

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1. Desain Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif, dengan desain penelitian yang digunakan adalah analitik korelasi dengan pendekatan *cross sectional* yaitu Hubungan regulasi emosi pada remaja dengan nyeri haid (*dismenorea*) (Arikunto, 2010). Pendekatan penelitian menggunakan *cross sectional* dimana pengumpulan data variabel dependent dan variabel independent dilakukan pada waktu yang bersamaan (Chandra, 2008).

3.2. Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SMA N I Sukoharjo. Waktu penelitian tanggal 10-20 Juli 2017.

3.3. Populasi dan Sampel

3.3.1. Populasi

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas : objek/subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2012). Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh remaja putri kelas satu dan kelas dua di SMA N I Sukoharjo yaitu sejumlah 245 siswi dari 15 kelas.

3.3.2. Sampel

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut (Sugiyono, 2012). Peneliti menggunakan *purposive sampling* dengan pertimbangan bahwa peneliti telah menentukan kriteria subjek yang akan diteliti. Besar sampel pada penelitian ini dapat dihitung dengan menggunakan rumus:

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

Keterangan:

n = Jumlah sampel

N = Jumlah populasi

d = Tingkat kepercayaan atau ketepatan yang digunakan yaitu sebesar 10% atau 0,1

$$\begin{aligned} \text{Sampel dalam penelitian ini adalah : } n &= \frac{245}{1+245(0,1)^2} \\ &= \frac{245}{3,45} = 71 \end{aligned}$$

Jadi, besar sampel dalam penelitian ini adalah 71 orang

3.3.3. Teknik Sampling

Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik *purposive sampling*, yaitu memilih subjek berdasarkan ciri-ciri tertentu yang sudah diketahui

sebelumnya. Ciri-ciri sampel yang ditentukan harus memenuhi syarat inklusi dan eksklusi. Syarat inklusi tersebut adalah :

- a. kriteria inklusi
 1. Berjenis kelamin perempuan.
 2. Sudah menstruasi dan mengalami nyeri haid.
- b. kriteria eksklusi
 1. Subjek membatalkan kesediaannya untuk menjadi responden penelitian.
 2. Subjek berhalangan hadir atau tidak ditempat ketika pengumpulan data dilakukan.

Sampel diambil dari semua subjek yang datang dan memenuhi kriteria pemilihan sampai jumlah subjek terpenuhi (Saryaono, 2011).

3.4. Variabel Penelitian

Variabel didefinisikan sebagai karakteristik subjek penelitian yang berubah dari satu objek ke objek lain (Sastroasmoro dan Ismael, 2010). Menurut fungsinya dalam konteks penelitian secara keseluruhan, khususnya didalam hubungan antar variabel, terdapat beberapa jenis variabel yaitu :

3.4.1. Variabel bebas

Variabel bebas adalah variabel yang apabila nilainya berubah akan mengakibatkan perubahan variabel lain (Arikunto, 2010). Variabel bebas dalam penelitian ini adalah regulasi emosi.

3.4.2. Variabel terikat

Variabel terikat adalah variabel yang berubah akibat perubahan variabel bebas (Arikunto, 2010). Variabel terikat dalam penelitian ini adalah nyeri haid (*dismenorrhea*).

3.5. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Definisi operasional adalah suatu definisi mengenai variabel yang dirumuskan berdasarkan karakteristik-karakteristik variabel tersebut yang dapat diamati (Azwar, 2012).

Tabel 3.5 Defini Operasional

Variabel	definisi operasional	alat ukur	hasil ukur	skala
nyeri haid	rasa sakit atau nyeri yang dirasakan oleh individu saat atau sebelum menstruasi.	kuesioner 8 item dengan metode multiple choise	Tidak ada nyeri : 0 Kurang nyeri: 1 Nyeri sedang : 2 Nyeri keras : 3 Nyeri sangat keras : 4	ordinal
Regulasi emosi alam mengatur	kemampuan individu untuk mengontrol serta menyesuaikan emosi yang muncul pada tingkat intensitas untuk mencapai suatu tujuan yaitu perasaan	kuesioner 30 item dengan metode dichotomy choise	0%-50% baik 51%-100 kurang	ordinal

3.6. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner dengan pernyataan tertutup yang disusun secara terstruktur. Menurut Arikunto (2010) kuesioner adalah sejumlah pernyataan tertulis yang digunakan untuk memperoleh informasi dari responden dalam arti laporan tentang pribadinya.

