

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis dan Rancangan Penelitian

Penelitian ini menggunakan kerangka kerja observasional dengan metode *cross-sectional*, dengan tujuan mengidentifikasi hubungan antara konsumsi proteinprotein dengan tingkat *dismenore* pada mahasiswi Prodi Sarjana Terapan Jurusan Kebidanan. Pengumpulan data untuk variabel independen (asupan protein) dan variable dependen (tingkat *dismenore*) dilakukan secara bersamaan selama periode penelitian yang sama.

B. Lokasi dan Waktu Penelitian

Peserta dari Program Sarjana Terapan Kebidanan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan di Medan berpartisipasi dalam penelitian ini, yang mengalami ketidaknyamanan berupa *dismenore* saat menstruasi., serta pelaksanaan pengumpulan data dilakukan tanggal 13 April 2026 sampai 23 April 2026, dengan Persetujuan etis diberikan oleh Komite Etik Penelitian Kesehatan Poltekkes Kemenkes Medan

C. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Penelitian ini berfokus pada suatu segmen populasi. Jumlah partisipan ditentukan dengan menggunakan rumus Slovin Poltekkes Kemenkes Medan Yang berjumlah 81 orang Mahasiswi dan mengalami *dismenore*.

2. Sampel

Pada penelitian ini berfokus pada suatu segmen populasi. Jumlah partisipan ditentukan dengan menggunakan rumus Slovin.

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

Keterangan:

n: Ukuran sampel/jumlah responden

N: Jumlah populasi

e: Tingkat kesalahan yang di toleransi(*margin of error*)

Populasi (N) dalam penelitian ini adalah 81 orang berdasarkan rumus Slovin, maka e digunakan sebesar 10% dipengaruhi oleh jumlah populasi yang sesuai dengan kriteria penelitian . sampel yang di peroleh yakni

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

$$n = \frac{81}{1 + 81(0,10)^2}$$

$$n = \frac{81}{1 + 81(0,01)}$$

$$n = \frac{81}{1,81}$$

$$n = 40,4 \text{ orang}$$

Dengan demikian, jumlah total sampel yang diperlukan untuk penelitian ini adalah 40.

Berdasarkan angka tersebut maka jumlah sampel akan di dilanjutkan secara purposive sampling.

Kelompok yang diteliti dalam penelitian ini mewakili sebagian kecil dari populasi keseluruhan, dan proses pemilihan partisipan dilakukan dengan mengikuti standar inklusi tertentu. Kriteria inklusi yang ditetapkan untuk penelitian ini diuraikan di bawah ini:

- a. Mahasiswi yang tidak tinggal di asrama selama menempuh program Sarjana Terapan Kebidanan..
- b. Mahasiswi program Sarjana Terapan Kebidanan yang mengalami dismenore pada saat penelitian berlangsung.
- c. Mahasiswi program Sarjana Terapan Kebidanan yang saat ini tidak menggunakan obat pereda nyeri.
- d. Mahasiswi yang terdaftar dalam program Sarjana Terapan Kebidanan yang bersedia menandatangani formulir persetujuan setelah mendapat penjelasan dan menjadi partisipan penelitian.

Kriteria Eksklusi dalam Penelitian ini terdiri dari :

- 1) Mahasiswi yang tidak hadir pada saat pemilihan sampel

- 2) Mahasiswi yang tidak bersedia.
(Anggi Hapsari and Nur Widiyaningsih, 2023)

D. Teknik Instrumen Pengumpulan Data

1. Teknik Pengumpulan Data

Jenis informasi yang dikumpulkan untuk penyelidikan ini meliputi:

a. Data Primer

Data primer didefinisikan sebagai informasi yang diperoleh secara langsung dari partisipan penelitian. Data primer yang dikumpulkan untuk analisis ini mencakup:

- 1) Rincian identitas pribadi, yang meliputi nama, jenis kelamin, usia, tempat tinggal, latar belakang pendidikan orang tua, dan pekerjaan orang tua. Walaupun pada akhirnya nama sampel akan disamarkan. Hal ini dikarenakan untuk menjaga *Medical Confidentiality*.
- 2) Informasi mengenai konsumsi protein dikumpulkan melalui wawancara yang menggunakan formulir *dietary recall* 24 jam. Metode ini dilaksanakan selama tiga hari yang terpisah untuk meningkatkan akurasi data. Rincian diperoleh dengan mencatat jenis makanan yang dikonsumsi: makanan yang disantap pada hari Senin dicatat pada hari Selasa, makanan hari Rabu dicatat pada hari Kamis, dan makanan hari Jumat didokumentasikan pada hari Sabtu.

b. Data Sekunder

Informasi yang diperoleh melalui studi yang dilakukan oleh akademisi yang terkait dengan Ketua Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan di Politeknik Kesehatan Medan (di bawah naungan Kementerian Kesehatan) disebut sebagai data sekunder. Informasi ini mencakup gambaran umum mengenai lingkungan penelitian, termasuk jenjang akademik tertentu dalam program Sarjana Terapan Kebidanan yang telah mengajarkan materi gizi reproduksi.

