

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Desain penelitian merupakan sebuah desain yang digunakan oleh peneliti sebagai kerangka acuan untuk mengumpulkan data dan analisa data. Peneliti menggunakan desain penelitian *analitik korelasional* yaitu penelitian yang menekankan adanya hubungan antara satu variabel dengan variabel yang lainnya atau variabel bebas dengan variabel terikat (Swarjana, 2019).

Penelitian ini merupakan penelitian *kuantitatif korelasional* dengan desain pendekatan *cross-sectional*. Pendekatan ini dipilih karena proses pengambilan data dilakukan pada satu waktu tertentu. (Swarjana, 2019). Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara tingkat stres yang merupakan variabel independen dan siklus menstruasi yang merupakan variabel dependen melalui pengukuran yang dilakukan secara bersamaan. (Swarjana, 2019).

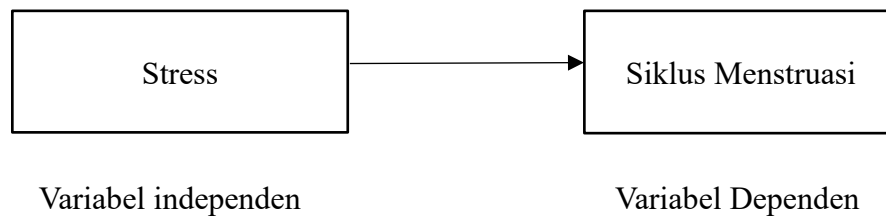
B. Variabel Penelitian

1. Definsi Konseptual

Definsi konseptual merupakan unsur pengertian yang menjelaskan tentang karakteristik atau variabel yang diteliti. Adapun definsi konseptual dari masing – masing variabel adalah sebagai berikut:

- a. Stres merupakan respon adaptasi tubuh seseorang ketika berada dalam sebuah tekanan psikologis dan ketidakmampuan seseorang dalam menghadapi situasi tertentu (Kemenkes RI, 2024).

- b. Siklus menstruasi merupakan jarak antara hari pertama menstruasi hari pertama dengan menstruasi hari pertama berikutnya (Fitri Kumalasari et al., 2019).



Gambar 3. 1 Kerangka Konsep

2. Definisi Operasional

**Tabel 3. 1 Definisi Operasional
Definisi Operasional**

Variabel	Definisi Operasional	Alat Ukur	Hasil Ukur	Skala ukur
Variabel Independen				
Stres	Ketidaknyamanan dalam suatu kondisi	Kuesioner <i>Depression Anxiety Stress - 42</i> (DASS - 42)	1. Normal : 0 – 14 2. Ringan : 15 – 18 3. Sedang : 19 – 25 4. Berat : 26 – 33 5. Sangat berat : 34 – 42	Ordinal
Variabel Dependen				
Siklus Menstruasi	Jarak antara hari pertama menstruasi dengan menstruasi berikutnya	Kuesioner Siklus menstruasi	Normal = siklus menstruasi 28 – 35 hari, tidak mengalami amenorea, perdarahan 3 – 7 hari dengan banyaknya ganti pembalut sebanyak 3 – 4 kali perhari. Tidak normal = siklus menstruasi <28 hari atau > 35 , mengalami amenorea, perdarahan < 3 hari atau >7 hari, mengganti pembalut < 3 kali sehari dan > 4 kali sehari.	Nominal

C. Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan di MTS Wanasari, yang beralamat di Desa Panyocokan Kecamatan Ciwidey Kabupaten Bandung. Penelitian ini dimulai dari bulan Febuari sampai dengan Juli 2025. Adapun waktu pengumpulan data dilakukan pada bulan Juni - Juli tahun 2025.

D. Polulasi dan Sempel

1. Populasi

Menurut (Sugiyono, 2020), Populasi merupakan wilayah generalisasi yang terdiri dari subjek atau objek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang sudah ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan ditarik kesimpulnya. Populasi pada penelitian ini adalah remaja putri Mts Wanasari pada tahun akademik 2024-2025 sebanyak 145 siswi.

2. Sempel

Sempel merupakan bagian dari jumlah dan populasi tersebut. Teknik sampling dalam penelitian ini adalah *total sampling*. *Total sampling* merupakan teknik pengambilan sampel di mana seluruh populasi dijadikan sebagai sampel, teknik ini digunakan apabila jumlah populasi relatif kecil (Sugiyono, 2020). Sempel dalam penelitian merupakan seluruh siswi MTS Wanasari sebanyak 145 siswi yang memenuhi syarat dan kriteria yang ditentukan, yaitu :

a. Kriteria Inklusi

- 1) Sudah menstruasi
- 2) Bersedia menjadi responden

b. Kriteria Eksklusi

- 1) Siswi yang sakit atau tidak hadir saat dilakukan pengambilan data
- 2) Siswi yang tidak bersedia menjadi responden

E. Teknik Pengumpulan Data

1. Jenis Data

Sugiyono (2020) menyatakan jika sumber data terbagi menjadi dua bagian yaitu data primer dan data sekunder. Data yang digunakan peneliti adalah data primer. Data primer adalah data yang diambil secara langsung oleh peneliti dari sumber yang berkontribusi atau digunakan dalam sebuah penelitian (Sugiyono, 2020).

