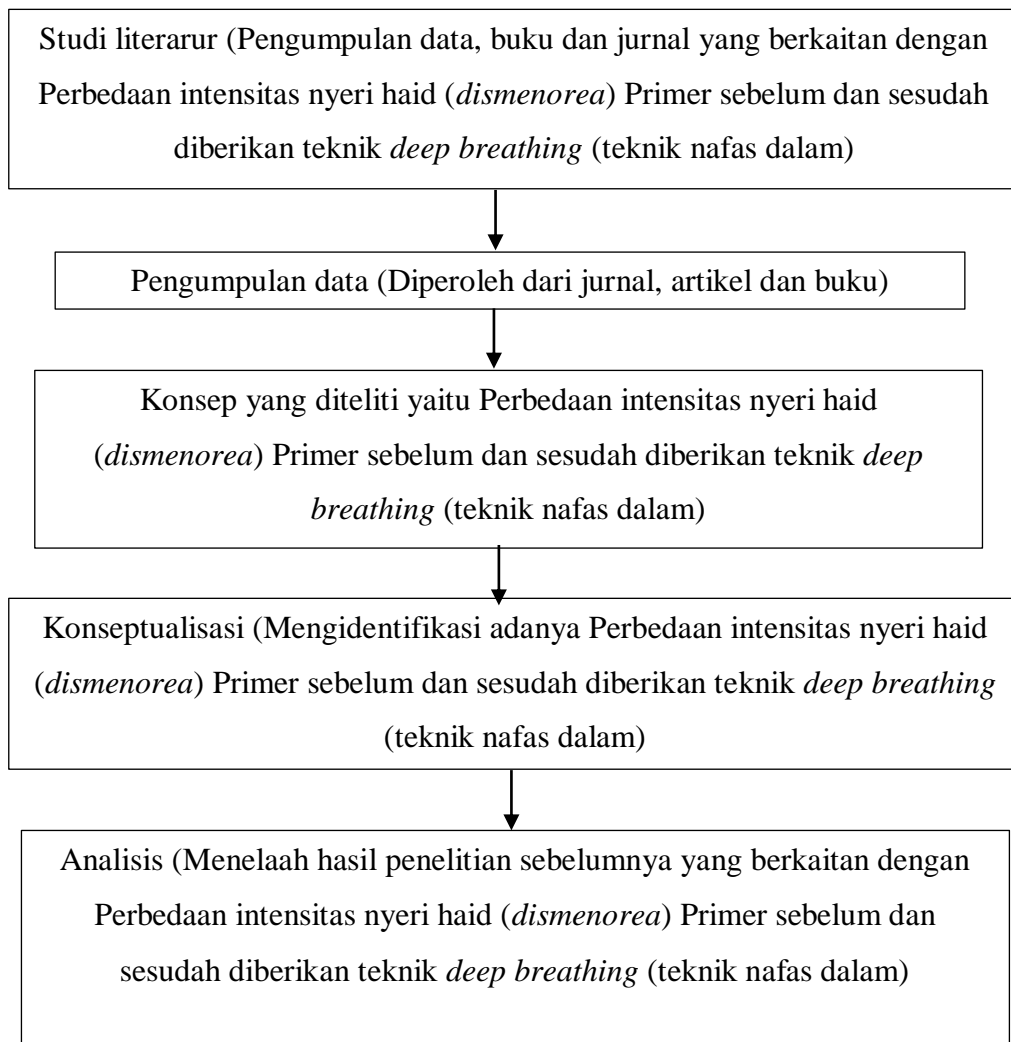


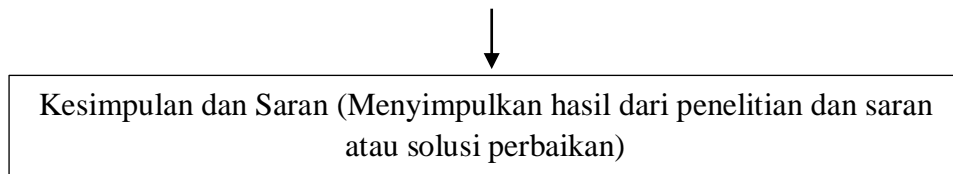
BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Sistematis Penulisan Studi Literatur

Secara sistematis langkah-langkah dalam menulis penelitian studi literatur yaitu :





Gambar 3.1 Diagram Alir Konsep Perbedaan intensitas nyeri haid (*dismenorea*) Primer sebelum dan sesudah diberikan teknik *deep breathing* (teknik nafas dalam)

3.2 Desain penelitian

Pada penelitian ini, peneliti menggunakan metode kualitatif dengan jenis penelitian yang digunakan adalah studi literatur. Studi literatur merupakan penelusuran pada pustaka – pustaka yang ada untuk memperdalam topik maupun bidang yang diteliti, dipermudah dengan keadaan teknologi saat ini dapat mempermudah dan memperluas jangkauan studi literatur dari jurnal – jurnal daring (Zohrayaty, 2019).

