

## **BAB IV**

### **METODE PENELITIAN**

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

Jenis penelitian yang digunakan adalah *observasional* dengan pendekatan *cross sectional* yaitu jenis penelitian yang menekankan pada waktu dan pengukuran atau observasi data dalam satu kali pada satu waktu yang dilakukan pada variabel terikat dan variabel bebas. Pendekatan ini digunakan untuk melihat hubungan antara persepsi sehat, asupan zat gizi, dan status gizi (Widayanti, 2015).

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

Penelitian ini dilaksanakan pada Bulan Januari 2020 selama satu minggu dan Maret 2020 selama satu minggu di Rumah Sehat Club Egar – Bingar di Desa Tihingan, Kabupaten Klungkung, Provinsi Bali. Tempat ini dipilih sebagai tempat penelitian karena :

1. Terdapat sampel yang sesuai dengan penelitian
2. Peneliti sudah mengetahui tempat penelitian
3. Sebelumnya, di lokasi ini tidak pernah dilakukan penelitian atau pengumpulan data mengenai persepsi sehat, asupan energi, protein dan status gizi anggota rumah sehat.

## **C. Populasi dan Sampel**

### **1. Populasi**

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh anggota yang terdaftar di Rumah Sehat Club Egar – Bingar di Desa Tihingan, Kabupaten Klungkung dengan jumlah populasi 36 orang dikarenakan adanya pandemi COVID-19.

### **2. Sampel**

#### **a. Unit Analisis dan Responden**

Unit analisis dalam penelitian ini adalah anggota yang memenuhi kriteria inklusi dalam kurun waktu penelitian 2 minggu.

#### **1) Kriteria Inklusi**

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

- a) Bersedia menjadi sampel
- b) Jenis kelamin laki – laki dan perempuan
- c) Berusia 30 - 60 tahun
- d) Sudah pernah berkunjung minimal 2 kali
- e) Belum pernah menjadi anggota club lain dengan produk yang berbeda

#### **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:

- a) Tidak hadir saat pengumpulan data

- b) Usia < 30 tahun
- c) Dalam keadaan sakit parah

### **3. Besar Sampel dan Teknik Pengambilan Sampel**

Adapun penentuan minimal besar sampel dalam penelitian dengan jumlah 36 sampel. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *consecutive sampling* yaitu dengan metode pengambilan sampel secara bebas dan memenuhi syarat inklusi (Kriyanto, 2014).

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

### **1. Jenis Data**

- a. Data Primer adalah data yang dikumpulkan dan diperoleh langsung oleh peneliti terhadap sampel data persepsi sehat menurut anggota, data asupan energi, protein dan data status gizi dengan standar Indeks Masa Tubuh (*IMT*) (tinggi badan, berat badan).
- b. Data Sekunder adalah data yang dikumpulkan oleh peneliti dari data yang sudah ada di Rumah Sehat Club Egar – Bingar Di Desa Tihingan, Kabupaten Klungkung yang meliputi tujuan, aktivitas/pelayanan, keanggotaan, dan identitas sampel.

### **2. Cara Pengumpulan Data**

- a. Data Primer diperoleh dengan cara sebagai berikut :
  - 1) Data persepsi sehat diperoleh dengan menggunakan metode wawancara melalui kuesioner yang berisi bagaimana pengetahuan, pendapat anggota terhadap persepsi

sehat dan data pendukung lainnya tercantum dalam kuesioner meliputi: nama, jenis kelamin, alamat, agama, umur, pendidikan terakhir, pekerjaan, dan riwayat penyakit.

2) Data asupan energi, protein yang dikumpulkan dengan menggunakan metode wawancara oleh peneliti menggunakan form *food recall 2 x 24 jam*.

3) Data status gizi sampel dikumpulkan dengan mengukur berat badan, tinggi badan sampel dengan menggunakan alat *microise* panjang 200 cm dengan ketelitian 0,1 cm dan timbangan badan (merk *onemed*) dengan ketelitian 0,2 kg.

b. Data sekunder diperoleh dengan cara mencatat data yang sudah ada di Rumah Sehat Club Egar – Bingar Di Desa Tihingan, Kabupaten Klungkung.

#### **E. Instrumen Penelitian**

Instrumen yang digunakan adalah :

- 1) Formulir identitas sampel untuk mendapat identitas sampel.
- 2) Kuesioner *skala likert* untuk mendapatkan persepsi sehat setiap sampel.
- 3) Formulir *Food Recall 2 x 24 jam* untuk mendapatkan data asupan energi, protein sampel.
- 4) Alat *timbangan badan dan microtoise* untuk mendapatkan data status gizi sampel sesuai IMT.

