

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis dan Rancangan Penelitian

Jenis penelitian ini bersifat observasional dengan rancangan *Cross-Sectional* untuk mengetahui hubungan asupan zinc dengan kejadian dismenore pada mahasiswi Prodi Sarjana Terapan Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Medan. Pengumpulan data untuk variable indepen (asupan zinc) dan variable dependen (Kejadian dismenore) dilakukan secara bersamaan dalam kurun waktu yang sama.

B. Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Prodi Sarjana Terapan Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Medan, Sumatera Utara, yang dipilih karena memiliki sejumlah Mahasiswi yang mengalami dismenore pada saat menstruasi yang memenuhi kriteria inklusi penelitian. Poltekkes Kemenkes Medan Prodi Sarjana Terapan Jurusan Kebidanan ini juga memiliki fasilitas dan akses data yang memadai untuk kebutuhan pengumpulan informasi terkait asupan zinc dan kejadian dismenore pada mahasiswi. Waktu Penelitian ini dilaksanakan tanggal 13 – 23 April 2026, dengan persetujuan etik dari Komisi Etik Penelitian Kesehatan Poltekkes Kemenkes Medan.

C. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh Mahasiswi Semester 4 Prodi Sarjana Terapan Jurusan Kebidanan di Poltekkes Kemenkes Medan, Sumatera Utara yang berjumlah sebanyak 81 Orang Mahasiswi yang mengalami dismenore dan Mahasiswi yang memenuhi kriteria inklusi Penelitian di Prodi Sarjana Terapan Jurusan Kebidanan di Poltekkes Kemenkes Medan.

2. Sampel

Sampel pada penelitian ini merupakan bagian dari populasi dengan besar sampel disesuaikan dengan kriteria inklusi. Pada penelitian ini pengambilan sampel dilakukan dengan menggunakan teknik *purposive sampling*, di mana hanya

penderita yang memenuhi kriteria inklusi yang dijadikan sampel, Kriteria inklusi yang diterapkan oleh peneliti adalah sebagai berikut:

- a. Mahasiswi Prodi Sarjana Terapan Jurusan Kebidanan yang tidak tinggal di asrama.
- b. Mahasiswi yang berusia 18 – 20 Tahun.
- c. Mahasiswi Prodi Sarjana Terapan Jurusan Kebidanan yang sudah mendapatkan mata kuliah Ilmu Gizi Reproduksi.
- d. Mahasiswi yang tidak sedang mengkonsumsi obat penghilang rasa sakit.
- e. Bersedia menjadi sampel penelitian dengan menyetujui lembar informed consent (surat persetujuan).
- f. Kriteria Eksklusi dalam Penelitian ini terdiri dari :
- g. Mahasiswi Prodi Sarjana Terapan jurusan Kebidanan yang tidak hadir pada saat pengambilan data.
- h. Mahasiswi Prodi Sarjana Terapan jurusan Kebidanan yang mengundurkan diri.
- i. Mahasiswi Prodi Sarjana Terapan jurusan Kebidanan yang tidak berusia 18-20 tahun.
- j. Mahasiswi Prodi Sarjana Terapan jurusan Kebidanan yang mengonsumsi obat penghilang atau pereda rasa nyeri.

D. Jenis dan Cara Pengumpulan Data

1. Jenis Data

Jenis data yang dikumpulkan dalam penelitian ini terdiri dari:

a. Data Primer

Data primer merupakan data yang diperoleh langsung dari sampel penelitian. Data primer penelitian ini meliputi:

1. Data identitas sampel meliputi nama, NIM, umur, kelas, alamat, nama sampel disamarkan (memakai inisial). Dikarenakan untuk menjaga Medical Confidentiality
2. Data asupan zinc diperoleh menggunakan teknik wawancara menggunakan metode *Food Recall* 24 jam.
3. Kemudian dilanjutkan dengan *In-depth Interview* untuk mengetahui lebih lanjut

akan kebiasaan dan pola makan sampel.

4. Data gejala dismenore dikumpulkan dengan menggunakan formulir berisi gejala dismenore sebanyak 24 gejala.

b. Data Sekunder

Data sekunder merupakan data yang dikumpulkan berdasarkan pencarian yang dilakukan oleh peneliti dari Ketua Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Medan yang meliputi gambaran umum lokasi penelitian.

2. Cara Pengumpulan Data

a. Sebelum Penelitian

Tahapan – tahapan yang dilakukan sebelum penelitian adalah sebagai berikut.

