

BAB IV

METODE PENELITIAN

A. Jenis dan Rancangan Penelitian

Jenis penelitian ini adalah penelitian observasional yaitu pengamatan dan pencatatan terhadap gejala yang tampak pada objek penelitian. Sedangkan rancangan penelitian ini menggunakan pendekatan *Cross Sectional* dimana data yang berkaitan dengan variabel bebas dan variabel terikat diambil dan dikumpulkan dalam waktu yang bersamaan (Soekidjo, 2003).

B. Tempat dan Waktu Penelitian

1. Tempat penelitian

Penelitian dilaksanakan di SMA Dwijendra Denpasar. Adapun pertimbangan dalam memilih lokasi diatas sebagai tempat penelitian adalah :

- a. Strategis, terletak di kawasan sekolah dan terletak di kota Denpasar yang banyak terdapat restoran-restoran cepat saji dan di sekitar sekolah banyak terdapat pedagang yang menjajakan *fast food* seperti kentang goreng, sosis dan nuget.
- b. Tersedianya sampel yang diperlukan, yaitu para siswi di SMA Dwijendra Denpasar.
- c. Belum pernah dilakukan penelitian serupa di SMA Dwijendra Denpasar.

2. Waktu penelitian

Penelitian dilaksanakan pada bulan Mei - Juli 2018.

C. Populasi dan Sampel Penelitian

1. Populasi penelitian

Populasi penelitian adalah seluruh siswi di SMA Dwijendra Denpasar, yang berjumlah 817 orang. Populasi target adalah kelas X berjumlah 171 orang dan kelas XI berjumlah 354 orang.

2. Sampel penelitian

Sampel dalam penelitian ini adalah bagian dari populasi yang memiliki kriteria remaja yang tercatat sebagai siswi di SMA Dwijendra Denpasar. Kriteria sampel :

Inklusi :

- a. Kelas X dan XI yang masih berstatus aktif
- b. Sudah mengalami menstruasi/haid
- c. Bersedia menjadi responden

Eksklusi :

- a. Dalam kondisi/menderita sakit
- b. Tidak bersedia menjadi responden

3. Besar sampel

Besar sampel dihitung dengan menggunakan rumus perhitungan sampel sebagai berikut : (Sudigdo Sastroasmoro, 1995)

$$n_o = \frac{Z\alpha^2 x P x Q}{d^2}$$

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

Keterangan :

n_o : besar sampel terbatas

n : besar sampel yang diteliti

$Z\alpha$: Nilai distribusi normal baku ($\alpha = 0,5 = 1,96$)

P : Peluang terpilih menjadi sampel (0,5)

d : besarnya penyimpangan yang dikehendaki (10% = 0,1)

Berdasarkan rumus di atas, diperoleh besar sampel pada penelitian adalah 89 orang siswi. Perhitungan besar sampel selengkapnya dapat dilihat pada lampiran. Sampel pada masing-masing kelas ditentukan dengan cara menggunakan rumus (Nasir, 2005) :

$$n_1 = \frac{N_1}{N} \times n$$

Keterangan :

n_1 : Besar sampel tiap kelas yang diteliti

N_1 : Jumlah populasi tiap kelas yang diteliti

N : Jumlah populasi dari sekolah yang diteliti

n : Besar sampel yang diteliti

4. Teknik sampling

Teknik sampling yang digunakan adalah dengan Proporsional Simple Random Sampling (perhitungan jumlah sampel tiap/masing-masing kelas terlampir).

D. Jenis dan Cara Pengumpulan Data

1. Jenis data

a. Data primer

Data primer yaitu data yang diperoleh peneliti langsung dari sumber pertama. Data primer dalam penelitian ini meliputi identitas sampel, pola konsumsi *fast food*, kebiasaan olahraga dan data Dismenore.

b. Data sekunder

Data sekunder yaitu data yang diperoleh atau dikumpulkan peneliti dari sumber yang telah ada. Data sekunder dari penelitian ini adalah gambaran umum SMA Dwijendra Denpasar dan jumlah siswa SMA Dwijendra Denpasar.

