

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan desain *Quasi Eksperimen* dengan rancangan *Non Equivalent Control Group*. Dalam rancangan ini subyek penelitian dikelompokkan menjadi dua yaitu kelompok *Guided Imagery* dan kelompok Kompres Hangat. Pada kelompok eksperimen sebelumnya dilakukan pengukuran kemudian diberikan intervensi berupa *guided imagery* lalu dilakukan pengukuran lagi. Sedangkan pada kelompok kontrol sebelumnya dilakukan pengukuran kemudian diberikan intervensi berupa kompres hangat lalu dilakukan pengukuran lagi. Penelitian ini bertujuan membandingkan hasil intervensi yang diberikan untuk mengetahui perbedaan perubahan nyeri dismenorea pada remaja dengan tatalaksana *guided imagery* dan kompres hangat pada siswi putri kelas X dan XI di SMA Negeri 8 Malang.

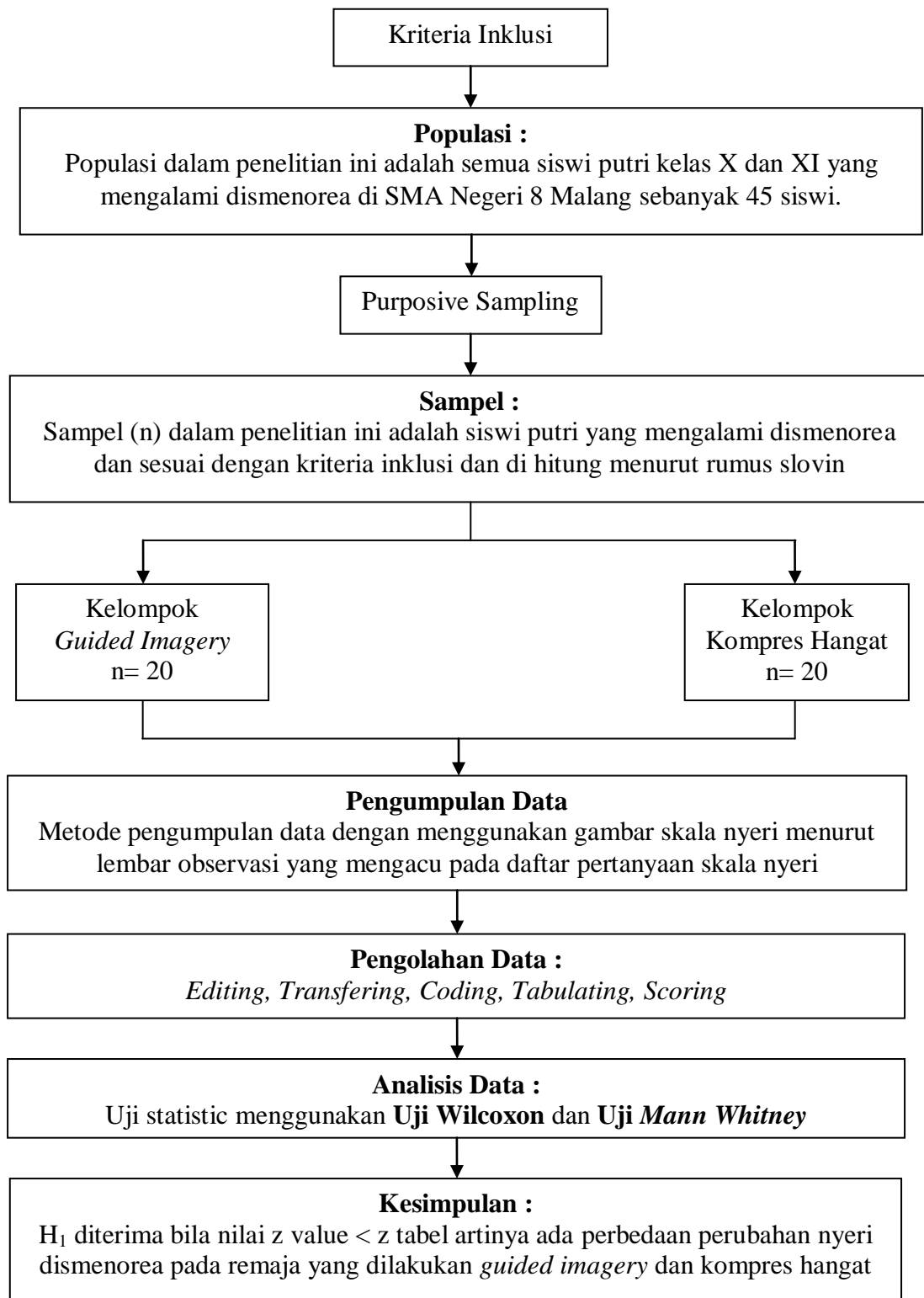
Tabel 3.1 : Rancangan *Non Equivalent Control Group*

