

BAB 3

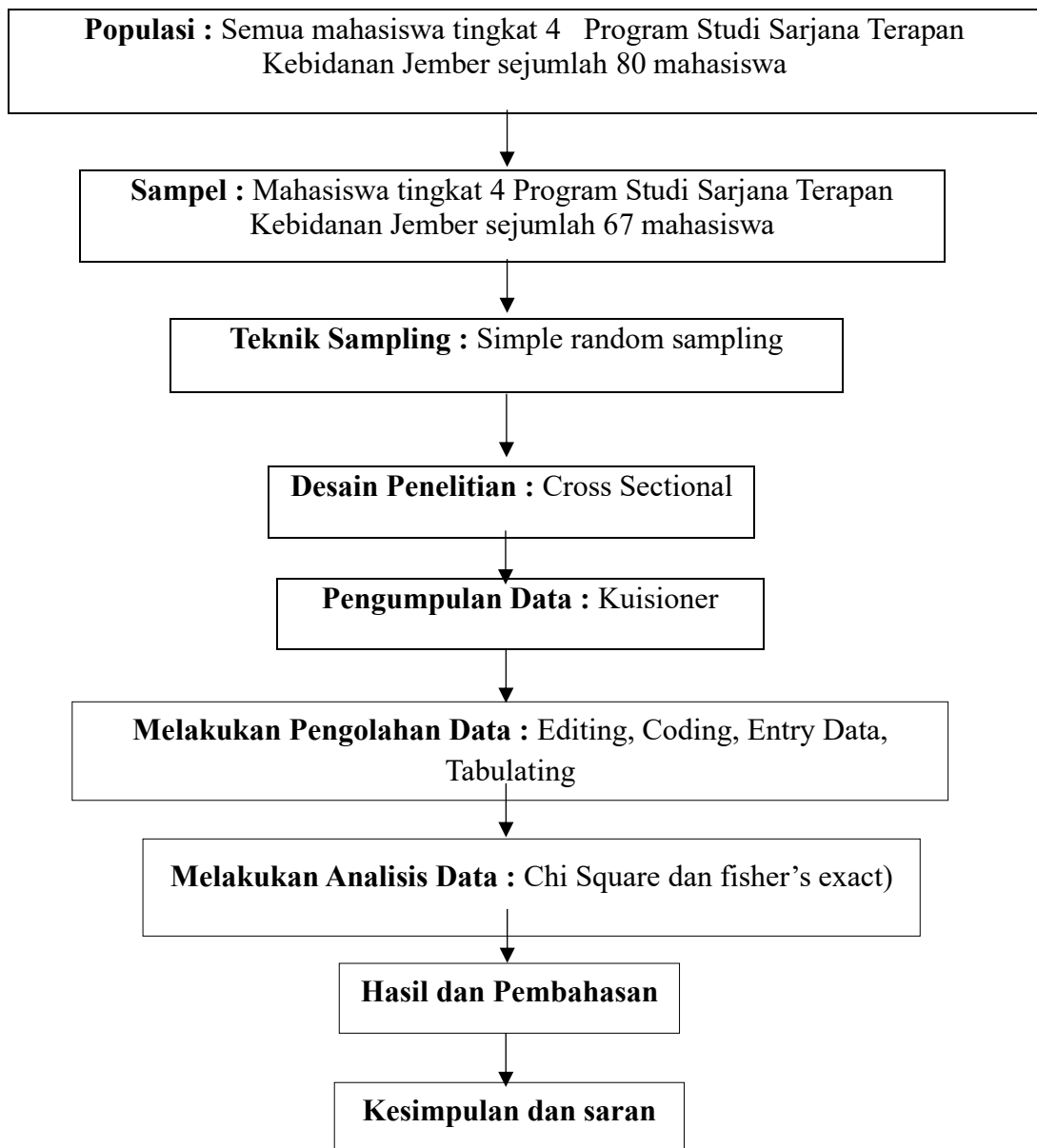
METODE PENELITIAN

3.1 Desain penelitian

Desain penelitian merupakan rancangan penelitian yang digunakan sebagai pedoman dalam melakukan proses penelitian. Desain penelitian bertujuan untuk memberi pegangan yang jelas dan terstruktur kepada peneliti dalam melakukan penelitiannya (Sugiyono, 2023). Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain analitik korelasional dan metode *cross-sectional* untuk menganalisis hubungan antara tingkat stres selama penyusunan skripsi dan kualitas tidur sebagai variabel independen dengan ketidakteraturan siklus menstruasi sebagai variabel dependen, yang seluruhnya dapat diukur secara objektif menggunakan instrumen terstandar. Desain analitik korelasional menekankan pada identifikasi hubungan antarvariabel tanpa melakukan intervensi terhadap subjek penelitian. Metode *cross-sectional* digunakan karena pengukuran variabel paparan dan hasil dilakukan secara simultan pada satu waktu pengambilan data (*snapshot of the population*). Penelitian ini tidak menggunakan desain longitudinal karena pengamatan jangka panjang tidak sejalan dengan tujuan penelitian yang berfokus pada hubungan antarvariabel, serta berpotensi menimbulkan attrition bias akibat kemungkinan responden tidak dapat diikuti secara berkelanjutan. (Mendrofa Fery Agusman and Susilowati, 2024).

3.2 Kerangka Operasional

Kerangka Operasional merupakan suatu langkah yang dilakukan oleh peneliti dalam membantu memecahkan masalah penelitian, Dalam penelitian ini kerangka operasional difokuskan pada hubungan antara stres dan kualitas tidur dengan ketidakaturan siklus menstruasi pada mahasiswa tingkat 4 program studi sarjana terapan kebidanan Jember saat menyusun tugas akhir skripsi. Berikut adalah penjelasan mengenai variabel indikator dan metode pengukuran yang digunakan dalam penelitian ini.



Gambar 3. 1 Kerangka Operasional

3.3 Populasi, sampel dan sampling

3.3.1 Populasi

Populasi adalah seluruh elemen/subjek penelitian yang memiliki karakteristik tertentu sesuai dengan domain dan tujuan penelitian (Sugiyono, 2023). Pada penelitian ini populasinya yaitu seluruh tingkat 4

