $> 0,05$ . Maka uji hipotesis yang digunakan adalah uji parametrik. Hasil uji normalitas dapat dilihat pada lampiran.

Peneliti menggunakan uji Paired T Test karena uji ini merupakan uji statistik yang digunakan untuk menentukan perbedaan antara 2 kelompok variabel yang masih dalam satu kelompok atau dapat juga diartikan untuk mengukur perbedaan sampel yang sama tapi mengalami 2 kali perlakuan yaitu perlakuan I (sebelum) dan perlakuan II (sesudah) (Sani, 2016). Hasil uji Paired T Test disesuaikan dengan

ketentuan sebagai berikut:

- a. Jika nilai  $p > 0,05$  maka  $H_a$  ditolak dan  $H_0$  diterima, artinya tidak ada pengaruh antara kelompok sebelum dan setelah diberikan intervensi terapi *Akupresure* dan murottal Al-Qur'an surat Ar-Rahman.
- b. Jika nilai signifikan  $< 0,05$  maka  $H_a$  diterima dan  $H_0$  ditolak, artinya ada pengaruh antara kelompok sebelum dan setelah diberikan intervensi terapi *Akupresure* dan murottal Al-Qur'an surat Ar-Rahman.

### **G. Prosedur Penelitian**

1. Peneliti melakukan perizinan ke tempat penelitian yaitu Universitas 'Aisyiyah Bandung dan untuk pelaksanaan penelitian bisa di kampus ataupun di rumah responden sesuai dengan waktu kejadian *dismenore*.
2. Setelah mendapatkan izin peneliti memilih calon responden berdasarkan kriteria inklusi dan memberikan informed consent.
3. Pre Intervensi

Peneliti memastikan kembali kesediaan responden untuk mengikuti terapi *akupresure* dan murottal Al-Qur'an. Peneliti memberikan penjelasan kepada klien mengenai pengertian, tujuan, cara dan manfaat kontrak waktu untuk pelaksanaan. Memberikan kesempatan kepada klien untuk mengajukan pertanyaan dan memberikan informed consent sebagai tanda bukti persetujuan bagi klien yang bersedia mengikuti penelitian. Peneliti menjelaskan prosedur tindakan, selanjutnya peneliti memberikan nomor kontak yang bisa dihubungi, kemudian memberi tahu kepada responden, apabila mengalami *dismenore* maka diharapkan langsung menghubungi peneliti, yang apabila waktunya

memungkinkan peneliti akan datang ke kampus ataupun ke rumah/kost responden.

#### 4. Intervensi

Sebelum melakukan intervensi, peneliti menilai terlebih dahulu skala nyeri responden dengan menggunakan Numeric Rating Scale.

- a. Melakukan intervensi *Akupresure* sesuai dengan SOP yang ada selama 10 menit (30 detik selama 2 menit). Peneliti melakukan intervensi *Akupresure* sendiri kepada responden dengan sebelumnya peneliti telah belajar kepada ahli *Akupresure* dan sudah diakui ketepatannya dalam melakukan terapi *Akupresure* oleh dosen pembimbing. Peneliti juga mengajarkan kepada responden cara melakukan *akupresure* untuk nanti responden jika mengalami *dismenore* kembali agar bisa mempraktikannya. Selama dilakukan terapi *akupresure*, responden juga mendengarkan murottal Al-qur'an dengan Surat Ar-Rahman kurang lebih selama 15 menit.

#### 5. Post Intervensi

Pada akhir intervensi peneliti melakukan Posttest, peneliti mengukur kembali skala nyeri dengan menggunakan Numeric Rating Scale.

### **H. Tempat dan Waktu Penelitian**

#### 1. Tempat penelitian

Penelitian dilakukan di Universitas 'Aisyiyah Bandung

#### 2. Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan pada bulan Februari-Juli 2025

## I. Etika Penelitian

Proses dalam melakukan penelitian, peneliti memperhatikan masalah etika penelitian. Etika penelitian meliputi:

### 1. Informed Consent

Informed consent adalah suatu proses penyampaian informasi secara relevan dan eksplisit kepada penderita/subyek penelitian untuk menyetujui/menolak suatu tindakan medis/pengobatan/partisipasi dalam sebuah penelitian. Peneliti memberikan Informed consent kepada klien sebelum intervensi sebagai bukti persetujuan klien dilakukan intervensi.

### 2. Tanpa Nama (*anonymity*)

Masalah etika keperawatan merupakan masalah yang memberikan jaminan dalam penggunaan subjek penelitian dengan cara tidak memberikan dan tidak mencantumkan nama klien pada alat ukur dan hanya menuliskan nomor kode pada masing-masing lembar pengumpulan data atau hasil penelitian yang akan disajikan hanya diketahui oleh peneliti. Peneliti tidak mencantumkan nama asli tetapi mencantumkan inisial pada lembar observasi.

### 3. Kerahasiaan (*Confidentiality*)

Seluruh informasi yang sudah terkumpul dijamin kerahasiaannya oleh peneliti, hanya kelompok tertentu saja yang akan menerima hasil penelitian. Hasil penelitian ini tidak akan disebarluaskan kepada umum, hanya sebagai laporan pada skripsi. Selain dari itu privacy dijaga oleh penelitian yakni pada saat pelaksanaan tidak ada orang lain yang melihat pelaksanaan intervensi.

#### 4. Keadilan (*Justice*)

Seluruh klien mendapat perlakuan yang sama selama penelitian, tidak dibedakan. Peneliti tidak membedakan klien pada saat dijadikan klien, peneliti memilih klien sebagai klien berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi serta semua klien yang menjadi klien diperlakukan sama pada saat dilakukan intervensi.

#### 5. Tidak Merugikan (*Non Maleficence*)

Seluruh kegiatan penelitian aman untuk klien, apabila ada risiko yang terjadi pada saat pelaksanaan menjadi tanggung jawab peneliti secara keseluruhan.

Etik penelitian di Universitas 'Aisyiyah Bandung dengan nomor 1281/KEP.01/UNISA-BANDUNG/V/2025