	Posttest	Perlakuan	Pretest
Kelompok Eksperimen	O1	X1	O2
Kelompok Kontrol	O3	X2	O4

Keterangan :

- O1 : Observasi nyeri dismenorea sebelum dilakukan *guided imagery*
- X1 : Perlakuan *guided imagery*
- O2 : Observasi nyeri dismenorea setelah dilakukan *guided imagery*
- O3 : Observasi nyeri dismenorea sebelum dilakukan kompres hangat
- X2 : Perlakuan kompres hangat
- O4 : Observasi nyeri dismenorea setelah dilakukan kompres hangat

3.2 Kerangka Operasional



Gambar 2.9 : Bagan Kerangka Operasional Perbedaan Perubahan Nyeri Dismenorea Pada Remaja Dengan Tatalaksana *Guided Imagery* dan Kompres Hangat

3.3 Populasi, Sampel, dan Sampling

3.3.1 Populasi

Populasi dalam penelitian ini adalah siswi putri kelas X dan XI di SMA Negeri 8 Malang atas pertimbangan peneliti sesuai dengan kriteria inklusi, sebanyak 45 siswi.

3.3.2 Sampel

Sampel dalam penelitian ini adalah siswi putri yang mengalami dismenorea dan sesuai dengan kriteria inklusi yang di hitung menurut rumus slovin. Sehingga didapatkan jumlah sampel penelitian ini adalah 40 siswi kemudian dibagi menjadi 2 kelompok, 20 siswi sebagai kelompok perlakuan *guided imagery* dan 20 siswi sebagai kelompok perlakuan kompres hangat.

3.3.3 Teknik Sampling

Dalam penelitian ini menggunakan teknik sampling *Non Random (Non Probability) Sampling* dengan pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling* atas pertimbangan peneliti sesuai dengan kriteria inklusi.

Besar sampel pada setiap kelompok ditentukan dengan rumus :

Rumus Slovin (dalam Ridwan, 2005:65)

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

Keterangan :

n : besar sampel

N : besar populasi

D : nilai presisi 95% atau sig. = 0,05

$$n = \frac{45}{1 + 45 (0.05)^2}$$

$$n = \frac{45}{1.1125}$$

$$n = 40.44 = 40$$

3.4 Kriteria Sampel

3.4.1 Kriteria Inklusi

Responden pada penelitian ini adalah remaja putri di SMAN 8 Malang dengan kriteria inklusi sebagai berikut:

- a. Bersedia menjadi responden
- b. Mengalami dismenorea setiap bulan pada saat menstruasi
- c. Dismenorea dialami pada masa pre menstruasi, antara 24 jam pertama menstruasi, sampai dengan hari ke-2 menstruasi
- d. Tidak menggunakan obat anti nyeri/aromaterapi/ramuan (bentuk lain) yang ditujukan untuk mengurangi nyeri menstruasi selama dilakukan penelitian
- e. Tidak mengalami atau memiliki luka pada daerah perut bagian bawah

3.4.2 Kriteria Eksklusi

Kriteria eksklusi dalam penelitian ini yaitu:

- a. Remaja putri yang tidak hadir saat pengambilan data
- b. Mengundurkan diri

3.5 Variabel Penelitian

3.5.1 Variabel Bebas (*Independen*)

Variabel independen dalam penelitian ini adalah *guided imagery* dan kompres hangat.

3.5.2 Variabel Terikat (*Dependen*)

Variabel dependen dalam penelitian ini adalah dismenorea.