berjumlah 80 mahasiswa di Kampus Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan Jember.

3.3.2 Sampel

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki populasi untuk penelitian (Sugiyono, 2023). Sampel adalah bagian dari populasi aktual yang akan diteliti oleh peneliti dan dipilih dengan cara tertentu untuk memastikan representasinya terhadap populasi (Rizaldy Talim and Wulaningsih Dyah, 2021). Pada penelitian ini peneliti menggunakan rumus slovin untuk menentukan jumlah sampel sebagai berikut :

n = Jumlah sampel

N = Jumlah populasi

e = Tingkat signifikansi (5% atau 0,05)

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

$$n = \frac{80}{1+80(0,05)^2}$$

$$n = \frac{80}{1+80(0,0025)}$$

$$n = \frac{80}{1+0,2}$$

$$n = \frac{80}{1,2}$$

$$n = 66,66$$

Maka dari perhitungan didapatkan 66,66 sehingga dibulatkan menjadi 67.

3.3.3 Sampling

Teknik pengambilan sampel adalah metode yang digunakan untuk memperoleh sampel yang benar-benar mewakili keseluruhan subjek penelitian.(Sugiyono, 2023). Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan teknik sampling probability yaitu pengambilan sampel dengan memberikan peluang yang sama bagi setiap unsur (anggota) populasi untuk dipilih menjadi anggota sampel. Pada penelitian ini peneliti menggunakan teknik sampling probability simple random sampling karena pengambilan anggota populasi secara acak tanpa memperhatikan strata dalam populasi tersebut sehingga memiliki peluang yang sama. (Mukhlidah hanun Siregar, 2022)

3.4 Kriteria sampel

Kriteria sampel adalah karakteristik umum subjek penelitian dari populasi sasaran yang mudah diakses dan akan diteliti secara saksama (Sugiyono, 2023)

1) Kriteria Inklusi

Kriteria inklusi adalah kriteria yang digunakan subjek penelitian untuk mewakili sampel yang memenuhi persyaratan ukuran sampel. Kriteria inklusi dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

- a. Mahasiswi tingkat empat yang sedang dalam proses menyusun skripsi
- b. Mahasiswi yang telah mengalami menstruasi secara aktif

