

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian non eksperimen dengan desain deskriptif murni. Penelitian dengan rancangan penelitian deskriptif digunakan untuk mengetahui gambaran suatu masalah atau fenomena yang terjadi (Riyanto, 2011).

B. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi pada penelitian ini adalah Residen Putri tingkat pertama di *University Residence* (UNIRES) Universitas Muhammadiyah Yogyakarta. Berdasarkan data yang diperoleh dari pihak UNIRES, jumlah residen di gedung Y tahun 2017 sebesar 135 residen.

2. Subyek Penelitian

Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik *simple random sampling*, dengan cara memilih sampel yang sesuai dengan maksud dan tujuan penelitian. Besarnya total sampel dihitung dengan rumus:

$$\begin{aligned}n &= \frac{N}{N \cdot d^2 + 1} \\ &= \frac{135}{135 \cdot (0,1)^2 + 1} \\ &= 58\end{aligned}$$

Keterangan :

- n : jumlah sampel seluruhnya
- N : jumlah populasi seluruhnya
- d : tingkat kesalahan

Kemungkinan adanya drop out diperkirakan adalah 10%, maka besar total sampel minimal dengan adanya koreksi drop out adalah 64 orang.

C. Kriteria Inklusi dan Eklusi

1) Kriteria inklusi sampel diantaranya :

- a. Remaja putri (Residen) tingkat pertama
- b. Tinggal bersama dalam satu kamar minimal 3 bulan
- c. Mengalami menstruasi tiap bulannya
- d. Pemakaian pembalut saat menstruasi

2) Kriteria eklusi sampel diantaranya :

Responden mengalami sakit atau mengidap penyakit kronis.

D. Lokasi dan Waktu Penelitian

1. Lokasi

Penelitian ini dilakukan di *University Resindenc*) Putri Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.

2. Waktu

Penelitian ini dilakukan pada bulan Novermber – Desember 2017 dan bulan Januari 2018.

E. Variabel dan Definisi Operasional

1) Variabel

Variabel dalam penelitian ini yaitu sinkronisasi menstruasi, tingkat stres dan *hygiene* menstruasi.

2) Definisi Operasional

Sinkronisasi menstruasi merupakan suatu kejadian saat wanita yang berada pada lingkungan yang sama dan berinteraksi bersama akan memiliki jarak menstruasi yang berdekatan. Responden dalam penelitian ini adalah residen putri penghuni asrama yang sinkronisasi menstruasinya diukur dengan metode Weller dan Weller dengan jenis data nominal. Jika perbedaan jarak menstruasi kurang dari tujuh hari maka dikatakan terjadi sinkronisasi. Jika perbedaan jarak menstruasi lebih dari tujuh hari maka tidak terjadi sinkronisasi dan jika jarak menstruasi tepat tujuh hari maka tidak terjadi keduanya.

Tingkat stres merupakan penilaian ringan maupun beratnya stres yang dialami seseorang. Pengukuran tingkat stres menggunakan kuesioner

Depression Anxiety Stres Scale 42 dari Lovibond dan Lovibond (1995).

Perilaku *menstrual hygiene* adalah pencerminan sikap pada remaja wanita yang berkaitan dengan perawatan kebersihan diri pada saat mengalami menstruasi. Pengukurannya menggunakan kuesioner yang diadaptasi dari Yuliana (2010).

F. Instrumen Penelitian

Alat yang digunakan pada penelitian ini adalah kalender (jadwal sholat berjamaah), formulir dan kuesioner. Kalender digunakan untuk mencatat tanggal awal dan akhir menstruasi. Kalender berbentuk sebuah , yang mencakup kalender bulan Oktober dan November 2017 disertai identitas responden pada masing-masing bulannya.

Formulir yang digunakan berisikan data diri dan data umum subyek penelitian. Data diri terdiri dari pernyataan mengenai nama, tempat dan tanggal lahir, usia, alamat, suku, identitas orang tua, kelas, nomor kamar pondok pesantren, kedekatan dengan teman sekamar. Data umum mencakup hal yang berkaitan dengan menstruasi berupa pertanyaan kategori siklus menstruasi dan gangguan yang dialami saat menstruasi.