3.6 Definisi Operasional

Adapun definisi operasional penelitian ini adalah sebagai berikut :

Tabel 3.2 : Definisi Operasional Variabel Penelitian Perbedaan Perubahan Nyeri Dismenorea Pada Remaja Dengan Tatalaksana *Guided Imagery* Dan Kompres Hangat Di SMA Negeri 8 Malang

No	Variabel	Definisi Operasional	Alat ukur	Skala	Kategori
1	Variabel Independen: <i>Guided Imagery</i>	Tindakan non farmakologis untuk penurunan nyeri dismenorea yang dilakukan dengan cara peneliti membimbing responden menuju keadaan rileks dengan menumbuhkan gambaran mengenai hal-hal yang disukai sehingga dapat menurunkan nyeri dismenorea primer pada remaja, diberikan antara 5-10 menit.	SOP <i>guided imagery</i>	-	-
	Kompres Hangat	Tindakan non farmakologis untuk menurunkan rasa nyeri yang dilakukan oleh peneliti kepada responden dengan kegiatan menempelkan kain yang telah direndam dengan air hangat bersuhu 46-51,5 ⁰ C pada bagian perut yang terasa nyeri dismenorea selama 10 menit dan setiap 5 menit kain direndam kembali pada air	SOP Kompres Hangat	-	-

		hangat.			
2	Variabel Dependen: <i>Dismenorea</i>	Rasa sakit yang dirasakan yaitu nyeri haid fungsional, terjadi sejak usia pertama kali haid, nyeri dimulai beberapa jam sebelum atau bersamaan dengan saat menstruasi dan berlangsung selama 48-72 jam, sering terjadi pada wanita usia 15-25 tahun yang tidak disertai kelainan pada alat reproduksi seperti mioma, polip endometrial, dan endometriosis.	Lembar observasi NRS	Ordinal	1. 0 = Tidak nyeri, 2. 1-3 = Nyeri ringan, 3. 4-6 = Nyeri sedang, 4. 7-9 = Nyeri berat, 5. 10 = Nyeri sangat berat

3.7 Lokasi dan Waktu Penelitian

3.7.1 Lokasi Penelitian

Penelitian dilaksanakan di UKS SMA Negeri 8 Malang.

3.7.2 Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Mei sampai bulan Juli 2018.

3.8 Alat Pengumpulan Data

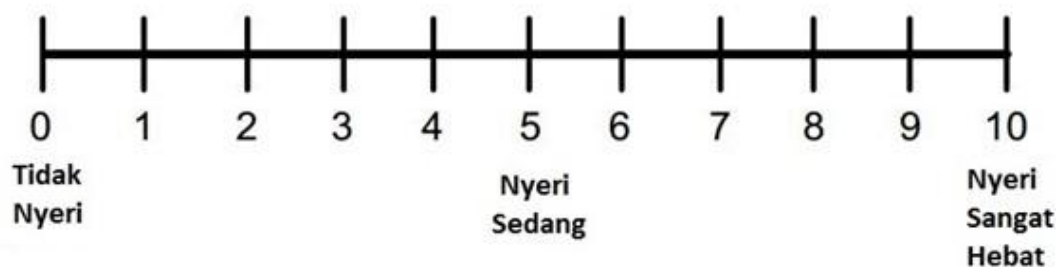
Alat pengumpulan data atau instrument yang digunakan untuk mengumpulkan data dari variable penelitian ini yaitu lembar observasi. Lembar observasi berisi tentang biodata responden. Dalam pelaksanaan pemberian *guided*

imagery menggunakan SOP *guided imagery* dan pemberian kompres hangat juga menggunakan SOP kompres hangat.

Alat yang digunakan untuk mengidentifikasi nyeri dismenore yaitu menggunakan skala numeric (*Numeric Rating Scales, NRS*) sebagai berikut :

NRS digunakan untuk menilai intensitas nyeri dan member kebebasan penuh klien untuk mengidentifikasi rasa nyeri yang dialami. *NRS* merupakan skala nyeri yang populer dan lebih banyak digunakan di klinik, khususnya pada kondisi akut, mengukur intensitas nyeri sebelum dan sesudah intervensi terapeutik, mudah digunakan dan didokumentasikan (Datak, 2008). *NRS* merupakan pengukuran keparahan nyeri yang lebih sensitive (Potter, 2005).

