

BAB IV

METODE PENELITIAN

A. Jenis Rancangan Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan yaitu observasional dengan pendekatan *Cross Sectional*. Penelitian *Cross Sectional* adalah studi yang mempelajari dinamika hubungan atau korelasi antara faktor-faktor resiko dengan dampak, pendekatan yang dilakukan adalah dengan observasi atau pengumpulan data sekaligus pada kondisi waktu tertentu (*point time approach*). Tiap-tiap subjek penelitian hanya diobservasi satu kali saja dan rentang waktu ukur dilakukan terhadap status karakter atau variabel subjek pada saat penelitian. Subjek penelitian tidak harus diamati pada waktu yang sama. Desain ini dapat mengetahui dengan jelas mana yang jadi proses dan *outcome*, serta kejelasan korelasi hubungan sebab akibat (Notoatmodjo, 2002).

B. Tempat dan Waktu Penelitian

1. Tempat Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Sun Island Hotel and Spa Kuta. Dipilih sebagai lokasi penelitian didasarkan atas beberapa pertimbangan, antara lain :

- a. Jumlah sampel memadai untuk melakukan penelitian yaitu 32 sampel
- b. Belum pernah dilakukan penelitian ini di Hotel tersebut

2. Waktu Penelitian

Pengumpulan data dilakukan pada bulan Februari - Juni 2019

C. Populasi dan Sampel Penelitian

1. Populasi

Populasi dari penelitian ini adalah seluruh tenaga kerja di Sun Island Hotel and Spa Kuta yang berjumlah 93 orang.

2. Sampel penelitian

a. Besar sampel

Sampel dihitung dengan menggunakan teknik Slovin menurut Sugiyono, 2011.

Rumus Slovin untuk menentukan sampel adalah sebagai berikut :

$$\begin{aligned}n &= \frac{N}{1+N(e)^2} \\ &= \frac{93}{1 + 93(0,2)^2} \\ &= \frac{93}{2,86} \\ &= 32 \text{ sampel}\end{aligned}$$

Jadi setelah dihitung menggunakan Rumus Slovin menurut Sugiyono 2011 didapatkan sampel sebanyak 32 sampel.

Keterangan :

n = ukuran sampel/jumlah responden

N = ukuran populasi

e = persentase kelonggaran ketelitian kesalahan pengambilan sampel yang masih bisa ditolerir

Dalam rumus Slovin ada ketentuan sebagai berikut :

Nilai e = 0,1 (10%) untuk populasi dalam jumlah besar

Nilai e = 0,2 (20%) untuk populasi dalam jumlah kecil

Jadi rentang sampel yang dapat diambil dari teknik slovin adalah antara 10 – 20 % dari populasi.

b. Teknik pengambilan sampel

Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini dilakukan dengan cara *Purposive sampling*. *Purposive sampling* yaitu pengambilan sampel yang didasarkan pada suatu pertimbangan tertentu yang dibuat oleh peneliti (Notoatmodjo, 2010). Sampel dihitung dengan menggunakan teknik Slovin menurut Sugiyono, 2011.

c. Teknik sampling

Teknik pengambilan sampel ditentukan menggunakan metode konsekutif yaitu seluruh tenaga kerja di Sun Island Hotel and Spa Kuta yang memenuhi kriteria sampel, diambil sebagai sampel sampai memperoleh jumlah sampel yang diperlukan.

d. Kriteria sampel

1) Kriteria inklusi

Kriteria inklusi adalah kriteria dimana subyek mewakili sampel penelitian yang memenuhi syarat sebagai sampel. Kriteria inklusi dalam penelitian ini adalah :

- a) Semua tenaga kerja di Sun Island Hotel and Spa Kuta
- b) Dalam kondisi sehat.
- c) Bersedia menjadi sampel penelitian.
- d) Mendapat makan siang.

2) Kriteria eksklusi

Kriteria eksklusi adalah kriteria dimana subyek penelitian tidak dapat mewakili sampel karena tidak memenuhi syarat dalam sampel penelitian. Kriteria eksklusi dalam penelitian ini adalah responden sedang sakit.

D. Jenis Data Cara Pengumpulan Data

1. Jenis data

Jenis data yang dikumpulkan pada penelitian ini meliputi data primer dan data sekunder, yaitu :

a. Data primer

Data primer adalah data yang diperoleh secara langsung dari subjek. Data primer yang dikumpulkan meliputi :

- 1) Identitas responden (nama, umur, jenis kelamin)
- 2) Data asupan zat gizi makro meliputi energi, protein, lemak dan karbohidrat dalam sehari.
- 3) Data status gizi sampel diperoleh dengan metode antropometri yang meliputi tinggi badan dan berat badan.

b. Data sekunder

Data sekunder adalah data yang diperoleh bukan dengan cara observasi langsung atau wawancara. Data sekunder pada penelitian ini meliputi : Data gambaran umum Sun Island Hotel and Spa Kuta dan data ketenagaan di Sun Island Hotel and Spa Kuta.