- 3.6.1. Kuesioner regulasi emosi dibuat dengan jawaban sesuai keadaan responden dengan kriteria sangat sesuai, sesuai, tidak sesuai dan sangat tidak sesuai yang mengacu dalam metode atau skala *Likert*. Bentuk pernyataan adalah sangat sesuai (SS), sesuai (S), tidak sesuai (TS), dan sangat tidak sesuai (STS) berdasarkan apa yang dialami oleh responden. Pernyataan dibuat dalam dua tipe yaitu *favourable* dan *unfavourable* terhadap objek metode penilaian. Responden hanya memberikan tanda centang pada kolom jawaban yang telah disediakan, kemudian nilai dijumlahkan untuk mendapatkan skala dan kategori.

Tabel 3.6.1. kisi-kisi kuesioner regulasi emosi

perubahan emosi	nomor item	
	<i>Favourable</i>	<i>unfavourable</i>
stress	1,16,18	2,6,17
ketegangan	13,19	3,21,23
kecemasan	10,20	8,22,26,29
kegelisahan	24,25	5,11,27,28
perubahan mood	21,7,12,15,30	4,14
Jumlah	14	16

3.6.2. kuesioner nyeri haid berupa daftar pernyataan berdasarkan apa yang dirasakan responden ketika nyeri haid. Kuesioner ini terdiri dari 8 pernyataan dengan menggunakan skala *Likert* dengan sifat pernyataan *favourable* dan *unfavourable*. Skala penilaian nyeri haid menggunakan *verbal Rating Scale* (VRS) dengan memberikan angka pada setiap kata sifat sesuai dengan tingkat intensitas nyerinya. Sebagai contoh, skala 5 point yaitu *none* (tidak ada nyeri) dengan skor 0, *mild* (kurang nyeri) dengan skor 1, *moderate* (nyeri yang sedang) dengan skor 2, *severe* (nyeri keras) dengan skor 3, *very severe* (nyeri yang sangat keras) dengan skor 4.

Tabel 3.6.2. Kisi-kisi nyeri haid saat menstruasi

Variabel	nomor item	
	<i>Favourable</i>	<i>unfavourable</i>
Tingkatan nyeri yang dirasakan pada saat nyeri haid	1,3,4 , 6, 8	2,5,7
jumlah	5	3

3.7. Uji Validitas dan Reliabilitas

3.7.1. Uji Validitas

Validitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat-tingkat kevalidan atau keaslian sesuatu instrumen. Instrumen dikatakan valid jika nilai validitasnya tinggi, sedangkan instrumen yang tidak valid nilai validitasnya rendah (Arikunto, 2010). Uji validitas dilakukan dengan

menghitung korelasi antara masing-masing pertanyaan menggunakan skor total dengan rumus korelasi product moment menggunakan program SPSS versi 22 yang merupakan versi terbaru.

$$r_{xy} = \frac{N \sum Xy - (\sum x)(\sum y)}{\sqrt{\{N \sum X^2 - (\sum X^2)\}\{N \sum y^2 - (\sum y^2)\}}}$$

Keterangan : r_{xy} = koefisien validitas

X = Skor pernyataan tiap nomor item

Y = Skor total

N = Jumlah responden

Adapun kesimpulan hasil uji validitas yaitu jika r hitung lebih besar dari r tabel maka item dianggap valid, sedangkan jika r hitung lebih kecil dari r tabel maka item dianggap tidak valid (Sugiyono, 2010).

Uji validitas kuesioner akan dilakukan di SMA N 1 Colomadu dengan 20 responden yang memiliki persamaan karakter. Hasil uji validitas pada variabel regulasi emosi yang terdiri 30 butir pernyataan diperoleh butir nomor 2 (0,241), 6 (0,158), 17 (0,120), 20 (0,361), 24 (0,037), dan 29 (0,025) dinyatakan tidak valid hal ini karena $r_{hitung} < r_{tabel}$.

3.7.2. Uji Reliabilitas

Reliabilitas adalah ketepatan data dan bila diuji kembali hasilnya akan tetap sama seperti hasil yang pertama (Chandra, 2008). Pengujian reliabilitas menggunakan *Alfa Cronbach* (Arikunto, 2010). Uji reliabilitas dilakukan setelah validitas kuesioner regulasi emosi dengan nyeri haid dinyatakan valid. Apabila ada item pertanyaan yang tidak valid, maka item

yang tidak valid tidak dilakukan uji reabilitas. Kriteria pengujian reliabilitas adalah *Alfa Cronbach* > 0,60 instrumen dikatakan reliabel (Gozali, 2007).

