

BAB IV

METODE PENELITIAN

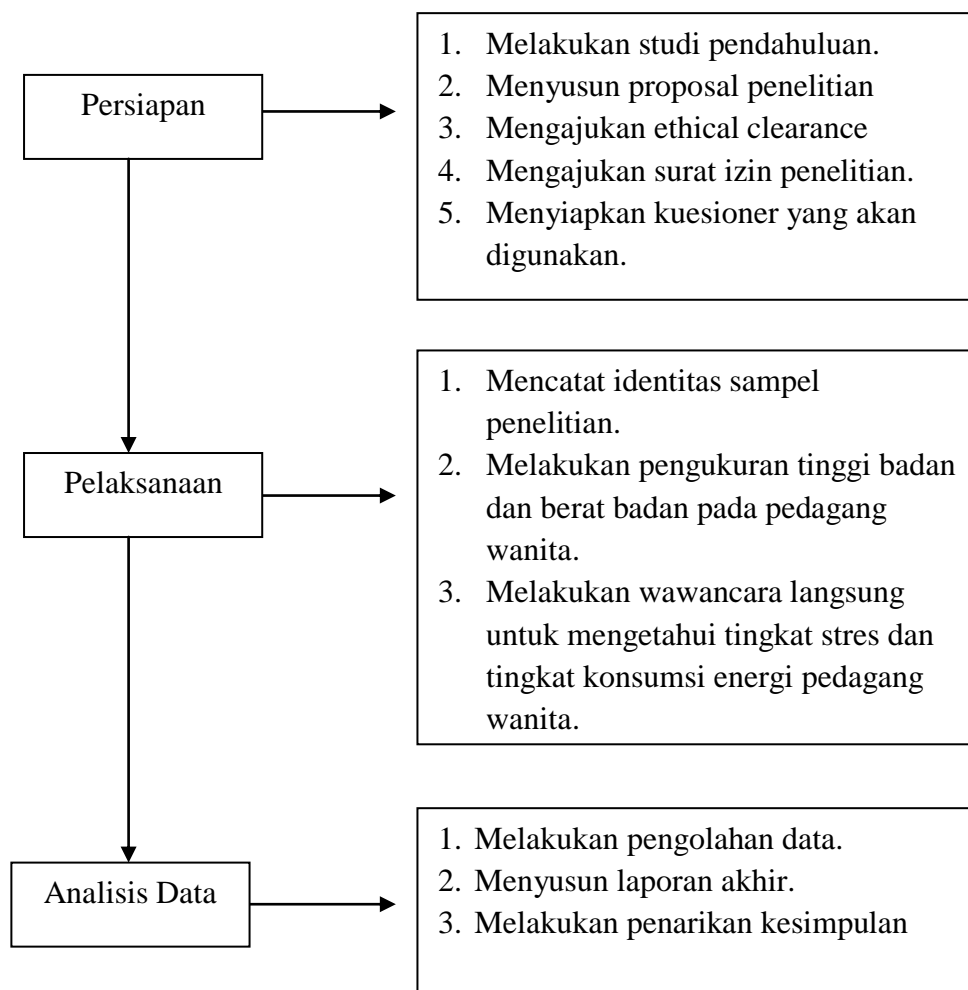
A. Jenis Penelitian

Berdasarkan permasalahan dan tujuan yang hendak dicapai, maka jenis penelitian ini adalah observasional. Penelitian observasional digunakan untuk mengetahui hubungan sebab akibat antara dua variabel secara observasional, tanpa adanya intervensi dari peneliti pada variabel yang akan diteliti (Nugroho, 2013). Rancangan penelitian ini menggunakan metode *Cross Sectional*, yaitu penelitian dilakukan pada satu waktu dan satu kali, untuk mencari hubungan antara variabel independen dengan variabel dependen (Murti, 2010). Dalam penelitian ini peneliti mencari hubungan antara tingkat stres, tingkat konsumsi energi, dan status gizi pedagang wanita pada era *new normal* di Pasar Umum Gianyar.

