

BAB 3

METODE PENELITIAN

3.1 Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan desain analitik observasional dengan pendekatan potong lintang. Pendekatan tersebut digunakan untuk melihat hubungan antara variabel pada waktu pengamatan yang sama. Variabel bebas berupa pemakaian kontrasepsi suntik tiga bulan. Variabel terikat berupa kenaikan berat badan pada akseptor KB. Pengumpulan data dilakukan melalui pengukuran langsung berat badan responden. Data pemakaian kontrasepsi diperoleh dari catatan pelayanan kesehatan di Polindes. Setiap responden diukur berat badannya menggunakan timbangan yang sama. Hasil pengukuran dicatat pada lembar observasi penelitian. Analisis data dilakukan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara kedua variabel. Hasil penelitian diharapkan memberikan gambaran kondisi akseptor KB di wilayah penelitian (Notoatmodjo, 2022).

3.2 Populasi, Sampel dan Sampling

a. Populasi

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh akseptor kontrasepsi suntik 3 bulan yang terdaftar dan aktif melakukan kunjungan di Polindes Desa Jeladri Winongan pada periode penelitian berjumlah 137 responden. Subjek penelitian memiliki karakteristik sebagai perempuan usia subur yang menggunakan metode kontrasepsi hormonal jenis suntik tiga bulanan. Data populasi diperoleh melalui buku register pelayanan keluarga berencana di polindes setempat. Jumlah populasi dihitung berdasarkan total akseptor aktif dalam kurun waktu yang telah ditentukan.

Penetapan populasi secara jelas bertujuan untuk memperoleh gambaran menyeluruh mengenai kejadian kenaikan berat badan pada pengguna kontrasepsi tersebut. Ketepatan penentuan populasi akan memengaruhi validitas hasil penelitian dan kesimpulan yang diperoleh (Sugiyono, 2022).

b. Sampling

Penelitian ini menggunakan teknik purposive sampling, yaitu metode pemilihan sampel yang dilakukan berdasarkan karakteristik tertentu yang telah ditetapkan oleh peneliti sesuai dengan kebutuhan penelitian. Teknik ini dipilih karena tidak seluruh anggota populasi memiliki kondisi yang sesuai dengan tujuan penelitian. Oleh karena itu, responden yang dipilih adalah akseptor KB suntik 3 bulan yang memenuhi persyaratan penelitian mengenai hubungan penggunaan kontrasepsi suntik 3 bulan dengan peningkatan berat badan di Polindes Desa Jeladri Winongan. Adapun kriteria Inklusi dan Eksklusi sebagai berikut:

1) Kriteria Inklusi

Kriteria inklusi merupakan syarat yang harus dipenuhi oleh calon responden agar dapat berpartisipasi dalam penelitian ini, yaitu:

- a) Terdaftar sebagai akseptor aktif KB suntik 3 bulan di Polindes Desa Jeladri Winongan.
- b) Telah menggunakan kontrasepsi suntik 3 bulan secara rutin selama sekurang-kurangnya 6 bulan.
- c) Berusia antara 20 hingga 45 tahun.
- d) Memiliki catatan atau data berat badan sebelum menggunakan KB suntik 3 bulan serta selama masa penggunaan kontrasepsi tersebut.
- e) Bersedia mengikuti penelitian dan memberikan persetujuan sebagai responden.

2) Kriteria Eksklusi

Kriteria eksklusi merupakan kondisi yang menyebabkan calon responden tidak dapat diikutsertakan dalam penelitian, yaitu:

- a) Responden yang pernah berganti metode kontrasepsi selama periode penggunaan kontrasepsi suntik 3 bulan.
- b) Memiliki riwayat penyakit atau gangguan kesehatan yang berpotensi memengaruhi perubahan berat badan, seperti diabetes mellitus atau gangguan fungsi tiroid.
- c) Menggunakan metode kontrasepsi hormonal lain selain KB suntik 3 bulan selama periode penelitian.
- d) Tidak dapat hadir pada saat proses pengumpulan data berlangsung.
- e) Memberikan data yang tidak lengkap atau tidak menyelesaikan pengisian instrumen penelitian yang telah disediakan.

