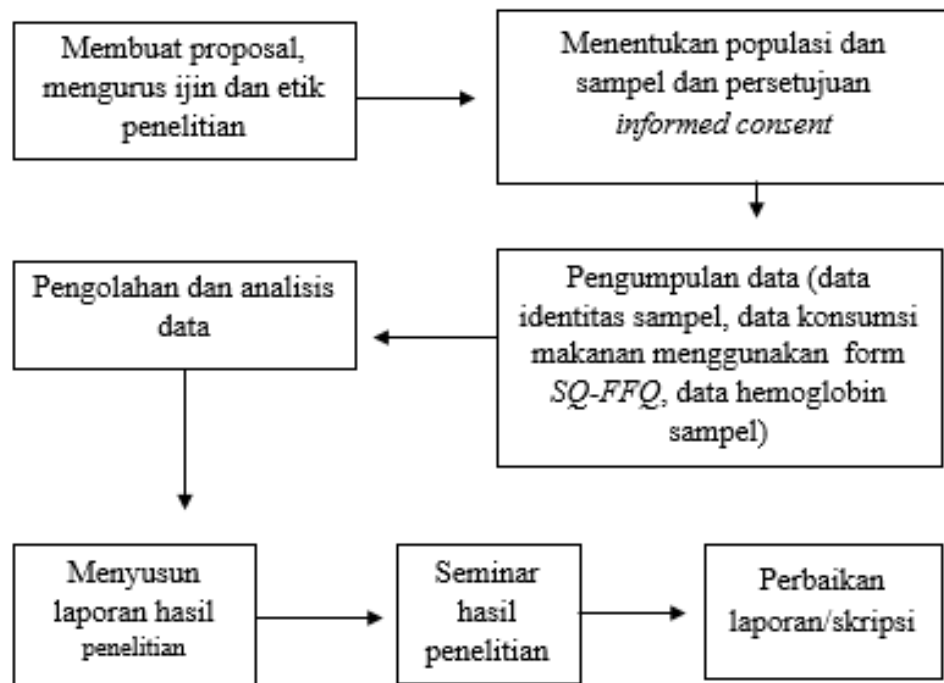


BAB IV METODE PENELITIAN

A. Jenis dan Rancangan Penelitian

Jenis penelitian ini adalah penelitian observasional dengan rancangan *cross sectional*, dimana variabel sebab berupa konsumsi zat gizi, pola menstruasi dan variabel akibatnya berupa kadar hemoglobin yang diamati pada saat yang bersamaan.

B. Alur Penelitian



Gambar 2 Alur Penelitian

C. Tempat dan Waktu Penelitian

1. Tempat penelitian

Penelitian ini dilakukan di SMP NEGERI 10 Denpasar, Dauh Puri Kaja Kecamatan Denpasar Utara dimana tempat penelitian ini dipilih berdasarkan pertimbangan yaitu :

- a. Berdasarkan penjajagan awal terdapat sampel remaja putri yang sesuai dengan kriteria di SMP Negeri 10 Denpasar.
- b. Belum pernah diadakannya penelitian dengan topik ini di SMP Negeri 10 Denpasar.

2. Waktu penelitian

Penelitian dilakukan dimulai dengan mengurus ijin dan penelitin etik penelitian pada bulan Februari – Maret. Pengumpulan data dilakukan pada bulan Maret 2023. Penyusunan laporan dilakukan pada Maret sampai April 2023

D. Populasi dan Sampel

1. Populasi penelitian

Populasi dalam penelitian ini adalah semua siswi di SMP Negeri 10 Denpasar. Populasi target adalah siswi kelas VII dan VIII yang tercatat SMP Negeri 10 Denpasar dengan jumlah 641 orang.