B. Alur Penelitian

Tahap penelitian ini dibagi menjadi tiga tahapan yaitu tahap persiapan, tahap pelaksanaan, dan tahap penyelesaian. Tahap persiapan pada penelitian ini dimulai dari menentukan masalah kemudian perumusan masalah, pemilihan daerah penelitian dilakukan setelah mengetahui populasi terjadinya masalah yang akan diteliti. Berdasarkan daerah penelitian yang telah ditetapkan, dapat ditentukan jumlah sampel, lalu dilanjutkan dengan mengajukan ethical clearance dan surat izin penelitian. Tahapan selanjutnya adalah tahap pelaksanaan. Tahap ini terdiri dari pengumpulan data primer dan data sekunder. Data primer yang dikumpulkan yaitu data identitas sampel, data tingkat stres, data konsumsi energi,

dan data status gizi yang terdiri dari pengukuran berat badan dan tinggi badan. Sedangkan data sekunder pada penelitian ini yaitu gambaran Pasar Umum Gianyar. Data yang dikumpulkan kemudian diolah sesuai kebutuhan dengan menggunakan bantuan komputerisasi. Tahapan penyelesaian dilakukan mulai dari analisis data. Analisis data pada penelitian ini yaitu analisis data univariat dan bivariate, kemudian pelaporan dan penyajian data serta penarikan kesimpulan. Diagram alur penelitian dapat dilihat pada gambar 2.



Gambar 2 Alur Penelitian

C. Tempat dan Waktu Penelitian

1. Tempat penelitian

Penelitian ini telah dilaksanakan di Pasar Umum Gianyar, dengan pertimbangan yaitu jumlah pedagang yang berjualan di Pasar Umum Gianyar sebanyak 1604 orang dengan 90% terdiri dari wanita dan pedagang di Pasar Umum Gianyar juga terdampak pandemi *Covid-19* serta peraturan *new normal*.

2. Waktu penelitian

Penelitian ini telah dilakukan selama dua minggu dari tanggal 21 Februari 2023 sampai dengan 7 Maret 2023. Pengumpulan data identitas pedagang, hasil pengukuran antropometri, recall 24 jam dan pengukuran tingkat stres dilakukan dari tanggal 21 Februari 2023 sampai dengan 2 Maret 2023, serta dari tanggal 3-7 Maret 2023 dilakukan recall ke-2.

D. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi dalam penelitian ini adalah semua pedagang wanita yang berjualan di Pasar Umum Gianyar yang berjumlah 1604 orang.

2. Sampel

Rumus yang digunakan dalam penentuan jumlah sampel adalah rumus Yamane yaitu (Sugiyono, 2017) :

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

Keterangan :

n = Jumlah sampel yang diperlukan

N = Jumlah populasi

e = Tingkat kesalahan sampel (sampling error), 10%

$$n = \frac{1604}{1+1604(0,1)^2} = 94$$

Jadi, bila jumlah populasi pedagang sebanyak 1604 dan sampling error 10%, maka jumlah sampel yang dibutuhkan adalah 94 orang.

Untuk menghindari bias hasil penelitian, maka ditetapkan kriteria inklusi dan eksklusi. Kriteria inklusi adalah kriteria yang perlu dipenuhi oleh setiap anggota populasi yang dapat diambil sebagai sampel. Sedangkan kriteria eksklusi adalah ciri-ciri anggota populasi yang tidak dapat diambil sampel.

a. Kriteria inklusi penelitian

- 1) Pedagang non sembako di Pasar Umum Gianyar.
- 2) Berjenis kelamin perempuan berusia 15-59 tahun.
- 3) Bersedia menjadi sampel dengan pengisian *Informed Consent*.
- 4) Tidak sedang mengalami sakit.
- 5) Tidak sedang menstruasi.
- 6) Tidak sedang hamil.

b. Kriteria eksklusi penelitian.