Penentuan jumlah sampel dilakukan berdasarkan perhitungan yang disesuaikan dengan desain penelitian kuantitatif yang digunakan. Pemilihan sampel secara purposif diharapkan dapat menghasilkan data yang lebih relevan dengan tujuan penelitian, sehingga mampu meningkatkan validitas hasil penelitian dan meminimalkan kemungkinan terjadinya bias dalam pengambilan data. (Notoatmodjo, 2022)

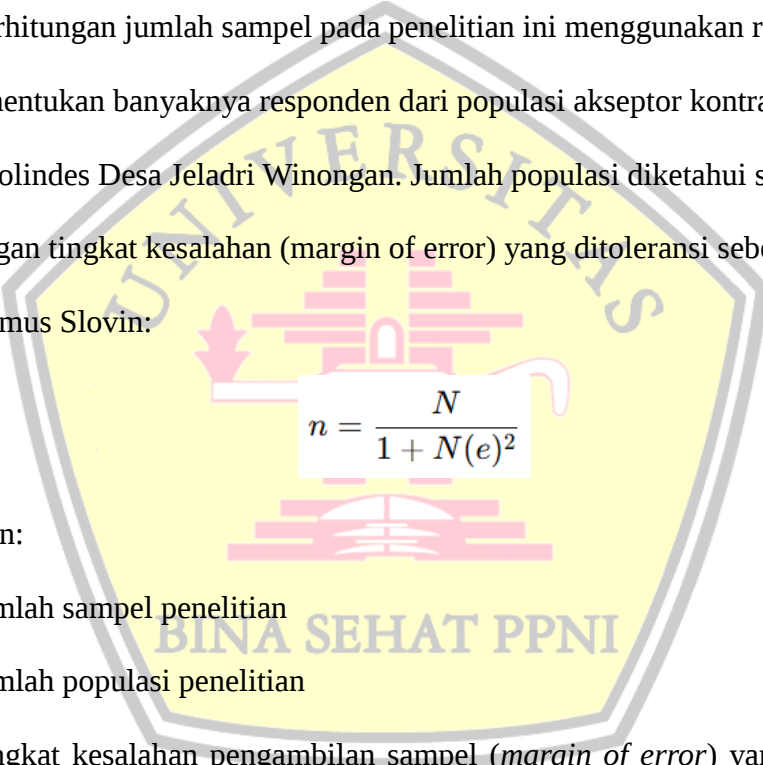
c. Sampel

Sampel penelitian merupakan bagian dari populasi akseptor kontrasepsi suntik 3 bulan yang memenuhi kriteria penelitian di Polindes Desa Jeladri Winongan. Responden dipilih sesuai ketentuan usia reproduksi aktif serta memiliki riwayat penggunaan kontrasepsi minimal beberapa kali siklus suntikan. Jumlah sampel

ditentukan berdasarkan perhitungan kebutuhan penelitian agar hasil dapat mewakili kondisi populasi. Setiap responden yang terpilih diminta mengikuti proses pengukuran berat badan sesuai prosedur yang telah ditetapkan. Data yang diperoleh dari sampel digunakan sebagai dasar analisis hubungan antara pemakaian kontrasepsi dan perubahan berat badan. Ketepatan pemilihan sampel akan membantu menghasilkan kesimpulan penelitian yang lebih akurat (Sugiyono, 2022).

d. Perhitungan Jumlah Sampel (Rumus Slovin)

Perhitungan jumlah sampel pada penelitian ini menggunakan rumus Slovin untuk menentukan banyaknya responden dari populasi akseptor kontrasepsi suntik 3 bulan di Polindes Desa Jeladri Winongan. Jumlah populasi diketahui sebanyak 137 orang dengan tingkat kesalahan (margin of error) yang ditoleransi sebesar 10% (0,10). Rumus Slovin:


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

Keterangan:

n = Jumlah sampel penelitian

N = Jumlah populasi penelitian

e = Tingkat kesalahan pengambilan sampel (*margin of error*) yang masih dapat ditoleransi dalam penelitian ini menggunakan 10% atau 0,10 (Sugiyono, 2022).

$$n = \frac{137}{1 + 137(0,10)^2}$$

$$n = \frac{137}{1 + 137(0,01)}$$

$$n = \frac{137}{1 + 1,37}$$

$$n = \frac{137}{2,37}$$

$$n = 57,80$$

$$n \approx 58$$

Hasil perhitungan menunjukkan jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 58 responden.