2. Cara pengumpulan data

a. Data primer

Pengumpulan data dibantu oleh 5 orang enumerator yaitu mahasiswa Prodi DIV Jurusan Gizi Poltekkes Denpasar yang telah diberi penjelasan terlebih dahulu mengenai prosedur penelitian. Untuk memudahkan pengambilan data, responden dikumpulkan dalam suatu ruangan atau kelas tertentu untuk menggali informasi terkait.

Data primer diperoleh dengan cara sebagai berikut :

- 1) Data identitas sampel dikumpulkan dengan metode wawancara.
- 2) Data tentang pola konsumsi *fast food* meliputi jenis, jumlah dan frekuensi dikumpulkan dengan wawancara. Jenis *fast food* diperoleh dengan menghitung jumlah jenis *fast food* yang dikonsumsi oleh sampel dalam satu bulan. Jumlah *fast food* diperoleh dengan menghitung jumlah lemak yang dikonsumsi

kemudian dibandingkan dengan AKG. Frekuensi *fast food* diperoleh dengan menghitung jumlah kali mengkonsumsi *fast food*.

- 3) Data kebiasaan olahraga dikumpulkan dengan wawancara untuk menanyakan frekuensi olahraga dalam seminggu.
- 4) Data kejadian dismenore dikumpulkan dengan wawancara untuk menanyakan dan mengidentifikasi gejala dismenore yang dialami saat menstruasi.

b. Data sekunder

Data sekunder dikumpulkan dengan cara mengutip dari laporan sekolah mengenai gambaran umum dan data jumlah siswa yang diperoleh dari absensi kelas.

3. Alat dan instrumen penelitian

Adapun alat dan instrument penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

- a. Form identitas.
- b. Kuisisioner digunakan untuk mengumpulkan data identitas sampel, data dismenore dan data kebiasaan olahraga.
- c. Form Semi Quantitative Food Frequency Questionnaire (SQ-FFQ) *Fast Food* modern untuk mengumpulkan data jenis, jumlah dan frekuensi *fast food*.

E. Pengolahan dan Analisis Data

1. Pengolahan data

Data yang telah dikumpulkan kemudian diolah sesuai dengan jenis datanya. Sebelum dilakukan pengolahan data, terlebih dahulu dilakukan *cleaning* data, selanjutnya dilakukan pemberian kode dari masing-masing data. Setelah itu masing-masing data diolah dengan cara sebagai berikut :

a. Data pola konsumsi *fast food*

Data pola konsumsi *fast food* diolah dan disajikan secara deskriptif. Pola konsumsi *fast food* meliputi jenis, jumlah dan frekuensi.

1) Data jenis *fast food*

Jenis *fast food* adalah jenis *fast food* yang dikonsumsi oleh sampel seperti *fried chicken*, *fried frice*, *pizza* dan *humberger* dalam sebulan terakhir. Data ini diolah dengan menjumlahkan jenis-jenis *fast food* yang dikonsumsi oleh sampel selama satu bulan terakhir, lalu dihitung nilai rata-ratanya. Kemudian dikelompokkan menjadi dua kategori yaitu :

- a) Banyak jika ≥ 5 jenis.
- b) Sedikit jika < 5 jenis.

2) Data jumlah *fast food*

Jumlah *fast food* adalah banyaknya lemak dari *fast food* yang dikonsumsi oleh sampel dalam sehari. Data ini diolah dengan mengkonversikan jumlah *fast food* yang pada awalnya dalam bentuk URT menjadi kedalam ukuran gram. Selanjutnya menggunakan program *Nutri Survey* diperoleh jumlah konsumsi lemak *fast food* dalam bentuk gram per harinya. Konsumsi lemak dari *fast food* kemudian dibandingkan dengan kebutuhan lemak per hari menurut AKG sehingga didapat tingkat konsumsi lemak. Setelah itu, tingkat konsumsi lemak sampel dirata-ratakan dan didapatkan hasil 28,32%. Kemudian dikategorikan menjadi dua kelompok yaitu :

- a) Diatas rata-rata jika $\geq 28,32\%$.
- b) Dibawah rata-rata jika $< 28,32\%$.