- c. Mahasiswi yang mempunyai catatan riwayat menstruasi baik dari aplikasi maupun penanda di kalender manual
- d. Mahasiswi yang bersedia menjadi responden penelitian

2) Kriteria Eksklusi

Kriteria eksklusi adalah kriteria yang mengeliminasi atau mengeluarkan subjek yang tidak memenuhi kriteria inklusi dari penelitian karena berbagai alasan (Mukhlidah Hanun Siregar, 2022). Kriteria eksklusi dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

- a. Mahasiswi yang tidak mengisi kuesioner secara lengkap
- b. Mahasiswi yang sedang mengonsumsi obat yang dapat mempengaruhi tidur atau siklus menstruasi, seperti obat hormonal, obat tidur, antidepresan, terapi hormonal dalam 6 bulan terakhir.

3.5 Variabel penelitian

3.5.1 Variabel Independen

Variabel independen adalah variabel yang memengaruhi atau menyebabkan perubahan atau munculnya variabel dependen (Sugiyono, 2023). Variabel independen dalam penelitian ini adalah Stres dan Kualitas Tidur

3.5.2 Variabel Dependen

Variabel dependen adalah variabel yang dipengaruhi atau merupakan akibat dari variabel independent (Sugiyono, 2023). Variabel dependen dalam penelitian ini adalah Ketidakteraturan Siklus Menstruasi.

3.6 Definisi Operasional

Definisi operasional merupakan suatu variabel penelitian yang bertujuan untuk memahami suatu variabel dalam suatu penelitian sebelum melakukan analisis.(Sugiyono, 2023)

Tabel 3. 1 Definisi Operasional

Variabel	Definisi operasional	Indikator/Komponen	Alat ukur & waktu ukur	Skala	Klasifikasi/Kategori (hasil ukur)
Stres selama penyusunan skripsi (Independen)	Respons psikologis mahasiswa yang muncul akibat tuntutan akademik dalam proses penyusunan skripsi, yang diukur berdasarkan tingkat keparahan gejala stres menggunakan subskala stres dari kuesioner DASS-42.	1. Kesulitan untuk relaksasi 2. Ketegangan 3. Mudah tersinggung 4. Ketidaksabaran 5. Over-reaksi emosional 6. Gelisah	Kuesioner <i>Depression Anxiety Stress Scale</i> (DASS-42) Sub-skala stres, berjumlah 14 item.	Ordinal	1. Normal: 0–14 2. Ringan: 15–18 3. Sedang: 19–25 4. Berat: 26–33 5. Sangat berat: ≥ 34
Kualitas tidur (Independen)	Persepsi subjektif kepuasan tidur mahasiswi dalam 1 bulan terakhir, meliputi durasi tidur, latensi, efisiensi, gangguan tidur, penggunaan obat tidur, dan disfungsi siang hari.	7 komponen PSQI: (1) kualitas tidur subjektif, (2) latensi, (3) durasi, (4) efisiensi, (5) gangguan tidur, (6) penggunaan obat tidur, (7) disfungsi siang hari.	Kuesioner <i>Pittsburgh Sleep Quality Index</i> (PSQI).	Ordinal	1. Baik: PSQI ≤ 5 2. Buruk: PSQI > 5
Ketidakteraturan siklus menstruasi (Dependen)	Ketidakteraturan siklus menstruasi adalah kondisi dimana siklus menstruasi tidak berada dalam rentang normal yaitu 21–35 hari, atau terdapat variasi panjang siklus menstruasi lebih dari 10 hari (fluktuasi) dalam kurun waktu 3 bulan terakhir. Pengukuran dilakukan menggunakan lembar observasi siklus menstruasi dengan cara mencatat tanggal mulai menstruasi selama 3 bulan terakhir.	1) Panjang siklus menstruasi (hari) 2) Variasi panjang siklus antar bulan 3) Kejadian khusus: < 21 hari, > 35 hari, atau tidak haid ≥ 90 hari	Lembar Observasi Siklus Menstruasi	Nominal	1. Teratur 2. Tidak Teratur

3.7 Lokasi dan waktu penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di Kampus 1 Program Studi Sarjana Terapan Jember Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang yang berada di Kecamatan Patrang Kabupaten Jember. Waktu penelitian dilaksanakan pada bulan Agustus 2025- Juli 2026, sedangkan pengambilan data dilakukan pada bulan Mei 2026.

