

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan rancangan penelitian non-analitik eksperimental (observasional) dengan pendekatan *cross sectional*. *Cross sectional* mencakup semua jenis yang pengukuran variabel-variabelnya, hanya satu waktu, satu saat.

Tahap-tahap melakukan penelitian:

1. Tahap Persiapan
 - a. Mengurus izin penelitian.
 - b. Menetapkan pelaksanaan penelitian.
2. Tahap Pelaksanaan

Melakukan pencarian dan pengumpulan data yang dilakukan secara *cross sectional* dengan kuisisioner.

3. Tahap Akhir

Pengolahan data, analisi data, presentasi hasil, serta pembuatan laporan dan publikasi laporan.

B. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi penelitian adalah remaja putri SMA Negeri 1 Klaten usia 16-18 tahun.

Kriteria Inklusi :

- a. Remaja yang sudah mengalami menstruasi
- b. Remaja putri usia 16-18 tahun
- c. Bersedia berpartisipasi dalam penelitian dengan mengisi inform consent serta kooperatif.

Kriteria Eksklusi :

- a. Remaja yang tidak masuk sekolah.
- b. Remaja yang tidak mengisi kuesioner secara lengkap.
- c. Remaja yang memiliki keterangan medis mengenai adanya gangguan pada organ reproduksi.
- d. Remaja yang sedang mengalami gangguan psikologis yang dibuktikan dengan keterangan guru bimbingan konseling.

2. Sampel

Sampel penelitian ini adalah remaja putri yang duduk di kelas XI SMA Negeri 1 Klaten. Alasan dipilihnya sampel ini karena:

- a. Siswa kelas X memiliki usia lebih muda dari kelas XI, sehingga memungkinkan siklus menstruasi yang belum stabil. Selain itu siswa kelas X merupakan siswa tingkat pertama, yang masih memerlukan adaptasi dengan lingkungannya yang dapat memicu kecemasan siswa.

- b. Kelas XI memenuhi kriteria usia antara 16-18 tahun. Tingkat kecemasan lebih stabil, dan tidak dipengaruhi stressor luar.
- c. Kelas XII lebih banyak berkonsentrasi untuk menempuh ujian, sehingga akan memiliki tingkat kecemasan lebih tinggi.

Untuk mengetahui besar sampel yang akan diambil, maka digunakan rumus sebagai berikut :

$$n = \left[\frac{(Z_a + Z_b)}{0,5 \ln \left[\frac{(1+r)}{(1-r)} \right]} \right]^2 + 3$$

Keterangan:

Z_a : Tingkat kemaknaan (kesalahan tipe 1)

Dalam penelitian ini diambil sebesar 1.960.

Z_b : Power (kesalahan tipe 2)

Dalam penelitian ini sebesar 0,842.

r : koefisien korelasi

Berdasarkan penelitian sebelumnya diambil sebesar 0,294

$$\begin{aligned} n &= \left[\frac{(Z_a + Z_b)}{0,5 \ln \left[\frac{(1+r)}{(1-r)} \right]} \right]^2 + 3 \\ &= \left[\frac{(1,960 + 0,842)}{0,5 \ln \left[\frac{(1+0,294)}{(1-0,294)} \right]} \right]^2 + 3 \\ &= \left[\frac{2,802}{0,5 \ln \left[\frac{(1,294)}{(0,706)} \right]} \right]^2 + 3 \\ &= \left[\frac{2,802}{0,303} \right]^2 + 3 \\ &= [9,24]^2 + 3 \\ &= 85,37 + 3 \\ &= 88,37 \rightarrow 89 \end{aligned}$$

Jadi, dalam penelitian ini minimal dibutuhkan 89 sampel.

3. Cara Pengambilan Sampel

Pengambilan sampel dilakukan dengan cara *purposive sampling*.

C. Variabel dan Definisi Operasional

1. Variabel

Variabel bebas dalam penelitian ini adalah *Pre Menstrual Syndrome*, sedangkan variabel tergantung adalah tingkat kecemasan.

2. Definisi Operasional

a. Kecemasan adalah suatu ketegangan yang dapat disertai dengan gejala fisiologis dan muncul sebagai gangguan atau ancaman pada keseimbangan psikologis. Pengukuran tingkat kecemasan menggunakan Taylor *Manifest Anxiety Scale (TMAS)*. TMAS dibagi menjadi 2 golongan:

1. Skor <21 : cemas ringan
2. Skor ≥ 21 : cemas berat

b. *Pre Menstrual Syndrome* adalah suatu gejala sebelum menstruasi tiba.

Dimana dalam penelitian ini pengukurannya menggunakan *Shortened Premenstrual Assessment Form (SPAF)*. SPAF dapat dibagi menjadi 3 golongan:

1. Total nilai 10 : tidak ada gejala
2. Total nilai 11-35 : gejala sedang
3. Total nilai 36- 60 : gejala berat

D. Instrumen Penelitian

Pengukuran dalam penelitian ini menggunakan instrumen berupa kuisisioner *Taylor Manifest Anxiety Scale (TMAS)* dan *Shortened Premenstrual Assesment Form (SPAF)*.