Tahapan peneliti yang akan dilakukan dalam proses menyusun penelitian Karya Tulis Ilmiah studi literatur adalah melakukan studi literatur terhadap konsep yang digunakan yaitu perbedaan intensitas nyeri haid (*dismenorea*) sebelum dan sesudah diberikan teknik *deep breathing* (teknik nafas dalam), menentukan kebutuhan data yang akan digunakan, mengumpulkan data yang dibutuhkan dalam penelitian, melakukan seleksi data, melakukan analisis data, pelaporan hasil penelitian.

3.3 Pengumpulan data

Pengumpulan data adalah suatu proses pendekatan kepada subyek dan proses pengumpulan karakteristik subyek yang diperlukan dalam suatu penelitian yang dilakukan untuk memperoleh informasi yang dibutuhkan dalam rangka mencapai tujuan penelitian. Data yang digunakan dalam penelitian ini diperoleh dari *Google Scoolar* yang dipublikasikan dari tahun 2015 sampai 2020, yang berupa laporan hasil penelitian dan review. Artikel diseleksi berdasarkan judul dan informasi yang tercantum dalam abstrak. Yang berisikan tentang Perbedaan intensitas nyeri haid (*dismenorea*) primer sebelum dan sesudah diberikan teknik *deep breathing* (teknik nafas dalam).

Berikut adalah tahapan pengambilan data yang dilakukan peneliti :

1. Peneliti menggunakan data yang berasal dari jurnal internasional dan nasional.
2. Penelusuran *literature* didapatkan dari pencarian melalui *Google Scholar*, dan *PubMed*.
3. *Keyword* yang digunakan ialah nyeri haid, *dismeorea*, nafas dalam dan *deep bretahing*.
4. Peneliti meneliti artikel atau jurnal berdasar judul dan informasi dalam abstrak.
5. Peneliti membatasi literatur digital yang digunakan dengan kriteria inklusi dan eksklusi.

6. Dalam pencarian jurnal menggunakan *keyword* yang telah ditentukan jurnal didapatkan 1200 jurnal yang terkait.
7. Selanjutnya diseleksi dengan cara peneliti membaca judul kemudian membaca abstrak dari setiap penelitian untuk menilai apakah permasalahan yang dibahas sesuai dengan yang hendak dipecahkan dalam penelitian.
8. Setelah jurnal terkumpul, peneliti menyederhanakan dalam bentuk tabel.

Dari pencarian data yang dilakukan, terdapat 10 jurnal yang memenuhi kriteria.

3.3.1 Kriteria Inklusi

Kriteria inklusi adalah karakteristik umum subjek penelitian dari suatu populasi target yang terjangkau dan akan diteliti (Nursalam, 2017:92)

. Kriteria inklusi dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

- a. Jurnal yang ter-*publish* pada kurun waktu 5 tahun terakhir (2015 – 2020)
- b. Jurnal memiliki kelengkapan *Full Text*
- c. Jurnal menggunakan metode selain Studi Literatur yaitu studi kuantitatif, eksperimen, kualitatif, dan gabungan (*mixed*) dengan menggunakan data primer maupun sekunder.

- d. Berisi penelitian mengenai perbedaan intensitas nyeri haid (dismenorea) primer sebelum dan sesudah diberikan terapi *slow deep breathing* (teknik nafas dalam) terhadap remaja putri

3.3.2 Kriteria Eksklusi

Kriteria eksklusi adalah menghilangkan atau mengeluarkan subjek yang memenuhi kriteria inklusi dari studi karena berbagai sebab (Nursalam, 2017 :92).

