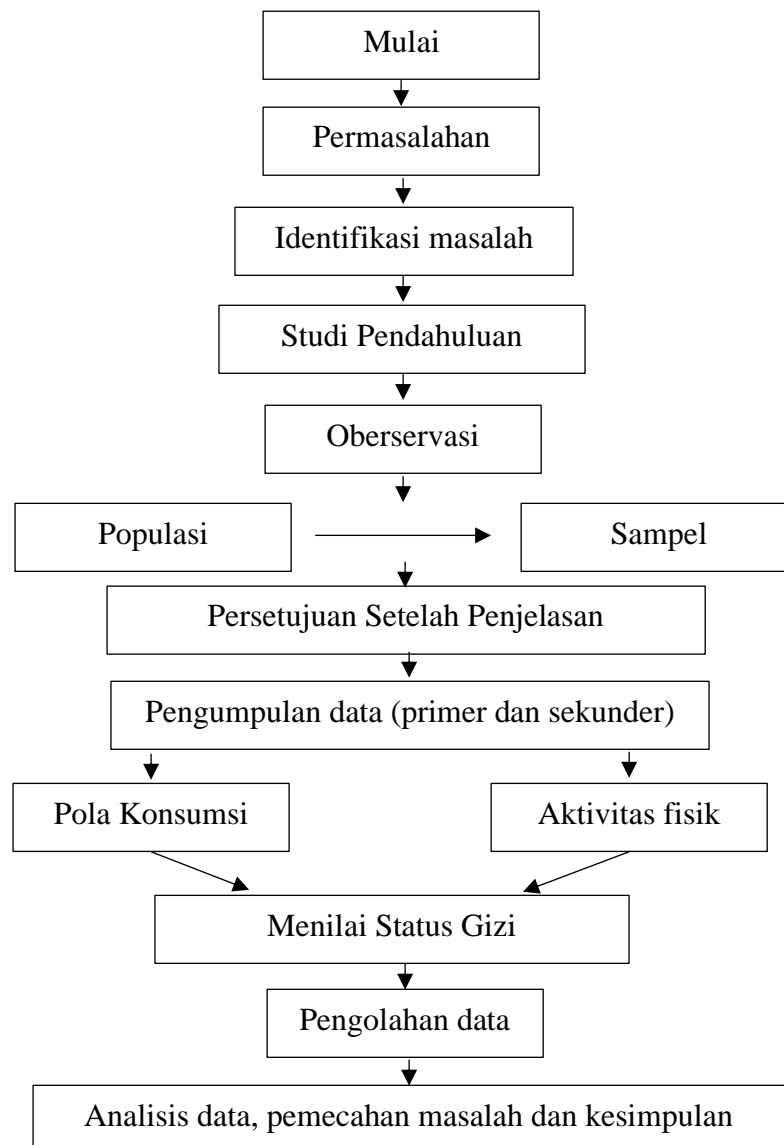


BAB IV METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan adalah observasional dengan menggunakan pendekatan *Cross Sectional*, dimana peneliti telah mencari hubungan antara pola konsumsi dan aktifitas fisik dengan status gizi pada anggota prajurit TNI-AD Yonzipur 18/Yudha Karya Raksaka Gianyar.

B. Alur Penelitian



C. Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan di tempat Kesatuan Yonzipur 18/Yudha Karya Raksaka Gianyar. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Januari dan Februari 2023

D. Populasi dan Sampel

1. Populasi Penelitian

Populasi dalam penelitian ini merupakan Anggota Prajurit TNI-AD Yonzipur 18/Yudha Karya Raksaka Gianyar dengan jumlah populasi sebanyak 645 orang

2. Sampel penelitian

Sampel pada penelitian ini adalah Anggota Prajurit TNI-AD Yonzipur 18/Yudha Karya Raksaka Gianyar yang merupakan bagian dari populasi dan memenuhi persyaratan inklusi dan eksklusi berikut :

a. Kriteria Inklusi

- 1) Anggota prajurit yang bertugas di kesatuan Yonzipur 18/ Yudha Karya Raksaka Gianyar
- 2) Sehat jasmani dan rohani
- 3) Bersedia menjadi responden

b. Kriteria Eksklusi

- 1) Anggota prajurit yang sedang tidak bertugas di lapangan di kesatuan Yonzipur 18/Yudha Karya Raksaka Gianyar
- 2) Anggota prajurit yang sedang mengalami sakit saat pengambilan data