- 1) Tidak berada di tempat penelitian pada saat penelitian dilakukan.
- 2) Karena alasan tertentu mengundurkan diri sebagai sampel.

3. Teknik Pengambilan Sampel

Teknik sampling dalam penelitian ini menggunakan metode *purposive sampling*. Penulis menetapkan kriteria inklusi dan eksklusi yang digunakan dalam penelitian ini untuk memudahkan dalam melakukan penelitian. Setelah didapatkan

sampel yang memenuhi kriteria inklusi, selanjutnya pemilihan sampel dilakukan dengan menggunakan metode *simple random sampling* dengan cara undian.

E. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data

1. Jenis Data Yang Dikumpulkan

a. Data primer

1) Status gizi

Status gizi diperoleh dengan cara pengukuran antropometri yaitu melakukan penimbangan berat badan dengan menggunakan timbangan injak digital dan pengukuran tinggi badan menggunakan microtoise.

2) Tingkat Konsumsi Energi

Tingkat Konsumsi Energi diukur menggunakan kuesioner food recall 24 jam. Setelah data Tingkat Konsumsi Energi diperoleh, hasil tersebut kemudian diolah menggunakan aplikasi Nutrisurvey 2007 untuk memperoleh rata-rata Tingkat Konsumsi Energi dalam sehari. Rata-rata Tingkat Konsumsi Energi dalam sehari lalu dibandingkan dengan AKG Energi.

3) Tingkat stres

Tingkat stres diukur menggunakan kuesioner Perceived Stres Scale (PSS-10) yang dibuat oleh Sheldon Cohen pada tahun 1988. Penilaian atau skoring dengan memberikan nilai 0 untuk jawaban terendah dan 4 untuk jawaban tertinggi.

b. Data sekunder

Data sekunder yaitu data pengumpulannya tidak dilakukan oleh peneliti, tetapi diperoleh dari pihak lain. Dalam hal ini peneliti mengambil dokumen yang terkait dengan gambaran umum Pasar Umum Gianyar.

2. Teknik Pengumpulan Data

a. Status gizi

Menghitung IMT dengan melakukan pengukuran berat badan dengan menggunakan timbangan injak digital dan tinggi badan dengan microtoise pada subjek penelitian.

Pengukuran berat badan dan tinggi badan Dilakukan pengukuran oleh peneliti dengan bantuan enumerator sebanyak 1 orang untuk mencatat hasil pengukuran.

1) Pengukuran berat badan

Langkah-langkah pengukuran berat badan yaitu sebagai berikut:

- a) Subjek mengenakan pakaian biasa (usahakan dengan pakaian yang minimal) serta tidak mengenakan alas kaki.
- b) Pastikan timbangan berada pada penunjukan skala dengan angka 0,0.
- c) Subjek berdiri diatas timbangan dengan berat yang tersebar merata pada kedua kaki dan posisi kepala dengan pandangan lurus ke depan. Usahakan tetap tenang.
- d) Bacalah berat badan pada tampilan dengan skala 0,1 kg terdekat.

2) Pengukuran tinggi badan

Langkah-langkah pengukuran tinggi badan yaitu sebagai berikut:

- a) Persiapan alat :
 1. Letakkan microtoise di lantai yang rata dan menempel pada dinding yang rata dan tegak lurus
 2. Tarik pita meteran tegak lurus ke atas sampai angka pada jendela baca menunjukkan angka nol

3. Paku/tempelkan ujung pita meteran pada dinding
 4. Geser kepala microtoise ke atas.
- b) Cara pengukuran :
1. Pastikan sepatu/ alas kaki, kaos kaki dan hiasan rambut sudah dilepaskan
 2. Posisikan sampel yang akan diukur berdiri tegak lurus di bawah alat geser microtoise, pandangan lurus ke depan
 3. Posisikan sampel tegak bebas, bagian belakang kepala, tulang belikat, pantat, dan tumit menempel ke dinding.
 4. Posisikan kedua lutut dan tumit rapat
 5. Pastikan posisi kepala sudah benar dengan mengecek garis Frankfort
 6. Tarik kepala microtoise sampai puncak kepala sampel
 7. Baca angka pada jendela baca dan mata pembaca harus sejajar dengan garis merah
 8. Angka yang dibaca adalah yang berada pada garis merah dari angka kecil ke arah angka besar
 9. Catat hasil pengukuran tinggi badan.