Pendeskripsian peneliti atas skala *NRS* untuk mengukur instensitas nyeri yaitu :



Gambar 3.0 : Skala Nyeri *NRS*

Keterangan :

Intensitas nyeri pada skala 0 tidak terjadi nyeri, intensitas nyeri ringan pada skala 1 sampai 3, intensitas nyeri sedang pada skala 4 sampai 6, intensitas nyeri berat pada skala 7 sampai 9, nyeri sangat berat 10. Cara penggunaan skala ini adalah :

Berilah tanda salah satu angka sesuai dengan intensitas nyeri yang dirasakan pasien (Potter & Perry, 2006) .

Intensitas skala nyeri dikategorikan sebagai berikut :

- a. 0 = Tidak nyeri, tidak ada keluhan
- b. 1-3 = Nyeri ringan, ada rasa nyeri mulai terasa dan asih dapat ditahan,
- c. 4-6 = Nyeri sedang, ada rasa nyeri, terasa mengganggu dengan usaha yang cukup untuk menahannya
- d. 7-9 = Nyeri berat, ada nyeri, terasa sangat mengganggu/tidak tertahankan sehingga harus meringis,
- e. 10 = Nyeri sangat berat, menjerit bahkan berteriak.

3.9 Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data dengan menggunakan lembar observasi seperti pada lampiran. Secara umum lembar observasi berisi tentang biodata responden dan skala nyeri. Sedangkan dalam pelaksanaan pemberian *guided imagery* menggunakan SOP *Guided Imagery*. Pengumpulan data dilakukan oleh peneliti sendiri, dimana pengukuran skala nyeri pada siswi remaja putri SMA Negeri 8 Malang dilakukan sebelum siswi remaja putri diberikan tatalaksana *guided imagery* dan kompres hangat, di ukur kembali intensitas nyeri setelah diberikan *guided imagery* dan kompres hangat. Prosedur pengumpulan data adalah sebagai berikut :

3.9.1 Tahap Persiapan

Tahap persiapan penelitian dimulai dengan :

- a. Proses pengumpulan data dimulai dari peneliti mengajukan permohonan ijin penelitian kepada pihak Politeknik Kesehatan Kemekes Malang Jurusan Kebidanan, Badan Kesehatan Bangsa dan Politik Pemerintahan Kota Malang,

Cabang Dinas Pendidikan Kota Malang serta tempat penelitian di SMA Negeri 8 Malang. Pada penelitian ini dilakukan penjelasan terlebih dahulu tentang maksud dan tujuan penelitian kepada pihak sekolah di SMA Negeri 8 Malang, kemudian peneliti melakukan pengkajian dengan mengumpulkan data siswi remaja putri yang akan dijadikan sebagai responden penelitian.

- b. Menentukan responden penelitian yang telah memenuhi syarat kriteria. Selanjutnya peneliti menjelaskan kembali tentang maksud dan tujuan penelitian kepada responden penelitian, peneliti memastikan legalitas persetujuan jika bersedia maka diminta mengisi lembar surat persetujuan (*informed consent*).
- c. Mencari informasi tanggal menstruasi dari masing-masing responden.

3.9.2 Tahap Pelaksanaan

Tahap pelaksanaan penelitian dimulai dengan proses :

- a. Peneliti sebelumnya telah membuat kesepakatan dengan responden agar saat terjadi dismenorea, responden segera datang ke UKS untuk diberikan perlakuan sesuai dengan pembagian perlakuan terhadap responden yaitu pemberian *guided imagery* dan kompres hangat.
- b. Peneliti membagi responden yang sesuai dengan kriteria inklusi yang telah ditentukan.
- c. Pembagian responden menggunakan teknik sampling *purposive sampling* atau sesuai dengan kriteria peneliti berdasarkan kriteria inklusi. Kemudian dibagi menjadi 2 kelompok yakni kelompok *guided imagery* dan kelompok kompres hangat. Untuk mengurangi subyektifitas peneliti dalam menentukan responden akan mendapatkan tatalaksana *guided imagery* atau kompres hangat, maka

dilakukan pengundian yaitu dengan kode nomor ganjil 1,3,5,7 dan seterusnya merupakan kode untuk responden dengan tatalaksana *guided imagery*, dan kelompok dengan pengundian genap 2,4,6,8 dan seterusnya merupakan kelompok dengan tatalaksana kompres hangat.

