

## **BAB III**

### **METODOLOGI PENELITIAN**

#### **3.1 Metode Pengumpulan Data**

Dalam upaya meraih data untuk mengetahui mengenai dismenore saat haid, data yang digunakan adalah data kualitatif dan kuantitatif. Beberapa teknik pengumpulan data yang digunakan adalah kuesioner, *interview*, dan *Focus Group Discussion* (FGD), studi eksisting dan studi referensi. Teknik kuesioner digunakan untuk mengetahui informasi responden mengenai nyeri haid saat menjalani menstruasi. Sementara teknik *interview* dilakukan dengan ahli spesialis untuk mengetahui lebih dalam terkait dismenore, lalu untuk teknik *Focus Group Discussion* (FGD) dilakukan untuk mengetahui sudut pandang remaja terkait pengalaman mereka saat mengalami menstruasi dan nyeri haid.

##### **3.1.1 Data kualitatif**

Berikut ini adalah beberapa data yang diperoleh dari penelitian yang telah dilaksanakan antara tanggal 19 Februari 2024 sampai 25 Februari 2024.

###### **3.1.1.1 Wawancara**

Wawancara dilakukan kepada dr. Arini Firmansyah, SpOG, M.Kes,FICS yang merupakan seorang dokter spesialis kandungan. Wawancara dengan dr. Arini dilaksanakan di lapangan langsung pada hari rabu 21 Februari 2024 di pukul 11 pagi di Rumah Sakit St.Carolus. wawancara dengan dr. Arini dilakukan untuk mendapat penjelasan dari sudut pandang ahli terkait menstruasi dan dismenore pada remaja. Jenis wawancara yang dilakukan yaitu wawancara terstruktur yaitu jenis pengumpulan data yang dilakukan penulis dimana pertanyaan untuk narasumber telah direncanakan sebelumnya dan penulis telah mengetahui data apa yang akan diperoleh dari pertanyaan tersebut.

### 1) **Interview** kepada dr. Arini Firmansyah, SpOG, M.Kes,FICS

Dari hasil wawancara dengan dr. Arini, didapatkan data dan penjelasan bahwa gangguan menstruasi yang pernah ditangani dr Arini yakni mengenai gangguan pada siklus menstruasi yang terjadi dalam rangka waktu yang tidak normal seperti haid dalam jangka waktu yang panjang berkisar lebih dari 7 hari dan ada pula yang terjadi 3 hari saja dan bahkan adanya pasien yang belum pernah haid selama 6 bulan. Menurut dr. Arini, pengidap gangguan dismenore cenderung tidak mengecek dirinya kedokter dan hanya akan berkunjung jika dismenore yang dirasakan pasien tersebut sudah mengganggu aktivitas fisiknya.

dr. Arini juga menyatakan bahwa dismenore merupakan istilah medis dari nyeri haid, namun yang membedakan yaitu berdasarkan tingkat kenyeriannya, terdapat pasien yang mengalami gangguan dismenore yang normal dan yang tidak normal, dismenore normal yaitu dimana saat mengkonsumsi obat nyeri, pasien tersebut dapat beraktivitas seperti biasa sedangkan dismenore tidak normal yaitu saat pengidap sudah mengkonsumsi obat nyeri tapi tidak adanya perubahan dan masih merasa nyeri, menurut dr. Arini, hal tersebut dapat disebabkan oleh *endometriosis*. Dismenore ini juga umumnya dirasakan oleh remaja umur 14-20 tahun karena remaja baru pertama kali merasakan adanya kontraksi rahim sehingga terdapat perasaan yang tidak nyaman.



Gambar 3.1 Dokumentasi wawancara dengan dr. Arini

dr. Arini juga menjelaskan proses terjadinya dismenore, dimana setiap bulan saat wanita akan haid, adanya sel yang dilepaskan, sel tersebut bernama *prostaglandin*. *Prostaglandin* merupakan sel yang membuat terjadinya kontraksi dalam rahim yang menyebabkan adanya sensasi nyeri. Namun jika dismenore yang dirasakan sangat hebat, ada kemungkinan seseorang mengalami endometriosis. Nyeri yang dirasakan seseorang yang mengidap endometriosis ini terjadi saat dinding rahim berada di tempat lain seperti di indung telur, di usus dan di paru-paru sehingga saat bernafas dapat menyebabkan nyeri dan setiap haid maka bagian tersebut juga mengalaminya. dr. Arini juga mengatakan jika kondisi ini tidak ditindak lanjuti, maka akan berpengaruh pada kualitas hidup mereka dan akan berpengaruh juga pada kesuburan wanita yang dapat beresiko mengalami kemandulan. Dalam penanganannya, dr. Arini menyarankan selain dari menjaga pola hidup yang sehat, dapat melakukan terapi obat-obatan seperti obat anti nyeri dan obat hormonal untuk mengontrol volume haid agar durasi nyeri dapat lebih singkat.