b. Tingkat Konsumsi Energi

Data konsumsi energi diperoleh dengan wawancara langsung terhadap sampel menggunakan form recall 24 jam. Dilakukan oleh peneliti dan enumerator sebanyak 1 orang yang sudah mendapatkan pelatihan sebelumnya. Langkah-langkah melakukan recall 24 jam yaitu sebagai berikut:

- 1) Memberikan penjelasan mengenai recall.
- 2) Menanyakan makanan dan minuman yang dikonsumsi 24 jam terakhir.
- 3) Menanyakan makanan selingan yang dikonsumsi 24 jam terakhir.

- 4) Menanyakan kembali daftar makanan yang sudah dicatat agar tidak ada makanan yang terlewatkan.
- 5) Memasukkan data pangan beserta URT ke formulir dengan berat makanan.
- 6) Melakukan pengolahan data untuk mengkonversi berat makanan ke dalam zat gizi dengan bantuan Tabel Komposisi Pangan Indonesia (TKPI).

c. Tingkat stres

Tingkat stres diukur menggunakan *Perceived Stres Scale* (PSS-10). *Perceived Stres Scale-10* adalah *self report questionnaire* yang terdiri dari 10 pertanyaan dan dapat mengevaluasi tingkat stres satu bulan terakhir dalam kehidupan subjek penelitian.

Data tingkat stress diperoleh dengan wawancara langsung terhadap sampel menggunakan kuesioner *Perceived Stres Scale* (PSS-10). Dilakukan oleh peneliti dan enumerator sebanyak 1 orang. Langkah-langkah melakukan pengukuran tingkat stress yaitu sebagai berikut:

1. Lengkapilah identitas subjek penelitian terlebih dahulu
2. Tanyakan pertanyaan atau pernyataan yang ada pada kuesioner
3. Berikan tanda centang (✓) pada salah satu pilihan jawaban yang paling sesuai dengan perasaan dan pikiran yang dimiliki subjek penelitian selama satu bulan terakhir
4. Jumlahkan skor total dari semua pertanyaan / pernyataan
5. Berikan kode sesuai hasil skor
6. Untuk pertanyaan positif (4,5,7,8) bernilai kebalikannya (0=4, 1=3, 2=2, 3=1, 4=0)
7. Jumlahkan skor total dan berikan keterangan kategori tingkat stres.

e) Instrumen Pengumpulan Data

- a. Timbangan injak digital, merk Electronic Scale, dengan ketelitian 0,01 kg.
- b. Microtoise, merk OneMed, dengan ketelitian 0,1 cm.
- c. Alat tulis.
- d. Formulir Persetujuan Setelah Penjelasan (Informed Consent) sebagai peserta penelitian.
- e. Formulir *food recall* 24 jam.
- f. Kuesioner *Perceived Stres Scale* (PSS-10).

F. Pengolahan dan Analisis Data

1. Pengolahan Data

- a. Status gizi

Status gizi dihitung dengan menggunakan IMT. Data hasil pengukuran berat badan dan tinggi badan kemudian diolah untuk menghitung IMT. Rumus perhitungan IMT :

$$\text{IMT} = \text{Berat Badan (kg)} / [\text{Tinggi badan (m}^2\text{)}]$$

Kriteria status gizi menurut IMT :

- 1) Kurus berat : < 17,0
- 2) Kurus : 17,0 – 18,4
- 3) Normal : 18,5 – 24,9
- 4) Gemuk : 25,0 – 27,0
- 5) Sangat Gemuk : > 27,0