3.3 Identifikasi Variabel dan Definisi Operasional

3.3.1 Identifikasi Variabel

a. Variabel Bebas (*Independent Variable*)

Variabel bebas dalam penelitian ini adalah penggunaan kontrasepsi suntik 3 bulan pada akseptor di Polindes Desa Jeladri Winongan. Variabel bebas merupakan faktor yang diduga memberikan pengaruh terhadap perubahan berat badan. Penggunaan kontrasepsi suntik diukur berdasarkan lama pemakaian serta frekuensi kunjungan suntikan ulang. Data mengenai variabel ini diperoleh melalui wawancara terstruktur dan pencatatan pada buku register keluarga berencana. Kejelasan penetapan variabel bebas membantu menentukan arah analisis hubungan antarvariabel dalam penelitian. Ketepatan identifikasi variabel bebas akan mempermudah proses pengolahan data dan penarikan kesimpulan penelitian (Notoatmodjo, 2022).

b. Variabel Terikat (*Dependent Variable*)

Variabel terikat dalam penelitian ini adalah kenaikan berat badan pada akseptor KB suntik 3 bulan di Polindes Desa Jeladri Winongan. Variabel terikat menggambarkan hasil yang muncul setelah adanya paparan penggunaan kontrasepsi hormonal. Berat badan diukur menggunakan timbangan badan yang telah dikalibrasi. Pengukuran dilakukan sebelum pemakaian dan setelah periode penggunaan tertentu. Selisih hasil pengukuran menunjukkan adanya peningkatan atau tidak terjadi perubahan berat badan. Data hasil pengukuran dicatat dalam lembar observasi untuk keperluan analisis statistik penelitian (Sugiyono, 2022).

c. Variabel Kontrol

Variabel kontrol dalam penelitian ini meliputi usia, pola makan, aktivitas fisik, dan lama pemakaian kontrasepsi. Faktor-faktor tersebut dijaga agar tidak memengaruhi hasil utama penelitian. Usia dicatat berdasarkan data identitas responden. Pola makan dinilai melalui kebiasaan konsumsi makanan harian. Aktivitas fisik dilihat dari rutinitas pekerjaan dan kegiatan olahraga. Lama pemakaian kontrasepsi diperoleh dari catatan pelayanan kesehatan di Polindes (Notoatmodjo, 2022).

d. Variabel Perancu (*Confounding Variable*)

Variabel perancu merupakan faktor luar yang dapat memengaruhi hubungan antara pemakaian kontrasepsi suntik 3 bulan dan kenaikan berat badan. Faktor ini dapat menyebabkan perubahan hasil pengukuran apabila tidak diperhatikan. Usia reproduktif dapat berpengaruh terhadap keseimbangan hormon tubuh. Pola makan tinggi kalori berpotensi meningkatkan berat badan tanpa kaitan langsung dengan kontrasepsi. Aktivitas fisik yang rendah dapat mempercepat penimbunan lemak

tubuh. Riwayat kehamilan dan lama penggunaan kontrasepsi juga dicatat untuk mengurangi bias penelitian (Sugiyono, 2022).

