

BAB IV METODE PENELITIAN

A. Jenis dan Rancangan Penelitian

1. Jenis penelitian

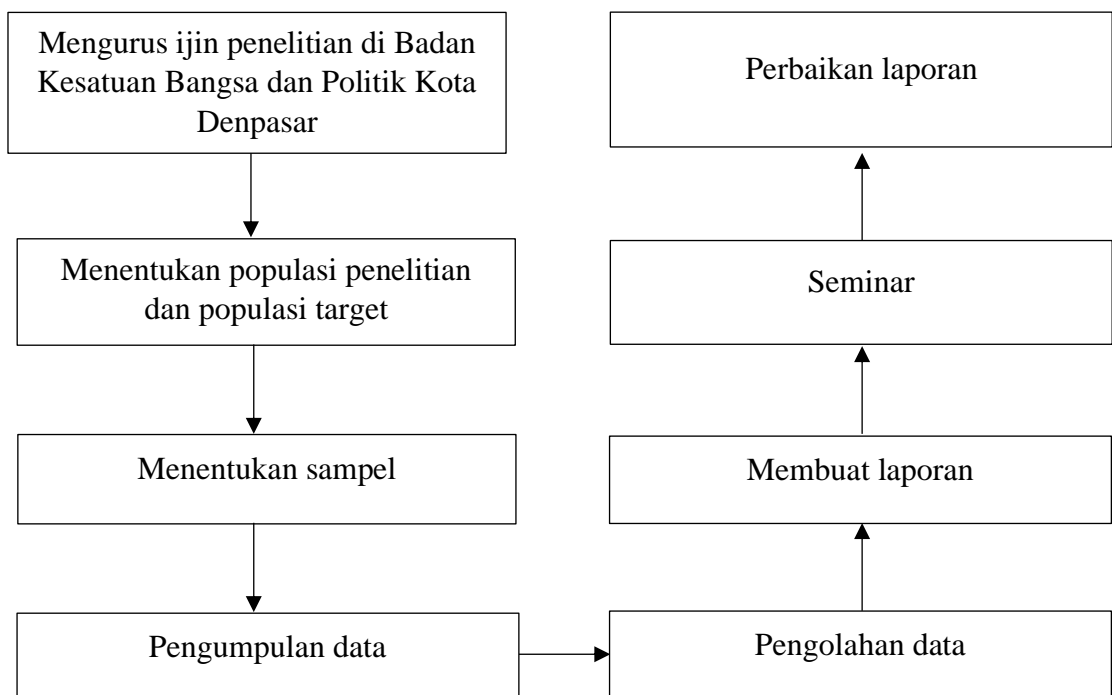
Jenis penelitian yang digunakan yaitu penelitian observasional dimana peneliti mengamati fenomena yang terjadi pada subjek penelitian tanpa memberikan intervensi (Rachmat, 2017).

2. Rancangan penelitian

Rancangan penelitian yang digunakan yaitu *Cross Sectional* dimana peneliti mengamati variable-variabel yang terjadi pada saat bersamaan (Sugiyono, 2014).

B. Alur Penelitian

Alur penelitian ini dilakukan sebagai berikut :



C. Tempat dan Waktu Penelitian

1. Tempat penelitian

Penelitian akan dilakukan di SMA (SLUA) Saraswati 1 Denpasar. Penelitian ini dilakukan ditempat tersebut atas pertimbangan sebagai berikut :

- a. Adanya sampel yang memenuhi kriteria
- b. SMA (SLUA) Saraswati 1 Denpasar memiliki siswa sebagai remaja yang sering mengonsumsi makanan siap saji dan beresiko mengalami obesitas.

2. Waktu penelitian

Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Januari – Februari 2022

D. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi adalah sesuatu keseluruhan yang karakteristiknya mungkin diselidiki atau diteliti (Rachmat, 2017). Populasi penelitian seluruh siswa siswi SMA (SLUA) Saraswati 1 Denpasar dengan jumlah siswa sebanyak 908 orang. Populasi target penelitian ini yaitu siswa siswi kelas XI karena kelas X dalam fase pengenalan dan untuk kelas XII sedang mempersiapkan diri untuk mengikuti Ujian Akhir Sekolah. Jumlah siswa siswi kelas XI sebanyak 170 orang.

