III. METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Desain penelitian adalah metode deskriptif analitik dengan pendekatan *cross sectional* yaitu jenis penelitian yang pengukuran variabel-variabelnya dilakukan sekaligus pada saat yang bersamaan (Notoadmodjo, 2005).

B. Tempat dan Waktu Penelitian

1. Tempat penelitian

   Penelitian dilakukan di SMA Negeri 2 Bandar Lampung.

2. Waktu Penelitian

   Penelitian dilaksanakan pada bulan November hingga Februari 2012.

C. Populasi dan Sampel Penelitian

1. Populasi penelitian

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswi SMA Negeri 2 Bandar Lampung kelas X – XII yang berjumlah 546 siswi.

2. Sampel Penelitian

Sampel pada penelitian ini adalah siswi SMA N 2 Bandar Lampung yang masuk kedalam kriteria inklusi. Sampel diambil dengan cara total sampling dengan kriteria inklusi dan eksklusi.

Kriteria inklusi:

1. Seluruh siswi yang hadir pada saat penelitian
2. Bersedia untuk menjadi subjek penelitian yang dinyatakan dengan mengisi *informed consent*.

Kriteria eksklusi:

1. Siswi yang belum menstruasi

D. Identifikasi Variabel

Dalam penelitian ini variabel yang akan diteliti adalah :

1. Variabel bebas (*independent variable*)

   Kebiasaan Olahraga
2. Variabel terikat (*dependent variable*)

   Dismenorea

E. Definisi Operasional

Tabel 2. Definisi Operasional

Definisi operasional	Pengertian	Alat ukur	Hasil ukur	Skala ukur
Keluhan Dismenore	Keluhan nyeri bersifat tajam, hilang timbul, atau tumpul dan terus-menerus, awal terjadinya sehari sebelum menstruasi, saat menstruasi dimulai sampai 2 hari setelah dimulainya menstruasi (smith, 2004)	Kuesioner	Ya ≥ 5 : Dismenore Ya < 5 : Tidak Dismenore	Nominal
Kebiasaan Olahraga	suatu bentuk aktivitas fisik yang terencana dan terstruktur yang melibatkan gerakan tubuh yang berulang-ulang dan ditujukan untuk meningkatkan kebugaran jasmani. Dilakukan minimal 1 kali seminggu dengan durasi waktu minimal 30 menit setiap kali berolahraga. (Karim, 2002).	Kuesioner	Ya ≥ 3 : Kebiasaan Berolahraga Ya < 3 : Tidak Memiliki Kebiasaan Berolahraga	Nominal

F. Metode Pengumpulan Data

Data yang diperoleh dalam penelitian ini berupa data primer. Data primer yaitu data yang diperoleh dengan mengisi angket. Data primer diperoleh dari kuisioner yang dibagikan kepada responden yaitu siswi SMA N 2 Bandar Lampung, Tanjung Karang.

G. Prosedur Penelitian

1. Sebelum penelitian dilaksanakan, peneliti meminta surat pengantar dari Fakultas Kedokteran Universitas Lampung untuk tembusan kepada SMA N 2 Bandar Lampung sebagai permohonan izin untuk melakukan penelitian pada siswi SMA N 2 Bandar Lampung.
2. Penulis memberikan kuesioner kepada siswi SMA N 2 Bandar Lampung untuk di isi.
3. Setelah kuesioner diisi oleh responden, kuesioner dikumpulkan lagi untuk dilakukan pengolahan data dan analisis data.

H. Pengolahan dan Analisis Data

1. Pengolahan Data

Data yang telah diperoleh dari proses pengumpulan data akan diolah menggunakan program *SPSS 17.00 for Windows*. Kemudian, proses pengolahan data menggunakan program komputer ini terdiri dari beberapa langkah:

1. *Editing*, untuk melakukan pengecekan isian formulir atau kuesioner apakah jawaban yang ada di kuesioner sudah lengkap, jelas, relevan, dan konsisten.
2. *Coding*, untuk mengkonversikan (menerjemahkan) data yang dikumpulkan selama penelitian ke dalam simbol yang cocok untuk keperluan analisis
3. *Entry*, merupakan suatu kegiatan memasukkan data ke dalam komputer.
4. Verifikasi, melakukan pemeriksaan secara visual terhadap data yang telah dimasukan ke komputer.

2. Analisis data

Untuk analisis data digunakan analisis data univariat dan analisis bivariat. Analisis data univariat yaitu analisis yang digunakan dengan menjelaskan secara deskriptif untuk melihat distribusi variabel – variabel yang diteliti, baik variabel *dependent* maupun *independent.*

Analisis data bivariat yaitu analisis data yang menggunakan satu variabel *dependent* dan satu variabel *independent.* Analisis dilakukan dengan uji statistik *" kai kuadrat" (chi square)* dan uji koefisien kontingensi untuk mengetahui pengaruh variabel X terhadap variabel Y. Uji kai kuadrat digunakan untuk mengetahui perbedaan kejadian dismenorea pada wanita yang rutin *olahraga* dan yang tidak rutin *olahraga*. Sedangkan uji Koefisien kontingensi digunakan untuk mengetahui pengaruh kebiasaan *olahraga* dengan keluhan dismenore.

Pada penelitian ini pengolahan data menggunakan progam *SPSS for windows ver 17.00*, yang nantinya akan diperoleh nilai p. Nilai p akan dibandingkan dengan nilai α. Dengan ketentuan sebagai berikut:

a. Jika nilai $p \leq \alpha$ ($p \leq 0,05$), maka hipotesis (H_0) ditolak, artinya terdapat perbedaan yang signfikan terhadap timbulnya keluhan dismenore antara olahraga rutin dan olahraga tidak rutin.

b. Jika nilai $p > \alpha$ ($p > 0,05$), maka hipotesis (H_0) diterima, artinya tidak terdapat perbedaan yang signifikan terhadap timbulnya keluhan ssdismenore antara olahraga rutin dan olahraga tidak rutin.