### 3.1.1.2 Focus Group Discussion

FGD dilakukan pada narasumber yang pertama yaitu Rachel Cristania Olivia yang mengalami nyeri haid, narasumber kedua yaitu Allegra Aretha Putri yang mengalami nyeri haid, narasumber ketiga yaitu Nancy Marvella Christy yang mengalami nyeri haid, dan narasumber keempat Charisma Deborah yang mengalami nyeri haid.

FGD ini dilakukan secara *online* pada aplikasi *zoom meeting*, diskusi ini tidak dilakukan secara tatap muka dikarenakan adanya perbedaan domisili antar narasumber. FGD ini dilakukan pada tanggal 24 februari 2024 pada pukul 15.00-15.42 WIB. Adapun tujuan diadakannya FGD ini yaitu untuk mencari data dan pendapat dari setiap narasumber terkait nyeri haid yang dialaminya.

Pertanyaan dalam FGD ini ditujukan dan dijawab oleh semua anggota yang pernah mengalami nyeri haid. Pertanyaan pertama yang penulis berikan yaitu dengan memperkenalkan diri, umur dan domisili sebagai pembukaan, Allegra berumur 20 tahun asal Tangerang, Rachel berumur 18 tahun asal Tangerang, Olive berumur 16 tahun asal Jakarta barat, Nancy berumur 17 tahun asal Tangerang Selatan dan Charisma berumur 21 tahun asal bintaro. Setelah memperkenalkan diri, pertanyaan berikutnya yaitu umur berapakah pertama kali mengalami menstruasi, 3 orang menjawab 11 tahun dan 2 orang menjawab 12 tahun. Pertanyaan berikutnya yaitu mengenai nyeri haid dan seberapa intens nyeri yang dirasakannya, para peserta FGD mengeluhkan bahwa nyeri yang mereka rasakan begitu intens seperti adanya perasaan mual dan ingin muntah sampai hanya bisa berbaring di tempat tidur, serta nyeri yang dirasakan berbeda dari nyeri haid biasa dimana nyerinya lebih terasa menusuk, peserta juga mengeluhkan sakit yang tidak kunjung mereda hingga hari ketiga.



Gambar 3.2 Dokumentasi FGD

Pertanyaan selanjutnya yaitu mengenai tingkat kesadaran peserta untuk memeriksa kondisinya kedokter, semua peserta serentak menjawab pertanyaan yang sama yaitu tidak pernah, penulis juga bertanya alasan peserta tidak mengelukan nyeri tersebut ke dokter dan rata-rata respon peserta menjelaskan bahwa mereka masih dapat menangani nyeri haid dirumah dengan bantuan *heating pad* dan memijat bagian perut yang nyeri, Nancy menambahkan bahwa untuk meminimalisir nyeri dengan minum air putih dan tidur dengan posisi yang nyaman. Charisma juga menambahkan bahwa dengan mengkonsumsi obat yang dibeli di apotek juga memberikan efek dan kemanjuran yang sama daripada kedokter.

Selanjutnya penulis melontarkan pertanyaan seputar pengetahuan peserta terkait istilah dismenore, seluruh peserta FGD menjawab “belum pernah” .Selanjutnya penulis bertanya terkait nyeri haid tersebut apakah pernah dipelajarinya melalui mata Pelajaran disekolah, Nancy menjawab sudah pernah dan peserta lain menjawab hanya membahas seputar menstruasi saja, Charisma juga menambahkan selain menstruasi, dirinya

juga mempelajari sebatas alat vital. Lalu untuk pertanyaan terakhir dalam FGD, penulis bertanya apakah peserta pernah mendengar mengenai pembahasan nyeri haid di sosial media maupun lingkungan belajar mereka, allegra menjawab pernah diikuti dengan respon Olive dan Nancy yang serupa, Charisma menjawab pernah mendengarnya melalui Instagram dan Rachel menjelaskan bahwa di teman lingkungan sekolahnya sering membahas terkait nyeri haid.