Rumus *Alfa Cronbach* adalah sebagai berikut:

$$r_i = \frac{k}{(k-1)} \left\{ \frac{1 - \sum_i S^2}{S^2_t} \right\}$$

Keterangan : k = Means kuadrat subjek

$\sum_i S^2$ = Means kuadrat kesalahan

S^2_t = Varian total

Setelah diperoleh r_{hitung} , selanjutnya untuk dapat diputuskan instrumen reliabel atau tidak, harga tersebut dikonsultasikan dengan harga r_{tabel} (Sugiyono, 2010). Semakin tinggi koefisien korelasi berarti konsistensi antara dua tes tersebut dikatakan semakin reliabel. Sebaliknya apabila dua tes dianggap paralel menghasilkan skor yang satu sama lain berkorelasi rendah, maka dikatakan hasil tes tersebut tidak tinggi.

Hasil uji reliabilitas pada variabel regulasi emosi diperoleh nilai alpha sebesar 0,940, pada variabel nyeri haid diperoleh nilai alpha sebesar 0,917, sehingga karena nilai alpha > 0,60, maka kuesioner regulasi emosi dinyatakan reliabel atau handal.

3.8. Pengumpulan Data Dan Analisa Data

3.8.1. Teknik Pengumpulan

Pengumpulan data penulis menggunakan komputer dengan program statistik dan manajemen teknik SSPS versi 22. Proses pengumpulan data merupakan proses yang sangat penting, oleh karena itu harus dilakukan dengan baik dan benar. Kegiatan dalam proses pengumpulan data yaitu :

- 3.8.1.1. *Editing* untuk meneliti kelengkapan data dengan cara mengoreksi data yang telah diperoleh, sehingga dilakukan perbaikan data yang kurang baik data karakteristik responden berupa data umur, jenis kelamin, dan angkatan.
- 3.8.1.2. *Coding* untuk mempermudah dalam pengumpulan data dan proses selanjutnya melalui tindakan mengklasifikasi data.
- 3.8.1.3. *Tabulating* yaitu penyusunan data yang merupakan pengorganisasian data sedemikian rupa agar data dapat dengan mudah dijumlah., disusun dan didata untuk disajikan dan dianalisis. Tabulasi data menggunakan program Excel 2010.
- 3.8.1.3 *Entry data*, merupakan proses pemindahan data dari fisik menjadi data digital yang dapat diolah oleh software.
- 3.8.1.4 *Processing*, merupakan jenis pemrosesan data yang dapat merubah data tersebut menjadi informasi atau pengetahuan.
- 3.8.1.5 *Cleaning*, merupakan kegiatan pengecekan kembali data yang sudah di masukan untuk diperiksa adanya kesalahan atau tidak.

3.8.2. Analisa Data

Analisa data dalam penelitian ini menggunakan dua cara yaitu :

3.8.2.1. Analisis Univariat

Analisa data ini dilakukan terhadap tiap variabel dari penelitian dan pada umumnya dalam analisis ini menghasilkan distribusi dan presentasi dari tiap variabel (Notoadmodjo, 2010). Analisa univariat pada penelitian ini adalah regulasi emosi dengan nyeri haid . hasil perhitungan ditampilkan dalam bentuk tabel yang berisi jumlah responden dan pesentase.

3.8.2.2. Analisa Bivariat

Analisa data dilakukan untuk menguji hipotesis dan menjawab rumusan masalah yang diajukan. Uji hipotesis bivariat dilakukan dengan uji Kendal Tau dengan taraf signifikan 5% (0,5). uji *Rank Spearmen* dilakukan untuk mengingat data variabel bebas dan variabel terikat dengan skala ordinal. (Dahlan, 2009).

$$\text{Rumus : } t = \frac{\bar{x}_1 - \bar{x}_2}{\sqrt{\frac{S_1^2}{n_1} + \frac{S_2^2}{n_2} - 2r \left[\frac{S_1}{\sqrt{n_1}} \right] \left[\frac{S_2}{\sqrt{n_2}} \right]}}$$

Keterangan:

\bar{x}_1 = Rata-rata sampel 1

\bar{x}_2 = Rata-rata sampel 2

S_1 = Simpangan baku sampel 1

S_2 = Simpangan baku sampel 2

S_1^2 = Varians sampel 1

S_2^2 = Varians sampel 2

r = korelasi antara dua sampel

Syarat Uji *Spearman Rank* yaitu data terdistribusi normal. Apabila tidak normal data menggunakan uji *kendal tau* dengan rumus :

$$\text{Rumus : } \tau = \frac{\Sigma A - \Sigma B}{\frac{N(N-1)}{2}}$$

Keterangan:

τ = Koefisien korelasi Kendal Tau yang besarnya (-1<0<1)

A = Jumlah rangking atas

B = Jumlah rangking bawah

N = Jumlah anggota sampel (Sugiyono, 2012)

3.9. Etika Penelitian

Pada penelitian ini peneliti mengajukan permohonan kepada institusi pendidikan dan pengelola lahan untuk mendapatkan persetujuan. Setelah mendapat persetujuan , maka peneliti menyebarkan kuesioner kepada subjek yang bersedia diteliti, dengan memperhatikan beberapa masalah etika yaitu :

1. Lembar persetujuan responden (*Informed Consent*).

Lembar persetujuan ini didarkan sebelum penelitian dilaksanakan pada seluruh objek yang akan diteliti. Jika subjek bersedia diteliti maka harus menandatangani lembar persetujuan ini, tetapi jika tak bersedia maka peneliti harus tetap menghargai hak – haknya.

2. Tanpa nama (*Anonimity*).

Untuk menjaga kerahasiaan identitas subjek, peneliti tidak mencantumkan

nama subjek pada lembar pengumpulan data yang diisi oleh subjek, lembar tersebut hanya diberi kode nomor tertentu.

3. Kerahasiaan (*Confidentiallity*).

Kerahasiaan informasi yang telah dikumpulkan dari subjek dijamin kerahasiaannya oleh peneliti, hanya kelompok data tertentu saja yang akan disajikan.

2.10. Jalannya Penelitian

2.10.1. Tahap persiapan

2.10.1.1. Peneliti melakukan studi pendahuluan pada bulan Maret 2017 untuk mencari informasi tentang masalah regulasi emosi dan nyeri haid pada remaja di SMA N 1 Sukoharjo.

2.10.1.2. Peneliti mengaju judul penelitian, penyusunan proposal dan konsultasi kepada dosen pembimbing.

2.10.1.3. Peneliti melakukan ujian proposal setelah mendapatkan persetujuan dari dosen pembimbing.

2.10.1.4. Peneliti merevisi proposal penelitian sesuai dengan saran dosen pembimbing.

2.10.2. Tahap pelaksanaan

2.10.2.1. Peneliti meminta ijin dari Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Sahid Surakarta dan ditujukan ke SMA N 1 Sukoharjo.

2.10.2.2. Peneliti melakukan penelitian di SMA N I Sukoharjo sesuai waktu yang

dijinkan kepada peneliti untuk melakukan penelitian. Peneliti akan dibantu oleh para guru yang mengajar di SMA N 1 Sukoharjo untuk mengumpulkan siswi-siswi yang ada di sekolah tersebut.

2.10.2.3. Peneliti memperkenalkan diri pada siswi di SMA N 1 Sukoharjo dan menjelaskan maksud dan tujuan sekaligus meminta persetujuan menjadi responden. Setelah mendapatkan persetujuan peneliti melakukan memberikan kuesioner regulasi emosi dan nyeri haid. Responden diminta mengisi kuesioner dan peneliti mengawasi jalannya pengisian. Apabila responden mengalami kesulitan dalam memahami pernyataan yang ada, peneliti akan menjelaskan maksud dari pernyataan tersebut.

2.10.2.4. Responden telah mengisi kuesioner, maka peneliti akan meneliti satu persatu dari lembar pernyataan tersebut. Apabila terdapat item pernyataan yang belum diisi, peneliti meminta responden yang bersangkutan untuk mengisi kembali.

2.10.2.5. Lembar jawaban yang telah dipastikan telah terisi semuanya, maka peneliti mengucapkan terimakasih kepada seluruh responden dan rekan guru yang telah bersedia membantu peneliti dalam penelitian.

2.10.3. Tahap penyelesaian akhir.

Peneliti yang telah mendapatkan hasil penilaian tentang regulasi emosi dan nyeri haid, kemudian akan membuat data induk penelitian dalam program excel 2010 berisi data karakteristik responden, data hasil jawaban tentang regulasi emosi, dan penilain tentang nyeri haid.

Hasil dari data induk kemudian dilakukan uji statistik dalam program SPSS baik analisis univariat maupun bivariat. Penyusunan laporan hasil penelitian yang dibuat dalam bab 4 dan simpulan dan saran di bab 5 akan dikonsultasikan kepada dosen pembimbing, dan mempersiapkan seminar hasil penelitian.