2. Cara pengumpulan data

a. Data primer

- 1) Identitas responden yaitu nama, umur, jenis kelamin. Data ini diperoleh dengan cara wawancara langsung dengan sampel dengan menggunakan form identitas sampel terdapat pada lampiran 8.
- 2) Data asupan zat gizi makro dikumpulkan dengan cara penimbangan sebelum makanan dikonsumsi dan menimbang sisa makanan, penimbangan dilakukan untuk makan siang yang diperoleh di hotel serta recall 2x24 jam untuk mengetahui konsumsi makanan diluar hotel kemudian diterjemahkan ke dalam gram. Penimbangan dilakukan dua kali pengukuran, penimbangan dilakukan pada hari pertama, dan hari kedua untuk mencari konsumsi makan siang di hotel. Kemudian recall dilakukan dua kali pengukuran yaitu hari pertama, dan hari kedua untuk mengetahui konsumsi responden pada pagi hari dan malam hari. Recall hari pertama menanyakan makanan yang dikonsumsi responden di rumah sebelum berangkat ke hotel, dan recall hari kedua menanyakan makanan yang dikonsumsi sampel pada kemarin malannya dan pagi sebelum sampel berangkat ke hotel, untuk makan malam pada recall hari kedua ditanyakan pada hari ke 3 pada pagi harinya. Setelah itu, data kemudian dianalisis dengan nutria 2008. Selanjutnya rata – rata asupan zat gizi dibandingkan dengan kebutuhan perindividu responden. Pengumpulan data ini dilakukan oleh 5 orang mahasiswa jurusan gizi yang sudah memperoleh penjelasan mengenai tujuan penelitian.
- 3) Data status gizi diukur pada hari pertama, yaitu berupa data berat badan diperoleh dengan cara menimbang berat badan dengan menggunakan timbangan

digital dengan merek GEA dengan ketelitian 0,1 kg dan data tinggi badan diperoleh dengan mengukur tinggi badan dengan microtoise merek GEA dengan panjang 200 cm yang memiliki ketelitian 0,1 cm.

b. Data Sekunder

Gambaran umum Sun Island Hotel and Spa Kuta dan ketenagaan di Sun Island Hotel and Spa Kuta diperoleh dari data Hotel Sun Island Kuta.

E. Alat dan Instrumen Penelitian

Alat dan instrumen yang digunakan dalam penelitian ini, yaitu :

1. Alat penelitian

Alat yang digunakan dalam penelitian ini adalah timbangan digital merek GEA dengan ketelitian 0.1 kg, mikrotoa merek GEA dengan panjang 200 cm dengan tingkat ketelitian 0.1 cm dan timbangan digital kitchen scale weight.

2. Instrumen penelitian

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah :

- a. Form identitas sampel , pada lampiran 8
- b. Form penimbangan, lampiran 9
- c. Form *recall* 24 jam, pada lampiran 10

F. Pengolahan Data dan Analisis Data

1. Pengolahan data

Data yang telah terkumpul diolah secara deskriptif kemudian hasilnya disajikan dan dianalisis secara deskriptif.

- a. Data identitas sampel ditabulasi kemudian dikelompokkan dan disajikan dan dianalisis secara deskriptif.
- b. Hasil data asupan zat gizi makro berdasarkan metode *recall* 2x24 jam dan metode penimbangan yang dilakukan 2 hari berturut – turut dengan mencatat bahan makanan yang dikonsumsi berdasarkan URT kemudian dikonversikan dalam bentuk gram kemudian dianalisis menggunakan nutri 2008, selanjutnya hasil analisis nutri 2008 dibagi dengan kebutuhan per individu, kebutuhan per individu dihitung menggunakan rumus Dubois. Selanjutnya asupan zat gizi aktual dibagi kebutuhan kemudian dikalikan 100% agar mendapat persentase

$$\text{Tingkat asupan} = \frac{\text{Konsumsi zat gizi}}{\text{Kebutuhan zat gizi}} \times 100 \%$$

Untuk klarifikasi asupan energi dan zat gizi makro dibagi menjadi 4 kategori yaitu :

- 1) Sedang/Lebih : 80 – 120 %
- 2) Defisit/Kurang: <70 – 79 %
(Sumber: Supriasa, 2014)

c. Data status gizi

Penilaian status gizi diperoleh pada saat penelitian ditentukan dengan metode antropometri dengan perhitungan IMT tenaga kerja di Sun Island Hotel, dengan rumus sebagai berikut :

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

Dengan kategori IMT :

- 1) Normal : >18,5 – 25,0
- 2) Gemuk/Sangat Gemuk : >25,0 – <27,0

(sumber: Kemenkes RI, 2014)

2. Analisis data

Untuk mengetahui gambaran status gizi dan asupan at gizi makro pada tenaga kerja di Sun Island Hotel and Spa Kuta maka perlu dianalisis secara deskriptif dan disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi dan tabel silang.

G. Etika Penelitian

1. Mengurus ijin dan ethical clearance.
2. Setiap responden yang akan dijadikan sampel penelitian terlebih dahulu diminta untuk mengisi formulir kesediaan menjadi sampel dengan menandatangani formulir persetujuan sampel yang mencakup manfaat penelitian, penjelasan kemungkinan resiko dan ketidak nyamanan yang ditimbulkan, penjelasan manfaat yang didapatkan, serta jaminan anonimitas dan kerahasiaan terhadap identitas dan informasi yang diberikan oleh sampel.
3. Pengambilan data dilakukan setelah ada kesempatan bersama, antara peneliti dan sampel.