3. Besar sampel

Rumus yang digunakan untuk menghitung besar sampel dalam penelitian ini dengan menggunakan rumus Slovin menurut Sugiyono (2011) yaitu :

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

Keterangan :

$$n = \frac{645}{645.(0,15)^2 + 1}$$

n = Besar sampel

$$n = \frac{645}{15,5125}$$

N = Besar populasi

$$n = 41,57$$

d = Derajat kesalahan

$$n = 42 \text{ sampel}$$

4. Teknik Sampling

Teknik sampling yaitu dengan menggunakan metode *purposive sampling*. Pada teknik pengambilan sampel dengan pertimbangan tertentu. Pertimbangan yang digunakan adalah dari prajurit muda. Dalam hal ini peneliti mengambil sampel 42 anggota prajurit TNI-AD berdasarkan pengamatan yang sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi.

D. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data

1. Jenis data yang dikumpulkan

Jenis data yang telah dikumpulkan yaitu data primer dan data sekunder

a. Data primer

Data primer merupakan data yang dikumpulkan dan diperoleh langsung oleh peneliti dari sampel yaitu meliputi identitas sampel, indikator pola konsumsi

dan aktivitas fisik yang didapatkan dari hasil wawancara dengan menggunakan kuesioner dan metode SQ-FFQ. Selain itu melakukan pengukuran tinggi badan (TB) dan berat badan (BB) untuk menghitung IMT dan mengetahui status gizi seorang prajurit.

b. Data sekunder

Data sekunder merupakan data yang dikumpulkan oleh peneliti dari dokumen serta register meliputi data jumlah seluruh anggota prajurit TNI-AD yang bertugas di kesatuan Yonzipur 18/YKR Gianyar

2. Teknik Pengumpulan Data

a. Data Primer

- 1) Data identitas sampel dikumpulkan dengan cara pengisian formulir identitas sampel dengan bantuan kuesioner yang meliputi identitas sampel seperti : nama, jenis kelamin, tanggal lahir, umur, dan alamat.
- 2) Data antropometri dilakukan dengan pengukuran tinggi badan menggunakan *microtoise* dengan ketelitian 0,1 cm dan pengukuran berat badan diukur dengan timbangan berat badan digital dengan ketelitian 0,1 kg
- 3) Data pola konsumsi didapat dengan cara wawancara dan metode *SQ-FFQ*.
- 4) Data aktivitas fisik didapat dengan hasil metode tes cooper (lari 12 menit)

b. Data sekunder

Data gambaran umum dan jumlah anggota prajurit TNI-AD Yonzipur 18/YKR Gianyar dengan metode pencatatan mengenai gambaran umum dan jumlah seluruh anggota prajurit TNI-AD Yonzipur 18/YKR Gianyar.

E. Pengumpulan data

Intrumen yang digunakan dalam penelitian ini yaitu

- 1) Formulir pertanyaan kuesioner yang berisikan identitas sampel untuk mencatat data umum sampel seperti nama sampel, jenis kelamin, tanggal lahir, umur, dan alamat.
- 2) Formulir metode *SQ-FFQ* beserta Ukuran Rumah Tangga (URT) dan gram untuk mengetahui pola konsumsi anggota prajurit TNI
- 3) Formulir pertanyaan kuesioner data aktivitas fisik didapat dengan hasil metode tes cooper (lari 12 menit). Tes ini tergolong udah pelaksanaannya karena memerlukan peralatan yang sederhana, antara lain :
 - a) Lapangan atau lintasan lari yang jaraknya jelas atau tidak terlalu jauh, maksudna adalah lintasan dapat dilihat dengan jelas oleh pelatih
 - b) Penanda jarak atau bendera kecil untuk menandai jarak lintasan
 - c) Stopwatch atau alat pengukur waktu dalam satuan menit

Adapun protocol pelaksanaan tesnya adalah sebagai berikut :

- a) Peserta tes berdiri di garis start dan bersikap untuk berlari secepat-cepatnya selama 12 menit
- b) Bersamaan dengan aba-aba peluit pertama peserta tes mulai berlari dan pencatat waktu mulai meng-“ON”kan stopwatch
- c) Selama waktu 12 menit, pengetes memberi aba-aba peluit kedua, dimana bersamaan dengan itu stopwatch dimatikan dan peserta melepaskan rompi dan meletakkannya ditempat peserta berhenti sebagai penanda jarak yang telah ditempuhnya