2. Tahapan dalam Memperoleh Data

Pengambilan data akan diambil secara langsung kepada responden yang hadir di lokasi penelitian. Peneliti membagikan kuesioner secara tatap muka dengan menyampaikan tujuan penelitian dan prosedur penelitian. Peneliti juga menjelaskan tentang tata cara pengisian. Lembar kuesioner dibagikan kepada semua responden untuk diisi secara individu. Responden dapat bertanya jika ada pertanyaan yang kurang dipahami.

3. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian merupakan alat atau fasilitas yang digunakan dalam sebuah penelitian untuk mengumpulkan data secara sistematis dan mudah dipahami oleh responden (Sugiyono,2020). Adapun kuesioner yang diberikan kepada responden adalah sebagai berikut :

- a. Kuesioner untuk mengukur tingkat stres yaitu DASS - 42 (*Depression*

Anxiety Stress Scale – 42). Kuesioner ini diadaptasi dari Damanik (2019), dengan mengambil 14 item spesifik untuk mengukur tingkat stres. Kuesioner ini menggunakan skala likert 0 – 3, dimana 0 = tidak pernah, 1 = kadang – kadang, 2 = sering, 3 = selalu, dengan skor total rentang 0 – 42.

- b. Ceklis untuk penilaian siklus menstruasi dengan jumlah 4 pernyataan.

Pengkategorian hasil ukur diklasifikasikan menjadi dua yaitu :

Normal (siklus menstruasi 28 – 35 hari, perdarahan 3 – 7 hari, banyaknya ganti pembalut sebanyak 3 – 4 kali sehari, tidak mengalami amenorea).

Tidak normal (siklus menstruasi <28 hari atau > 35 , perdarahan < 3 hari atau > 7 hari, banyaknya ganti pembalut < 3 kali sehari atau > 4 kali sehari, mengalami amenorea).

F. Validitas dan Reabilitas

Instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner, sehingga dibutuhkan kevaliditasan dan kereabilitasnya dalam mengumpulkan data terkait.

1. Kuesioner DASS - 42 (*Depression Anxiety Stress Scale – 42*) versi bahasa Indonesia

Validitas dan reliabilitas dari DASS – 42 telah berkali-kali diuji dalam penelitian dengan menggunakan subjek penelitian lintas etnis dan kewarganegaraan, namun hasil yang didapat tetap terbukti valid karena didapatkan hasil > 0,532 pada semua item dan reliabel dengan Cronbach's Alpha = 0.9847 (Damanik, 2019).

G. Pengolahan Data

Pengolahan data bertujuan untuk mengubah data menjadi informasi. Adapun tahapan dalam pengolahan data adalah sebagai berikut :

1. *Editing*

Dilakukan pemeriksaan terhadap hasil pengisian kuesioner dari responden. Apabila terjadi ketidaklengkapan data, maka akan dikoreksi dan dikonfirmasi ulang kepada responden.

2. *Coding*

Diberikan kode numeric (angka) pada setiap kategori bertujuan untuk mempermudah proses analisis data. Kode numerik yang digunakan dalam penelitian adalah sebagai berikut :

a) Kode responden :

Responden 1 = R1

Responden 2 = R2 , dan seterusnya

b) Umur

Kode 1 = Remaja awal (11 – 13 tahun)

Kode 2 = Remaja pertengahan (14 – 16 tahun)

Kode 3 = Remaja akhir (17 – 20 tahun)

c) Tingkat stres

Kode 1 = Normal

Kode 2 = Ringan

Kode 3 = Sedang

Kode 4 = Berat

Kode 5 = sangat berat

d) Siklus Menstruasi

Kode 1 = Teratur / normal

Kode 2 = Tidak teratur / tidak normal

3. *Scoring*

a) Skor tingkat stres

Normal = 0-14

Ringan = 15-18

Sedang = 19-25

Berat = 26-33

Sangat Berat = >34

b) Skor siklus menstruasi

Normal = Jika terpenuhi 4 item

Tidak normal = Jika terdapat salah satu atau lebih yang tidak terpenuhi

4. Tabulasi data

Data yang telah didapat dan dikodekan dari total dan skor masing – masing responden dimasukkan ke dalam tabel.

H. Teknik Analisis Data

Penelitian ini menggunakan analisa univariat dan analisa bivariat.

