

BAB IV

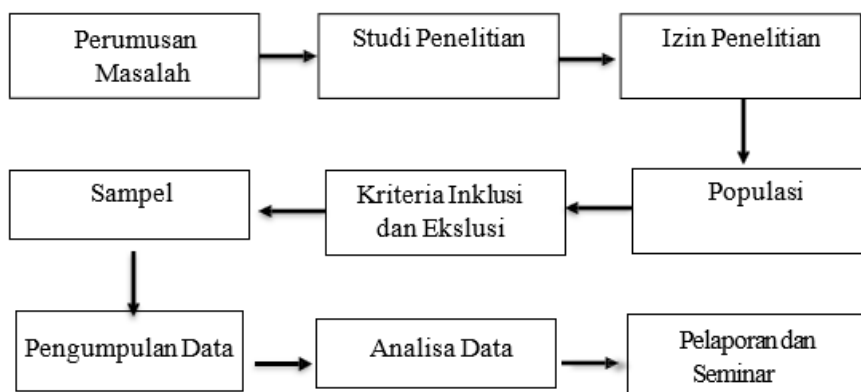
METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan adalah kuantitatif dengan pendekatan quasi eksperimen (eksperimen semu), yaitu penelitian yang bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian edukasi gizi terhadap pengetahuan dan status gizi pada penyandang disabilitas. Desain penelitian yang digunakan adalah pre-test dan post-test one group design, di mana subjek penelitian diberi tes awal (pre-test) sebelum perlakuan (edukasi gizi), kemudian diberi tes akhir (post-test) setelah perlakuan untuk melihat adanya perubahan yang terjadi. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah pemberian edukasi gizi, sedangkan variabel terikatnya adalah pengetahuan gizi dan status gizi pada penyandang disabilitas di Yayasan Cahaya Mutiara Ubud.

B. Alur Penelitian

Metodologi penelitian bertujuan untuk menyelesaikan masalah yang ada secara terstruktur. Berikut pembagian dari flow chart penelitian ditunjukkan dalam Gambar 1 di bawah ini



Gambar 1 Alur Penelitian

Gambar di atas menggambarkan tahapan sistematis dalam proses pelaksanaan penelitian ilmiah. Proses dimulai dari tahap perumusan masalah, yaitu identifikasi awal terhadap isu atau fenomena yang menjadi dasar dilakukannya penelitian. Setelah permasalahan dirumuskan secara jelas, langkah berikutnya adalah studi penelitian yang mencakup kajian teori, penyusunan kerangka konseptual, dan perencanaan metodologi yang relevan. Tahap selanjutnya adalah pengurusan izin penelitian dari pihak yang berwenang, terutama apabila penelitian melibatkan subjek manusia atau dilakukan di suatu institusi tertentu. Setelah memperoleh izin, peneliti menetapkan populasi, yakni keseluruhan subjek yang memiliki karakteristik tertentu sesuai tujuan penelitian. Dari populasi tersebut, peneliti menentukan kriteria inklusi dan eksklusi untuk menyaring responden yang sesuai. Sampel kemudian diambil berdasarkan kriteria tersebut sebagai representasi dari populasi. Penelitian dilanjutkan ke tahap pengumpulan data, di mana data dikumpulkan menggunakan instrumen yang telah dirancang sebelumnya. Data yang terkumpul kemudian dianalisis secara sistematis dalam tahap analisis data guna menjawab rumusan masalah atau menguji hipotesis yang telah ditetapkan. Tahap akhir dari penelitian adalah seminar dan pelaporan, di mana hasil penelitian dipresentasikan serta disusun dalam bentuk laporan atau publikasi ilmiah. Secara keseluruhan, diagram tersebut menjelaskan bahwa pelaksanaan penelitian harus melalui proses yang terstruktur dan logis untuk menjamin validitas dan keberlanjutan hasil penelitian.

C. Tempat dan Waktu Penelitian

1. Tempat

Penelitian ini dilaksanakan di Yayasan Cahaya Mutiara Ubud yang berlokasi di Br. Kawan-Tengah Tampaksiring, Kabupaten Gianyar, Bali. Tempat ini dipilih sebagai lokasi penelitian dengan pertimbangan sebagai berikut:

- a. Tersedianya subjek penelitian, yaitu penyandang disabilitas, yang sesuai dengan kriteria inklusi.
- b. Belum pernah dilakukan penelitian serupa di yayasan tersebut terkait edukasi gizi.
- c. Adanya izin resmi dari pihak yayasan dan kesediaan para penyandang disabilitas serta pendamping untuk berpartisipasi dalam kegiatan penelitian.

