BAB IV

METODE PENELITIAN

A. Jenis dan Rancangan Peneltian

Jenis penelitian ini termasuk penelitian observasional. Rancangan penelitian menggunakan Cross Sectional, dimana yang disebut variabel sebab adalah tingkat konsumsi dan yang disebut variabel akibat adalah status gizi yang diamati secara bersama sama. Hal tersebut untuk memberikan gambaran tentang tingkat konsumsi zat gizi dan status gizi remaja vegetarian di Bhaktivedanta Dharma School.

B. Tempat dan Waktu Penelitian

1. Tempat

   Penelitian dilaksanakan di Bhaktivedanta Dharma School di kota Denpasar. Pemilihan lokasi didasari atas beberapa pertimbangan :

a. Karena di sekolah Bhaktivedanta dharma school merupakan tempat yang sebagian besar komunitas remaja vegetarian
b. Karena lokasi Bhaktivedanta dharma school strategis atau mudah dijangkau
c. Belum pernah dilakukan penelitian serupa

2. Waktu

   Penelitian akan dilaksanakan selama 3 bulan dari bulan Maret sampai pertengahan juni 2018

C. Populasi Sampel

1. Populasi

   Populasi pada penelitian ini adalah semua remaja yang terdaftar di Bhaktivedanta Dharma School di kota Denpasar, sudah menjalani vegetarian selama 6 bulan, berumur mulai dari 12 tahun sampai 17 tahun, dan jumlah populasi remaja vegetarian di Bhaktivedanta Dharma School 48 orang.

2. Sampel penelitian adalah total populasi

D. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data

1. Jenis data ada 2 yaitu data primer dan data sekunder

a. Data Primer

1). Tingkat konsumsi zat gizi Protein, Fe, seng (zinc)

2). Status gizi remaja berdasarkan indeks masa tubuh

b. Data sekunder

1). Data gambaran tentang tempat Bhaktivedanta Dharma School

2). Jumlah siswa yang terdaftar di Bhaktivedanta Dharma School

3). Fasilitas yang ada di Bhaktivedanta Dharma School

2. Teknik pengumpulan data

a. Data primer

1). Data tingkat konsumsi zat gizi dilakukan dengan cara wawancara menggunakan form recall yang dilakukan saat penelitian dan menggunakan metode recall 24 jam dengan replikasi 2 x 24 jam

3). Data status gizi

Pengumpulan data status gizi dilakukan dengan cara menimbang berat badan menggunakan timbangan dan mengukur tinggi badan dengan mengunakan microtoise

b. Data sekunder

Data gambaran tentang Bhaktivedanta Dharma School di kota Denpasar diperoleh dengan cara mencatat data monografi Bhaktivedanta Dharma School.

E. Alat dan Instrument Penelitian

Alat- alat yang digunakan dalam penelitian ini adalah timbangan injak untuk menimbang berat badan merk camry dengan kapasitas 180 kg/440 lb, dan untuk mengukur tinggi badan menggunakan microtoice merk one med dengan ketelitian 0,1 cm. Instrument yang digunakan saat penelitian adalah formulir recall untuk mengetahui tingkat konsumsi zat gizi.

F. Pengolahan dan analisis data

1. Data Primer

a. Tingkat konsumsi zat gizi

Tingkat konsumsi zat gizi remaja vegetarian diperoleh dari hasil wawancara dengan metode recall 24 jam dengan replikasi 2x24 Jam. Mendapat hasil berat mentah diwawancara pertama dan keduan lalu hitung konsumsi zat gizi perhari mengunakan aplikasi nutrisurvey untuk mendapat jumlah konsumsi zat gizi. Selanjutnya hasil recall 1 dan recall 2 dijumlah lalu dirata-ratakan perhari. 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) :

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

Selanjutnya hasil dari Tingkat konsumsi zat gizi dikategorikan sebagai berikut:

Kategori tingkat konsumsi protein:

Defisit :≤70-79%

Baik : 80 -119%

Lebih : ≥120 %

Kategori tingkat konsumsi Fe dan seng (zink) :

Kurang : < 77%

Cukup : ≥ 77%

b). Status gizi remaja vegetarian

Status gizi remaja vegetarian ditentukan dengan antropometri dengan cara menimbang berat badan menggunakan timbangan dan mengukur tinggi badan dengan mengunakan microtoice selanjutnya diolah dengan mengunakan indikator indeks masa tubuh/Umur (IMT/U) setelah diketahui IMT kemudian hitung nilai *z-score*, Adapun rumus untuk memperoleh IMT/U adalah sebagi berikut :

$$\text{IMT /U} = \frac{\text{BB (Kg)}}{\text{TB}^2\text{ (m)}}$$

$$= \frac{\text{Nis – Median}}{\text{Median (+1 SD – 1SD)}}$$

Selanjutnya hasil dari status gizi dikategorikan sebagai berikut:

Status gizi Sangat kurus : IMT/U < -3SD

Status gizi Kurus : IMT/U -3SD s/d < -2SD

Normal : IMT/U -2SD s/d 1SD

Status Gemuk : IMT /U >1SD s/d 2 SD

Obesitas : IMT /U >2SD

c). Data sekunder diolah dan dipersentasekan dengan cara mencatat

2. Analisis data

Data yang dianalisis mengunakan tabel frekuensi dan tabel silang, selanjutnya disajikan dengan deskriptif.