- d) Pelatih mengukur jarak yang ditempuh peserta tes yang telah ditempuh selama 12 menit kemudian jarak yang ditempuh dimasukkan kedalam rumus sebagai berikut :

$$Vo2MAX = \frac{\text{Jarak yang ditempuh dalam meter} - 504.9}{44.73}$$

- 4) Data dalam penelitian ini dikumpulkan dengan bantuan enumerator yang sebelumnya sudah memiliki pengalaman dan terampil dalam pengukuran antropometri dan diberikan pengarahan mengenai teknis dan cara pengisian kuesioner yang berjumlah dua orang. Satu enumerator bertugas mengukur antropometri dan satu orang bertugas sebagai pewawancara kuesioner

F. Pengolahan dan Analisis Data

a. Pengolahan data

Data yang telah didapat akan diolah dengan menggunakan bantuan komputerisasi yang kemudian disajikan dalam bentuk tabel. Pengolahan data penelitian dilakukan dengan sesuai jenis data sebagai berikut :

- 1) Identitas sampel diolah dan ditabulasi secara manual kemudian disajikan dalam bentuk tabel
- 2) Data antropometri pengukuran tinggi badan menggunakan *microtoise* dan penimbangan berat badan menggunakan timbangan berat badan digital, kemudian dicatat pada form identitas masing-masing sampel dan diklasifikasikan sebagai berikut :

<17	:	Sangat kurus
17,0-18,4	:	Kurus
18,5-24,9	:	Normal
25,0-26,9	:	Gemuk (Overweight)
>27	:	Sangat Gemuk (Obesitas)

- 3) Data pola konsumsi yang dikumpulkan dengan metode *SQ-FFQ* kemudian diolah dengan mengkonversi ke dalam zat gizi menggunakan komputerisasi
- 4) Data aktivitas fisik yang dikumpulkan dengan formulir kuesioner dan hasil metode tes cooper (lari 12 menit) dikonversikan kedalam rumus sebagai berikut :

$$Vo2MAX = \frac{\text{Jarak yang ditempuh dalam meter} - 504.9}{44.73}$$

b. Analisis data

1) Analisis univariat

Analisis univariat dilakukan dengan mendeskripsikan gambaran umum setiap variabel dari hasil penelitian meliputi pola konsumsi dan aktivitas fisik

2) Analisis bivariat

Analisis bivariat dilakukan untuk mengetahui interaksi dua variabel yaitu hubungan tiap variabel independent dan variabel dependen untuk mengetahui status gizi prajurit TNI-AD berdasarkan pola konsumsi dan aktivitas fisik dengan menggunakan uji *Chi-Square*

G. Etika Penelitian

Sebelum melakukan penelitian, proposal penelitian yang digunakan dengan melibatkan manusia sebagai responden harus mendapatkan ethical clearance. Penelitian ini dimulai dengan melakukan berbagai prosedur yang berhubungan dengan etika penelitian yang meliputi :

1. Kerahasiaan (*Confidentiality*) Kerahasiaan semua informasi yang telah dikumpulkan dijamin kerahasiaannya oleh peneliti. Peneliti akan menyimpan jawaban responden dan tidak akan membocorkan data yang didapat dari responden. Semua informasi yang dikumpulkan dijamin kerahasiaannya oleh peneliti yang akan dilaporkan pada hasil penelitian.
2. Perlindungan dan Ketidaknyamanan (*Protection From Discomfort*) Melindungi responden dari ketidaknyamanan, baik fisik maupun psikologi. Peneliti seharusnya tidak memaksakan kondisi dari responden bila memang kondisi responden tidak memungkinkan untuk melakukan pengukuran.
3. Keuntungan (*Beneficence*) Merupakan sebuah prinsip untuk memberi manfaat pada orang lain, agar responden memiliki ketertarikan terhadap hasil dari penelitian yang dilakukan. Dalam proses penelitian, sebelum pengisian kuesioner peneliti akan memberikan penjelasan tentang manfaat penelitian serta keuntungannya bagi responden dan penelitian.