2. Waktu

Penelitian ini dimulai dengan proses pengajuan izin pada bulan Juni 2025. Pelaksanaan pre-test dan pemberian edukasi gizi dilakukan pada awal bulan Agustus 2025 sedangkan post-test serta pengolahan dan analisis data dilaksanakan pada bulan awal minggu ke tiga Bulan September 2025 atau selama 1 bulan 3 minggu.

D. Populasi dan Sampel

1. Populasi Penelitian

Populasi merupakan suatu wilayah generalisasi yang terdiri atas objek atau subjek yang memiliki kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2017). Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh penyandang disabilitas yang berada di

Yayasan Cahaya Mutiara Ubud, yang berlokasi di Br. Kawan-Tengah Tampaksiring, Kabupaten Gianyar, Bali. Jumlah populasi sasaran dalam penelitian ini sebanyak 40 orang penyandang disabilitas yang aktif mengikuti kegiatan di yayasan tersebut.

2. Sampel Penelitian

Sampel adalah sebagian dari populasi yang dapat mewakili keseluruhan populasi. Penentuan sampel dalam penelitian ini mempertimbangkan kriteria inklusi dan eksklusi sebagai berikut:

a. Kriteria Inklusi:

- 1) Merupakan penyandang disabilitas yang terdaftar secara aktif di Yayasan Cahaya Mutiara Ubud.
- 2) Mampu berkomunikasi secara verbal maupun non-verbal dengan baik.
- 3) Bersedia menjadi responden penelitian dengan mengisi lembar informed consent.
- 4) Hadir saat pre-test, intervensi edukasi gizi, dan post-test.
- 5) Berusia antara 15–35 tahun.

b. Kriteria Eksklusi:

- 1) Tidak hadir saat salah satu tahap kegiatan penelitian (pre-test/post-test).
- 2) Dalam kondisi sakit yang mengganggu proses pengambilan data.
- 3) Tidak memberikan persetujuan untuk berpartisipasi dalam penelitian.
- 4) Mengalami gangguan kognitif berat yang menghambat proses pengisian kuesioner.

c. Besar Sampel

Besar sampel dalam penelitian ini adalah seluruh populasi yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi, mengingat jumlah populasi relatif kecil dan dapat dijangkau sepenuhnya oleh peneliti. Oleh karena itu, penelitian ini menggunakan teknik total sampling, yaitu sebanyak 40 orang penyandang disabilitas yang aktif di Yayasan Cahaya Mutiara Ubud.

d. Teknik Pengambilan Sampel

Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan total sampling, yaitu seluruh populasi yang memenuhi kriteria inklusi dijadikan sebagai sampel penelitian. Teknik ini dipilih karena jumlah populasi tergolong kecil dan seluruh anggota populasi dapat dijangkau serta bersedia mengikuti kegiatan penelitian.

e. Teknik Intervensi Pengetahuan Gizi

Teknik intervensi pengetahuan dilakukan melalui beberapa tahap kegiatan sebagai berikut:

Tahap I: Sasaran diberikan penjelasan terkait penelitian dan perlakuan yang akan diberikan serta meminta kesediaan untuk dijadikan objek penelitian dengan menandatangani surat pernyataan (informed consent).

Tahap II: Melakukan pengukuran antropometri yaitu mengukur tinggi badan (TB) dan berat badan (BB) untuk menentukan status gizi, dilanjutkan dengan melakukan *pre-test* tertulis untuk mengetahui tingkat pengetahuan gizi responden sebelum intervensi dilakukan.

Tahap III: Dilakukan pada 1 hari berikutnya, yaitu memberikan Edukasi Gizi dengan topik: Gizi Seimbang, dengan alokasi waktu selama 60 menit. Media

yang digunakan adalah leaflet, food model makanan, dan poster. Setelah edukasi, diberikan *post-test* tertulis tentang materi yang telah diberikan.

Tahap IV: Dilakukan pada 1 minggu berikutnya berupa Edukasi Gizi dengan topik: Gizi untuk Pertumbuhan Tulang dan Otot serta Daya Tahan Tubuh, dengan alokasi waktu selama 60 menit. Media yang digunakan adalah leaflet, food model makanan, dan poster. Setelah edukasi, diberikan *post-test* tertulis tentang materi yang telah diberikan.

Tahap V: Dilakukan pada 1 minggu berikutnya berupa Edukasi Gizi dengan topik: Pentingnya Sarapan Sehat untuk Aktivitas Sehari-hari, dengan alokasi waktu selama 60 menit. Media yang digunakan adalah leaflet, food model makanan, dan poster. Setelah edukasi, diberikan *post-test* tertulis tentang materi yang telah diberikan.