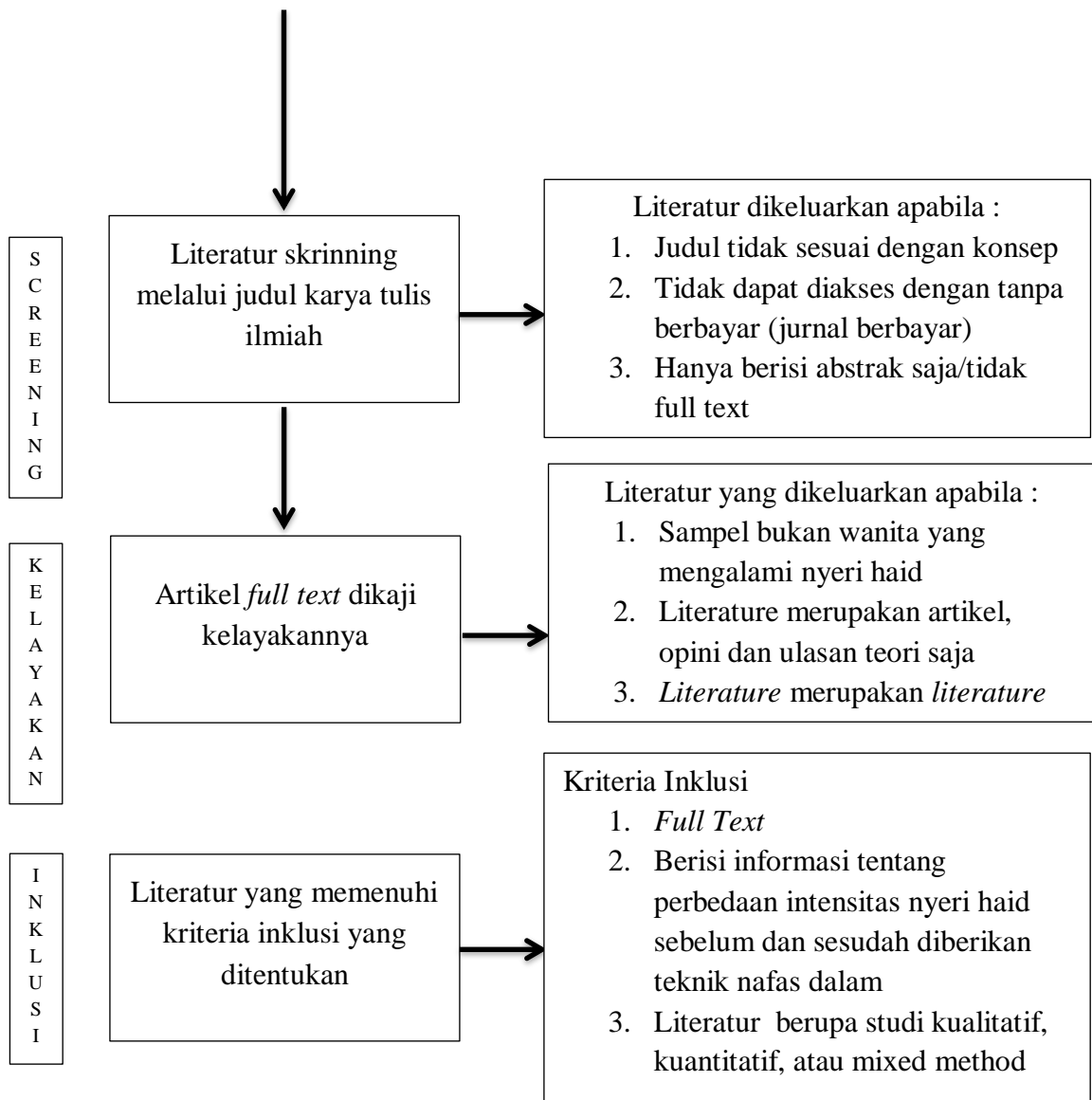
Kriteria eksklusi dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

- a. Tidak dapat diakses Full Text (berbayar, harus menghubungi pemilik jurnal (*request journal*), hanya abstrak)
- b. Tidak terpublish dalam jurnal terakreditasi atau belum terpublish dalam google cendekia, Pubmed, e-Resources Perpustakaan Nasional

Flow Diagram dari pencarian dan proses seleksi literatur digambarkan sebagai berikut :

Literatur yang didapatkan melalui pencarian database :

1. Google Scholar
2. PubMed



Gambar 3.2 Diagram Alir Proses Seleksi Literatur perbedaan intensitas nyeri haid (*dismenorea*) sebelum dan sesudah diberikan teknik *deep breathing* (teknik nafas dalam)