Kuesioner yang digunakan terdiri dari dua, yaitu pengukuran tingkat stres menggunakan kuesioner *Depression Anxiety Stres Scale 42* dari Lovibond dan Lovibond (1995) dengan skala ordinal, yaitu normal, ringan, sedang, parah dan sangat parah. Kuesioner DASS terdiri dari 42 item pernyataan mencakup dimensi depresi, kecemasan dan stres. Masing-masing dimensi mencakup 14 pernyataan. Skala penilaian masing-masing pernyataan

menggunakan skor 0-3. Skor 0 untuk jawaban tidak sesuai sama sekali, atau tidak pernah. Skor 1 untuk jawaban sesuai sampai tingkat tertentu, atau kadang-kadang. Skor 2 untuk jawaban sesuai sampai batas yang dapat dipertimbangkan, atau lumayan sering. Skor 3 untuk jawaban sangat sesuai atau sering sekali. Hasil penjumlahan skor terdiri dari lima tingkatan pengukuran yaitu “normal” (0-9) untuk depresi, (0-7) untuk kecemasan dan (0-14) untuk stres; “ringan” (10-13) untuk depresi, (8-9) untuk kecemasan dan (15-18) untuk stres; “sedang” (14-20)) untuk depresi, (10-14) untuk kecemasan dan (19-25) untuk stres; “parah” (21-27) untuk depresi, (15-19) untuk kecemasan dan (26-33) untuk stres; “sangat parah” (>28) untuk depresi, (>20) untuk kecemasan dan (>34) untuk stres.dan kuesioner perilaku hygiene menstruasi. Kuesioner *DASS 42* digunakan untuk mengetahui tingkat stres (Lovibond dan Lovibond, 1995).

Kuesioner yang kedua mengenai perilaku *menstrual hygiene* diadopsi dari Yuliana (2010). dengan skala ordinal dengan skala ordinal yaitu, baik, cukup dan kurang. Terdiri dari 14 poin pernyataan meliputi 8 pernyataan yang mendukung (*favourable*), dan 6 pernyataan yang tidak mendukung (*unfavourable*). Penilaian menggunakan skala likert dengan jawaban selalu, sering, kadang-kadang dan tidak pernah. Pada pernyataan yang mendukung jawaban selalu diberi skor empat, sering mendapat skor 3, kadang-kadang dengan skor 2 dan tidak pernah mendapat skor 1. Pernyataan yang tidak mendukung untuk jawaban selalu diberi skor 1, jawaban sering diberi skor 2, kadang-kadang diberi skor 3 dan tidak pernah diberi skor 4. Hasil perhitungan

skor dikategorikan dalam skala ordinal baik, cukup dan kurang. Baik (76 % - 100%), cukup (56% - 75%) dan kurang (<56%).

G. Jalannya Penelitian

1. Tahap Persiapan

a. Mengajukan *ethical clearance* pada Komisi Etik Penelitian Kedokteran dan Kesehatan FKIK UMY serta mengurus perijinan penelitian dari Program Studi Kedokteran Gigi FKIK UMY yang ditujukan kepala UNIRES putri UMY.

No. *Ethical Clearance* : 545/EP-FKIK-UMY/IX/2017

b. Sosialisasi kepada Pembina dan residen tingkat pertama UNIRES Universitas Muhammadiyah Yogyakarta yang akan menjadi subyek penelitian

c. Memberikan surat pemberitahuan dan *informed consent* sebagai persetujuan sebagai subyek penelitian