3) Data frekuensi *fast food*

Frekuensi *fast food* adalah banyaknya kali mengonsumsi *fast food* dalam sebulan terakhir. Data ini diolah dengan mengkonversikan frekuensi kedalam minggu. Dikelompokkan menjadi dua kelompok yaitu :

- a) Sering, jika konsumsi *fast food* $\geq 3x$ dalam seminggu.
- b) Jarang, jika konsumsi *fast food* $< 3x$ dalam seminggu (Pramanik, 2014).

b. Data kebiasaan olahraga

Kebiasaan olahraga sampel diolah dengan mengkonversikan frekuensi olahraga kedalam minggu. Kebiasaan olahraga dikelompokkan menjadi dua kategori yaitu :

- a) Jarang, jika olahraga dilakukan $< 3x$ /minggu.
- b) Sering, jika olahraga dilakukan $\geq 3x$ /minggu (Apriani, 2012).

c. Data kejadian dismenore

Untuk mendiagnosa dismenore, dilakukan identifikasi minimal tiga gejala meliputi satu gejala utama yaitu nyeri pada perut bagian bawah dan dua atau lebih gejala penyerta lainnya seperti pegal-pegal, nyeri pinggang bawah, sakit kepala, mual, muntah, sembelit, diare, sering buar air kecil, sensitive, lelah, dan nafsu makan menurun yang dialami oleh remaja putri sebelum dan selama menstruasi.

Data kejadian dismenore dikelompokkan menjadi dua kategori :

- 1) Tidak dismenore : tidak mengalami nyeri pada perut bagian bawah dan dua atau lebih gejala penyerta lainnya sebelum dan selama menstruasi.
- 2) Dismenore : mengalami rasa nyeri pada perut bagian bawah dan dua atau lebih gejala penyerta lainnya sebelum dan selama menstruasi (Karim,2009).

2. Analisis data

Hasil data yang diperoleh disajikan dalam bentuk table univariat dan table bivariat, diagram dan grafik. Dijabarkan secara deskriptif mengenai distribusi frekuensi dan proporsi masing-masing variabel yang diteliti, baik variabel bebas maupun terikat.

Analisis data yang digunakan untuk mengetahui hubungan variabel bebas dan variabel terikat yaitu analisis statistic uji chi square, digunakannya analisis ini karena uji tersebut menguji hubungan antara 2 variabel dan untuk membuktikan hipotesa yang diharapkan. Analisis tersebut digunakan untuk mengetahui hubungan antara pola konsumsi (jenis, jumlah dan frekuensi) *fast food* dengan kejadian dismenore dan kebiasaan olahraga dengan kejadian dismenore.

Kesimpulan dari uji secara statistik dengan menggunakan uji Chi Square sebagai berikut :

- a. Apabila nilai $p > 0,05$ jadi H_0 diterima, H_1 ditolak maka dapat disimpulkan tidak ada hubungan antara pola konsumsi *fast food* dengan kejadian dismenore pada remaja.

Sedangkan apabila nilai $p \leq 0,05$ jadi H_0 ditolak, H_1 diterima maka dapat disimpulkan ada hubungan antara pola konsumsi *fast food* dengan kejadian dismenore pada remaja.

- b. Apabila nilai $p > 0,05$ jadi H_0 diterima, H_1 ditolak maka dapat disimpulkan tidak ada hubungan antara kebiasaan olahraga dengan kejadian dismenore pada remaja.

Sedangkan apabila nilai $p \leq 0,05$ jadi H_0 ditolak, H_1 diterima maka dapat disimpulkan ada hubungan antara kebiasaan olahraga dengan kejadian dismenore pada remaja.