1. Analisis Univariat

Analisa univariat adalah data yang terkait dengan pengukuran satu variabel pada waktu tertentu (Swarjana, 2019). Variabel pada penelitian ini

adalah tingkat stres dan siklus menstruasi. Data digambarkan dalam bentuk persentase dengan menggunakan rumus untuk menilai jawaban dari masing – masing responden (Sugiyono, 2020) :

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

Keterangan :

P = persentase

f = Frekuensi jawaban

N = Jumlah responden

2. Analisa Bivariat

Analisis bivariat dilakukan bertujuan untuk mengetahui hubungan antar variabel yang terdapat pada penelitian. Variabel pada penelitian ini terdiri dari variabel independen yaitu tingkat stres dan variabel dependen yaitu siklus menstruasi. Teknik analisa yang digunakan adalah Uji *Chi-Square*, Uji *Chi-Square* adalah salah satu metode statistik non-parametrik dengan menggunakan IBM SPSS dengan rumus :

$$x^2 = \sum \frac{(O_{ij} - E_{ij})^2}{E_{ij}}$$

Keterangan :

O_{ij} = Frekuensi observasi pada baris ke -i dan kolom ke -j

E_{ij} = Frekuensi ekspektasi, dihitung dengan :

$$E_{ij} = \frac{(\text{Total baris ke-}i) \times (\text{Total kolom ke-}j)}{\text{Total keseluruhan}}$$

Dengan derajat kebebasan (df) :

$$df = (r - 1) (c - 1)$$

r = jumlah baris

c = jumlah kolom

Maka, kajian uji derajat kemaknaan yang ditetapkan adalah $\alpha = 0,05$. Jika p value $< 0,05$, berarti H_0 ditolak dan H_1 diterima, sehingga menunjukkan adanya hubungan yang signifikan. Sebaliknya, jika p value lebih $> 0,05$, H_0 diterima dan H_1 ditolak, berarti tidak ada hubungan signifikan.

I. Prosedur Penelitian

Adapun lembar prosedur pengambilan data adalah sebagai berikut :

1. Tahap Persiapan

Pada tahap ini, hal – hal yang perlu dipersiapkan adalah sebagai berikut :

- a. Peneliti melakukan penyusunan proposal dan mengajukan proposal untuk dikonsulkan kepada dosen pembimbing.
- b. Surat izin yang telah ditandatangani oleh pihak kampus untuk memohon izin dilakukannya penelitian.
- c. Surat persetujuan menjadi responden (informen consesnt)
- d. Alat yang digunakan dalam penelitian yaitu kuesioner tingkat stres dan siklus menstruasi
- e. Menyerahkan surat izin penelitian kepada institusi yang akan diteliti guna memohon izin untuk dilakukannya penelitian.

2. Tahap Pelaksanaan

Setelah izin di setuju dan disepakati oleh institusi terkait, maka dilakukan tahap pelaksanaan.

- a. Peneliti melakukan koordinasi dengan wakil dari setiap kelas terkait waktu dan cara pengumpulan data yang akan dilakukan
 - b. Peneliti meminta responden untuk berkumpul di lapangan
 - c. Peneliti memperkenalkan diri dan menjelaskan maksud dan tujuan mengunjungi kelas
 - d. Responden diseleksi berdasarkan kriteria inklusi
 - e. Responden yang menjadi sampel kemudian dijelaskan tentang tujuan penelitian
 - f. Responden maka wajib mengisi lembar persetujuan untuk menjadi responden
 - g. Peneliti membagikan kuesioner dan memberikan petunjuk tentang cara pengisian kuesioner tersebut
 - h. Setelah responden mengisi kuesioner, peneliti memeriksa jumlah responden yang masuk apakah sesuai dengan responden yang mengisi inform consent.
 - i. Peneliti mengucapkan terima kasih kepada responden atas partisipasi dan waktu yang diluangkan dalam penelitian.
3. Tahap pelaporan
- Pada tahap ini, peneliti melakukan pengolahan data.
- a. Peneliti memeriksa kembali data yang di dapat apakah terdapat bagian yang terlewat. Apabila ditemukan, maka peneliti akan mengembalikan kuesioner kepada responden untuk diisi kembali
 - b. Data yang diperoleh diolah dengan menggunakan perangkat lunak SPSS

untuk mengetahui hasil dari responden.

- c. Peneliti melakukan penyusunan laporan yang berhubungan dengan maksud dan tujuan penelitian secara sistematis berdasarkan prosedur pelaporan.

J. Etika Penelitian

Swajarna (2016) menyatakan penting untuk memperhatikan etika dalam penelitian yang berhubungan langsung dengan manusia. Etik yang harus diperhatikan dalam penelitian adalah sebagai berikut :

1. Lembar Persetujuan (*informed consent*)

Merupakan lembar persetujuan yang ditujukan kepada calon responden untuk menjadi responden dalam penelitian ini. Lembar persetujuan ini mencakup informasi tentang tujuan penelitian, mekanisme penelitian, manfaat untuk responden, serta konsekuensi yang mungkin timbul terjadi.

2. Tanpa nama (*Anonymity*)

Pada lembar kuesioner tidak dicantumkan nama lengkap responden, sehingga nama dapat disamarkan atau diisi insial nama responden.

3. Kerahasiaan (*Confidently*)

Peneliti menjamin kerahasiaan dengan tidak membagikan dan membocorkan informasi yang didapatkan dalam penelitian ini.

4. Keadilan (*justice*)

Penelitian dilakukan secara adil dan merata tanpa mebedakan satu responden dengan responden lainnya