BAB IV

METODE PENELITIAN

A. Jenis dan Rancangan Penelitian

Jenis penelitian yang dilaksanakan adalah *Observasional*, maksudnya yaitu pengukuran variabel penelitian dilaksanakan dengan pengamatan terhadap suatu obyek yang menggunakan bantuan instrumen (kuesioner).Sedangkan rancangan yang digunakan adalah *cross-sectional* dimana data yang berkaitan dengan variabel bebas yaitu kebiasaan olahraga, kebiasaan mengkonsumsi fast food dan variabel terikat kejadian obesitas pada remaja diambil dan dikumpulkan dalam waktu yang bersamaan(Soekidjo, 2003).

B. Tempat dan Waktu Penelitian

1. Tempat Penelitian

   Penelitian ini dilaksanakan di SMP Bintang Persada Denpasar, tempat ini dipilih berdasarkan pertimbangan sebagai berikut :

a. SMP Bintang Persada terletak di Jalan Gunung Catur I dimana SMP Bintang Persada sekolah yang berdekatan dengan restoran fast food
b. Adanya izin dari pihak sekolah untuk melakukan penelitian
c. Belum pernah dilakukan penelitian yang sejenis di SMP Bintang Persada

2. Waktu Penelitian

   Waktu penelitian ini dilaksanakan pada bulan April-Mei 2018

C. Populasi dan sampel

1. Populasi

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas subyek/obyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2011). Dalam penelitian ini populasinya adalah siswa SMP Bintang Persada kelas VII berjumlah 103 orang, kelas VIII berjumlah 49 orang. Jadi total populasinya adalah 152 orang.

2. Sampel Penelitian

Sampel dari penelitian ini adalah bagian dari populasi yang ada dilokasi penelitian. Dari sampel tersebut kemudian akan diseleksi kembali berdasarkan kriteria berikut. Adapun kriteria dari pemilihan sampel yaitu :

a. Kriteria Inklusi

Kriteria inkulis adalah kriteria dimana subjek penelitian dapat mewakili dalam sampel penelitian yaitu memenuhi syarat sebagai sampel (Notoatmodjo, 2010). Adapun kriteria inkulis penelitian ini adalah :

1) Siswa kelas VII dan VIII yang terdaftar di SMP Bintang Persada
2) Siswa bersedia menjadi responden
3) Jenis kelamin laki-laki dan perempuan
4) Siswa yang status gizi obes dan normal

b. Eksklusi :

1) Dalam kondisi/menderita sakit
2) Siswa yang melakukan diet
3) Tidak hadir dalam penelitian berlangsung

3. Besar sampel

Besar sampel yang akan diambil menggunakan rumus pengambilan sampel sebagai berikut (Sastroasmoro,1995)

$$n_0 = \frac{Za^2\ xPxQ}{d^2}$$

$$n = \frac{n_0}{1 + \frac{n_0}{N}}$$

Keterangan :

Zα= Nilai distribusi normal baku (α=0,05=1,96)

P =Peluang terpilih menjadi sampel system random sampling (P=0,5)

Q =(1-P)=1- 0,5 = 0,5

d^2 =penyimpangan hasil penelitian (10% = 0,1)

n = Besar sampel

N = Total populasi

Berdasarkan perhitungan besar sampel diperoleh besar sampel pada penelitian ini yaitu sebanyak 59 orang.

(Perhitungan Terlampir)

Untuk sampel masing-masing kelas dilihat dengan melihat proporsi masing-masing kelas digunakan rumus :

Jumlah sampel pada masing-masing kelas (n_1) = $\frac{N_1}{N}\ x\ n$

Keterangan :

N_1 = Jumlah populasi dari tiap kelas yang diteliti

N = Jumlah populasi dari seluruh kelas yang diteliti

n = Besar sampel

n_1 = Besar sampel tiap kelas yang diteliti

Berdasarkan perhitungan sampel masing-masing kelas diperoleh proporsi sampel yaitu kelas VIIA,B sebanyak 13 orang per kelas, VIIC sebanyak 15 orang dan kelas VIII A,B sebanyak 9 orang per kelas.

(Perhitungan Terlampir)

4. Teknik sampling

Pengambilan sampel digunakan dengan metode simple random sampling. Dimana dalam penelitian ini dilakukan dengan pemberian kode pada seluruh siswa, setelah seluruh sasaran diberikan kode, lalu diambil dengan cara mengundi nomor kode.

