

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian ini mencakup bidang ilmu kedokteran khususnya ilmu Obstetri Ginekologi dan ilmu Fisiologi.

3.2 Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang, dan dilakukan pada bulan Februari-Maret 2016.

3.3 Jenis dan Rancangan Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif analitik dan pendekatan yang digunakan adalah *cross sectional*.

3.4 Populasi dan Subjek Penelitian

3.4.1 Populasi Target

Mahasiswi yang melakukan olahraga.

3.4.2 Populasi Terjangkau

Mahasiswi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang Tahun 2016.

3.4.3 Sampel Penelitian

3.4.3.1 Kriteria Inklusi

- 1) Mahasiswi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang.
- 2) Bersedia mengisi kuesioner.
- 3) Telah melakukan olahraga teratur 3-5 kali seminggu selama minimal 3 bulan.

3.4.3.2 Kriteria Eksklusi

- 1) Responden yang pada saat penelitian diketahui menderita sakit sehingga tidak dapat diwawancarai.
- 2) Responden yang sedang hamil atau mengonsumsi oral kontrasepsi.

3.4.4 Cara Sampling

Pengambilan data penelitian ini dilakukan dengan cara melakukan wawancara kuesioner pada mahasiswi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang Tahun 2016.

3.4.5 Besar Sampling

Sesuai dengan rancangan penelitian besar sampel dihitung dengan menggunakan rumus besar sampel untuk estimasi proporsi suatu populasi tunggal. Dari hasil penelitian sebelumnya diketahui kejadian gangguan menstruasi adalah 47,0% ($P=0,47$) maka nilai $Q=1-P=0,53$. Besarnya ketepatan relatif adalah 20% ($d=0,2$). Besarnya kesalahan tipe 1 adalah 5% ($\alpha=0,05$) maka besar sampel adalah sebagai berikut:

$$n = \frac{Z\alpha^2 PQ}{d^2} = \frac{1,92^2 \times 0,47 \times 0,53}{0,2^2} = 23,9 \approx 24$$

Berdasarkan perhitungan di atas jumlah sampel adalah 24 wanita.

3.5 Variabel Penelitian

3.5.1 Variabel Bebas

- 1) Jenis olahraga
- 2) Frekuensi olahraga
- 3) Durasi latihan

3.5.2 Variabel Terikat

- 1) Keteraturan siklus menstruasi.

3.6 Definisi Operasional variabel

Tabel 3. Tabel definisi operasional variabel

No.	Variabel	Unit	Skala
1.	Jenis olahraga Jenis olahraga yang menjadi spesialisasi, dibagi menjadi Aerobik dan Anaerobik	Aerobik / Anaerobik	Nominal
2.	Frekuensi olahraga Frekuensi olahraga adalah frekuensi olahraga dalam seminggu.	< 5 / ≥ 5 kali	Nominal
3.	Durasi latihan Durasi latihan adalah lama latihan setiap kali kegiatan olahraga. Durasi olahraga dinyatakan dalam menit	< 3 / ≥ 3 jam	Nominal

No.	Variabel	Unit	Skala
4.	Siklus menstruasi adalah pola siklus menstruasi.	Teratur /	Nominal
	Pola siklus menstruasi dikategorikan menjadi:	Tidak	
	- Teratur	teratur	
	- Tidak teratur		
	Siklus menstruasi dinilai dari siklus 3 bulan terakhir.		