3.8 Alat pengumpulan data

Alat pengukuran data yang digunakan oleh peneliti dalam mengumpulkan data adalah kuesioner tertutup berbasis skala Likert

1. Kuesioner Data Umum Responden

Kuesioner data umum responden digunakan untuk memperoleh gambaran karakteristik responden serta faktor-faktor yang berkaitan dengan kondisi stres, kualitas tidur, dan siklus menstruasi. Kuesioner ini disusun dalam bentuk pertanyaan tertutup dengan pilihan jawaban kategorik, sehingga tidak menggunakan skala penilaian (skala Likert). Kuesioner data umum terdiri dari 10 pertanyaan yang meliputi:

- 1) Tempat tinggal selama menyusun skripsi
- 2) Status aktivitas selain kuliah
- 3) Kebiasaan menggunakan gadget sebelum tidur
- 4) Perubahan berat badan dalam 3 bulan terakhir
- 5) Frekuensi aktivitas fisik atau olahraga dalam 1 minggu terakhir

Data yang diperoleh dari kuesioner ini digunakan sebagai data deskriptif untuk menggambarkan karakteristik responden serta sebagai variabel pendukung dalam analisis penelitian.

2. Kuesioner Tingkat Stres

Peneliti menggunakan kuesioner skala likert dengan kuisisioner *Depression Anxiety Stress Scale* oleh Lovibond yang merupakan seperangkat yang terdapat 3 (tiga) skala keadaan diri untuk di rancang untuk mengukur emosi negatif yang terdiri dari depresi, kecemasan dan stress. (Lovibond dalam Psychology Foundation of Australia, 2014) alat ukur ini terdiri dari 14 item dan telah melalui uji validitas dan reliabilitas, menghasilkan Cronbach's Alpha sebesar 0,84. Terdapat empat belas item berbeda, dan masing-masing komponen memiliki skor terkait yang mengukur stress yaitu menilai kesulitan untuk tenang, kegugupan, mudah marah dan gelisah. Kepekaan maupun ekspresi yang lebih dan kurang bersabar. Pengisian kuesioner dengan cara memilih salah satu pilihan jawaban dari 4 alternatif jawaban yang tersedia , dengan pilihan jawaban yaitu: tidak pernah, kadang dialami, Sering dialami, dan selalu dialami

3. Kuesioner Kualitas Tidur

Peneliti menggunakan kuesioner skala likert untuk mengetahui seberapa baik orang tidur. dalam penelitian ini kuesioner standar yang dikembangkan oleh Busyee, Reynolds, Monk, dkk. (1989) yang disebut *Pittsburgh Sleep Quality Index* (PSQI) digunakan. Kuesioner ini terdapat dalam versi bahasa Inggris yang kemudian diterjemahkan ke dalam

bahasa Indonesia. Kuesioner terdiri dari 7 tujuh bagian dan telah melalui uji validitas dan reliabilitas, menghasilkan *Cronbach's Alpha* sebesar 0,83. Terdapat tujuh komponen berbeda, dan masing-masing komponen memiliki skor terkait: 0 sangat baik untuk tidak pernah dalam sebulan terakhir, 1 kadang-kadang untuk sekali sampai tiga kali seminggu, 2 Buruk untuk empat sampai lima kali seminggu, dan 3 sangat buruk untuk lebih dari lima kali seminggu, sebagaimana ditentukan oleh kuesioner kualitas tidur.

4. Lembar Observasi Siklus Menstruasi

Dengan Pengukuran siklus menstruasi dalam penelitian ini menggunakan lembar observasi siklus menstruasi yang diisi berdasarkan data objektif berupa catatan tanggal hari pertama menstruasi (HPHT) selama 3 bulan terakhir. Data tersebut diperoleh dari bukti pencatatan responden, baik dalam bentuk aplikasi pencatat menstruasi maupun pencatatan manual pada kalender, sehingga tidak bergantung pada ingatan subjektif responden.