D. Jenis dan cara pengumpulan data

Jenis data yang dikumpulkan

1. Data Primer

Data primer yaitu data yang dikumpulkan secara langsung oleh peneliti terhadap sampel meliputi :

a. Data identitas sampel meliputi (nama, tempat tanggal lahir, jenis kelamin, umur, agama, kelas, alamat)
b. Data antropometri meliputi BB sampel dan TB sampel
c. Data jenis olahraga
d. Data frekuesni olahraga
e. Data lama olahraga
f. Data kebiasaan konsumsi fast food
g. Data pengetahuan fast food
h. Data genetik

2. Data sekunder

Data sekunder meliputi data yang akan diambil dari catatan yang telah ada, meliputi gambaran umum lokasi penelitian.

Cara pengumpulan data

1. Data Primer

a. Data identitas sampel meliputi (nama, tempat tanggal lahir, jenis kelamin, umur, agama, kelas, alamat) diperoleh dengan metode wawancara dengan kuisioner identitas.
b. Data BB sampel dan TB sampel diambil dengan cara mengukur langsung dengan menggunakan timbangan injak dan microtoise.
c. Data jenis olahraga dikumpulkan secara langsung dengan metode wawancara kepada sampel dengan menggunakan bantuan kuesioner.
d. Data frekuensi olahraga dikumpulkan secara langsung dengan metode wawancara kepada sampel dengan menggunakan bantuan kuesioner.
e. Data lama olahraga dikumpulkan secara langsung dengan metode wawancara kepada sampel dengan menggunakan bantuan kuesioner.
f. Data kebiasaan konsumsi fast food meliputi frekuensi dan jenis fast food dikumpulkan secara langsung dengan metode wawancara kepada sampel dengan menggunakan bantuan kuesioner
g. Data pengetahuan fast food dikumpulkan melalui wawancara kepada sampel dengan menggunakan kuesioner
h. Data genetik dikumpulkan melalui wawancara kepada sampel dengan menggunakan kuesioner

2. Data Sekunder

Data sekunder adalah data tentang gambaran umur lokasi penelitian yang diperoleh dari data SMP Bintang Persada. Data sekunder dikumpulkan dengan cara mengutip dari laporan sekolah mengenai gambaran umum dan jumlah siswa yang diperoleh dari absensi kelas.

E. Alat dan instrumen Penelitian

Alat atau instrumen yang digunakan adalah :

1. Formulir identitas sampel untuk memperoleh data identitas sampel seperti (nama, tempat tanggal lahir, jenis kelamin, umur, agama, kelas, alamat)
2. Timbangan injak CAMRY dengan kapasitas 150,0 kg dengan ketelitian 0,1 kg digunakan untuk mengukur berat badan sampel. Adapun langkah-langkahnya adalah sebagai berikut:
    a. Meletakkan timbangan pada lantai yang datar.
    b. Memastikan jarum penunjuk menunjukkan angka nol.
    c. Melepaskan alas kaki dan pakaian yang melekat dibadan dan diusahakan seminimal mungkin. Anak berdiri tegak dengan muka menghadap kedepan
    d. Membaca angka yang ditunjukkan oleh jarum pada bathroom scale, angka tersebut menunjukkan berat badan yang diukur (Supariasa, 2012).
3. Mikrotoise kapasitas 200,0 cm dengan ketelitian 0,1 cm digunakan untuk mengukur tinggi badan sampel. Adapun langkah-langkah pengukuran tinggi badan adalah sebagai berikut:

a. Tempelkan dengan lakban microtoice tersebut pada dinding yang lurus datar setinggi tepat 2 meter. Angka 0 (nol) pada lantai yang datar rata.

b. Lepaskan sepatu atau sandal.

c. Anak harus berdiri tegak seperti sikap sempurna dalam baris berbaris, kaki lurus, tumit, pantat, punggung, dan kepala bagian belakang harus menempel pada dinding dan muka menghadap lurus dengan pandangan kedepan.

d. Menurunkan microtoice sampai rapat pada kepala bagian atas harus lurus menempel pada dinding.

e. Membaca angka yang tampak pada skala dalam lubang gulungan microtoice. Angka tersebut menunjukkan tinggi anak (Supariasa, 2012)

F. Pengolahan data dan analisis data

1. Pengolahan data

Data yang sudah dikumpulkan kemudian akan diolah dengan cara sebagai berikut :

a. Data identitas sampel yang meliputi, jenis kelamin, umur, agama, diolah secara deskriptif

b. Data obesitas dikumpulkan dengan mengukur BB dan TB sampel kemudian menghitung IMT dengan rumus :

$$IMT \frac{BB}{TB^2\ (m)}$$

Kemudian hasil yang telah diperoleh dari perhitungan dikatagorikan sebagai berikut : Kategoti IMT/U:

1) Obesitas jika IMT/U >2 SD.
2) Tidak Obesitas jika nilai IMT/U -2 SD sampai dengan 2 SD

(Kementerian Kesehatan Republik Indonesia 2010)

c. Data jenis olahraga

Suatu kegiatan olahraga yang dilakukan dapat meningkatkan daya tahan tubuh sampel dalam satu minggu. Data jenis olahraga dikumpulkan secara langsung dengan metode wawancara kepada sampel dengan menggunakan bantuan kuesioner. Skala dari data ini adalah ordinal. Selanjutnya dikategorikan sebagai berikut :

1) Aerobik: jala jogging atau lari-lari kecil, berenang, bersepeda,sepak bola, basket dan lain-lain
2) Anaerobik: angkat besi, berlari cepat lompat tinggi, lompat jauh, *push-up, pull-up,*dan gimnastik (McGuff, 2000).

d. Data frekuensi olahraga

Kebiasaan olahraga adalah frekuensi olahraga yang dilakukan sampel dalam satu minggu. Data frekuensi olahraga dikumpulkan secara langsung dengan metode wawancara kepada sampel dengan menggunakan bantuan kuesioner. Skala dari data ini adalah ordinal. Selanjutnya dikategorikan sebagai berikut :

1) Jarang :bila frekuensi olahraga kurang dari <3 kali seminggu
2) Sring :bila frekuensi olahraga lebih dari ≥3 kali seminggu (Kementerian Kesehatan RI, 2002)

e. Data lama olahraga

Durasi olahraga yang dilakukan sampel pada saat melakukan olahraga dalam waktu seminggu. Data lama olahraga dikumpulkan secara langsung dengan metode wawancara kepada sampel dengan menggunakan bantuan kuesioner. Skala dari data ini adalah ordinal. Selanjutnya dikategorikan sebagai berikut : < 30 menit dan ≥ 30 menit (Kementerian Kesehatan RI, 2002)

f. Frekuensi konsumsi fast food

Data frekuensi konsumsi fast food dikumpulkan secara langsung dengan metode wawancara kepada sampel dengan menggunakan bantuan kuesioner. Skala dari data ini adalah ordinal. Selanjutnya dikategorikan sebagai berikut :

1) Tidak Sering = ≤ 3kali /minggu
2) Sering = >3 kali/minggu (Hayati, 2009)

g. Jenis fast food

Data jenis fast food dikumpulkan secara langsung dengan metode wawancara kepada sampel dengan menggunakan bantuan kuesioner. Skala dari data ini adalah ordinal. Data ini diolah dengan menjumlahkan jenis-jenis *fast food* yang dikonsumsi oleh siswi Selanjutnya dikatagorikan sebagai berikut :

1) Jika ≥ 5 jenis maka jenis *fast food* yang dikonsumsi dikategorikan banyak
2) Jika <5 jenis maka jenis yang dikonsumsi dikategorikan sedikit. (Kristina, 2010)

h. Data Pengetahuan Fast Food

Pengetahuan fast food adalah Segala sesuatu yang diketahui sampel mengenai fast food atau makanan cepat saji. Data pengetahuan fast food yang diperoleh melalui wawancara menggunakan kuesioner. Data ini akan diolah dengan memberikan skor pada setiap pertanyaan, jawaban ya diberi nilai 1 dan yang tidak diberi nilai 0. Untuk mengetahui pengetahuan fast food dilakukan dengan cara yaitu jumlah point dibagai jumlah soal dikali 100%. Skala dari data ini adalah ordinal. Yang dapat dikatagorikan menjadi :Baik 76-100%, Cukup 60-75 Kurang 30-55 % (Arikunto, 2006).

i. Data Genetik

Ada tidaknya kejadian obesitas yang berasal dari salah satu keluarga dekat yaitu dari kedua orang tua. Data genetik yang diperoleh melalui wawancara menggunakan kuesioner. Skala dari data ini adalah nominal. Yang dapat dikatagorikan menjadi : adanya faktor genetik dan tidak adanya faktor genetik.

2. Analisis data

Data yang dikumpulkan kemudian diolah menggunkan analisis tabel silang selanjutnya dinarasikan. Sedangkan untuk uji statistik dengan menggunakan *Chi Squire Test.*