### 3.1.1.1 Studi Eksisting

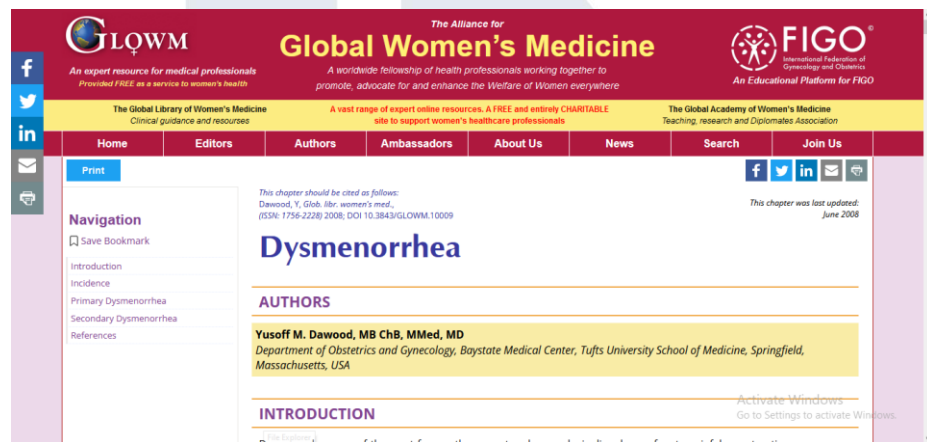
Studi eksisting dilakukan oleh penulis sebagai teknik pengumpulan data dan informasi seputar dismenore yang pernah dilakukan sebelumnya. Melalui studi eksisting, penulis mengambil dari infografis dan jurnal terkait dismenore.



Gambar 3.3 Infografis “type of period pain”  
 Sumber: Sstylecraze (2023)



Dalam infografis mengenai dismenore diatas berjudul “Types Of Period Pains” yang ditelusuri pada website *stylecraze* menampilkan pengelompokan dismenore seperti dismenore primer dan dismenore sekunder sehingga penjabaran informasi tersebut dapat dijadikan sebagai acuan penulisan pada perancangan yang penulis akan lakukan. Berikut merupakan informasi eksisting yang penulis peroleh melalui jurnal medis.



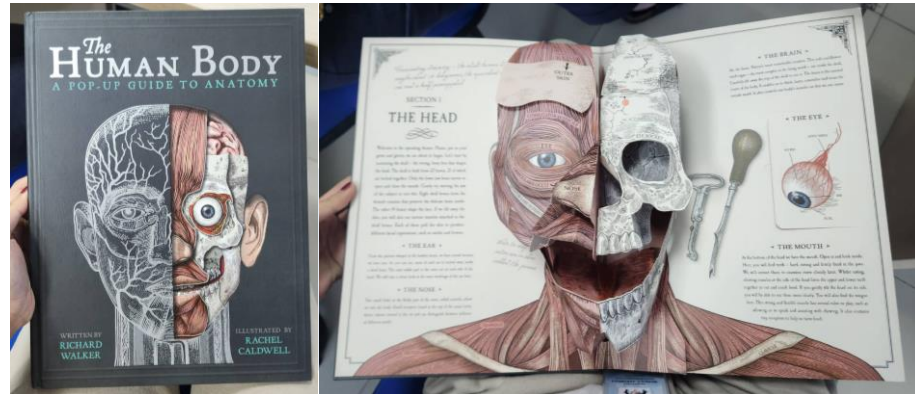
Gambar 3.4 Jurnal “dysmenorrhea”  
Sumber: Glowmn (2008)

Penulis juga melakukan studi eksisting dalam penambahan data dengan menggunakan jurnal karya Yusoff M. Dawood berjudul “Dysmenorrhea” yang diterbitkan pada tahun 2008. Dalam jurnal ini berisi informasi terkait ilustrasi proses terjadinya dismenore beserta penjelasannya.

### 3.1.1.2 Referensi

Studi referensi menjadi teknik pengambilan data yang penulis gunakan sebagai acuan terkait untuk perancangan sebuah media informasi pada perancangan penulis. Topik yang diangkat penulis yaitu terkait dismenore dan penyebab terjadinya dismenore melalui sudut pandang anatomi dalam wanita. Referensi yang dipakai penulis dilihat dari gaya visual, konten, layout, warna dan teks yang sesuai untuk dapat menunjang kebutuhan konsep perancangan media informasi tersebut. Berikut buku yang penulis gunakan sebagai bahan referensi.