Responden yang diikutsertakan dalam penelitian ini adalah mereka yang memenuhi kriteria inklusi, yaitu memiliki catatan siklus menstruasi yang lengkap dan terdokumentasi selama minimal 3 bulan terakhir. Responden diminta mencatat seluruh tanggal hari pertama menstruasi yang terjadi, termasuk apabila dalam satu bulan terdapat lebih dari satu kali menstruasi.

Data yang diperoleh kemudian digunakan untuk menghitung panjang siklus menstruasi, yaitu interval hari dari hari pertama menstruasi ke hari pertama menstruasi berikutnya. Perhitungan dilakukan secara berurutan untuk setiap siklus guna mengetahui pola siklus menstruasi responden.

Penilaian keteraturan siklus menstruasi didasarkan pada dua kriteria, yaitu:

- 1) Panjang siklus normal, yaitu berada dalam rentang 21–35 hari
- 2) Variasi panjang siklus, yaitu selisih antar siklus ≤ 10 hari dalam 3 bulan terakhir

Berdasarkan hasil tersebut, siklus menstruasi dikategorikan sebagai. Teratur, apabila seluruh siklus berada dalam rentang 21–35 hari dan variasi antar siklus ≤ 10 hari dan Tidak teratur, apabila terdapat siklus < 21 hari atau > 35 hari, atau variasi antar siklus > 10 hari

3.9 Metode pengumpulan data

Tahap awal persiapan peneliti yang akan dilakukan dalam pengumpulan data :

Metode pengumpulan data merupakan cara yang digunakan peneliti untuk memperoleh data sesuai dengan tujuan penelitian (Hidayat dalam Syapitri et al., 2021). Pada penelitian ini, data dikumpulkan menggunakan kuesioner tingkat stres, kuesioner kualitas tidur, dan lembar observasi siklus menstruasi. Adapun prosedur pengumpulan data dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

- 1) Peneliti mengajukan permohonan surat rekomendasi penelitian kepada Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan Jember, Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang sebagai persyaratan administrasi penelitian. Nomor Surat: PP . 06.02/F. XIII/3789/2026
- 2) Berdasarkan surat rekomendasi dari institusi, peneliti mengajukan permohonan surat rekomendasi penelitian kepada Badan Kesatuan Bangsa dan Politik (Bakesbangpol) Kabupaten Jember. Nomor Surat: 0749/1822/415/2026
- 3) Peneliti mengajukan permohonan uji etik kepada Komisi Etik Penelitian Kesehatan (KEPK) hingga memperoleh surat persetujuan etik sebelum penelitian dilaksanakan. Nomor Surat: 598/KEPS/UDS/VI/2026
- 4) Peneliti mengajukan surat permohonan izin penelitian dari Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan Jember, Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang.
- 5) Setelah memperoleh surat izin penelitian, peneliti mengajukan permohonan izin kepada Ketua Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan Jember sebagai lokasi penelitian.
- 6) Setelah memperoleh izin pelaksanaan penelitian, peneliti melakukan identifikasi calon responden berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditetapkan.

- 7) Peneliti memberikan penjelasan kepada calon responden mengenai tujuan, manfaat, prosedur penelitian, kerahasiaan data, serta hak responden selama mengikuti penelitian.
- 8) Responden yang bersedia mengikuti penelitian diminta menandatangani lembar *informed consent* sebagai bentuk persetujuan menjadi responden penelitian.
- 9) Pengumpulan data dilakukan dengan memberikan tiga instrumen penelitian yang terdiri atas kuesioner tingkat stres menggunakan Depression Anxiety Stress Scale-42 (DASS-42) subskala stres, kuesioner kualitas tidur menggunakan Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI), serta lembar observasi siklus menstruasi berdasarkan pencatatan siklus menstruasi responden selama tiga bulan terakhir.
- 10) Selama proses pengisian instrumen, peneliti mendampingi responden untuk memberikan penjelasan apabila terdapat pertanyaan yang kurang dipahami tanpa memengaruhi jawaban responden.
- 11) Setelah seluruh instrumen dikembalikan, peneliti memeriksa kelengkapan jawaban setiap responden. Apabila terdapat data yang belum lengkap, peneliti meminta responden untuk melengkapinya.
- 12) Data yang telah terkumpul selanjutnya dilakukan proses editing, coding, entry, cleaning, dan tabulasi data sebelum dianalisis menggunakan program Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) sesuai dengan rencana analisis penelitian.