- d. Peneliti melakukan pengundian saat responden mengalami dismenorea yang datang ke UKS SMA Negeri 8 Malang. Hasil dari pengundian, responden mendapatkan tatalaksana *guided imagery* atau kompres hangat, maka peneliti mempersiapkan bahan yang digunakan untuk *guided imagery* atau kompres hangat.
- e. Peneliti melakukan pengkajian nyeri dan kualitas nyeri dengan skala intensitas nyeri sebelum perlakuan *guided imagery* atau kompres hangat dengan skala NRS.
- f. Mencatat hasil pengkajian skala intensitas nyeri pada lembar observasi yang telah disediakan.
- g. Apabila responden mendapatkan kesempatan untuk dilakukan tatalaksana *guided imagery*, maka peneliti menyiapkan SOP *guided imagery*.
- h. Peneliti memberikan tatalaksana *guided imagery* (imajinasi terbimbing) sesuai dengan SOP kepada responden secara individual. Pemberian ini dilakukan 1 siklus haid hanya pada saat dilakukan penelitian.
- i. *Guided Imagery* diberikan antara 5-10 menit dan memastikan bahwa tidak terjadi respon negatif terhadap responden.

- j. Namun apabila dalam pengundian responden mendapatkan kesempatan untuk dilakukan tatalaksana kompres hangat, maka peneliti menyiapkan bahan sesuai dengan SOP kompres hangat.
- k. Untuk kelompok kompres hangat dengan cara mengompreskan pada bagian perut bawah yang biasanya dirasakan sakit pada saat dismenorea. Lakukan pengompresan selama 10 menit. Setiap 5 menit kain direndam kembali pada air hangat. Pemberian ini dilakukan 1 siklus haid hanya pada saat dilakukan penelitian.
- l. Mengukur intensitas nyeri sesudah diberikan tatalaksana *guided imagery* pada kelompok *guided imagery*, dan pengukuran intensitas nyeri setelah diberikan tatalaksana kompres hangat pada kelompok kompres hangat dengan menggunakan skala *NRS*.
- m. Mencatat hasil perlakuan pada lembar observasi yang telah disediakan.

3.10 Metode Pengolahan Data

Metode pengolahan data merupakan menjelaskan secara ringkas bagaimana data yang terkumpul akan diolah, dianalisa dan disajikan. Data yang diperoleh dari responden diolah dan dianalisa sesuai dengan tahapan berikut :

3.10.1 Editing

Memeriksa kembali semua data yang telah dikumpulkan melalui hasil pengamatan dan bila ada data yang belum memenuhi kriteria akan segera diselesaikan.

3.10.2 Coding

Memberi kode pada tiap-tiap data yang termasuk dalam kategori yang sama, untuk memperoleh waktu mengadakan tabulasi dan analisa data.

Peneliti member kode pada setiap responden dengan kode sebagai berikut :

a. Kode Responden *Guided Imagery* :

Responden 1 : G1

Responden 2 : G2

Responden 3 : G3

Dst...

b. Kode Responden Kompres Hangat :

Responden 1 : K1

Responden 2 : K2

Responden 3 : K3

Dst...

c. Kode Usia Menarche :

Menarche Dini ≤ 10 tahun : 1

Menarche Normal 11-13 tahun : 2

Menarche Terlambat 14-16 tahun : 3

d. Kode Skala Nyeri :

Tidak Nyeri : 1

Nyeri Ringan : 2

Nyeri Sedang : 3

Nyeri Berat : 4

Nyeri Sangat Berat : 5

3.10.3 Scoring

Scoring merupakan kegiatan pemberian skor pada data yang terdiri atas beberapa kategori, setelah semua data terkumpul kemudian dianalisa dengan memberi skor.