1) Buku *“The Human Body : a pop-up guide to anatomy.”*

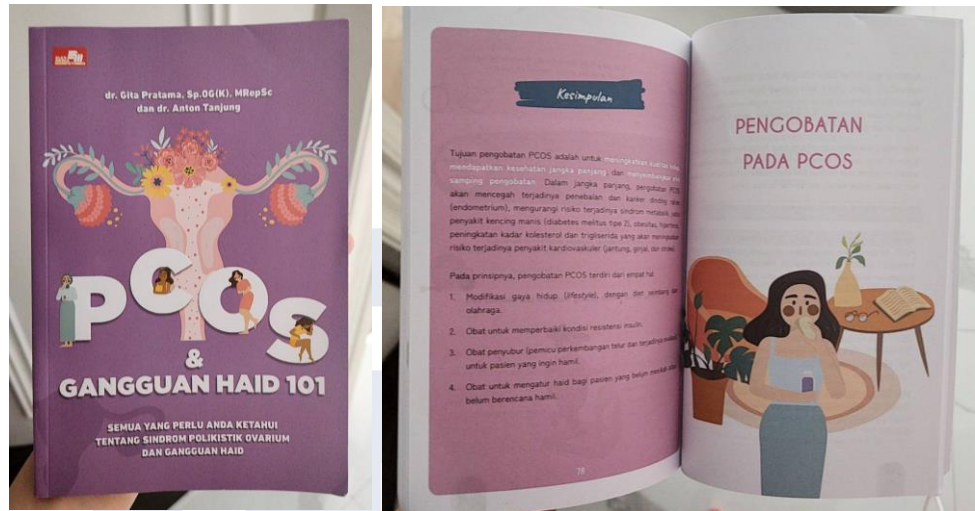


Gambar 3.5 Studi Referensi Buku 1

Studi referensi dilakukan pada buku berjudul *“The Human Body : a pop-up guide to anatomy.”* yang ditulis oleh Richard Walker dan di ilustrasikan oleh Rachel Caldwell dan diterbitkan oleh Templar publisng pada 29 November 2018. Buku ini ditujukan pada anak usia 7-13 tahun. Dalam buku tersebut menjelaskan pengenalan pada anatomi tubuh manusia dari mulai kepala, indra dan sistem saraf, dada, sistem pernafasan, sistem peredaran darah, perut, dan sistem pencernaan. Buku ini juga dikemas dengan metode pop-up Dimana saat halaman buku dibuka akan memberikan kesan timbul pada ilustrasi. Buku ini juga direkomendasikan untuk pemula yang ingin mempelajari dasar anatomi manusia dari yang dikemas dalam ilustrasi dan penyajian yang menarik sehingga anak-anak tidak bosan saat membacanya. Referensi yang penulis ambil dari buku ini yaitu gaya ilustrasi yang digunakan serta tata letak buku.



## 2) Buku “PCOS & Gangguan haid 101.”



Gambar 3.6 Studi Referensi Buku 2

Studi referensi buku selanjutnya yaitu pada buku berjudul “PCOS & Gangguan haid 101”. Buku ini ditulis oleh dr Gita Pratama, SpOG(K), MRepSc & dr Anton Tanjung yang diterbitkan oleh PT Elex Media Komputindo pada tahun 2022. Dalam buku ini menjelaskan tata cara menangani gangguan haid khususnya gangguan PCOS (*Polycystic ovary syndrome*) seperti definisi PCOS, Modifikasi gaya hidup pada PCOS dan pengobatan pada PCOS, selain mempelajari seputar PCOS, pembaca juga dapat mengetahui serta memahami siklus haid dan gangguan haid pada remaja. Buku ini ditulis oleh pakar yang ahli dibidangnya sehingga dapat membantu wanita untuk semakin peduli akan kesehatan pada dirinya. Adapun buku ini menjadi referensi penulis karena dari segi warna yang memberi kesan lembut dan feminim. Sub topik penjelasan dalam buku ini juga dapat menjadi referensi bagi penulis untuk dapat merancang media informasi terkait dismenore.

### **3.1.1.3 Kesimpulan Wawancara**

Sesudah dilakukannya wawancara, FGD , studi pustaka dan studi referensi, maka penulis dapat membuat kesimpulan berdasarkan informasi yang didapatkan bahwa kebanyakan wanita menangani dismenore di rumah dan hanya mengkonsultasikan kepada dokter jika dirasa mengganggu aktivitas mereka. Dismenore dapat menyebabkan penurunan kualitas hidup wanita jika tidak ditangani. Adanya nyeri haid yang tidak normal dapat menjadi penyebab terjadinya *endometriosis*. Melalui proses FGD, penulis mendapat informasi bahwa istilah dismenore maupun hal yang berhubungan dengan dismenore belum dikenal luas oleh remaja.