d. Pengumpulan *informed consent*

e. Menentukan subyek yang sesuai kriteria inklusi

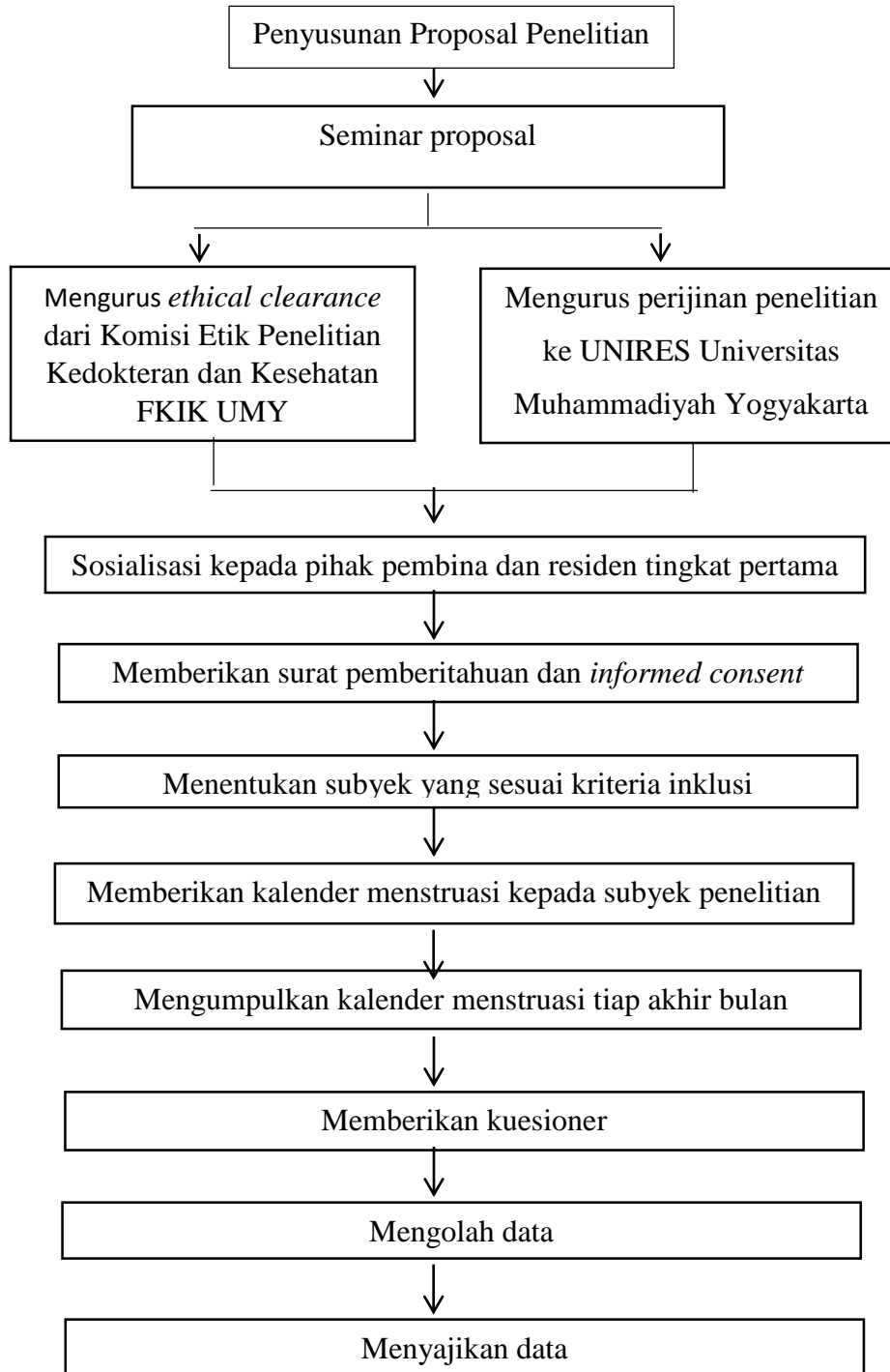
f. Memberikan kalender menstruasi dan kuesioner

2. Tahap Pelaksanaan

a. Pada bulan November akan dilakukan pengenalan dan penjelasan mengenai jalannya penelitian. Subyek yang memenuhi kriteria inklusi dan telah mengisi *informed consent* akan diberikan kalender menstruasi. Pencatatan tanggal awal dan akhir menstruasi dilakukan selama dua bulan (November – Januari).

- b. Pengumpulan kalender menstruasi dilakukan dengan cara melihat dan mencatat tanggal awal dan akhir menstruasi dari jadwal sholat berjama'ah dalam satu bulan yang didapatkan dari pembina setiap lorong di gedung Y.
- c. Setelah itu, kuesioner dibagikan kepada responden pada akhir bulan November untuk mengukur tingkat stres dan perilaku hygiene menstruasi.
- d. Pengolahan data menggunakan analisis univariat
- e. Penyajian data menggunakan distribusi deskriptif.

H. Alur Penelitian



Gambar 2. Alur Penelitian

I. Analisis Data

Analisis data yang digunakan adalah univariat, menyajikan data dalam bentuk tabel distribusi frekuensi, ukuran tendensi sentral atau grafik (Saryono dan Anggraeni, 2013).