

BAB IV

METODE PENELITIAN

A. Jenis dan Rancangan Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian *observasional*. Dengan rancangan penelitian adalah *cross sectional* yaitu variabel terikat dan variabel bebas diambil dalam waktu bersamaan.

B. Tempat dan Waktu

1. Tempat

Penelitian ini dilaksanakan di Sanggar Tari Lokananta Singapadu, Sukawati Gianyar. Lokasi ini dipilih karena adanya beberapa pertimbangan antara lain :

- a) Terdapat sampel yang cukup sesuai kriteria
- b) Lokasi yang dekat dengan tempat tinggal peneliti
- c) Belum adanya penelitian serupa
- d) Tempat pariwisata.

2. Waktu

Penelitian dilaksanakan selama 5 bulan yaitu pada bulan Januari-Juni 2018.

C. Unit Analisis dan Responden

Unit analisis dari penelitian ini adalah anak usia 7-9 tahun yang memenuhi persyaratan sebagai berikut :

- 1) Laki-laki dan perempuan
- 2) Terdaftar pada sanggar tari dan aktif latihan setiap minggu
- 3) Sudah menjadi anggota minimal 1 bulan.

Responden adalah semua peserta latihan menari di Sanggar Tari Lokananta Singapadu Sukawati Gianyar.

a. Jumlah dan Besaran Sampel

Sampel dalam penelitian ini adalah total dari populasi yang memenuhi kriteria. Dengan jumlah 60 orang yang terdiri dari laki-laki dan perempuan.

b. Teknik Pengambilan Sampel

Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah non probability sampel. Pengambilan sampel yang tidak didasarkan atas kemungkinan yang diperhitungkan (Soekidjo N. , 2012).

D. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data

1. Jenis data yang dikumpulkan

a. Data Primer

Data primer yang dikumpulkan secara langsung oleh peneliti terhadap sampel antara lain :

- 1) Data identitas sampel (nama, agama, tanggal lahir, jenis kelamin, alamat, nama sekolah, lama menjadi peserta, dan jenis tarian).
- 2) Data status gizi sampel (BB dan TB).

3) Data pola konsumsi makanan sampel secara kuantitatif meliputi beda jenis konsumsi dan tingkat konsumsi zat gizi.

4) Data aktivitas fisik sampel.

b. Data Sekunder

Data sekunder yaitu data gambaran umum sanggar tari seperti sejarah sanggar tari, dan jumlah dan jenis tarian.

2. Teknik Pengumpulan Data

a. Data Primer

1) Identitas sampel diperoleh dari wawancara langsung dengan menggunakan kuisisioner identitas sampel.

2) Data berat badan (BB) diperoleh dengan menimbang berat badan sampel menggunakan timbangan digital kapasitas 150 kg ketelitian 0,01 kg.

3) Data tinggi badan (TB) diperoleh dengan mengukur tinggi badan sampel menggunakan microtoice kapasitas 200 cm ketelitian 0,1 cm.

4) Data pola konsumsi makan dikumpulkan dengan wawancara menggunakan form *recall 2x24 jam*.

5) Aktivitas menari dikumpulkan dengan wawancara menggunakan kuisisioner aktivitas fisik.

Pengumpulan data akan dilakukan oleh peneliti dan di bantu oleh beberapa mahasiswa semester VI prodi DIII Jurusan Gizi Poltekkes Denpasar yang sudah terlatih.

b. Data Sekunder

Data sekunder gambaran umum sanggar tari diperoleh dengan mengutip data yang ada di sanggar tari Lokananta.

3. Alat dan instrumen penelitian

1) Kuisisioner penelitian

2) Form *recall* 24 jam

3) Timbangan digital

4) Microtoice

E. Pengolahan dan analisi data

1. Cara pengolahan data

a. Data identitas sampel seperti : nama, tempat tanggal lahir/umur, jenis kelamin, agama, alamat, nama sekolah, lama menjadi anak didik, jenis tarian, berat badan, dan tinggi badan ditabulasi dalam bentuk tabel distribusi frekuensi dan dianalisis secara deskriptif.

b. Data Antropometri berat badan dan tinggi badan

Data berat badan dan tinggi badan diolah untuk menjadi status gizi menggunakan pengukuran antropometri dengan parameter IMT menurut umur. Perhitungan status gizi menurut IMT/U adalah sebagai berikut menurut (Supariasa, Bakri, dan Fajar, 2016):