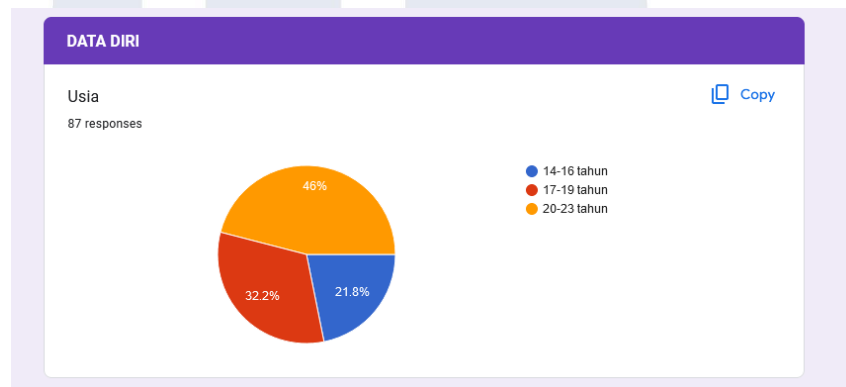
### **3.1.2 Data Kuantitatif**

Penelitian kuantitatif merupakan metode penelitian yang dengan menggunakan prosedur statistik yang dapat merangsang penemuan baru (V. Wiratna Sujarweni, 2014). Penulis juga melibatkan pencarian data menggunakan metode kuantitatif dengan menggunakan variabel-variabel yang dapat diukur untuk mengetahui seberapa urgensinya masalah tersebut dapat dinilai.



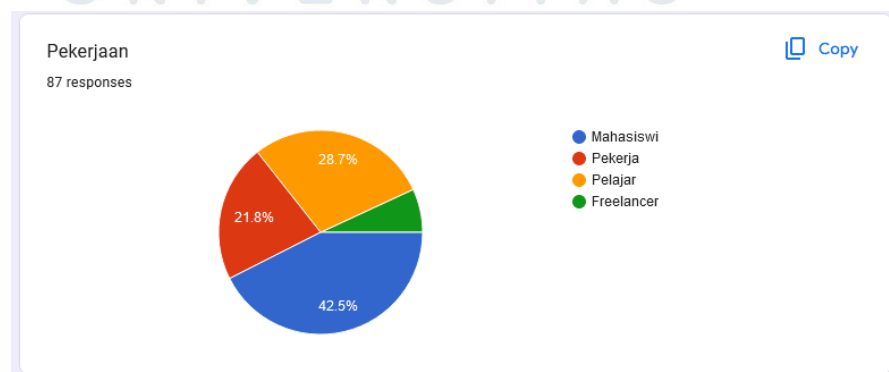
### 3.1.2.1 Kuesioner

Penyebaran kuesioner yang dilakukan menggunakan *google form* dilakukan pada metode kuantitatif ini. Penyebaran kuesioner disebarkan kepada Perempuan usia 14-23 tahun yang sudah mengalami menstruasi pada area jabodetabek. Kuesioner ini terdiri dari 3 *section*, *section* pertama yaitu berisi identitas responden, *section* kedua berisi pengetahuan seputar siklus haid dan pengetahuan responden pada dismenore. *Section* ketiga berisi preferensi media yang sering digunakan responden. Setelah ditetapkan pertanyaan dan penyebaran kuesioner, maka didapatkan sejauh ini terdapat 87 responden yang terkumpul.



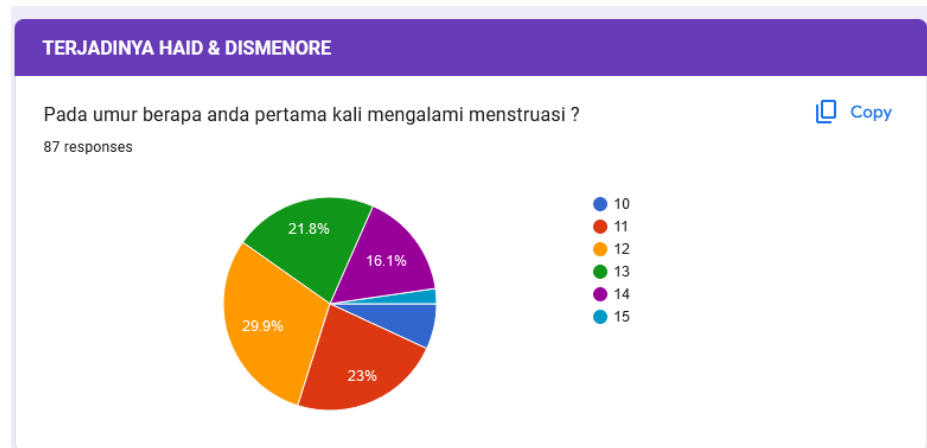
3.7 Diagram usia

Berdasarkan data yang diperoleh pada pertanyaan pertama, usia yang paling dominan dari 87 responden tersebut menunjukkan usia 20-23 tahun dengan persentase sebanyak 46%. Sedangkan responden yang berusia 17-19 tahun sebanyak 32,2% dan sebanyak 21,8% responden berusia 14-16 tahun.



3.8 Diagram pekerjaan

Pada pertanyaan berikutnya, diperoleh data terkait jenis pekerjaan yang dijalani responden. Dari tanggapan tersebut, dari 87 responden, persentase mahasiswa sebanyak 42,5%. Sedangkan sebanyak 28,7% merupakan pelajar dan sisanya sebanyak 21,8% merupakan pekerja.