2. Sampel

- a. Besar sampel

Sampel adalah bagian dari populasi yang menjadi objek penelitian (Rachmat, 2017). Kriteria sampel dalam penelitian sebagai berikut :

- 1) Kriteria inklusi

Kriteria inklusi adalah kriteria subyek yang mewakili penelitian memenuhi syarat sebagai sampel. Kriteria inklusi dalam penelitian ini yaitu :

- a) Bersedia menjadi sampel penelitian
 - b) Tidak memiliki gangguan fisik
- 2) Kriteria eksklusi

Kriteria eksklusi adalah kriteria dimana subyek yang mewakili penelitian tidak dapat memenuhi syarat sebagai sampel. Kriteria eksklusi dalam penelitian ini yaitu :

- a) Tidak hadir saat pengambilan data
- b) Sampel sedang sakit

Perhitungan besar sampel dihitung menggunakan rumus Slovin sebagai berikut : (Masturoh dan Anggita, 2018)

$$n = \frac{N}{1 + Ne^2}$$

Keterangan :

n = Jumlah sampel

N = Jumlah populasi

e = Tingkat kesalahan dalam penelitian (10%)

Berdasarkan rumus diatas, peneliti akan mengambil sampel sebanyak 63 orang dari jumlah populasi target dengan tingkat kesalahan 10%.

b. Teknik sampling

Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik *Propotional Random Sampling* yaitu mengambil sampel dari masing-masing kelas secara proporsional. Penentuan jumlah sampel dari masing masing kelas ditentukan jumlahnya dengan menggunakan rumus sebagai berikut :

$$n = \frac{\text{populasi masing – masing kelas}}{\text{total populasi}} \times \text{jumlah sampel yang diinginkan}$$

(Sugiyono, 2014)

Apabila jumlah sampel pada masing-masing kelas sudah diketahui maka sampel yang akan diambil dilotre menggunakan aplikasi *Spin The Wheel*. Pada aplikasi tersebut dimasukkan nomer absen lalu diputar sampai mendapatkan nomor yang terpilih sebanyak jumlah sampel yang telah ditentukan pada masing masing kelas.

E. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data

1. Jenis data

Jenis data yang dikumpulkan dalam penelitian ini yaitu data primer dan data sekunder.

a. Data primer meliputi :

- 1) Identitas sampel meliputi nama, nomer absen, kelas, jenis kelamin, tanggal lahir dan umur
- 2) Pengetahuan mengenai serat
- 3) Konsumsi serat
- 4) Status obesitas remaja meliputi BB dan TB

b. Data sekunder

Data yang diambil dari catatan-catatan meliputi gambaran umum sekolah yang digunakan untuk mendukung penelitian.

2. Cara pengumpulan data

a. Data primer meliputi :

- 1) Pengumpulan data identitas dilakukan dengan menggunakan formulir identitas sampel yang digabung dengan kuisisioner pengetahuan.
- 2) Pengumpulan data pengetahuan dikumpulkan dengan menggunakan kuisisioner. Kuisisioner dibagikan kepada siswa dan diisi sendiri oleh siswa.
- 3) Data obesitas dikumpulkan dengan melakukan pengukuran antropometri untuk berat badan sampel yang ditimbang menggunakan timbangan digital dengan ketelitian 0,01. Penimbangan dilakukan sebanyak 1 kali. Pada pengumpulan tinggi badan, sampel diukur menggunakan *microtoise* dengan ketelitian 0,1. Pengukuran dilakukan sebanyak 1 kali.
- 4) Pengumpulan data konsumsi serat dikumpulkan dengan cara mewawancarai kepada siswa menggunakan form SQ-FFQ buah dan sayur yang dilakukan setelah pengisian kuisisioner pengetahuan dan pengukuran antropometri.
- 5) Pengumpulan data dilakukan oleh peneliti dibantu oleh mahasiswa DIV sebanyak 6 enumerator yang sudah mendapat pengarahan mengenai penelitian yang dilaksanakan dan sudah memahami metode SQ-FFQ.

b. Data sekunder

Pengumpulan data gambaran umum sekolah dilakukan dengan metode pencatatan dari dokumen yang ada di SMA (SLUA) Saraswati 1 Denpasar.

3. Alat dan instrument pengumpulan data

a. Alat pengumpulan data

Alat yang digunakan dalam penelitian ini meliputi :

- 1) Alat ukur berat badan yaitu timbangan injak digital dengan ketelitian 0,01.
- 2) Alat ukur tinggi badan yaitu *microtoise* dengan ketelitian 0,1.

b. Instrumen pengumpulan data

Instrument untuk data identitas dan pengetahuan digunakan kuisioner dan untuk konsumsi serat menggunakan form SQ-FFQ.

F. Cara Pengolahan dan Analisis Data

1. Pengolahan data

a. Data identitas

Data identitas yang telah dikumpulkan diolah dengan cara mentabulasi data sesuai dengan variabelnya.

b. Data pengetahuan

Data pengetahuan yang telah dikumpulkan diolah dengan memberikan skor 1 pada setiap jawaban yang benar dan skor 0 untuk setiap jawaban yang salah.