1. Menentukan topik apa yang diteliti.
2. Menentukan masalah yang ingin diteliti.
3. Mencari artikel baik berupa buku dan jurnal penelitian yang berkaitan dengan dismenore, kaitan antara dismenore dengan asupan Zinc, dan penanggulangan dari aspek gizi.
4. Melakukan study literatur untuk memahami penelitian sebelumnya terkait dismenore.
5. Mencari dan menentukan lokasi penelitian.
6. Proses pengurusan izin kepada Ketua Program Studi Sarjana Terapan jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Medan untuk menjadikan sampel penelitian yang sudah diberitahu terlebih dahulu apa manfaat dan tujuan dari penelitian yang dilaksanakan.
7. Meminta izin kepada para mahasiswi semester 4 (empat) Sarjana Terapan jurusan Kebidanan untuk dijadikan sampel penelitian dan sudah diberitahu terlebih dahulu apa manfaat dan tujuan penelitian yang dilaksanakan.
8. Menentukan sampel sesuai dengan kriteria yang sudah ditetapkan.
9. Menentukan jadwal penelitian.
10. Melatih Annunerator sehari sebelum dilakukannya penelitian

b. Saat Penelitian

Pada saat penelitian, peneliti dibantu oleh 4 orang enumerator yang merupakan mahasiswa semester VI pada Prodi DIII Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Medan (yang sudah menerima mata kuliah Survey konsumsi pangan). Sebelum dilakukan pengumpulan data, seluruh enumerator terlebih dahulu diberi pengarahan satu hari sebelum dilakukan penelitian, beberapa yang harus di persiapkan antara lain sebagai berikut.

1. Mengumpulkan sampel pada satu ruangan kosong
2. Menjelaskan tujuan penelitian kepada sampel.
3. Menjelaskan prosedur pelaksanaan penelitian.
4. Enumerator mempersiapkan formulir identitas.
5. Memberikan informed consent kepada sampel.
6. Enumerator melakukan wawancara kepada sampel secara facing kepada sampel dengan membacakan kertas berisikan kuesioner yang berisi gejala dismenore sebanyak 24.
7. Kemudian enumerator memberikan total skor dari gejala yang sudah dipilih oleh sampel dan pada setiap gejala utama diberi nilai 2 dan gejala penyerta diberi nilai 1.
8. Kemudian enumerator melakukan wawancara dengan menggunakan formulir *Food Recall* 24 jam pada sampel yang sebelumnya sudah di tanyakan mengenai gejala dismenore.
9. Melakukan *in-depth interview* untuk mendapatkan data tentang hal yang berhubungan dengan asupan zinc yang masih belum didapatkan saat mengisi form *Food Recall* 24 jam.

E. Pengolahan Data dan Analisis Data

1. Pengolahan data

a. Asupan Zinc

Data asupan zinc yang sudah terkumpul menggunakan formulir *Food Recall* 24 jam, recall 24 jam dilakukan secara 3 hari tidak berturut-turut melainkan memiliki jeda waktu, seperti Hari ke-1: Senin → recall konsumsi hari Minggu, Hari ke-2: Rabu → recall konsumsi hari Selasa, Hari ke-3: Jumat → recall konsumsi

hari Kamis.

selanjutnya diolah dan dianalisis menggunakan program komputer (Nutrisurvey).

Data asupan Zinc dikategorikan menjadi 3, yaitu:

- Baik : (≥ 80 dari AKG 2019)
- Kurang : ($< 80\%$ dari AKG 2019)
- Sumber : (Tarigan, Siahaan, dan Nasution 2022).

b. Data Kejadian Dismenore

Data Gejala Dismenore yang dikumpulkan dengan mengisi Kuisioner gejala dismenore sebanyak 24 gejala (Lihat Lampiran 6) oleh sampel selanjutnya diolah dan dianalisis menggunakan program komputer SPSS 22. gejala dengan skor tertinggi adalah 2 dan skor terendahnya adalah 1, kemudian dijumlahkan dari seluruh gejala, untuk mencari interval kejadian dismenore menggunakan Rumus :

$$= \frac{\text{Total skor tertinggi} - \text{Total skor terendah}}{\text{Kategori}}$$

$$= \frac{32 - 1}{3}$$

$$= 10 \text{ (Kelas Interval)}$$

Selanjutnya dikategorikan berdasarkan jumlah skor yang diperoleh menjadi 3 kategori:

- Dismenore ringan jika Skor: ≤ 10
- Dismenore sedang jika Skor: 11 - 20
- Dismenore berat jika Skor: ≥ 21

2. Analisis Data

Data yang dikumpulkan kemudian dianalisis untuk mengevaluasi hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat, sebagai berikut:

3. Analisis Univariat

Analisis univariat dilakukan untuk menggambarkan masing-masing variabel yang diteliti, yaitu: nama, usia, asupan zinc, dan kejadian dismenore pada Mahasiswi Prodi Sarjana Terapan Jurusan Kebidanan secara terpisah, baik variabel independent (asupan zinc) maupun variabel dependent (kejadian dismenore).

4. Analisis Bivariat

Analisis bivariat dilakukan untuk mengetahui keeratan hubungan antara asupan zinc dengan kejadian dismenore pada Mahasiswi Prodi Sarjana Terapan Kebidanan di Poltekkes Kemenkes Medan. Uji statistik yang digunakan adalah Chi-Square.

Uji Chi-square dihitung menggunakan formula sebagai berikut :

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

Keterangan:

- f_o : Frekuensi yang diobservasi (observed frequency)
- f_e : Frekuensi yang diharapkan (expected frequency)

Hasil uji dianalisis berdasarkan nilai signifikansi atau p-value pada taraf kepercayaan 95% ($\alpha 0,05$). Dasar pengambilan keputusan adalah sebagai berikut:

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