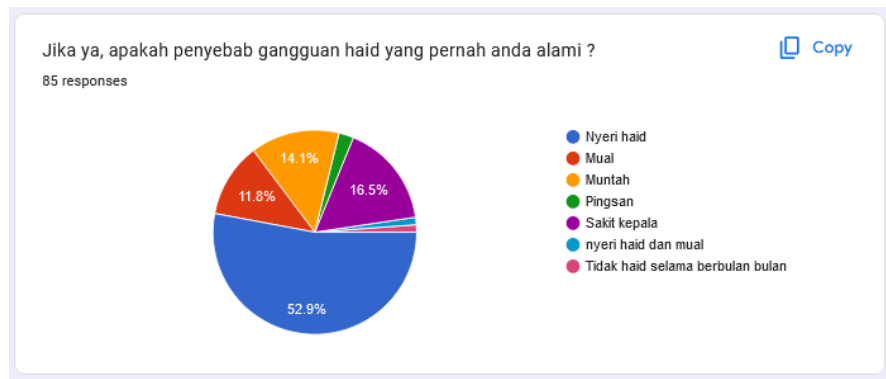
Gambar 3.9 Diagram usia pertama haid

Pada pertanyaan ketiga, diperoleh data terkait usia responden saat pertama kali mengalami menstruasi. Diagram tersebut menunjukkan dari 87 responden, usia dominan yang mengalami haid pertama kali yaitu umur 12 tahun dengan persentase sebanyak 29,9%. Lalu urutan kedua yaitu responden dengan umur 11 tahun dengan persentase sebanyak 23% dan responden umur 13 tahun sebanyak 21,8% dan terakhir responden dengan umur 14 tahun mengalami menstruasi pertama kali dengan persentase sebanyak 16,1%



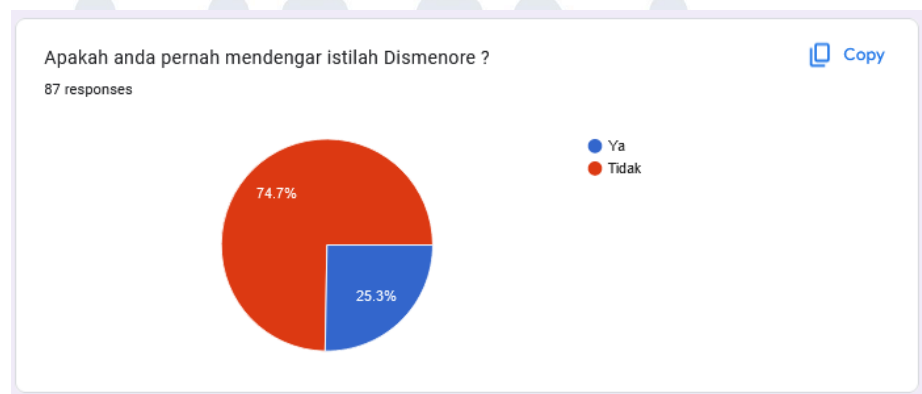
Gambar 3.10 Diagram pengalaman mengalami gangguan haid

Pada pertanyaan keempat, penulis bertanya terkait terdapatnya gangguan yang dialami saat haid. Dari diagram tersebut memaparkan dari 87 responden, persentasi responden mengalami gangguan saat haid dengan persentase sebanyak 95,4%.



Gambar 3.11 Diagram gangguan haid yang dialami

Pada pertanyaan kelima, penulis memberikan opsi pilihan terkait gangguan haid yang pernah dialami responden. Dari hasil diagram tersebut, gangguan yang paling dominan terjadi yaitu nyeri haid dengan persentase sebanyak 52,9% dan disusul oleh sakit kepala sebanyak 16,5%, dan muntah sebanyak 14,1%.



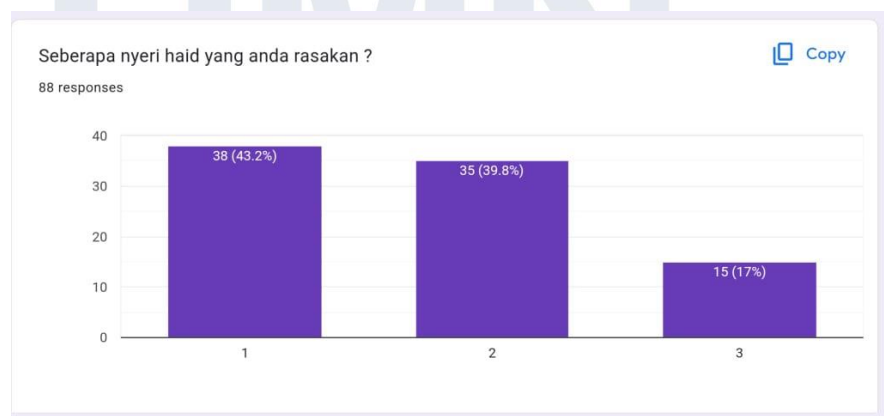
Gambar 3.12 Diagram pengetahuan istilah dismenore