Penilaian skor dilakukan dengan cara membagi jumlah jawaban yang benar dengan skor maksimum kemudian dikalikan 100. Skor penilaian setiap sampel dihitung dengan rumus sebagai berikut :

$$N = \frac{f}{n} \times 100$$

Keterangan :

N = skor pengetahuan

f = jumlah jawaban benar

n = total skor maksimum

Nilai yang telah diperoleh dikategorikan menjadi tiga yaitu :

1) Baik : 76-100%

- 2) Cukup : 56-75%
- 3) Kurang : < 56%

Menurut Arikunto (2006) dalam (Wawan dan Dewi, 2010)

c. Data konsumsi serat

Data konsumsi serat diperoleh dengan form menggunakan metode SQ-FFQ yang berisikan bahan makanan sayur dan buah, frekuensi makan, jenis dan jumlah yang dikonsumsi selama 1 bulan terakhir kemudian dikonversikan dalam bentuk gram per hari. Hasil SQ-FFQ yang sudah tercatat diolah menggunakan *Nutrisurvey* untuk memperoleh jumlah asupan serat yang telah dikonsumsi sampel per hari.

Konsumsi serat per hari dibandingkan dengan AKG, dimana AKG serat untuk umur 16-18 tahun pada laki-laki 37 g dan AKG serat untuk perempuan 29 g, selanjutnya dikategorikan menjadi :

1) Cukup

Laki-laki : ≥ 37 g

Perempuan : ≥ 29 g

2) Kurang

Laki-laki : < 37 g

Perempuan : < 29 g

(Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia No 28, 2019)

d. Status obesitas

Data status obesitas diperoleh dari hasil pengukuran yang dilakukan pada sampel dengan mengukur berat badan menggunakan timbangan injak dan mengukur tinggi badan sampel menggunakan *microtoise*. Setelah data terkumpul

dihitung menggunakan aplikasi *WHO Anthro Plus*. Kemudian data yang telah dihitung dibandingkan dengan standar IMT/U pada anak usia 5 – 18 tahun dengan kategori sebagai berikut : (Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia No 2 Tahun 2020)

- 1) Gizi buruk : < -3 SD
- 2) Gizi kurang : -3 SD sampai dengan < -2 SD
- 3) Gizi baik : -2 SD sampai dengan 1 SD
- 4) Gizi lebih : > 1 SD sampai dengan 2 SD
- 5) Obesitas : > 2 SD

Selanjutnya dari lima kategori dikelompokkan menjadi dua kategori yaitu :

- 1) Obesitas bila IMT/U : > 1 SD
- 2) Tidak obesitas bila IMT/U : ≤ 1 SD

2. Analisis Data

Analisis data dilakukan dengan :

a. Analisis univariate

Analisis univariate dilakukan dengan membuat tabel frekuensi untuk melihat distribusi setiap variabel penelitian. Analisis univariate digunakan untuk menganalisis variabel pengetahuan, konsumsi serat dan status obesitas.

b. Analisis bivariate

Analisis bivariate dilakukan dengan membuat tabel silang antara dua variabel yang bertujuan untuk melihat kecenderungan adanya hubungan variabel penelitian. Analisis bivariate digunakan untuk variabel pengetahuan tentang serat dengan konsumsi serat, kemudian konsumsi serat dengan status obesitas, selanjutnya

dilakukan uji statistik menggunakan uji Korelasi Rank Spearman dengan bantuan program SPSS.

Dalam pengambilan keputusan dapat dilihat pada nilai p . Jika nilai $p < 0,05$ maka dapat disimpulkan dengan tolak H_0 terima H_a artinya terdapat hubungan signifikan antara variabel yang diuji. Berbanding terbalik jika nilai $p > 0,05$ maka dapat disimpulkan dengan terima H_0 , tolak H_a artinya tidak terdapat hubungan signifikan antara variabel yang diuji.

G. Etika Penelitian

Sebelum melaksanakan penelitian, peneliti melengkapi syarat-syarat terkait penelitian sebagai berikut :

1. Ijin penelitian dan *Ethical Clearance*

Ethical Clearance atau kelayakan etik merupakan keterangan tertulis yang diberikan oleh Komisi Etik Penelitian yang melibatkan makhluk hidup menyatakan bahwa suatu proses riset layak dilakukan setelah memenuhi syarat tertentu. Ijin penelitian dan *Ethical Clearance* dilakukan sebelum melaksanakan penelitian.

2. *Informed Consent*

Informed consent merupakan bentuk persetujuan antar peneliti dengan responden dimana peneliti memberikan lembar persetujuan (*informed consent*) kepada responden untuk menjadi partisipan. Lembar persetujuan ini diberikan kepada responden sebelum dilaksanakannya penelitian.

3. Tidak Menyakiti

Tidak menyakiti atau membuat responden menjadi tidak nyaman selama kegiatan penelitian dilakukan. Apabila dalam penelitian terdapat pihak yang merasa dirugikan atau disakiti maka peneliti yang menanggung segala kerugiannya.

4. Kerahasiaan

Terjaminnya kerahasiaan dari hasil penelitian baik informasi maupun masalah-masalah lainnya. Semua responden yang telah dikumpulkan dijamin kerahasiaannya oleh peneliti.