Sumber : Kemenkes RI, 2019

b. Tingkat Konsumsi Energi

Tingkat Konsumsi Energi dihitung dengan rumus sebagai berikut :

$$\text{Tingkat Konsumsi Energi} = \frac{\text{Tingkat Konsumsi Energi}}{\text{Kebutuhan Energi sesuai AKG koreksi}} \times 100\%$$

$$\text{AKG Koreksi} = \frac{\text{Berat Badan Aktual}}{\text{BB dalam AKG sesuai kelompok umur}} \times \text{AKG}$$

Kategori Tingkat Konsumsi Energi :

1. Defisit berat : < 70%
2. Defisit tingkat sedang : 70-79%
3. Defisit tingkat ringan : 80-89%
4. Normal : 90-119%
5. Lebih : \geq 120%

Sumber : WNPG, 2018

c. Tingkat stres

Tingkat stres diukur menggunakan PSS-10. Skor PSS-10 diperoleh dengan menjumlahkan skor jawaban masing-masing. Jumlah skor dalam PSS-10 adalah 0-40.

Kategori tingkat stres menurut skoring PSS-10 :

- 1) Stres ringan : skor 1-14
- 2) Stres sedang : skor 15-26
- 3) Stres berat : skor >26

Sumber : Cohen, 2015

2. Analisis Data

Untuk analisis data digunakan:

- a. Analisis univariat, yang dilakukan terhadap variabel dari hasil penelitian.
- b. Analisis bivariat, yang dilakukan terhadap korelasi antara dua variabel, selanjutnya disajikan secara deskriptif.

Analisis bivariat terhadap hubungan antara tingkat stress, tingkat konsumsi energi, dan status gizi digunakan analisis korelasi Rank Spearman pada tingkat kepercayaan 5% ($\alpha = 0,05$).

Hipotesa :

H0 : Tidak ada hubungan antara tingkat stres, tingkat konsumsi energi, dan status gizi pedagang wanita.

H1 : Ada hubungan antara tingkat stres, tingkat konsumsi energi, dan status gizi pedagang wanita.

Pengambilan keputusan :

- 1) $p > 0,05 = H_0$ diterima, H1 ditolak, tidak ada hubungan antara tingkat stres, tingkat konsumsi energi, dan status gizi pedagang wanita.
- 2) $p < 0,05 = H_0$ ditolak, H1 diterima, ada hubungan antara tingkat stres, tingkat konsumsi energi, dan status gizi pedagang wanita.

G. Etika Penelitian

Etika penelitian bertujuan untuk melindungi institusi tempat penelitian dan peneliti itu sendiri. Penelitian ini dilaksanakan setelah peneliti memperoleh rekomendasi dari pembimbing dan mendapat izin dari Kepala Jurusan Gizi Poltekkes Denpasar. Selanjutnya, peneliti mengajukan permohonan izin kepada

Dinas Permodalan dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Kabupaten Gianyar untuk mendapatkan persetujuan, kemudian melakukan negoisasi dengan para responden dan meminta persetujuannya untuk jadi sampel dengan menekankan masalah etika yang dilakukan :

1. *Respect for persons*

Peneliti menghormati harkat dan martabat manusia, otonomi, perbedaan nilai budaya dan menjamin kerahasiaan sebagai subjek penelitian. Untuk itu peneliti melakukan persetujuan setelah penjelasan (PSP).

2. *Beneficence*

Tidak melakukan hal yang dapat merugikan subjek. Peneliti telah mempertimbangkan bahwa penelitian ini lebih banyak manfaat daripada kerugian dari penelitian ini. Peneliti juga memaksimalkan manfaat dan meminimalkan risiko dengan penelaahan hasil penelitian terdahulu.

3. *Justice*

Berlaku adil. Peneliti berlaku adil tanpa membedakan antar subjek penelitian. Semua subjek akan mendapatkan perlakuan yang sama.