3.3.2 Definisi Operasional

Tabel 3. 1 Definisi Operasional Variabel

Variabel	Definisi Operasional	Indikator	Alat Ukur	Skala	Kriteria
Pemakaian Kontrasepsi Suntik 3 Bulan (Variabel Independen)	Penggunaan kontrasepsi hormonal suntik 3 bulan (DMPA) oleh akseptor KB yang memperoleh suntikan setiap 12 minggu di Polindes Desa Jeladri Winongan	1. Status penggunaan KB suntik 3 bulan 2. Lama penggunaan kontrasepsi	Buku register KB, kartu akseptor KB, lembar observasi	Nominal	1 = Menggunakan $\geq$ 6 bulan 0 = Menggunakan $<$ 6 bulan
Kenaikan Berat Badan (Variabel Dependen)	Perubahan berat badan akseptor KB setelah penggunaan kontrasepsi suntik 3 bulan yang diukur berdasarkan selisih berat badan sebelum dan sesudah penggunaan dipengaruhi oleh pola makan, lama KB dan aktivitas fisik	1. Berat badan awal 2. Berat badan saat penelitian 3. Selisih berat badan	Timbangan digital dan lembar observasi	Ordinal	✓ Tidak naik, apabila terjadi penurunan berat badan ✓ Tetap, apabila tidak terjadi perubahan berat badan atau perubahan $\leq$ 1 kg. ✓ Naik, apabila terjadi kenaikan berat badan $>$ 1 kg setelah penggunaan kontrasepsi suntik 3 bulan.

Sumber: Modifikasi teori Notoatmodjo (2022) dan Sugiyono (2022).

3.4 Pengumpulan Data

Pengumpulan data penelitian dilakukan melalui observasi langsung pada akseptor KB suntik 3 bulan di Polindes Desa Jeladri Winongan. Peneliti melakukan

pendataan identitas responden sesuai kriteria inklusi yang telah ditetapkan. Responden diminta mengisi kuesioner mengenai usia, pola makan, dan aktivitas fisik. Pemeriksaan berat badan dilakukan menggunakan timbangan digital yang telah dikalibrasi. Pengukuran berat badan dicatat pada lembar observasi penelitian. Data pemakaian kontrasepsi diperoleh dari kartu akseptor KB dan buku register pelayanan KB. Peneliti memastikan pengukuran dilakukan pada waktu yang sama untuk menjaga konsistensi hasil. Setiap responden diberikan penjelasan mengenai tujuan dan prosedur penelitian sebelum pengisian data. Kerahasiaan identitas responden dijaga selama proses pengumpulan data berlangsung. Seluruh data yang terkumpul selanjutnya diperiksa kelengkapan dan kebenarannya sebelum proses analisis statistik (Sugiyono, 2022).

3.5 Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian menggunakan lembar observasi dan kuesioner terstruktur yang disusun sesuai dengan tujuan penelitian. Lembar observasi digunakan untuk mencatat data pemakaian kontrasepsi suntik 3 bulan dan hasil pengukuran berat badan responden. Kuesioner digunakan untuk memperoleh informasi mengenai usia, pola makan, dan aktivitas fisik. Timbangan digital yang telah dikalibrasi digunakan untuk memastikan ketepatan hasil pengukuran berat badan. Buku register keluarga berencana dimanfaatkan sebagai sumber data pendukung terkait riwayat pemakaian kontrasepsi. Setiap instrumen disusun berdasarkan indikator variabel yang telah ditetapkan dalam definisi operasional. Penggunaan instrumen yang sesuai membantu memperoleh data yang akurat dan dapat dipertanggungjawabkan secara ilmiah (Sugiyono, 2022).