3.10 Metode pengolahan data

Metode pengolahan data adalah suatu proses dalam memperoleh data ringkasan dengan menggunakan cara tertentu. Data yang diperoleh kemudian diolah menggunakan langkah-langkah sebagai berikut :

1) Editing

Pada penelitian ini, editing dilakukan dengan meninjau kembali lembar kusioner, lembar observasi dan monitoring harian untuk memastikan tidak ada data yang kosong atau tidak konsisten. Pemeriksaan meliputi identitas responden, hasil pengukuran persepsi tentang preeklampsia, kelengkapan data tanggal kunjungan pada lembar observasi, dan kelengkapan kartu monitoring harian. Tahap ini dilakukan untuk memastikan seluruh data telah terisi lengkap, terbaca dengan jelas, dan siap untuk proses pengolahan serta analisis data.

2) Coding

Coding atau pengkodean data merupakan proses pemberian kode pada setiap data, termasuk pengelompokan data yang memiliki jenis atau kategori yang sama. Kode tersebut berupa simbol, huruf, atau angka yang berfungsi sebagai identitas untuk membedakan masing-masing data. Pada penelitian ini peneliti memberikan kode pada data dengan ketentuan sebagai berikut :

Kode variable Tingkat Stres :

- 1 = Normal (Skor 0-14)
- 2 = Ringan (Skor 15-18)
- 3 = Sedang (Skor 19-25)
- 4 = Berat (Skor 26-33)
- 5 = Sangat Berat (Skor >34)

Kode variabel Kualitas Tidur :

- 1 = Baik (PSQI $\leq$ 5)
- 2 = Buruk (PSQI >5)

Kode variable Siklus Menstruasi :

- 1 = Teratur
- 2 = Tidak Teratur

3) Entri Data

Entri data memerlukan memasukkan informasi yang telah dikodekan ke dalam perangkat lunak. Untuk mencegah kesalahan, peneliti memasukkan data yang telah dikodekan secara hati-hati ke dalam perangkat lunak computer menggunakan SPSS statistik 24.

4) *Cleaning*

Cleaning adalah proses pembersihan data yang telah di -entry untuk memeriksa adanya kesalahan input, duplikasi, data yang tidak logis, atau data yang hilang. Pada tahap ini, peneliti melakukan pengecekan ulang terhadap data dan memperbaiki kesalahan yang ditemukan sebelum analisis dilakukan.

5) Tabulasi

Setelah data yang telah dikodekan terkumpul, peneliti menyusunnya ke dalam tabel yang berisi tanggapan responden. Kemudian, peneliti melakukan analisis yang diperlukan.

3.11 Analisa data

3.11.1 Analisis Univariat

Analisis univariat dilakukan untuk mendeskripsikan karakteristik setiap variabel penelitian secara terpisah. Variabel yang dianalisis meliputi tingkat stres selama penyusunan skripsi, kualitas tidur, ketidakteraturan siklus menstruasi, serta karakteristik responden yang terdiri atas tempat tinggal selama penyusunan skripsi, status aktivitas selain kuliah, kebiasaan menggunakan gadget sebelum tidur, perubahan berat badan selama tiga bulan terakhir, dan aktivitas fisik dalam satu minggu terakhir. Hasil analisis disajikan dalam bentuk distribusi frekuensi dan persentase untuk menggambarkan karakteristik masing-masing variabel.

a) Tingkat stres selama penyusunan skripsi

Tingkat stres diukur menggunakan instrumen *Depression Anxiety Stress Scale-42* sub-skala stres. subskala stres yang terdiri atas 14 butir pertanyaan. Setiap item memiliki empat pilihan jawaban dengan skor 0–3 sesuai tingkat pengalaman responden selama satu minggu terakhir. Skor seluruh item dijumlahkan dan dikalikan dua

sehingga diperoleh skor total, kemudian dikategorikan menjadi stres normal, ringan, sedang, berat, dan sangat berat sesuai pedoman DASS-42. Data disajikan dalam bentuk distribusi frekuensi dan persentase.