Tahap VI: Dilakukan pada 1 minggu berikutnya berupa Edukasi Gizi dengan topik: Mengenal Sumber Zat Gizi Makro dan Mikro, dengan alokasi waktu selama 60 menit. Media yang digunakan adalah leaflet, food model makanan, dan poster. Setelah edukasi, diberikan *post-test* tertulis tentang materi yang telah diberikan.

Tahap VII: Dilakukan pada 1 minggu berikutnya berupa Edukasi Gizi dengan topik: Perilaku Hidup Bersih dan Sehat serta Hubungannya dengan Status Gizi, dengan alokasi waktu selama 60 menit. Media yang digunakan adalah leaflet, food model makanan, dan poster. Setelah edukasi, diberikan *post-test* tertulis tentang materi yang telah diberikan dan dilanjutkan dengan pengukuran status gizi ulang (TB dan BB) untuk menilai perubahan status gizi setelah seluruh intervensi selesai.

Tahap VIII Dilakukan pada 2 minggu berikutnya berupa pengukuran antropometri yaitu mengukur tinggi badan (TB) dan berat badan (BB) untuk menentukan status gizi.

Adapun yang memberikan edukasi adalah peneliti sendiri, dibantu oleh pembantu peneliti yang merupakan teman satu angkatan di Jurusan Gizi Poltekkes Denpasar yang berjumlah 2 orang.

E. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data

1. Jenis Data yang Dikumpulkan

a. Data Primer

Data primer dalam penelitian ini adalah data yang dikumpulkan langsung dari sampel, yaitu penyandang disabilitas yang berada di Yayasan Cahaya Mutiara Ubud. Jenis data primer yang dikumpulkan meliputi:

1) Data Identitas Sampel

Data identitas meliputi nama, jenis kelamin, usia, alamat, agama, dan nomor telepon dari penyandang disabilitas yang menjadi responden penelitian.

2) Data Pengetahuan Gizi

Data pengetahuan gizi dikumpulkan melalui wawancara atau kuisioner yang diberikan kepada sampel sebelum dan setelah pemberian edukasi gizi. Pertanyaan dalam kuisioner ini mencakup pengetahuan dasar mengenai pola makan sehat, kebutuhan gizi, serta pemahaman terkait pentingnya nutrisi bagi kesehatan tubuh.

3) Data Status Gizi

Status gizi akan diukur dengan menggunakan metode antropometri, yakni dengan melakukan penimbangan berat badan dan pengukuran tinggi badan untuk menghitung Indeks Massa Tubuh (IMT). Data ini digunakan untuk menentukan

apakah status gizi penyandang disabilitas tergolong dalam kategori normal, kurang, atau lebih.

b. Data sekunder

Data sekunder adalah data yang diperoleh dari dokumen atau catatan yang tersedia di Yayasan Cahaya Mutiara Ubud yang berkaitan dengan penyandang disabilitas, seperti data profil yayasan, catatan kesehatan, dan dokumen terkait lainnya. Data ini digunakan untuk memberikan gambaran umum mengenai kondisi fisik dan kesehatan penyandang disabilitas di yayasan tersebut serta untuk mendukung analisis data primer yang dikumpulkan.

2. Teknik Pengumpulan Data

Untuk mengumpulkan data dalam penelitian ini, digunakan beberapa teknik yang sesuai dengan tujuan dan jenis data yang akan dikumpulkan. Adapun teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

a. Wawancara (Interview)

Wawancara dilakukan dengan menggunakan panduan wawancara yang telah disiapkan sebelumnya untuk menggali pengetahuan gizi responden sebelum dan setelah pemberian edukasi gizi. Wawancara dilakukan secara langsung dengan penyandang disabilitas yang berada di Yayasan Cahaya Mutiara Ubud. Pertanyaan dalam wawancara berfokus pada pemahaman mereka tentang pola makan sehat, kebutuhan gizi, dan faktor-faktor yang mempengaruhi status gizi mereka. Wawancara ini bertujuan untuk mendapatkan data mengenai tingkat pengetahuan gizi responden.

b. Kuesioner (Questionnaire)

Kuesioner digunakan untuk mengukur tingkat pengetahuan gizi responden secara kuantitatif sebelum dan setelah pemberian edukasi gizi. Kuesioner ini disusun berdasarkan indikator pengetahuan gizi yang relevan, dan akan diberikan kepada responden untuk dijawab secara mandiri atau dengan bantuan peneliti, tergantung pada kemampuan dan kondisi responden. Data yang diperoleh dari kuesioner ini akan digunakan untuk menganalisis perubahan pengetahuan gizi setelah intervensi.