3.6 Lokasi dan Waktu Penelitian

3.6.1 Lokasi Penelitian

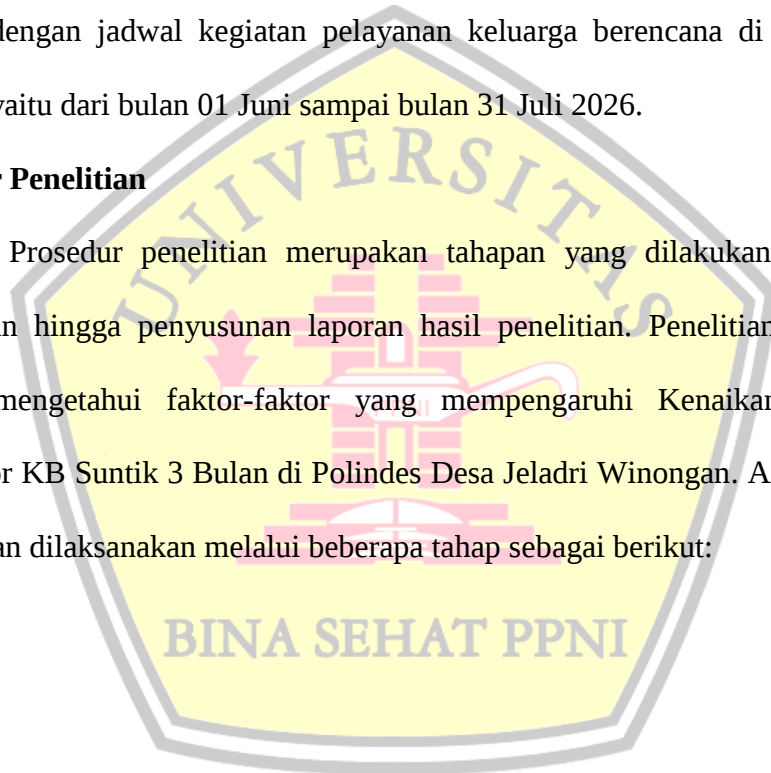
Penelitian dilaksanakan di Polindes Desa Jeladri Kecamatan Winongan Kabupaten Pasuruan. Lokasi ini dipilih karena terdapat pelayanan keluarga berencana yang aktif setiap bulan.

