BAB IV

METODE PENELITIAN

A. Jenis dan Rancangan Penelitian

Jenis penelitian adalah penelitian observasional dengan rancangan *cross sectional* dimana peneliti hanya sekali melakukan pengukuran terhadap subjek penelitian dalam waktu yang sama (Nursalam, 2008).

B. Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian dilakukan di SMA Negeri 1 Tegallalang Kabupaten Gianyar Provinsi Bali. Sekolah ini dipilih sebagai lokasi penelitian dengan pertimbangan yaitu SMA Negeri 1 Tegallalang merupakan SMA favorit di Kecamatan Tegallalang. Siswa SMA Negeri 1 Tegallalang yang berasal dari berbagai daerah, sehingga dengan melakukan penelitian di sekolah ini, diharapkan dapat memberi gambaran secara umum tentang tingkat pengetahuan gizi seimbang, pola konsumsi makanan, dan status gizi remaja di Kecamatan Tegallalang. Penelitian sudah dilaksanakan pada Mei 2018.

C. Populasi dan Sampel Penelitian

1. Populasi Penelitian

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas X yang ada di SMA Negeri 1 Tegallalang Kabupaten Gianyar Propinsi Bali yang berjumlah 284 siswa.

2. Sampel penelitian

a. Unit analisis

Unit analisis penelitian ini adalah siswa kelas X di SMA Negeri 1 Tegallalang yang memenuhi persyaratan sebagai berikut:

1) Siswa yang masih tercatat sebagai pelajar kelas X di SMA N egeri 1 Tegallalang.
2) Jenis kelamin laki-laki maupun perempuan.
3) Hadir saat penelitian.
4) Bersedia untuk menjadi responden.

Unit analisis difokuskan pada siswa kelas X, sedangkan siswa kelas XI dan siswa XII tidak diikuti, karena siswa XI sedang ada kegiatan sekolah mengikuti porsenijar tingkat kecamatan dan siswa XII tidak diikuti karena fokus melaksanakan persiapan Ujian Nasional.

b. Besaran sampel

Menurut Dahlan (2005), perhitungan besaran sampel menggunakan rumus sebagai berikut:

$$n = \frac{(Za)^2\ PQ}{d^2}$$

Keterangan:

n : Besaran sampel

Zα : Z score untuk kemaknaan tertentu

P : Peluang terpilih sampel

Q : 1 - P

d : Presisi

a. Teknik pengambilan data

Cara pengambilan sampel dilakukan dengan beberapa langkah, yaitu metode pengambilan sampel menggunakan teknik *simle random sampling* dengan penentuan jumlah sampel masing-masing kelas ditentukan dengan cara proporsional kelas X yang terdapat di SMA Negeri 1 Tegallalang dipilih secara acak. Pemilihan kelas X tersebut menggunakan *simple random sampling* dimana kelas X terdapat 8 kelas, yang terdiri dari kelas IPA yang berjumlah 5 kelas, kelas IPS berjumlah 2 kelas dan Bahasa ada 1 kelas, dan masing – masing kelas diambil 4 – 5 sampel secara acak. Cara ini dianggap tidak efektif dan mengganggu proses belajar siswa. Menurut Kepala Sekolah menyarankan hanya memilih 2 kelas dengan jumlah siswa sebanyak 62 orang.

D. Jenis Data dan Teknik Pengumpulan Data

1. Jenis data

Jenis data yang dikumpulkan dalam penelitian ini ada 2 jenis yaitu :

a. Data Primer

Data mengenai identitas sampel (nama, jenis kelamin, tempat tanggal lahir, umur dan kelas).

1) Data pola konsumsi makanan terdiri dari jumlah, jenis dan frekuemsi, dengan wawancara menggunakan form SQ - FFQ

2) Data status gizi siswa menurut indicator IMT/U tediri dari berat badan (BB), dan tinggi badan (TB) masing – masing siswa.

b. Data Sekunder

Data sekunder adalah hasil pencatatan mengenai gambaran umum tentang siswa atau profil sekolah SMA Negeri 1 Tegallalang.

2. Cara pengumpulan data

a. Data primer dikumpulkan dengan cara :

Dalam pengumpulan data, peneliti dibantu oleh enumerator sebanyak 5 orang yaitu mahasiswa tingkat III semester VI Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Denpasar yang memiliki keterampilan untuk melakukan wawancara menggunakan metode SQ – FFQ serta sudah diberikan penjelasan mengenai jalannya penelitian dan prosedur penelitian.

1) Data mengenai identitas sampel

Dikumpulkan dengan cara mengisi langsung oleh siswa dan ditulis pada formulir identitas sampel.

2) Data mengenai tingkat pengetahuan gizi seimbang

Dilakukan dengan cara menggunakan metode angket dibantu daftar pertanyaan tertulis untuk dijawab secara tertulis oleh siswa.