## F. Cara Pengolahan dan Analisis Data

### 1. Pengolahan Data

#### a. Data Persepsi Sehat

- 1) Data persepsi sehat diukur menggunakan teknik skala *likert*. Penggunaan skala *likert* menurut Sugiyono (2013;132) dalam penelitian AD Azwar, 2015 adalah “skala *likert* digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, persepsi, seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial”. Sehingga dari hasil kuesioner diperoleh skor sebagai berikut:

Tabel 3  
Bobot Penilaian Jawaban Kuesioner

Jawaban	Skor	
	Nilai Positif	Nilai Negative
Sangat Setuju	5	1
Setuju	4	2
Ragu – ragu	3	3
Tidak Setuju	2	4
Sangat Tidak Setuju	1	5

Penggolongan kategori dilakukan berdasarkan total skor yang diperoleh responden untuk setiap aspek yang diajukan pada sampel. Skor dari setiap aspek dikategorikan sebagai berikut :

Baik : 76 – 100%

Sedang : 56 – 75 %

Kurang : < 56 %

(Sumber: Sugiyono (2013;132).

**b. Data Asupan Zat Gizi**

- 1) Data asupan energi, protein mengenai jumlah makanan yang dikonsumsi dalam setiap hari. Asupan energi, protein diukur dengan metode *food recall 2 x 24* jam akan dibandingkan dengan rumus:

$$\frac{\text{Asupan Zat Gizi}}{\text{Harris Benedict}} \times 100\%$$

- 2) Hasil pengukuran asupan zat gizi selanjutnya dikategorikan dengan pemenuhan asupan berdasarkan kategori kecukupan gizi (Gibson, 2005) :

Tabel 4

Kategori Pemenuhan Asupan Berdasarkan Kategori Kecukupan Gizi (Energi)  
(Gibson, 2005)

Kategori Kecukupan Gizi	Keterangan
<70%	Defisit tingkat berat
70-79%	Defisit tingkat sedang
80-89%	Defisit tingkat ringan
90-119%	Normal
>120%	Lebih

Tabel 5

Kategori Pemenuhan Asupan Berdasarkan Angka Kecukupan Gizi (Protein) (AKG, 2013)

Kategori Kecukupan Gizi	Keterangan
<80%	Kurang

80-110%	Cukup
>110%	Lebih

---

### C. Data Status Gizi

- 1) Data status gizi yaitu hasil akhir dari keseimbangan antara makanan yang masuk ke dalam tubuh dengan kebutuhan tubuh akan zat gizi. Dengan pengukuran cara menimbang berat badan dan mengukur tinggi badan sampel menggunakan alat timbangan dan *microtoise*.
- 2) Lalu hasil pengukuran akan dikategorikan dengan Indeks Massa Tubuh dengan rumus:

*Rumus IMT:*

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

Setelah itu hasil pengukuran dibandingkan dengan standar Indeks Massa Tubuh:

Tabel 6 Status IMT

(Sumber: Pedoman praktis terapi gizi medis Departemen Kesehatan RI, 2003)

Perempuan	Laki - Laki
Kurus : < 17 kg/m <sup>2</sup>	Kurus : < 18 kg/m <sup>2</sup>
Normal : 17 - 23 kg/ m <sup>2</sup>	Normal : 18 - 25 kg/m <sup>2</sup>
Kegemukan : 23 - 27 kg/m <sup>2</sup>	Kegemukan : 25 - 27 kg/m <sup>2</sup>
Obesitas : > 27 kg/m <sup>2</sup>	Obesitas : > 27 kg/m <sup>2</sup>

## 2. Analisis Data

Analisis data adalah proses penyederhanaan data ke dalam bentuk yang lebih mudah dan diinterpretasikan yang dinyatakan dalam bilangan persentase sebagai langkah awal dan keseluruhan analisis (Notoatmodjo, 2010). Analisis data yang digunakan adalah dengan menggunakan uji statistik yaitu pengujian hipotesis dengan menggunakan bantuan software komputer.

### a. Analisis *Univariat*

Pada tahap *univariat* yaitu untuk melihat gambaran umum hasil penelitian dilakukan dengan tabel frekuensi.

### b. Analisis *Bivariat*

Pada tahap *bivariat* karena variabel yang diamati memiliki skala ukur interval maka analisis yang cocok dengan menggunakan analisis *korelasi Spearman dengan program SPSS* .