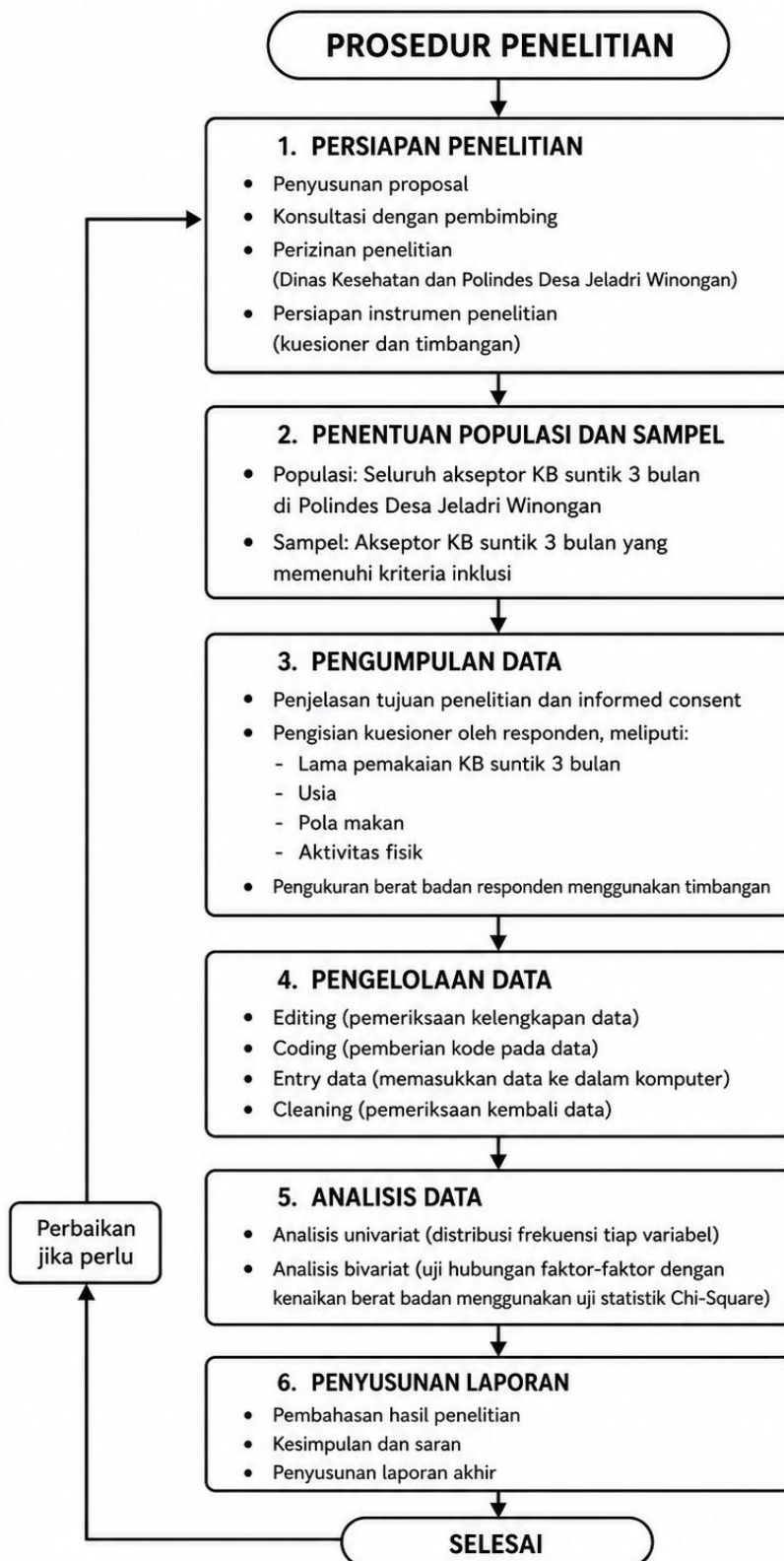
3.6.2 Waktu Penelitian

Pelaksanaan penelitian dilakukan selama periode yang telah ditentukan sesuai dengan jadwal kegiatan pelayanan keluarga berencana di Polindes Desa Jeladri yaitu dari bulan 01 Juni sampai bulan 31 Juli 2026.

3.7 Prosedur Penelitian

Prosedur penelitian merupakan tahapan yang dilakukan peneliti sejak persiapan hingga penyusunan laporan hasil penelitian. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi Kenaikan berat badan Akseptor KB Suntik 3 Bulan di Polindes Desa Jeladri Winongan. Adapun prosedur penelitian dilaksanakan melalui beberapa tahap sebagai berikut:





Gambar 3. 1 Prosedur Penelitian

Prosedur penelitian diawali dengan pengajuan izin penelitian kepada instansi kesehatan setempat dan pihak Polindes Desa Jeladri Winongan. Peneliti menyiapkan

lembar observasi serta kuesioner sesuai variabel yang ditetapkan dalam penelitian. Responden dipilih berdasarkan kriteria inklusi yang telah ditentukan sebelumnya. Pengukuran berat badan awal dilakukan sebelum periode pemantauan penggunaan kontrasepsi suntik 3 bulan. Data karakteristik responden dikumpulkan melalui wawancara terstruktur dan pengisian kuesioner. Observasi penggunaan kontrasepsi suntik 3 bulan dilakukan selama masa penelitian berlangsung. Pengukuran berat badan ulang dilaksanakan setelah jangka waktu pemakaian kontrasepsi terpenuhi. Seluruh data dicatat dalam lembar pengumpulan data dan dilakukan pengecekan kelengkapan. Data yang terkumpul kemudian diolah dan dianalisis untuk mengetahui Faktor-faktor yang mempengaruhi kenaikan berat badan Akseptor KB suntik 3 bulan pada Akseptor KB (Sugiyono, 2022).

3.8 Analisis Data

Analisis data dilakukan setelah seluruh data penelitian terkumpul dari lembar observasi dan kuesioner. Data yang diperoleh terlebih dahulu diperiksa kelengkapannya untuk menghindari kesalahan pencatatan. Kegiatan pengkodean dilakukan dengan memberi kode angka pada setiap jawaban responden. Proses tabulasi dilaksanakan dengan memasukkan data ke dalam tabel distribusi frekuensi. Analisis univariat digunakan untuk menggambarkan karakteristik responden serta distribusi kenaikan berat badan. Hasil analisis disajikan dalam bentuk tabel dan persentase agar mudah dipahami. Adapun Tahapan pengolahan data sebagai berikut:

a. Editing

Editing merupakan kegiatan pemeriksaan data yang telah dikumpulkan dari lembar observasi dan kuesioner. Pemeriksaan dilakukan untuk memastikan semua item terisi dengan lengkap. Kesalahan penulisan angka dan jawaban diperbaiki sesuai catatan lapangan. Hasil *editing* membantu menjaga ketepatan data sebelum dianalisis (Sugiyono, 2022).