3.7. Bahan dan Cara Kerja

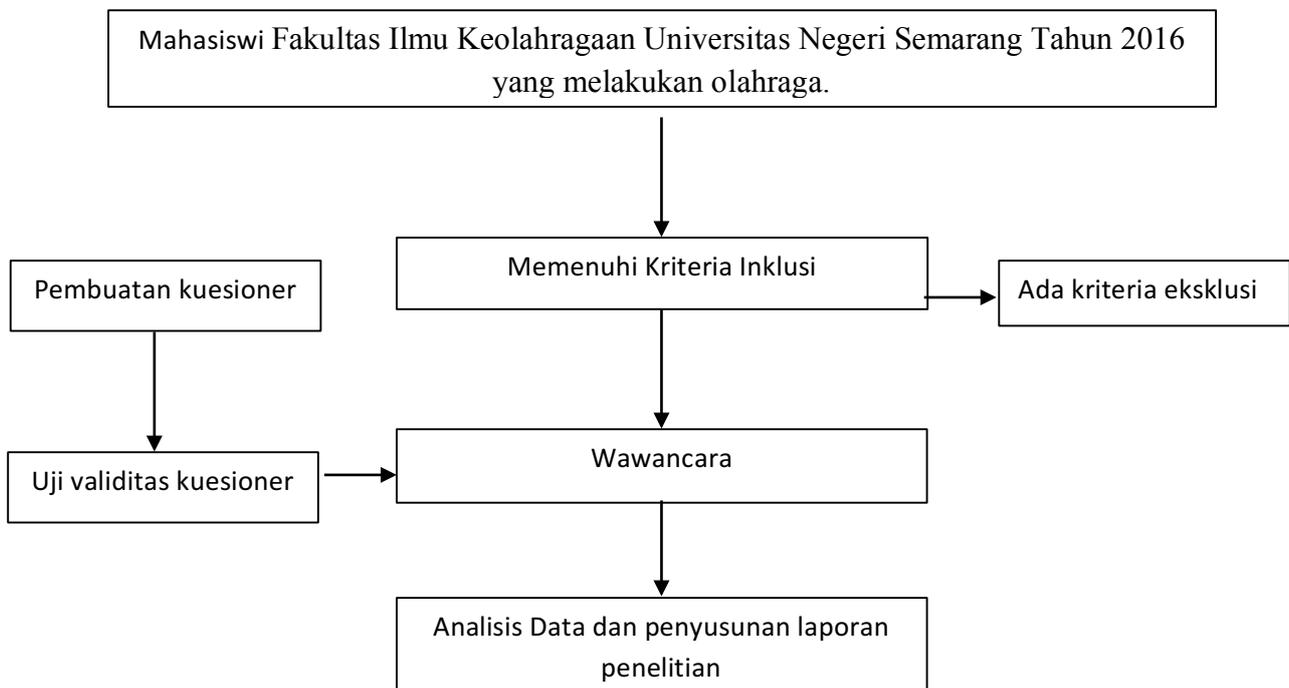
3.7.1 Bahan

Penelitian menggunakan kuesioner yang sudah melalui uji validitas dan reliabilitas.

3.7.2 Cara Kerja

- 1) Peneliti mengunjungi responden yang telah melakukan olahraga untuk memberikan penjelasan mengenai penelitian yang akan dilakukan.
- 2) Memberi kuesioner kepada responden.
- 3) Data yang diperoleh kemudian dianalisis dengan menggunakan uji univariat dan bivariat untuk mencari hubungan antara olahraga terhadap keteraturan siklus menstruasi.

3.8 Alur Penelitian



3.9. Analisa Data

Sebelum dilakukan analisis pada data yang terkumpul diperiksa kelengkapan dan kebenaran data. Data diberi kode dan dikategorikan. Data selanjutnya dimasukkan ke dalam komputer. Setelah dimasukkan diperiksa kebenaran data masukan dan kelengkapan data. Apabila ada yang meragukan maka akan dilakukan wawancara ulang kepada mahasiswi yang bersangkutan.

Analisis data meliputi analisis univariat dan bivariat. Pada analisis univariat data yang berskala kategorial seperti jenis olahraga, siklus menstruasi dan sebagainya akan dinyatakan sebagai distribusi frekuensi dan presentase.

Data yang berskala kontinyu seperti umur, frekuensi dan durasi olahraga akan dinyatakan sebagai rerata simpangan baku, atau media apabila distribusi tidak normal. Normalitas distribusi data di uji dengan uji Shapiro-Wilk. Apabila pada uji Shapiro-Wilk nilai $p < 0,05$ (bermakna) maka data dianggap berdistribusi tidak normal.

Hubungan antara jenis olahraga dengan siklus menstruasi akan dianalisis dengan uji *Chi Square*. Uji *Chi Square* digunakan oleh karena variabel bebas dan terikat berskala nominal. Nilai p dianggap bermakna apabila $p < 0,05$. Analisa data akan menggunakan program *Statistical Program for Social Science (SPSS) for Windows* (v.15,0).

3.10 Etika Penelitian

Etika penelitian Berdasarkan Komisi Etik Universitas Diponegoro / RSUP DR Kariadi di keluarkan *Ethical Clereance* No. 462/EC/FK-RSDK/2016.