Dalam penelitian ini peneliti melakukan reviewer dari beberapa literatur yang sesuai dengan topik penelitian. Dan didapatkan hasil sebagai berikut :

Tabel 3.2 Hasil reviewer dari beberapa literatur yang sesuai dengan topik penelitian

No	Author	Judul	Metode		Data- base
			(Desain, Sampel, Variabel, Instrumen, Analisis)	Hasil Penelitian	
1	Wilujeng, Rachel Dwi (2015)	Pengaruh Pemberian Teknik Relaksasi Nafas Dalam terhadap Penurunan Nyeri Haid (Dismenore) pada Mahasiswi Tingkat II Akbid Griya Husada Surabaya	M : <i>Pra Eksperiment one grub pre and post test</i> S : 16 responden V : Teknik Relaksasi nafas dalam dan nyeri haid I : Kuisioner A : Uji normalitas shapiro wilk	Dalam penelitian ini tingkat nyeri haid (<i>dismenorea</i>) berkurang setelah diberikan teknik relaksasi nafas dalam. Dikarenakan relaksasi nafas dalam memberikan rasa nyaman bagi responden yang sedang mengalami nyeri serta dapat mengurangi atau menurunkan sensasi nyeri	Google Scholer
2	Azizah, Noor dkk (2015)	Teknik Relaksasi Nafas Dalam dan Terapi Musik sebagai Upaya Penurunan Intensitas Nyeri Haid (<i>Dismenorea</i>)	M : Quassy Eksperi- mental Pre post test dengan control grub S : 28 Responden V : Relaksasi nafas dalam, terapi musik dan nyeri haid I : Skala pengukuran nyeri A :-	Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat penurunan bermakna pada skala <i>dismenore</i> pada masing-masing kelompok	Google Scholer
3	Trisnabar i, Hindari Mernasan tia., Dkk	Manfaat <i>Deep Breathing Exercise</i> terhadap Nyeri Haid Primer Pada Mahasiswa S1	M : Pre eksperimental Pendekatan <i>cross sectional</i> S : 30 responden V : <i>Deep breathing exercise</i> dan nyeri haid	Hasil penelitian menunjukkan bahwa bahwa <i>Deep Breathing Exercise</i> memiliki pengaruh terhadap penurunan nyeri haid primer	Google Scholer

	(2018)	Fisioterapi Universitas Muhammadiyah Surakarta	I : VAS (<i>Visual Analog Scale</i>) A : Uji normalitas shapiro wilk dan Uji pengaruh Uji <i>Paired t-test</i>	pada Mahasiswi S1 Fisioterapi Universitas Muhammadiyah Surakarta	
4	Irawan, Faulus Deby (2018) Vol (3) No. 1	Perbandingan tehnik relaksasi nafas dalam dan kompres dingin terhadap penurunan tingkat nyeri haid (<i>dismenore</i>) pada mahasiswi di asrama sanggau dan ikatan keluarga belu di landungsari kota malang	M : Pre eksperimental Pendekatan <i>cross sectional</i> S : 20 responden V : Relaksasi nafas dalam, kompres dingin dna nyeri haid I : Lembar observasi dan wawancara A : -	Hasil penelitian membuktikan bahwa efektifitas kompres dingin dan tehnik relaksasi nafas dalam mampu menurunkan intensitas nyeri dismenore	Google Scholer
5	Aningsih, Fidhi dkk (2018) Vol (3) No,1	Pengaruh Pemberian Teknik Relaksasi Nafas dalam terhadap penurunan Intensitas Nyeri Haid (<i>Dismenore</i>) pada mahasiswi di Asrama Sanggau Malang	M : Quasi Eksperimen design, <i>One grub pretest-postest</i> S : 23 responden Consecutive sampling V : Relasasi nafas dalam dan nyeri haid I : NRS (<i>Numeric Rating Scale</i>) A : Uji paired sampel t-test	Hasil penelitian menunjukkan bahwa setelah diberi terapi tehnik relaksasi nafas dalam, kurang dari separuh responden mengalami nyeri ringan dan sedang serta yang mengalami nyeri sangat berat tidak ada lagi	Google Scholer
6	Siregar, Yulia Rizki	Pengaruh Teknik Nafas Dalam Terhadap Penurunan Tingkat Nyeri <i>Dismenore</i> pada Siswi di MAN	M : <i>Quasy experiment</i> rancangan penelitian <i>pretest-postest control grub design.</i> S : 15 responden	Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh pemberian tehnik nafas dalam terhadap penurunan tingkat <i>dismenore</i>	Google Scholer