b. *Coding*

Coding adalah proses pemberian kode angka pada setiap jawaban responden. Kode disusun agar setiap variabel mudah dikenali pada tahap analisis. Pemberian kode dilakukan secara konsisten sesuai kategori variabel penelitian. Kegiatan *coding* mempermudah pengolahan data menggunakan program statistik (Notoatmodjo, 2022).

c. *Tabulating*

Tabulating merupakan kegiatan memasukkan data yang telah diberi kode ke dalam tabel. Data disusun berdasarkan kelompok variabel penelitian. Penyusunan tabel bertujuan menampilkan frekuensi dan distribusi data secara sistematis. Hasil tabulasi menjadi dasar dalam perhitungan statistik penelitian (Dharma, 2023).

d. *Entry Data dan Cleaning*

Entry data adalah kegiatan memasukkan data ke dalam perangkat lunak statistik. Data dimasukkan sesuai kode yang telah ditetapkan sebelumnya. Proses *cleaning* dilakukan untuk menemukan data ganda atau kesalahan input. Data yang bersih menghasilkan analisis yang lebih akurat (Dharma, 2023).

3.9 Etika Penelitian

Pelaksanaan penelitian mengikuti prinsip etika kesehatan untuk melindungi hak dan keselamatan responden. Izin kegiatan diperoleh dari institusi pendidikan serta Polindes Desa Jeladri Winongan sebelum pengumpulan data dilakukan. Calon responden menerima penjelasan mengenai tujuan, manfaat, serta prosedur pengukuran berat badan dan pengisian lembar observasi. Kesiediaan partisipasi dinyatakan melalui penandatanganan lembar persetujuan secara sukarela. Kerahasiaan identitas dijaga dengan penggunaan kode pada setiap data penelitian. Proses pengukuran dilakukan secara aman, nyaman, serta memberi kesempatan menghentikan keikutsertaan kapan saja.

a. Prinsip *informed consent* (Lembar Persetujuan)

Prinsip informed consent diterapkan sebagai bentuk persetujuan responden sebelum penelitian dilakukan. Lembar persetujuan berisi penjelasan mengenai tujuan, manfaat, dan prosedur penelitian. Responden diberikan kesempatan untuk membaca dan memahami isi lembar persetujuan tersebut. Keikutsertaan dalam penelitian dilakukan secara sukarela tanpa adanya paksaan. Tanda tangan pada lembar persetujuan menunjukkan kesiediaan untuk menjadi bagian dari penelitian (Notoatmodjo, 2020).

b. Prinsip *anonimitas* (Tanpa Nama)

Prinsip anonimitas diterapkan untuk menjaga kerahasiaan identitas responden dalam penelitian. Setiap data yang dikumpulkan tidak mencantumkan nama responden secara langsung. Identitas responden diganti dengan kode tertentu agar tidak dapat dikenali. Penggunaan kode membantu menjaga privasi

selama proses analisis data. Hasil penelitian disajikan tanpa menyebutkan identitas pribadi responden (Notoatmodjo, 2020).

c. Prinsip *confidentiality* (Kerahasiaan)

Prinsip *confidentiality* diterapkan untuk menjaga seluruh informasi responden tetap aman. Data penelitian hanya digunakan untuk kepentingan analisis ilmiah. Penyimpanan data dilakukan dengan cara yang tidak dapat diakses oleh pihak yang tidak berkepentingan. Setiap informasi yang diperoleh tidak disebarluaskan kepada pihak luar penelitian. Hasil penelitian disajikan secara umum tanpa mengungkapkan data pribadi responden (Wibowo & Suryani, 2021).