b) Kualitas tidur

Kualitas tidur diukur menggunakan instrumen *Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI)*. Skor total diperoleh dari penjumlahan seluruh komponen dengan rentang skor 0–21. Responden dikategorikan memiliki kualitas tidur baik apabila skor ≤ 5 dan kualitas tidur buruk apabila skor > 5 . Data disajikan dalam bentuk distribusi frekuensi dan persentase.

c) Siklus menstruasi

Ketidakteraturan siklus menstruasi diperoleh menggunakan lembar observasi berdasarkan pencatatan siklus menstruasi responden selama tiga bulan terakhir. Siklus menstruasi dikategorikan teratur apabila panjang siklus berada pada rentang 21–35 hari dengan variasi antar siklus ≤ 7 hari, sedangkan tidak teratur apabila panjang siklus < 21 hari, > 35 hari, terdapat variasi > 7 hari, atau mengalami amenorea ≥ 90 hari. Data disajikan dalam bentuk distribusi frekuensi dan persentase.

Persentase masing-masing kategori dihitung menggunakan rumus distribusi frekuensi sebagai berikut:

$$p = \frac{f}{n} \times 100\%$$

Keterangan :

p : persentase

f : frekuensi tiap kategori

n : jumlah sampel

Untuk mempermudah interpretasi hasil penelitian, persentase yang diperoleh dikategorikan menurut Arikunto 2019 sebagai berikut:

0% = Tidak seorang pun

1–25% = Sebagian kecil

26–49% = Hampir setengah

50% = Setengah

51–75% = Sebagian besar

76–99% = Hampir seluruhnya

100% = Seluruhnya

3.11.3 Analisis Bivariat

Analisis bivariat dilakukan untuk mengetahui hubungan antara variabel independen dengan variabel dependen. Variabel independen dalam penelitian ini adalah tingkat stres selama penyusunan skripsi dan kualitas tidur, sedangkan variabel dependen adalah ketidakteraturan siklus menstruasi. Karena seluruh variabel penelitian telah dikategorikan ke dalam skala kategorik, maka hubungan antarvariabel dianalisis menggunakan uji

statistik untuk menguji hubungan antara dua variabel kategorik dengan tingkat kemaknaan (α) sebesar 0,05.

Uji statistik yang digunakan dalam penelitian ini adalah Pearson Chi-Square dan Fisher's Exact Test. Pemilihan kedua uji tersebut disesuaikan dengan karakteristik data serta pemenuhan asumsi pada tabel kontingensi. Pearson Chi-Square digunakan untuk menganalisis hubungan antara dua variabel kategorik apabila seluruh asumsi uji terpenuhi, yaitu setiap pengamatan bersifat independen, seluruh sel memiliki nilai *expected count* minimal 1, serta tidak lebih dari 20% sel memiliki nilai *expected count* kurang dari 5. Rumus Pearson Chi-Square adalah sebagai berikut:

$$x^2 = \sum \frac{(f_0 - f_e)^2}{f_e}$$

Keterangan :

x^2 : *Chi-square*

f_0 : frekuensi observasi (hasil pengamatan)

f_e : frekuensi ekspektasi (hasil yang diharapkan)

Apabila asumsi penggunaan Pearson Chi-Square tidak terpenuhi, terutama apabila lebih dari 20% sel pada tabel kontingensi memiliki nilai *expected count* kurang dari 5, maka analisis dilakukan menggunakan *Fisher's Exact Test*. *Fisher's Exact Test* merupakan uji alternatif Pearson *Chi-Square* yang digunakan untuk menganalisis hubungan antara dua variabel kategorik pada ukuran sampel atau distribusi data yang tidak memenuhi asumsi penggunaan *Pearson Chi-Square*.

Berdasarkan hasil uji asumsi pada penelitian ini, analisis hubungan antara tingkat stres selama penyusunan skripsi dengan ketidakteraturan siklus menstruasi menggunakan *Fisher's Exact Test*, karena hasil tabulasi silang menunjukkan terdapat lebih dari 20% sel yang memiliki nilai *expected count* kurang dari 5. Sementara itu, analisis hubungan antara kualitas tidur dengan ketidakteraturan siklus menstruasi menggunakan *Pearson Chi-Square*, karena seluruh sel pada tabel kontingensi telah memenuhi asumsi penggunaan uji tersebut.