		1 Sleman	V : Teknik nafas dalam dan nyeri haid I : Skala Pengukur Nyeri A : Uji <i>Man Whitney</i>		
7	Guswiya ni, Amalia (2018)	Pengaruh Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Penurunan Nyeri <i>Dismenore</i> pada Mahasiswa D-III Kebidanan Semester II Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta	M : <i>Quasy experiment</i> pendekatan <i>non randomized control grub pretest posttest design</i> . S : 17 responden <i>Purposive sampling</i> V : Relaksasi nafas dalam dan nyeri haid I : NRS (<i>Numeric Rating Scale</i>) A : Uji <i>Mann Whitney</i>	Hasil penelitian menunjukkan ada pengaruh relaksasi napas dalam terhadap penurunan nyeri dismenorea pada mahasiswa DIII Kebidanan semester II di Universitas „Aisyiyah Yogyakarta	Google Scholer
8	Astuti, Idria (2019) Vol (3) No. 1	<i>The Influence Of Breathing Relaxation Technique In The Decrease Of Dismenore Intensity</i>	M : <i>Quasy experimental</i> Pendektan <i>one grub pretest-posttest design</i> S : 23 responden V : <i>Breathing relaxation</i> dan <i>dismenore intensity</i> I : NRS (<i>Numeric Rating Scale</i>) A : Uji paired sampel t-test	intensitas dismenore yang menurun menunjukkan bahwa teknik relaksasi pernapasan dalam lebih banyak efektif menurunkan skala dismenore intensitas	Google Scholer
9	Suaib, Nurkila (2019) Vol (6) No. 2	Pengaruh Relaksasi Nafas Dalam terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Haid Pada Remaja Putri Di MAN Insan Cendekia Halmamera	M : Pra eksperimen dengan rancangan <i>one group pra-post test deisign</i> S : 27 responden Teknik pengambilan Sampel adalah Total Sampling	Teknik relaksasi Nafas dalam memberikan pengaruh signifikan terhadap intensitas nyeri haid pada Remaja Putri di MAN Insan Cendekia Halmahera Barat	Google Scholer

	Barat		V : Relaksasi nafas dalam dan nyeri haid I : Kuisisioner A : Uji T berpasangan		
10	Purnamas ari, Kurniati Devi,.dkk (2020)	<i>The Effect of Deep Breathing Exercise on Menstrual Pain Perception in Adolescents With Primary Dysmenorrhea</i>	M :Pra-eksperimen Pendekatan <i>pretest and post test design</i> S : 47 responden V : <i>Deep breathing dan menstrual pain</i> I : VAS (<i>Visual Analog Scale</i>) A : Uji pengaruh Uji <i>Paired t-test</i>	Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa prevalensi nyeri haid pada remaja aktif dengan <i>dismenore</i> primer menurun dari 76% menjadi 22% nyeri haid. Ada penurunan skor nyeri haid pada 46,6% responden dengan kriteria nyeri sedang hingga berat pada hari pertama	Google Scholer

3.4 Analisis Data

Pada penelitian ini, peneliti akan menganalisis atau menelaah hasil hasil penelitian atau jurnal dari berbagai sumber yang sudah dikumpulkan. Analisis data pada penelitian studi literature membutuhkan ketekunan yang tinggi agar dapat ditarik kesimpulan yang sesuai dengan tujuan yang diharapkan. Analisis dimulai dengan materi hasil penelitian yang secara sekuensi diperhatikan dari yang paling relevan, relevan, dan cukup relevan. Cara lain dapat juga, misalnya dengan melihat tahun penelitian diawali dari yang paling mutakhir, dan berangsur–angsur mundur ke tahun yang lebih lama.

Beberapa hal yang dapat dicantumkan dalam melakukan analisis pada penelitian studi literature yaitu menelaah persamaan dan perbedaan

ataupun persamaan antara penelitian yang telah dilakukan oleh pengarang, penelitian mana yang saling mendukung, dan penelitian mana yang saling bertentangan, ataupun beberapa pertanyaan yang belum terjawab, dan lain sebagainya.