Langkah pertama menghitung IMT dengan rumus:

$$\text{IMT} = \frac{\text{Berat badan(kg)}}{\text{Tinggi badan (m) x Tinggi badan (m)}}$$

Setelah diketahui IMT kemudian hitung nilai *Z score*, dengan rumus

perhitungan *Z score*:

$$Z\text{-score} = \frac{\text{Nilai Individu Subyek} - \text{Nilai Median Baku Rujukan}}{\text{Nilai Simpang Baku Rujukan}}$$

Menurut (Kementrian Kesehatan RI, 2011) data status gizi yang sudah terkumpul, selanjutnya dikategorikan menjadi:

Kurus : <-3 SD s/d <-2 SD

Normal : -2 SD s/d 1 SD

Gemuk : >1 SD

c. Data pola konsumsi makan diolah secara kuantitatif yang meliputi jenis bahan pangan dan tingkat konsumsi zat gizi diperoleh dengan metode *recall* 24 jam dengan replikasi 2x 24 jam yang meliputi:

1) Beda Jenis Konsumsi

Beda jenis konsumsi diperoleh dari hasil wawancara metode *recall* 2x24 jam sehingga diketahui beda jenis konsumsi. Selanjutnya, bahan pangan yang dikonsumsi seperti makanan pokok, protein hewani dan nabati, sayur, dan buah dihitung dan dirata-ratakan perhari. Menurut (Roedjito, 1989) dikategorikan seperti :

Kurang = \leq 4 jenis

Cukup = 5- 11 jenis

Lebih = >12 jenis

2) Tingkat konsumsi zat gizi makro

Konsumsi zat gizi yang diperoleh dari hasil wawancara menggunakan metode *recall* 2x24 jam, dengan wawancara serta menggunakan alat bantu Foto Buku Makanan, sehingga mendapatkan hasil berat mentah (gram) hari pertama

dan hari kedua lalu dirata-ratakan perhari, setelah itu hitung konsumsi zat gizi perhari menggunakan aplikasi *Nutrie survey*. Ketika hasil asupan zat gizi sudah diperoleh, maka hasilnya dihitung kembali untuk memperoleh tingkat konsumsi dengan perbandingan kecukupan zat gizi perindividu menggunakan rumus menurut (Wahyuningsih, 2013):

$$\text{Tingkat konsumsi zat gizi} = \frac{\text{Asupan konsumsi zat gizi sampel}}{\text{Kebutuhan sehari zat gizi sampel}} \times 100\%$$

Cara memperoleh Kebutuhan zat gizi sampel :

Menurut Widya Karya Pangan dan Gizi (WKPG) tahun 2012

a) Kebutuhan energi

Usia 6-9 tahun :

Laki-laki : 80-90 (kkal/kgBB)

Perempuan : 60-80 (kkal/kgBB)

Untuk status gizi normal menggunakan berat badan sebenarnya dan untuk status gizi kurus atau gemuk menggunakan BBI dengan rumus WHO yaitu:

Untuk anak usia 1-10 tahun $BBI = (2 \times \text{umur dalam tahun}) + 8$

b) Kebutuhan protein = 15% dari total energi (gram)

c) Kebutuhan Lemak = 25% dari total energi (gram)

d) Kebutuhan Karbohidrat = 60% dari total energi (gram)

Setelah tingkat konsumsi sudah diperoleh lalu dikategorikan, klasifikasi tingkat konsumsi menurut (C.M. Kusharto, I.D.N Supariasa, 2014) dibagi menjadi tiga yaitu: Defisit $\leq 70-79\%$

Baik : 80-119%

Lebih : $\geq 120\%$

d. Data aktivitas menari

Data aktivitas menari yang sudah tercatat meliputi frekuensi serta durasi latihan menari selanjutnya dikategorikan menjadi:

1) Frekuensi Menari

- a) Kurang : < 3 kali seminggu
- b) Cukup : 3-5 kali seminggu
- a) Lebih : > 5 kali seminggu

2) Durasi Menari

- a) Kurang : < 30 menit
- b) Cukup : \geq 30 menit- 60 menit
- c) Lebih : \geq 60 menit

2. Analisis data

Data yang dikumpulkan akan disajikan dalam tabulasi serta diurakan secara deskriptif. Mengenai keterkaitan dibuatkan tabel silang, dan hasilnya secara deskriptif yang kemudian dibentuk narasi untuk menyusun kesimpulan.