Pada pertanyaan keenam, penulis memberikan pertanyaan terkait pengetahuan responden tentang istilah dismenore. Dari hasil diagram tersebut menunjukkan bahwa Sebagian besar responden belum mengetahui/familiar dengan istilah dismenore dengan total persentase sebanyak 74,7%, sedangkan sebanyak 25,3% sudah mengetahui istilah dismenore.



Gambar 3.13 Diagram jangka waktu nyeri haid

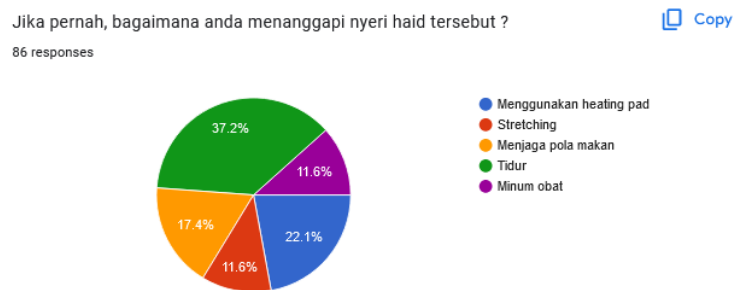
Selanjutnya pada pertanyaan ketujuh, penulis memberikan pertanyaan tentang rentang waktu responden mengalami nyeri perut. Dalam hasil tersebut, diketahui dari 86 responden sebanyak 74,4% mengalami nyeri perut dalam rentang waktu 1-3 hari dan sebanyak 25,6% mengalami nyeri perut dalam rentang 1 minggu.



Gambar 3.14 Skala intensitas nyeri haid



Selanjutnya pada pertanyaan kedelapan, penulis memberikan skala intensitas responden saat mengalami nyeri haid, dengan urutan pertama sangat nyeri sampai urutan ketiga yaitu tidak nyeri. Dalam skala tersebut ditunjukkan bahwa dari 88 responden, rata-rata mengalami nyeri haid yang intens, sebanyak 38 responden mengalami nyeri haid yang sangat intens, lalu sebanyak 35 responden mengalami nyeri haid yang biasa saja, dan sebanyak 15 responden tidak mengalami nyeri yang berdampak.



Gambar 3.15 Diagram penanggulangan nyeri haid

Pada pertanyaan berikutnya, penulis ingin mengetahui bagaimana responden menanggapi nyeri haid yang mereka rasakan. Dari hasil data tersebut, dari 86 responden, sebanyak 37,2% responden hanya tidur dan sebanyak 22,1% responden menggunakan *heating pad*.



Gambar 3.16 Diagram mengkonsultasikan keluhan

Berikutnya pertanyaan kesepuluh, disini penulis memberikan pertanyaan terkait aksi responden untuk mengkonsultasikan gangguan yang mereka alami kedokter. Dalam hasil diagram tersebut, dari 86 responden, sebanyak 57% dari responden yang belum melakukan konsultasi kedokter atau ahli spesialis untuk penanganan lebih intensif. Dan sebanyak 43% dari responden yang sudah mengeluhkan nyeri haid tersebut kedokter spesialis.



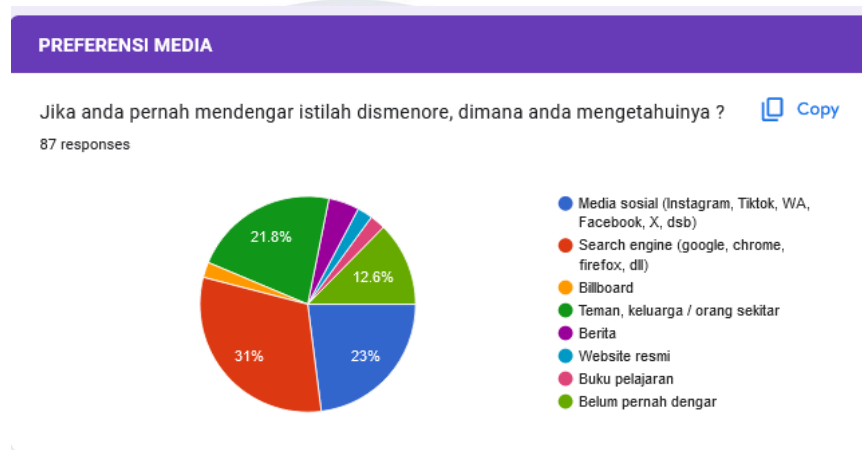
Gambar 3.17 Diagram tidak konsultasi ke dokter