c. Pengukuran Antropometri

Pengukuran antropometri dilakukan dengan cara menimbang berat badan dan mengukur tinggi badan penyandang disabilitas untuk menghitung Indeks Massa Tubuh (IMT). Teknik ini digunakan untuk menilai status gizi responden. Pengukuran dilakukan sebelum pemberian edukasi gizi dan setelah periode intervensi untuk melihat apakah terdapat perubahan dalam status gizi mereka.

d. Observasi Langsung

Observasi langsung dilakukan untuk melihat kondisi lingkungan dan aktivitas sehari-hari penyandang disabilitas di Yayasan Cahaya Mutiara Ubud. Observasi ini dilakukan untuk menilai interaksi sosial mereka dengan anggota yayasan lainnya dan untuk mengamati bagaimana edukasi gizi diterima dan diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Peneliti juga mengamati kebiasaan makan dan perilaku terkait gizi dalam kegiatan sehari-hari responden.

F. Pengolahan dan Analisis Data

1. Pengolahan Data

a. Status Gizi

Data status gizi diperoleh melalui pengukuran berat badan dan tinggi badan untuk menghitung Indeks Massa Tubuh (IMT). Pemilihan indeks yang digunakan disesuaikan dengan usia responden:

- 1) Untuk responden berusia ≤ 18 tahun, status gizi dihitung menggunakan IMT menurut umur (IMT/U) dan dikategorikan berdasarkan nilai Z-score sesuai standar Kementerian Kesehatan RI:

- Gizi buruk (severely underweight): Z-score IMT/U < -3 SD
- Gizi kurang (underweight): $-3 \text{ SD} \leq \text{Z-score IMT/U} < -2 \text{ SD}$
- Gizi baik (normal): $-2 \text{ SD} \leq \text{Z-score IMT/U} < +1 \text{ SD}$
- Gizi lebih (overweight): $+1 \text{ SD} \leq \text{Z-score IMT/U} < +2 \text{ SD}$
- Obesitas (obese): Z-score IMT/U $> +2 \text{ SD}$

- 2) Untuk responden berusia > 18 tahun, status gizi dihitung menggunakan IMT dengan rumus:

$$IMT = \frac{\text{Berat Badan (kg)}}{\text{Tinggi Badan (m)}^2}$$

Kategori status gizi berdasarkan nilai IMT:

- Gizi kurang (underweight): $IMT < 18,5$
- Gizi normal (normal): $18,5 \leq IMT < 25$
- Gizi lebih (overweight): $25 \leq IMT < 27$
- Obesitas (obese): $IMT \geq 27$

b. Pengetahuan Gizi

Data pengetahuan gizi yang dikumpulkan melalui kuesioner atau wawancara akan dianalisis dengan menggunakan persentase jawaban yang benar. Responden akan diberikan serangkaian pertanyaan terkait pengetahuan gizi, yang mencakup topik-topik seperti pentingnya makanan sehat, kebutuhan gizi, dan cara menjaga pola makan yang seimbang. Setiap pertanyaan yang dijawab dengan benar akan dihitung dan dikonversikan menjadi persentase jawaban yang benar.

Kategorisasi pengetahuan gizi berdasarkan persentase jawaban yang benar adalah sebagai berikut:

- 1) Sangat Kurang (0-40% benar): Pemahaman sangat terbatas mengenai gizi, tidak mengetahui konsep dasar tentang makanan sehat dan zat gizi penting.
- 2) Kurang (41-60% benar): Pengetahuan gizi masih terbatas, mengetahui beberapa jenis makanan sehat dan kandungan gizinya, tetapi belum dapat menjelaskan secara mendalam tentang konsep gizi yang seimbang.
- 3) Cukup (61-80% benar): Pengetahuan gizi cukup baik, dapat menjelaskan beberapa aspek penting mengenai gizi, kebutuhan tubuh akan nutrisi, dan cara menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari.
- 4) Baik (81-100% benar): Pengetahuan gizi sangat baik, dapat menjelaskan secara rinci tentang pola makan sehat, makronutrien, mikronutrien, serta dampaknya terhadap kesehatan tubuh.

Persentase jawaban benar sebelum dan sesudah pemberian edukasi gizi akan dihitung untuk melihat perubahan tingkat pengetahuan gizi responden. Analisis ini

bertujuan untuk mengetahui apakah ada peningkatan yang signifikan dalam pemahaman gizi setelah intervensi edukasi gizi diberikan.