Taylor Manifest Anxiety Scale (TMAS) berisi 50 butir pertanyaan, dimana responden menjawab keadaan “ya” atau “tidak” sesuai dengan keadaan dirinya, dengan memberi tanda (X) atau (O) pada kolom jawaban “ya” atau “tidak”. Kuisisioner TMAS terdiri dari 13 pernyataan *favourable* dan *unfavourable*. Setiap jawaban dari pernyataan *favourable* bernilai 1 untuk jawaban “ya” dan bernilai 0 untuk jawaban “tidak”. Pada pernyataan *unfavourable* bernilai 1 untuk jawaban “tidak” dan bernilai 0 untuk jawaban “ya”.

Menurut Azwar (2007), semakin tinggi skor TMAS maka semakin tinggi kecemasannya dan semakin rendah skor maka semakin rendah kecemasannya. Sebagai cut of pointnya, maka bisa dibagi menjadi seperti berikut:

1. Skor <21 : cemas ringan
2. Skor ≥ 21 : cemas berat

Gardos (1961), membagi tingkat cemas menjadi 3 skala yaitu:

1. Nilai <20 : kecemasan ringan
2. Nilai 20-25 : kecemasan sedang
3. Nilai >25 : kecemasan berat

Instrumen untuk mengukur *Pre Menstrual Syndrome* menggunakan kuisioner *Shortened Premenstrual Assesment Form (SPAF)* yang telah diadaptasi untuk digunakan di Indonesia. SPAF terdiri dari 10 butir kuisioner singkat penilaian gejala *premenstrual*. Subyek penelitian diminta untuk menilai setiap gejala *premenstrual* yang dialami dari 10 gejala yang tercantum di kuisioner dengan skala 1-6 dari tidak ada perubahan (1) sampai munculnya gejala yang mengganggu (6). Subyek penelitian diminta untuk memberi tanda (X) atau (O) pada setiap pernyataan gejala premenstruasi yang dialami. Hasil penjumlahan nilai gejala premenstruasi akan meliputi nilai 10-60. *Pre Menstrual Syndrome Assesment Score* dikategorikan menjadi:

1. Total nilai 10 : tidak ada gejala
2. Total nilai 11-35 : gejala sedang
3. Total nilai 36-60 : gejala berat

E. Cara Mengumpulkan Data

Data yang digunakan dalam penelitian ini adalah data primer. Data primer adalah data yang pengumpulannya dilakukan langsung oleh peneliti sendiri pada saat penelitian berlangsung. Responden yang memenuhi syarat dan menyatakan bersedia diberi angket berupa kuisioner mengenai kecemasan dan *Pre Menstrual Syndrome*. Proses penelitian ini dilaksanakan setelah seluruh kegiatan pembelajaran formal responden telah selesai sesuai dengan koordinasi dengan pihak sekolah selaku penanggungjawab responden. Sebelum penelitian dimulai para responden diberikan formulir inform consent. Setelah itu responden diberi kuisioner TMAS dan SPAF. Responden kemudian

diminta untuk mengisi kuisisioner tersebut. Lalu peneliti menunggu responden untuk beberapa saat untuk mengisi kuisisioner. Setelah selesai mengisi kuisisioner dan telah dipastikan bahwa seluruh kuisisioner terisi, responden diminta untuk mengumpulak kuisisioner tersenut kepada peneliti. Peneliti memastikan kembali apakah kuesioner terisi dengan baik atau tidak.

F. Uji Validitas dan Reabilitas

Menurut Christiani, *et al.*(2000), skor validitas kuisisioner TMAS memperoleh nilai 0,109-0,505, dengan nilai kemaknaan $<0,05$. Untuk koefisien korelasi, berdasarkan jurnal tersebut memiliki nilai sebesar 0,881 dengan nilai kemaknaan 0,001. Oleh sebab itu, kuesioner ini sudah valid.

Instrumen SPAF telah diuji dan diukur validitasnya dengan mencobakan kuisisioner penelitian pada 30 remaja putri dengan karakteristik yang sama diluar populasi penelitian. Kemudian dilakukan analisis α Chronbach untuk gejala premenstruasi dalam kuisisioner tersebut. Dari analisis α Chronbach tersebut ditunjukkan bahwa butir-butir penilaian gejala *premenstrual* di dalam kuisisioner bisa digeneralisasikan untuk populasi dengan budaya dan ras yang beragam (Puspita, 2006).

G. Analisis Data

Data yang diperoleh dari kuesioner TMAS dikategorikan sesuai dengan penelitian yang sudah ditentukan. Tingkat kecemasan ringan (21) dan tingkat kecemasan berat (>21). Selanjutnya, data yang diperoleh dari kuesioner SPAF dikategorikan sesuai dengan penelitian yang sudah ditentukan. Tidak ada gejala (total nilai 10), gejala sedang (total nilai 11-35),

gejala parah (total nilai 36-50). Kemudian, dilakukan analisis pengujian data hipotesis dengan menggunakan uji korelasi *Spearman*.

H. Etika Penelitian

Karena melibatkan responden manusia maka akan dilakukan penjelasan kepada calon responden tentang maksud dan tujuan penelitian, manfaat dan kegunaan yang diharapkan dan konsekuensi-konsekuensi sebagai responden (*informed consent*).