Dalam pertanyaan kesebelas ini, penulis ingin mengetahui alasan mengapa tidak pernah melakukan konsultasi pada responden yang belum pernah mengeluhkan kondisinya kedokter. Dalam diagram tersebut diketahui dari 87 responden, sebanyak 42,5% responden telah melakukan Langkah pengecekan kedokter, lalu sebanyak 17,2% responden merasa baik-baik saja, dan sebanyak 16,1% responden memiliki perasaan takut untuk mengecek dirinya kedokter.



Gambar 3.18 Diagram resiko nyeri haid

Pada pertanyaan berikutnya, penulis memberikan pertanyaan kepada responden apakah mereka mengetahui dampak yang disebabkan dari nyeri haid tersebut. Dari data yang didapatkan, tertera hasil sebanyak 84,1% responden yang belum mengetahui resiko bahaya yang diakibatkan dari nyeri haid (dismenore) tersebut.



Gambar 3.19 Diagram pernah konsultasi ke dokter

Pada pertanyaan terakhir ini, penulis memberikan pertanyaan mengenai preferensi media, dalam pertanyaan ini penulis ingin mengetahui darimana responden pernah mendengar istilah dismenore. Dari diagram tersebut, dari 87 responden, sebanyak 31% responden mengetahui dismenore melalui *search engine*, dan sebanyak 23% mengetahui dismenore melalui media sosial dan sebanyak 21,8% mengetahui dismenore dari teman, keluarga dan orang sekitar.

### 3.1.2.1 Inti Sari Metode Kuantitatif

Berdasarkan informasi dari hasil kuesioner yang telah dibagikan pada responden tersebut, maka penulis dapat memberikan kesimpulan bahwa rata-rata usia wanita mengalami haid yaitu pada umur 11-13 tahun. Rata-rata remaja wanita juga mengalami nyeri haid saat menstruasi dan rentang waktu nyeri tersebut dapat berkisar 1-3 hari bahkan lebih dari itu. Nyeri haid yang dialami remaja wanita juga sangat intens yang menyebabkan sulitnya

remaja melakukan kegiatan kesehariannya. Dalam menanggapi nyeri tersebut kebanyakan dari remaja wanita ini hanya dapat tertidur dan melakukan upaya seperti menempelkan *heating pad* pada bagian perut mereka. Rata-rata dari mereka juga belum mengenal arti dismenore sehingga kebanyakan dari mereka belum bahaya dari dismenore ini. Banyak dari remaja wanita tersebut juga belum melakukan pemeriksaan kedokter akan nyeri haid mereka dikarenakan mereka merasa nyeri tersebut masih dapat ditangani dirumah.

### **3.2 Metode Perancangan**

Dalam menjalani perancangan media informasi ini terdapat metodologi perancangan yang ditetapkan agar perancangan sebuah karya dapat mengacu pada metode yang sudah ditetapkan. Menurut Landa (2014) berikut merupakan 5 tahapan fase proses saat melakukan perancangan sebuah desain yaitu ;

#### **1. Orientation**

Pada tahap ini, penulis menentukan sebuah topik yang diajukan, sesudah itu dilakukan pencarian data yang konkret agar topik yang diangkat memiliki informasi yang menunjang fakta dan fenomena yang ada.

#### **2. Analysis**

Pada tahap ini, penulis mulai mengumpulkan data-data untuk meraih informasi, lalu penulis menjelaskan dan menentukan letak masalah yang terjadi dan penulis menjelaskan solusi dari masalah tersebut.

#### **3. Concept**

Pada tahap ini, dari hasil luaran yang telah ditinjau maka penulis dapat mengembangkan ide-ide visual yang dapat dijadikan kedalam konsep dan ide melalui tahapan perancangan big idea, konsep, moodboard dan sketsa. Konsep tersebut dibuat berdasarkan permasalahan yang sudah ditetapkan.

#### **4. *Design development***

Pada tahap ini, setelah melalui proses pencarian referensi dan sketsa maka penulis dapat menjabarkan ide hasil eksplorasi mereka kedalam bentuk perancangan visual yang akan dibuat kedalam beberapa alternatif desain hingga pada tahap digitalisasi tersebut selesai dan pada hasil finalisasinya dapat dijadikan sebagai gambaran hasil produksi.

#### **5. *Implementation***

Pada tahap terakhir ini, desain sudah berupa hasil akhir dimana tidak adanya revisi dan hasil mockup yang dilakukan sudah memasuki proses produksi untuk ditampilkan saat sidang nantinya.

