

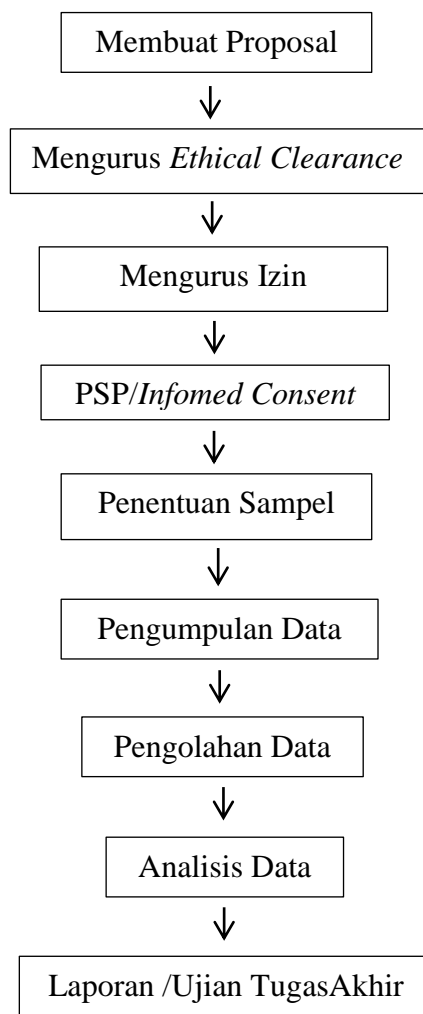
BAB IV METODE

A. Jenis Pengamatan

Jenis pengamatan yang dilakukan adalah pengamatan Observational menggunakan rancangan *cross sectional* yakni sampel hanya diobservasi sekali saja dan dilakukan pengukuran LILA, pola makan dan persepsi citra tubuh.

B. Alur Pengamatan

Adapun alur pengamatan yang dilakukan dapat dilihat pada Gambar 2.



Gambar 1
Alur Pengamatan

C. Tempat dan Waktu Pengamatan

1. Tempat Pengamatan

Tempat pengamatan dilakukan di Posyandu Remaja Desa Kesiman Kertalangu. Dipilihnya lokasi ini dengan pertimbangan, yakni belum pernah dilakukannya pengamatan terkait persepsi citra tubuh remaja putri di Posyandu Remaja Desa Kesiman Kertalangu dan Posyandu Remaja di Desa Kesiman Kertalangu merupakan Posyandu Remaja yang rutin melakukan kegiatan tiap bulanya.

2. Waktu Pengamatan

Proses pengamatan dilaksanakan pada bulan Januari sampai bulan Maret 2023. Dengan tanggal pengamatan yakni 27 Maret 2023.

D. Populasi dan Sampel

1. Populasi Pengamatan

Seluruh remaja putri yang terdaftar dalam Posyandu Remaja Desa Kesiman Kertalangu. Berdasarkan hasil observasi awal didapatkan populasi remaja putri di Posyandu Remaja Desa Kesiman Kertalangu adalah sebanyak 45 orang.

2. Sampel Pengamatan

Sampel pengamatan merupakan bagian dari populasi yang memenuhi beberapa kriteria. Remaja putri yang berusia 13-18 tahun adalah sebanyak 35 orang dengan besar sampel yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi adalah berjumlah 20 sampel.

- a. Kriteria Inklusi:
 - 1) Remaja putri umur 13-18 tahun
 - 2) Hadir dikegiatan posyandu remaja
 - 3) Dalam keadaan sehat

- b. Kriteria Ekslusi:

Pada saat pengumpulan data berhalangan hadir dikarenakan sakit atau ada kepentingan lainnya.

3. Teknik Pengambilan Sampel

Menggunakan teknik sampel jenuh, yakni mengambil seluruh sasaran yang sesuai dengan kriteria inklusi dan ekslusi.

E. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data

1. Jenis data yang dikumpulkan

- a. Data Primer

Data identitas yang meliputi nama, tanggal lahir, umur, pendidikan, dan alamat remaja putri diperoleh dari wawancara. Data LILA remaja putri dalam bentuk nominal (cm). Data pola makan meliputi jenis, jumlah, dan frekuensi. Data persepsi citra tubuh yang meliputi pandangan remaja putri terkait tubuhnya dalam kurun waktu empat minggu terakhir.

- b. Data Skunder

Data skunder meliputi jumlah remaja putri yang terdaftar di Posyandu Remaja Desa Kesiman Kertalangu.

2. Teknik pengumpulan data

Data identitas sampel diperoleh melalui wawancara secara langsung dengan remaja putri. Data LILA remaja putri diperoleh dari pengukuran lingkaran atas remaja putri menggunakan pita LILA. Data pola makan diperoleh melalui wawancara dengan bantuan formulir SQ-FFQ untuk mengetahui keragaman bahan makanan, jumlah makanan, dan frekuensi makan. Data persepsi citra tubuh diperoleh melalui wawancara secara langsung kepada sampel dengan alat bantu kuesioner *Body Shape Questionnaire* (BSQ) yang telah dimodifikasi.

F. Pengolahan dan Analisis Data

1. Data Identitas Sampel

Data identitas diolah dengan cara mengelompokkan umur dan pendidikan remaja yang kemudian disajikan dalam bentuk tabel atau grafik sehingga dapat dianalisis secara deskriptif.