2. Cara Pengumpulan Data

a. Pra Penelitian

- 1) Menentukan topik apa yang akan diteliti
- 2) Menentukan masalah yang akan diteliti
- 3) Mencari artikel baik berupa buku dan jurnal penelitian yang berkaitan dengan *dismenore*, kaitan antara *dismenore* dengan asupan protein dan penanggulangan dari aspek gizi
- 4) Melakukan study literatur untuk memahami penelitian sebelumnya terkait *dismenore*
- 5) Mencari dan menentukan lokasi penelitian
- 6) Memperoleh persetujuan dari Ketua Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Medan untuk melibatkan individu dalam penelitian, setelah memberikan penjelasan awal mengenai tujuan dan manfaat penelitian tersebut.
- 7) Meminta persetujuan dari mahasiswa semester empat Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan untuk berpartisipasi dalam penelitian, setelah menyampaikan informasi mengenai tujuan dan manfaat penelitian.
- 8) Memilih kelompok sampel sesuai dengan pedoman yang telah ditetapkan sebelumnya.
- 9) Menentukan jadwal penelitian.

b. Saat Penelitian

Selama pelaksanaan penelitian, lima enumerator memberikan dukungan kepada peneliti. Para enumerator tersebut merupakan mahasiswa semester enam Program Diploma III Gizi di Poltekkes Kemenkes Medan yang telah menyelesaikan mata kuliah Survei Konsumsi Pangan. Sebelum pengumpulan data dimulai, seluruh enumerator diberikan pengarahan mengenai penelitian tersebut. Tahapan – Tahapan yang dilakukan saat penelitian adalah sebagai berikut:

- 1) Enumerator menyiapkan formulir identitas responden.
- 2) Enumerator membagikan lembar persetujuan (informed consent) kepada responden.
- 3) Pengumpulan data identitas responden dilakukan melalui wawancara, meliputi nama, usia, NIM, dan kelas. Responden diberikan lembar

kuesioner terkait *dismenore* yang dialami.

- 4) Wawancara menggunakan formulir food recall 24 jam
- 5) *food recall* dilakukan untuk mengetahui pola konsumsi makanan responden.
- 6) Wawancara food recall dilaksanakan oleh enumerator kepada setiap responden secara bergantian.

E. Pengolahan data

1. Asupan Protein

Informasi dikumpulkan melalui wawancara dengan para partisipan menggunakan metode penelusuran kembali asupan makanan dalam 24 jam terakhir, untuk memantau jumlah makanan tinggi protein yang dikonsumsi saat sarapan, makan siang, makan malam, dan camilan. Perangkat lunak NutriSurvey kemudian digunakan untuk mengolah dan mengevaluasi data yang telah dikumpulkan. Berdasarkan acuan Menurut (Tarigan, Siahaan and Nasution, 2022), asupan protein dikategorikan menjadi :

- a. Baik : $\geq 80\%$ dari kebutuhan AKG
- b. Kurang : $< 80\%$ dari kebutuhan AKG

2. Tingkat Dismenore

Data tingkat *dismenore* diperoleh melalui pengisian kuesioner, kemudian setiap gejala yang dialami sampel dinilai berdasarkan jenis gejala, yaitu skor 2 untuk gejala utama sebanyak 8 pertanyaan dan skor 1 untuk gejala penyerta sebanyak 15 pertanyaan. Selanjutnya, seluruh skor dijumlahkan untuk memperoleh total skor tingkat *dismenore*, dengan rentang program komputer untuk pemrosesan dan analisis, dengan skor minimum 0 dan skor maksimum 31 Menurut Sudjana, untuk menentukan intervalnya menggunakan rumus statistic:

$$: \frac{\text{total skor tertinggi} - \text{skor terendah}}{\text{kategori}}$$

$$\frac{32 - 0}{3}$$

= 10,6 digenapkan menjadi 10 (Kelas Interval)

Hasil-hasil tersebut kemudian dibagi menjadi tiga kelompok berdasarkan skor yang dicapai:

- c. *Dismenore* ringan bila Skor pada :1-10
- d. *Dismenore* sedang bila Skor pada :11-20
- e. *Dismenore* berat bila skor pada : ≥ 21

F. Analisis Data

Analisis terhadap data yang telah dikumpulkan kemudian digunakan untuk memastikan hubungan antara variabel independen dan dependen, sebagai berikut::

1. Analisis Univariat

Baik variabel independen (konsumsi protein) maupun variabel dependen dideskripsikan secara terpisah menggunakan analisis univariat (keadaan dismenorre).

2. Analisis Bivariat

Analisis bivariat digunakan untuk menilai seberapa erat konsumsi protein dan tingkat dismenore pada Mahasiswi Prodi Sarjana Terapan Jurusan Kebidanan di Poltekkes Kemenkes Medan. Uji statistik yang digunakan adalah Chi- Square.

Uji Chi-square dihitung menggunakan formula sebagai berikut :

$$X^2 = \sum \frac{(f_o - f_e)^2}{f_e}$$

Keterangan:

fo : Frekuensi yang diobservasi (observed frequency)

fe: Frekuensi yang diharapkan (expected frequency)

Hasil uji dianalisis Berikut ini adalah dasar pengambilan keputusan berdasarkan nilai signifikansi atau *p-value* pada tingkat kepercayaan 95% ($\alpha = 0,05$):

- 1) Jika $p\text{-value} < 0,05$: H_0 ditolak. Artinya, terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat asupan Protein dengan tingkat *dismenore*.
- 2) Jika $p\text{-value} \geq 0,05$: H_0 diterima. Artinya, tidak terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat asupan Protein dengan tingkat *dismenore*.