

## **BAB IV**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Jenis dan Rancangan Penelitian**

Jenis penelitian ini adalah penelitian observasional karena peneliti hanya mengamati subjek apa adanya tanpa melakukan perlakuan/intervensi. Rancangan penelitiannya adalah cross-sectional, dimana variabel-variabel pada objek penelitian diukur atau dikumpulkan dalam waktu yang bersamaan.

#### **B. Tempat dan Waktu Penelitian**

##### **1. Tempat Penelitian**

Penelitian ini dilaksanakan di SMA Negeri 1 Ubud. Adapun pertimbangan memilih lokasi ini sebagai tempat penelitian yaitu :

- a. Berdasarkan peninjauan awal oleh peneliti ternyata ada masalah gizi gemuk dan obesitas yang tinggi ( 30% dan 20%).
- b. SMA Negeri 1 Ubud sudah dikenal peneliti dan mudah dijangkau sehingga memudahkan peneliti untuk melakukan penelitian.
- c. Belum pernah dilakukan penelitian sejenis di SMA Negeri 1 Ubud.
- d. Sudah mendapatkan izin dari kepala sekolah di SMA Negeri 1 Ubud.

##### **2. Waktu Penelitian**

Penelitian dilakukan bulan Maret sampai Mei 2019.

#### **C. Populasi dan Sampel Penelitian**

##### **1. Populasi**

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa di SMA Negeri 1 Ubud yang terdiri dari kelas X, XI, dan XII, sedangkan populasi target peneliti

yaitu siswa yang berada di kelas X Mipa 1 dan Mipa 2 SMA Negeri 1 Ubud yang dimana telah disarankan oleh pihak sekolah.

## 2. Sampel

Sampel dalam penelitian ini adalah keseluruhan populasi target yang berjumlah 70 siswa, yang diperoleh dengan non random dimana pengambilannya menurut jumlah. Dipilihnya siswa kelas tersebut pada penelitian ini dengan kriteria inklusi sebagai berikut:

- a. Siswa mau menjadi sampel dengan menandatangani Form Consent
- b. Sehat jasmani dan rohani selama dilakukan penelitian
- c. Kelas X Mipa 1 dan Mipa 2
- d. Berada dilokasi selama dilakukan penelitian

## **D. Jenis dan Cara Pengumpulan Data**

### **1. Jenis Data**

Jenis data yang dikumpulkan dalam penelitian ini ada 2 jenis data yaitu data primer dan sekunder sebagai berikut :

- a. Data primer meliputi : data identitas siswa (nama siswa, tanggal lahir/umur, jenis kelamin, agama, alamat, kelas, no. handphone) status gizi dan data konsumsi makan.
- b. Data sekunder yaitu data yang diperoleh dari dokumen-dokumen tertulis mengenai gambaran umum atau profil SMA Negeri 1 Ubud meliputi sejarah, jumlah guru, staf pegawai, ruangan belajar.

## **2. Cara Pengumpulan Data**

### **a. Data Primer**

#### **1) Data Identitas**

Data identitas siswa dikumpulkan berdasarkan mencatat nama, tempat/tanggal lahir, jenis kelamin, umur siswa, alamat, dengan bantuan daftar pertanyaan atau kuesioner (Angket).

#### **2) Data Status Gizi**

Data status gizi dikumpulkan data berat badan, tinggi badan dan umur, dimana data berat badan diperoleh berdasarkan menimbang langsung menggunakan timbangan injak dan data tinggi badan diukur menggunakan microtoice.

#### **3) Data Tingkat Konsumsi**

Data tingkat konsumsi dikumpulkan dengan wawancara dan menggunakan form recall 1 x 24 jam lalu.

### **b. Data Sekunder**

Data gambaran umum profil SMA Negeri 1 Ubud diperoleh dengan melihat catatan dan pelaporan tahunan SMA Negeri 1 Ubud.

## **3. Instrumen Pengumpulan Data**

Instrumen yang akan digunakan untuk mengumpulkan data-data tersebut adalah:

### **a. Form**

Form identitas siswa digunakan untuk mengetahui identitas siswa secara jelas terutama nama, tanggal lahir, umur, jenis kelamin, agama, alamat dan no. handphone.

b. Timbangan

Untuk mengumpulkan data berat badan menggunakan timbangan injak kapasitas 120 kg dan dengan ketelitian 0.1 kg.

c. *Microtoice*

*Microtoice* digunakan untuk mengukur tinggi badan dengan kapasitas 200 cm dan ketelitian 0.1 cm.

d. Form recall

Form Recall merupakan form yang memuat makanan dan minuman termasuk snack dan suplemen makanan yang dikonsumsi mulai dari bangun tidur pagi hari kemarin sampai bangun tidur lagi pada hari wawancara 1 x 24 jam.

## **E. Cara Pengolahan Data dan Analisis Data**

### 1. Pengolahan Data

#### a. Status Gizi

Data status gizi diukur berdasarkan Indeks Massa Tubuh menurut umur dan jenis kelamin (IMT/U). Dimana sebelum mengukur IMT, harus dilakukan pengukuran berat badan dan tinggi badan terlebih dahulu, setelah itu mendapatkan hasil yang kemudian dibandingkan dengan standar pembandingan pada buku Antropometri yang sesuai umur agar dapat mengetahui status gizinya dengan melihat hasil z-score. Adapun kategori dalam IMT/U sebagai berikut:

Tabel. 2

## Kategori Status Gizi IMT/U

Indeks	Z-score	Kategori Status Gizi
IMT/U	>2 SD	Obesitas
	>1 SD s/d 2 SD	Gemuk
	-2 SD s/d 1 SD	Normal
	- 3 SD s/d 1 SD	Kurus
	<-3 SD	Sangat Kurus

(Permenkes RI, No: 1995 tahun 2010, tentang Antropometri)

## b. Konsumsi Gizi

Data asupan masing-masing bahan makanan dalam ukuran rumah tangga yang dikumpulkan berdasarkan form Recall dikonversikan dalam bentuk gram. Cara memperoleh konsumsi zat gizi adalah mengkonversikan dalam bentuk gram menggunakan software nutri survey. Hasil asupan zat gizi dalam sehari selanjutnya dibandingkan berdasarkan Angka Kecukupan Gizi (AKG) Permenkes RI, 2013. Sehingga diperoleh tingkat konsumsi zat gizi. Klasifikasi tingkat konsumsi zat gizi dapat dibedakan menjadi 2 yang ditampilkan berdasarkan katagori berikut : cara mencari urtnya

- a) Baik :  $\geq 100\%$  AKG
- b) Sedang : 80 – 99% AKG
- c) Kurang : 70 – 79% AKG
- d) Deficit :  $< 70\%$  AKG

## 2. Analisis Data

- a. Data status gizi disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi dan dianalisis secara deskriptif.
- b. Data tingkat konsumsi zat gizi disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi dan dianalisis secara deskriptif.
- c. Untuk mengetahui keterkaitan antara status gizi berdasarkan konsumsi zat gizi siswa maka data yang diperoleh kemudian dibuatkan tabel silang dan dianalisis secara deskriptif.