2. Sampel penelitian
 - a. Kriteria inklusi
 - 1) Siswi bersekolah di SMP Negeri 10 Denpasar
 - 2) Siswi berumur 12 – 15 tahun
 - 3) Sudah mengalami menstruasi
 - 4) Siswa bersedia menjadi sampel penelitian
 - b. Kriteria eksklusi
 - 1) Siswi sedang sakit
 - 2) Siswi sedang mengalami menstruasi
 - c. Besar sampel

Siswi SMP Negeri 10 Denpasar disebut dengan sampel, sampel diambil berasal dari kelas VII dan VIII karena pada periode awal mengalami menstruasi kondisi siswi akan lebih rentan mengalami anemia. Besar sampel ditentukan dengan menggunakan rumus minimal simple size (Sari, 2020) :

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

Keterangan :

N = Besar populasi

n = Besar sampel

d = Tingkat kepercayaan/ketepatan yang di inginkan 0,05

Dengan rumus di atas, maka diperoleh perhitungan sampel yakni :

$$n = \frac{100}{1+100(d)^2}$$

$$n = \frac{100}{1+100(0,0025)}$$

$$n = \frac{100}{1+0,25}$$

$$n = \frac{100}{1,25} = 80$$

Sehingga didapatkan sampel sebanyak 80 orang siswi.

d. Teknik pengambilan sampel

Pengambilan sampel yang digunakan adalah teknik proporsional random sampling yaitu mengambil jumlah sampel sesuai dengan

$$N = \frac{n}{S} \times n$$

Keterangan

N : jumlah sampel

n : jumlah populasi perkelas

S : jumlah total populasi kelas VII dan VIII

Hasil yang didapatkan dari masing masing proporsional random sampling adalah kelas VII A – F mendapatkan 5 orang siswi, kelas VIII (A – C) mendapatkan 5 orang siswi dan kelas VIII (D – K) mendapatkan 4 orang siswi. Cara perhitungan dapat dilihat pada lampiran 7.

E. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data

1. Jenis data

Jenis data yang dikumpulkan dalam penelitian ini yaitu :

a. Data primer

- 1) Identitas sampel meliputi nama, umur, alamat, no telepon, kelas
- 2) Data konsumsi zat gizi pada remaja putri meliputi energi, protein, zat besi dan vitamin C
- 3) Data pola menstruasi remaja putri meliputi lama menstruasi dan banyaknya pembalut yang digunakan
- 4) Data kadar hemoglobin (Hb) pada remaja putri

b. Data sekunder

Data sekunder diperoleh berupa data mengenai gambaran umum lokasi penelitian yang diambil dari data profil sekolah

2. Cara pengumpulan data

a. Data primer

- 1) Identitas sampel diperoleh melalui wawancara dengan menggunakan formulir kuesioner identitas sampel.
- 2) Data konsumsi zat gizi dikumpulkan dengan cara wawancara secara langsung pada siswi yang didampingi oleh teman mahasiswa gizi sesudah melakukan pengukuran tinggi badan, penimbangan berat badan dan

mengecek kadar hemoglobin, metode yang digunakan merupakan frekuensi makanan selama 1 bulan terakhir menggunakan formulir *SQ-FFQ* dan buku foto makanan.

- 3) Data pola menstruasi diperoleh melalui wawancara dengan menggunakan kuesioner pola menstruasi.
 - 4) Data kadar hemoglobin dikumpulkan dengan metode Hb meter menggunakan alat *easy touch GCHB* yang dilakukan oleh teman analis yang dilakukan setelah melakukan pengukuran tinggi badan dan penimbangan berat badan.
- b. Data sekunder

Data sekunder penelitian ini adalah gambaran umum dan jumlah siswi SMP Negeri 10 Denpasar. Data dikumpulkan dengan cara mencatat dan mengutip laporan sekolah mengenai gambaran umum sekolah dan data jumlah siswi kelas diperoleh melalui absen kelas.

3. Instrumen pengumpulan data

Instrumen penelitian berisi :

- a. Formulir identitas sampel untuk mencatat data umum sampel nama, umur, alamat, no telepon, kelas.
- b. Formulir *SQ-FFQ* untuk mengetahui konsumsi zat gizi beserta URT dan gram.
- c. Formulir pola menstruasi untuk mengetahui lamanya menstruasi dan banyaknya pembalut yang digunakan.

Alat penelitian berisi :

- 1) *Easy Touch* GCHB kit
- 2) Alat timbangan berat badan dan alat ukur tinggi badan *microtoise*.