3) Data mengenai pola konsumsi

Dengan cara menggunakan metode SQ - FFQ

4) Data mengenai status gizi siswa menurut IMT

Diukur secara langsung berat badan (BB) dan tinggi badan (TB) masing-masing siswa dengan menggunakan timbangan berat badan dan microtoa.

b. Data sekunder dikumpulkan dengan cara

Data mengenai gambaran umum siswa atau profil sekolah diperolah dari administrasi yang terdapat dalam sekolah bersangkutan.

3. Instrumen Pengumpulan Data

Instumen penelitian yang digunakan diantaranya:

a. Kuesioner untuk mengumpulkan data identitas sampel.

b. Daftar pertanyaan untuk mengetahui tingkat pengetahuan gizi seimbang menggunakan metode angket dengan daftar pertanyaan.

c. Form SQ - FFQ untuk mengumpulkan data beda jenis konsumsi, jumlah bahan makanan dan frekuensi makan menggunakan metode wawancara.

d. Timbangan berat badan merk Chamry kapasitas 120 kg dengan ketelitian 0,01 kg dan *microtoise* merk One Med kapasitas 200 cm dengan ketelitian 0,1 cm untuk mengukur berat badan dan tinggi badan masing-masing siswa.

E. Pengolahan dan Analisis Data

1. Teknik pengolahan data

Data yang telah dikumpul akan diolah dan disajikan secara deskriptif, antara lain:

a. Identitas responden

Identitas responden diolah dan dianalisa secara deskriptif dan disajikan dalam bentuk table.

b. Tingkat pengetahuan gizi seimbang

Nilai/skor pengetahuan siswa diperoleh dengan menjumlahkan skor dari setiap item pertanyaan. Setiap item pertanyaan yang dijawab benar diberi skor 1 dan jawaban yang salah diberi skor 0. Tingkat pengetahuan diperoreh dengan membagi

total skor dari hasil jawaban yang benar dengan jumlah skor maksimal dan dikalikan seratus dengan rumus sebagai berikut:

$$\textit{Tingkat Pengetahuan} = \frac{\textit{jumlah skor jawaban benar}}{\textit{jumlah skor maksimal}} \, x \, 100$$

Skor tingkat pengetahuan gizi seimbang siswa kemudian dikategorikan menjadi tiga yaitu:

1) Baik jika nilai yang diperoleh 80 - 100
2) Cukup jika nilai yang diperoleh 60 - < 80
3) Kurang jika nilai yang diperoleh < 60

c. Pola konsumsi

1) Berdasarkan beda jenis bahan makanan dan beda jenis zat gizi menggunakan jumlah jenis bahan pangan yang dikonsumsi dalam sehari (24 jam). Yang dikategorikan menjadi :

1. Baik : ≥ 12 jenis
2. Cukup : 8-11 jenis
3. Sedang : 5-7 jenis
4. Kurang : ≤ 4 jenis

2) Jumlah konsumsi menggunakan jumlah makanan yang dikonsumsi kemudian dikonversi ke dalam zat gizi (energi dan protein). Yang dikategorikan menjadi :

1. Baik : ≥ 100% AKG
2. Sedang : 80 – 90% AKG
3. Kurang : 70 – 80% AKG

4. Defisit : <70% AKG

3) Frekuensi makanan (porsi) menggunakan jumlah kali mengkonsumsi makanan setiap hari, kemudian dikategarikan menjadi: Baik: 3x atau lebih makan utama, Cukup: 2x makan utama dan Kurang: 1x makan utama.

Data pola konsumsi berdasarkan jenis, jumlah dan frekuensi digunakan dengan wawancara menggunakan form SQ FFQ mengenai jenis bahan makanan, jumlah bahan makanan dan frekuensi makanan yang dikonsumsi dalam satu bulan terakhir. Data tersebut diidentifikasi sehingga dapat diketahui bahan makanan yang biasa dikonsumsi oleh sampel berdasarkan jenis dan jumlah.

Baik : ≥ 80% kebutuhan

Cukup : 60 – 80% kebutuhan

Kurang: < 60% kebutuhan

d. Status gizi

Data tentang status gizi siswa menggunakan program WHO Anthro, dengan data Berat badan (BB), Tinggi Badan (TB), umur dan jenis kelamin digunakan untuk menghitung Indeks Massa Tubuh (IMT/U) berdasarkan standar WHO 2005 (Kemenkes RI, 2010) dengan kategori sebagai berikut:

1) Sangat Kurus : Z skor < - 3 SD

2) Kurus : Z skor < - 2 SD sampai ≥ - 3 SD

3) Normal : Z skor ≥ - 2 SD sampai + 1 SD

4) Gemuk : Z skor > + 1 SD sampai + 2 SD

5) Obesitas : Z skor > + 2 SD

2. Analisis data

Data yang diperoleh dianalisis sesuai dengan tujuan khusus ditampilkan pada tabel frekuensi (univariat) dan tabel silang (bivariat) kemudian dinarasikan.