2. Data LILA

Data lingkaran lengan atas remaja putri diolah dengan cara membandingkan hasil pengukuran dengan standar baku untuk lingkaran lengan atas (KEK = <23.5 cm, normal = \geq 23.5 cm) kemudian disajikan dalam bentuk tabel atau grafik dan dianalisis secara deskriptif untuk mengetahui penyebarannya.

3. Data Pola Makan

a. Jenis bahan makanan

Data jenis bahan makanan yang diperoleh diolah dengan cara mengelompokkan jenis bahan makanan sesuai dengan IDDS (*Individual Dietary Diversity Score*) yang terdiri dari 9 kelompok bahan pangan, yaitu berpati (beras,

jagung, kentang, dll), sayur hijau (buncis, daun singkong, bayam, dll), buah dan sayur sumber vitamin A (wortel, labu kuning, pepaya, tomat, dll), buah dan sayuran lain (jamur, terong, pisang, apel, nanas, dll), jeroan (hati, ampela, paru, usus), daging dan ikan (daging ayam, ikan, bebek, babi, dll), telur (telur ayam, telur puyuh, telur bebek), kacang dan biji-bijian (kacang hijau, tempe, tahu, kacang tanah), susu dan produk susu (susu, keju, es krim, yoghurt) . Setelah dihitung sesuai dengan kelompok selanjutnya dikategorikan dan disajikan dalam bentuk tabel atau grafik sehingga dapat dianalisis secara deskriptif. Jenis bahan makanan yang dikonsumsi dapat dikategorikan menjadi dua (Nirmala Sari & Ratnawati, 2018), yaitu:

- 1) Tidak Beragam: ≤ 5 Kelompok
 - 2) Beragam : > 5 Kelompok
- b. Jumlah bahan makanan

Data jumlah makanan yang diperoleh dijumlahkan dan dihitung nilai gizinya. Data perbulan diubah menjadi perhari dengan cara dibagi 30 dan data perminggu di bagi 7 agar mendapatkan data perhari. Hasil konsumsi zat gizi makro dalam sehari kemudian dibandingkan dengan AKG sesuai umur remaja putri dan berat badan yang telah dikoreksi kemudian dihitung persentasenya. Hasil dari presentase inilah yang akan dikategorikan dan disajikan dalam bentuk tabel atau grafik sehingga dapat dianalisis secara deskriptif. Angka kecukupan zat gizi makro remaja putri sesuai dengan Permenkes No 2 Tahun 2020 dapat dilihat pada Tabel 2.

Tabel 1
Permenkes No 2 Tahun 2020 Tentang Angka Kecukupan Gizi Yang Dianjurkan
Untuk Masyarakat Indonesia

Kelompok Umur	Energi (kkal)	Protein (g)	Lemak (g)	Karbohidrat (g)
13 – 15 tahun	2050	65	70	300
16 – 18 tahun	2100	65	70	300

Menurut (WNPG, 2004) dalam (Sary, dkk., 2021) Konsumsi zat gizi makro dapat dikategorikan menjadi dua, yaitu :

- 1) Kurang : <80% AKG
 - 2) Cukup/Lebih : \geq 80% AKG
- c. Frekuensi makan

Data frekuensi makan yang diperoleh akan dijumlahkan dan dibagi. Data perbulan diubah menjadi perhari dengan cara dibagi 30 dan data perminggu di bagi 7 agar mendapatkan data perhari. Setelah mendapatkan data konsumsi bahan makanan dalam sehari kemudian data tersebut akan dikategorikan dan disajikan dalam bentuk tabel atau grafik sehingga dapat dianalisis secara deskriptif. Menurut (Zuhdy, dkk., 2015) frekuensi makan dapat dikategorikan menjadi dua, yaitu :

- 1) Baik : \geq 5 kali perhari
- 2) Buruk : < 5 kali perhari

4. Data Persepsi Citra Tubuh

Data persepsi citra tubuh didapatkan dari hasil penjumlahan skor 16 pertanyaan yang telah disajikan. Dengan 1 bulir pertanyaan bernilai skor dari 1-6. Kemudian data tersebut diolah dengan cara membandingkan hasil penjumlahan dengan standar skor yang telah ditetapkan yaitu dikategorikan *body image* positif (skor <48) dan *body image* negatif (skor >48). Semakin tinggi nilai total skor pada BSQ menunjukkan adanya persepsi tubuh yang buruk. Setelah data diberi kriteria,

kemudian disajikan dalam bentuk tabel atau grafik dan dianalisis secara deskriptif untuk mengetahui hasilnya (Purwanti & Marlina, 2023).

G. Etika Pengamatan

Dalam Pengamatan ini melibatkan manusia di dalamnya sehingga harus mendapatkan *ethical clearance* dari komisi etik Poltekkes Denpasar. Dalam mengurus *ethical clearance* ada beberapa hal yang harus diperhatikan, yaitu:

1. *Right to self determination*

Sampel memiliki hak otonomi untuk berpartisipasi atau tidak berpartisipasi dalam pengamatan ini.

2. *Informed concent*

Setelah mendapat penjelasan mengenai tujuan, manfaat, dan prosedur pengamatan, sampel diberikan lembar persetujuan menjadi sampel yang sudah disiapkan . apabila sampel setuju, maka sampel akan diminta untuk menandatangani lembar persetujuan tersebut.

3. *Right to privacy and dignity*

Privasi dan data sampel harus dilindungi dan terjaga

4. *Right to anonymity and confidentially*

Data yang diperoleh dari sampel hanya diketahui oleh peneliti dan sampel.