Unsur yang dinilai dapat menggunakan sistem scoring dengan ketentuan sebagai berikut:

- a. Tidak Nyeri (Skor 0) : 1
- b. Nyeri Ringan (Skor 1-3) : 2
- c. Nyeri Sedang (Skor 4-6) : 3
- d. Nyeri Berat (Skor 7-9) : 4
- e. Nyeri Sangat Berat (Skor 10) : 5

3.10.4 Transferring

Transferring adalah memindahkan data yang telah diperoleh dan akan dimasukkan kedalam master sheet.

3.10.5 Tabulating

Tabulating adalah menyusun data dalam bentuk tabel untuk disajikan dan dianalisis. Sehingga penyajian dan analisa lebih mudah.

Setelah data dimasukkan kedalam tabel-tabel, selanjutnya disajikan dan dianalisis dengan ketentuan standar kriteria objektif menurut Nursalam (2011), yaitu:

100% : Seluruhnya

76% - 99% : Hampir seluruhnya

51% - 75%	: Sebagian besar
50%	: Setengahnya
26% - 49%	: Hampir setengahnya
1% - 25%	: Sebagian kecil
0%	: Tidak satupun

3.11 Analisa Data

Dalam penelitian ini, data yang telah dikumpulkan dikategorikan sesuai dengan tingkatan nyeri dengan skala numerik. Setelah data tersebut dikategorikan, kemudian peneliti melakukan analisis dengan uji statistic. Mengingat dalam penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh sebelum dan setelah dilakukan tatalaksana *guided imagery* dan kompres hangat, dan skala data yang digunakan adalah ordinal, maka dilakukan uji *Wilcoxon Signed Rank*, dengan tingkat signifikansi ($\alpha = 0,05$).

Sedangkan untuk mengetahui adanya perbedaan penurunan nyeri dismenore pada remaja yang dilakukan tatalaksana *guided imagery* dan kompres hangat, uji statistic yang digunakan adalah uji *Mann Whitney*. Uji statistic tersebut digunakan dalam penelitian ini karena menguji perbedaan 2 pemberian serta skala data yang digunakan yaitu skala data ordinal. Pada penelitian ini $n > 20$ maka menggunakan rumus z. Cara uji *Mann Whitney* ini memasukkan data pada SPSS. Hasil dari perhitungan nilai z dibandingkan dengan nilai tabel z dengan $\alpha = 0,05$, sehingga kesimpulan hipotesis yang diambil yaitu H_1 di terima apabila nilai $z <$ nilai z tabel.

3.12 Etika Penelitian

Penelitian ini menggunakan manusia sebagai subyek, sehingga tidak boleh bertentangan dengan etika. Tujuan harus etis dalam arti hak responden harus dilindungi. Untuk itu perlu adanya ijin dari institusi pendidikan. Penelitian ini boleh dilakukan dengan menggunakan etika sebagai berikut :

3.12.1 Lembar Persetujuan (*Informed Consent*)

Lembar persetujuan sebagai responden diberikan pada saat pengumpulan data. Tujuannya adalah agar responden mengetahui tujuan, manfaat, prosedur intervensi, dan kemungkinan dampak yang terjadi selama penelitian. Jika responden bersedia untuk diteliti maka mereka harus menandatangani lembar persetujuan untuk menjadi responden. Jika responden menolak untuk diteliti maka peneliti menghargai hak-hak tersebut.

3.12.2 Tanpa Nama (*Anonymity*)

Menjelaskan bentuk alat ukur dengan tidak perlu mencantumkan nama pada lembar pengumpulan data, hanya menuliskan kode pada lembar pengumpulan data.

3.12.3 Kerahasiaan (*Confidentially*)

Kerahasiaan informasi yang telah dikumpulkan dari responden dijamin kerahasiaan oleh peneliti, hanya kelompok data tertentu yang akan dilaporkan pada hasil riset.

3.12.4 Kemanfaatan (*Beneficence*)

Peneliti mengetahui manfaat dan resiko yang dapat muncul dari penelitian yang dilakukan. Penelitian memberi manfaat lebih besar dari dampak negatif yang

ditimbulkan. Peneliti melaksanakan penelitian sesuai dengan prosedur yang dianjurkan.

3.12.5 Keadilan (*Justice*)

Keadilan dalam penelitian ini yaitu peneliti memperlakukan semua responden sama satu dengan yang lain karena semua responden memiliki hak yang sama.