Dengan pengolahan data ini, diharapkan penelitian dapat memberikan gambaran yang jelas mengenai pengaruh pemberian edukasi gizi terhadap pengetahuan dan status gizi penyandang disabilitas di Yayasan Cahaya Mutiara Ubud.

2. Analisis Data

a. Analisis Univariat

Analisis univariat digunakan untuk menganalisis dan menggambarkan satu variabel secara terpisah. Dalam penelitian ini, analisis univariat digunakan untuk menghitung distribusi kategori status gizi (berdasarkan IMT) dan tingkat pengetahuan gizi (berdasarkan persentase jawaban benar) sebelum dan sesudah pemberian edukasi gizi.

b. Analisis Bivariat

Analisis bivariat digunakan untuk menguji hubungan atau perbedaan antara dua variabel. Dalam penelitian ini, uji *Wilcoxon Signed Rank Test* digunakan untuk menguji apakah ada perbedaan yang signifikan pada status gizi dan pengetahuan gizi penyandang disabilitas sebelum dan sesudah pemberian edukasi gizi. Uji ini cocok digunakan untuk data berpasangan yang tidak terdistribusi normal. analisis bivariat adalah penyelidikan dari dua variabel atau lebih yang dikira berhubungan. Data yang terkumpul kemudian diolah, dibahas, dan disajikan dalam bentuk tabel untuk mengevaluasi hipotesis yang telah diuji secara statistik. Analisis bivariat dilakukan dalam dua tahapan yaitu tahap pertama pra analisis menggunakan uji

normalitas dan tahap kedua yaitu analisis statistik menggunakan uji *Paired T-Test* (apabila berdistribusi normal) atau *Wilcoxon* (apabila tidak berdistribusi normal), Analisis tersebut dilakukan dengan bantuan program komputer yang menghasilkan kriteria uji, sebagai berikut:

- 1) H_0 diterima, H_1 ditolak apabila $p \geq 0,05$, sehingga dapat dikatakan tidak ada perbedaan yang signifikan terhadap perubahan pengetahuan dan status gizi setelah diberikan edukasi gizi pada penyandang disabilitas di Yayasan Cahaya Mutiara Ubud.
- 2) H_0 ditolak, H_1 diterima apabila $p < 0,05$ sehingga dapat dikatakan ada perbedaan yang signifikan terhadap perubahan pengetahuan dan status gizi setelah diberikan edukasi gizi pada penyandang disabilitas di Yayasan Cahaya Mutiara Ubud sebelum dan sesudah edukasi gizi menggunakan video.

G. Etika Penelitian

Dalam penyusunan penelitian ini, peneliti harus memperoleh izin dari pihak yang berwenang di Yayasan Cahaya Mutiara Ubud, yang mencakup persetujuan penelitian untuk melibatkan penyandang disabilitas sebagai responden. Penelitian ini juga akan mengikuti prosedur etika yang berkaitan dengan perlindungan hak responden, di antaranya:

1. Lembar Persetujuan (*Informed Consent*)

Lembar persetujuan adalah dokumen yang berisi permintaan persetujuan dari calon responden untuk berpartisipasi dalam penelitian ini. Responden diwajibkan membaca dengan seksama isi lembar persetujuan tersebut, memahami tujuan, prosedur, serta potensi manfaat dan risiko dari penelitian.

Setelah itu, responden diharuskan untuk memberikan tanda tangan sebagai bukti persetujuan.

2. Kerahasiaan (*Confidentiality*)

Peneliti akan menjaga kerahasiaan data pribadi responden. Semua informasi yang dikumpulkan selama penelitian akan dijaga kerahasiaannya dan hanya digunakan untuk kepentingan penelitian. Data yang disajikan dalam laporan penelitian akan bersifat anonim dan tidak mengungkapkan identitas responden.

3. Tidak Merugikan (*Nonmaleficence*)

Peneliti akan memastikan bahwa penelitian ini tidak membahayakan atau merugikan responden, baik secara fisik maupun psikologis. Semua prosedur yang dilakukan dalam penelitian ini akan dijelaskan terlebih dahulu kepada responden untuk menghindari potensi risiko yang tidak diinginkan.

4. Bermanfaat (*Beneficence*)

Peneliti akan menjelaskan manfaat dari penelitian ini kepada responden, yaitu untuk meningkatkan pengetahuan gizi dan status gizi penyandang disabilitas. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi yang berguna untuk meningkatkan kualitas hidup dan kesejahteraan mereka, serta membantu pengembangan edukasi gizi yang lebih baik di masa depan.