Keputusan pengujian hipotesis didasarkan pada nilai *p-value* dengan taraf signifikansi (α) sebesar 0,05, yaitu sebagai berikut:

- (1) Apabila diperoleh nilai $p\text{-value} < 0,05$ maka H_0 ditolak dan H_1 diterima, yang menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara variabel independen dengan variabel dependen.
- (2) Apabila diperoleh nilai $p\text{-value} \geq 0,05$ maka H_0 diterima dan H_1 ditolak, yang menunjukkan tidak terdapat hubungan yang signifikan antara variabel independen dengan variabel dependen.

3.12 Etika penelitian

Penelitian ini dilaksanakan dengan memperhatikan prinsip-prinsip etika penelitian untuk melindungi hak, martabat, keamanan, serta kerahasiaan responden selama proses penelitian berlangsung. Sebelum pelaksanaan penelitian, peneliti mengajukan permohonan izin kepada institusi terkait serta memperoleh persetujuan etik dari

Komisi Etik Penelitian Kesehatan (KEPK). Seluruh proses penelitian dilakukan dengan memperhatikan aspek etika sebagai berikut:

3.12.1 *Informed Consent* (Lembar Persetujuan)

Sebelum pengambilan data dilakukan, peneliti memberikan lembar *informed consent* kepada calon responden yang memenuhi kriteria inklusi. Peneliti menjelaskan tujuan, manfaat, prosedur penelitian, serta hak responden selama mengikuti penelitian. Responden diberikan kesempatan untuk bertanya dan mempertimbangkan keikutsertaannya sebelum memberikan persetujuan. Keikutsertaan responden bersifat sukarela dan responden berhak menolak ataupun mengundurkan diri dari penelitian kapan saja tanpa adanya konsekuensi apa pun.

3.12.2 *Anonymity* (Tanpa Nama)

Untuk menjaga kerahasiaan identitas responden, peneliti tidak mencantumkan nama responden pada lembar kuesioner maupun lembar observasi siklus menstruasi. Setiap responden hanya diberikan kode tertentu yang digunakan selama proses pengolahan dan analisis data.

3.12.3 *Confidentiality* (Kerahasiaan)

Peneliti menjamin bahwa seluruh informasi yang diperoleh dari responden hanya digunakan untuk kepentingan penelitian. Data yang telah dikumpulkan disimpan secara aman dan hanya dapat

diakses oleh peneliti. Hasil penelitian disajikan dalam bentuk kelompok tanpa mencantumkan identitas pribadi responden sehingga kerahasiaannya tetap terjaga.

3.12.4 *Beneficence dan Non-Maleficence* (Asas Manfaat dan Tidak Merugikan)

Penelitian ini tidak memberikan perlakuan atau intervensi kepada responden karena menggunakan metode observasional melalui pengisian kuesioner dan lembar observasi siklus menstruasi. Risiko yang mungkin timbul selama penelitian sangat minimal, yaitu kemungkinan munculnya rasa tidak nyaman saat menjawab beberapa pertanyaan terkait kondisi stres, kualitas tidur, maupun siklus menstruasi. Peneliti memberikan kesempatan kepada responden untuk tidak menjawab pertanyaan yang dirasa kurang nyaman serta menghentikan keikutsertaan dalam penelitian apabila menghendakinya

3.12.5 Persetujuan Etik (*Ethical Clearance*)

Penelitian ini telah memperoleh persetujuan etik (*ethical clearance*) dari Komisi Etik Penelitian Kesehatan (KEPK) sebelum pelaksanaan pengambilan data. Persetujuan etik tersebut menjadi dasar bahwa penelitian telah memenuhi prinsip-prinsip etika penelitian yang meliputi penghormatan terhadap otonomi responden, asas kemanfaatan, tidak merugikan, serta keadilan dalam

pelaksanaan penelitian. Nomor sertifikat dan tanggal penerbitan persetujuan etik dicantumkan setelah sertifikat resmi diterbitkan oleh KEPK dengan Nomor Surat: 598/KEPS/UDS/VI/2026