F. Pengolahan dan Analisis Data

1. Pengolahan data

Pengolahan data penelitian dilakukan sesuai dengan jenis datanya sebagai berikut :

a. Data kadar hemoglobin

Pengukuran kadar hemoglobin dilakukan dengan mendatangkan tenaga medis laboratorium untuk mengambil darah siswi sampel penelitian. Kemudian dianalisis menggunakan alat *easy touch* GCHB agar mendapat hasil yang pasti.

Kategori kadar hemoglobin dibagi menjadi 2, yaitu :

- a) Anemia : < 12,0 g/dl
 - b) Normal : 12,0 – 16,0 g/dl
- b. Data konsumsi zat gizi

Konsumsi sehari energi, protein, zat besi dan vitamin C dikumpulkan dengan metode frekuensi makanan, kemudian diolah dengan mengkonversi kedalam zat gizi dengan bantuan aplikasi *nutrisurvey*.

Data konsumsi zat gizi selanjutnya dikategorikan sebagai berikut :

Menurut Supriarsa (2019) data konsumsi zat gizi dikategorikan menjadi 4, yaitu :

- 1) Baik : >100% AKG
- 2) Sedang : >80-99% AKG
- 3) Kurang : 70-79% AKG
- 4) Defisit : <70% AKG

Dalam kategori diatas dibagi lagi menjadi 2, yaitu :

- 1) Cukup : 80 - <120% AKG
- 2) Kurang : < 70-79% AKG

c. Data pola menstruasi

Pola menstruasi dikumpulkan dengan kuesioner pola menstruasi meliputi lamanya menstruasi dan banyaknya pembalut yang digunakan yang diisi oleh siswi sampel penelitian, kemudian diolah menggunakan aplikasi SPSS.

Kategori pola menstruasi, yaitu:

- 2) Lamanya menstruasi
 - a. Normal : 2 - 7 hari
 - b. Tidak normal : > 7 hari

2. Analisis Data

Analisis data dilakukan menggunakan *Nutrisurvey* dan *SPSS*. Menggunakan dua jenis analisis yaitu :

a. Analisis univariat

Mendeskripsikan gambaran umum setiap variable dari hasil penelitian dengan menggunakan tabel distribusi frekuensi untuk mengetahui karakteristik subjek penelitian dan mendeskripsikan setiap variabel yang meliputi kadar Hb, pola menstruasi dan konsumsi zat gizi sehingga menghasilkan distribusi dan presentase data setiap variabel.

b. Analisis bivariat

Analisis bivariat digunakan untuk mengetahui hubungan yang bermakna secara statistik antara 2 variabel atau lebih yang diteliti. Pada penelitian ini untuk menganalisis data hubungan antara variabel, yaitu konsumsi zat gizi meliputi energi, protein, zat besi dan vitamin C terhadap kadar hemoglobin dengan uji Korelasi Rank Spearman untuk menguji hubungan.

G. Etika Penelitian

Saat mempersiapkan penelitian perlu memperhatikan etika dalam penelitian. Etika penelitian yang digunakan yaitu dengan melibatkan manusia sebagai responden harus mendapatkan *ethical clearance*. Penelitian ini memiliki beberapa prosedur yang berhubungan dengan etika penelitian yang meliputi :

1. Kerahasiaan (*Confidentiality*)

Seluruh informasi yang telah dikumpulkan, dijamin kerahasiaannya oleh peneliti. Peneliti akan menyimpan jawaban dari responden dan tidak akan membocokan data yang didapat.

2. Lembar persetujuan responden

Lembar persetujuan diberikan untuk memastikan responden bersedia untuk mengikuti seluruh prosedur penelitian sebagai pemberi informasi.

3. Bermanfaat (*beneficence*)

Sebelum pengisian kusioner peneliti memebrikan penjelasan mengenai manfaat penelitian serta diharapkan mendapat manfaat bagi dua pihak terkait.

4. *Justice*

Kewajiban ini digunakan untuk memperlakukan setiap manusia secara baik dan benar, memberikan apa yang menjadi hak responden serta tidak membenani responden dengan apa yang bukan menjadi kewajiban.