

BAB IV METODE PENGUMPULAN DATA

A. Jenis dan Rancangan Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian *observasional* dengan rancangan penelitian *cross sectional*. Rancangan ini digunakan karena variabel bebas dan variabel terikat diamati secara bersama-sama.

B. Tempat dan Waktu Pengumpulan Data

1. Tempat

Penelitian ini dilaksanakan di beberapa sanggar tari di Kota Denpasar. Sanggar tari tersebut meliputi Sanggar Tari Manik Metu, Sanggar Tari Kahyangan Agung, Sanggar Tari Widya Bakti, dan Sanggar Tari Putri Ayu.

2. Waktu

Penelitian ini dilaksanakan bulan Mei sampai dengan Juni 2018.

C. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi dari penelitian ini adalah peserta latihan menari di Sanggar Tari Manik Metu, Sanggar Tari Kahyangan Agung, Sanggar Tari Widya Bakti, dan Sanggar Tari Putri Ayu.

2. Sampel

a. Kriteria sampel

Sampel pada penelitian ini adalah remaja putri, berumur 10-19 tahun, yang telah mengikuti latihan minimal satu bulan di beberapa sanggar tari di Kota Denpasar.

b. Besar sampel

Jumlah remaja putri yang datang untuk latihan menari tidak pasti, maka untuk menghitung besarnya sampel dalam penelitian ini dihitung menggunakan rumus sampel mengacu pada Lameshow, et al (1997) yakni sebagai berikut;

$$n = \frac{z - \frac{1}{2a} d^2 P(1-P)}{1}$$

$$n = \frac{1,96 d^2 0,5(1-0,5)}{1}$$

$$n = \frac{3,8416 \cdot 0,5(0,5)}{0,0225}$$

$$n = 42,68$$

$$n = 43 \text{ orang}$$

Keterangan :

n = Jumlah Sampel

Z = Tingkat kemaknaan (α D 0,5 – 1,96)

P = Proporsi masalah adalah 0,5

d² = Presisi

Berdasarkan perhitungan, besar sampel minimal dalam penelitian ini adalah 43 orang ditambah cadangan sampel 10% sehingga didapat besar sampel yakni 50 orang.

c. Teknik pengambilan sampel

Pemilihan subjek penelitian dengan metode *consecutive sampling*.

Consecutive sampling yaitu pemilihan sampel dengan menetapkan subjek yang memenuhi kriteria penelitian selama tiga minggu.

D. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data

1. Jenis data

Jenis data yang dikumpulkan dalam penelitian ini meliputi data primer dan data sekunder.

- a. Data primer adalah data yang langsung dikumpulkan oleh peneliti yaitu data identitas sampel, data antropometri meliputi berat badan dan tinggi badan, data pengetahuan meliputi pengetahuan gizi, data pola konsumsi sayur dan buah, serta data kebugaran fisik remaja di beberapa sanggar tari di Kota Denpasar.
- b. Data sekunder adalah data yang diperoleh dari hasil pencatatan meliputi gambaran umum beberapa sanggar tari di Kota Denpasar.

2. Cara pengumpulan data

Pengumpulan data dilakukan dengan bantuan enumerator sebanyak

lima orang, dimana enumerator merupakan mahasiswa jurusan gizi semester VI.

a. Data primer

- 1) Data identitas sampel diperoleh melalui wawancara langsung dengan sampel dengan menggunakan kuisisioner.
- 2) Data berat badan yang diperoleh dengan melakukan penimbangan berat badan dengan menggunakan timbangan merk One Med dengan ketelitian 0,01 kg.
- 3) Data tinggi badan diperoleh dengan melakukan pengukuran menggunakan *microtoice* dengan ketelitian 0,1 cm yang pengukurannya diulang sebanyak tiga kali setiap sampel.
- 4) Data Pengetahuan sampel diperoleh dengan teknik wawancara menggunakan kuisisioner yang terdapat beberapa pertanyaan mengenai sayur dan buah.
- 5) Data pola konsumsi diperoleh dengan teknik wawancara menggunakan form SQ-FFQ untuk mengetahui jumlah, jenis, dan frekuensi sayur dan buah yang dikonsumsi.
- 6) Tingkat kebugaran fisik diperoleh dengan dengan bleep test.

b. Data sekunder

- 1) Gambaran umum beberapa sanggar tari di Kota Denpasar didapatkan dengan metode pencatatan.

E. Pengolahan dan Analisis Data

a. Pengolahan data

Data yang akan diolah sebelumnya dilakukan proses editing, yang meliputi pemeriksaan terhadap data mentah yang diperoleh dari lapangan, bertujuan untuk melihat kelengkapan dan kejelasan pengisian, relevansi jawaban, konsistensi serta keseragaman satuan data.

1) Data pengetahuan

Pengetahuan merupakan kemampuan untuk menjawab pertanyaan-pertanyaan terkait sayur dan buah sesuai dengan kuisisioner yang dinyatakan dalam bentuk skor. Untuk menentukan pengetahuan sampel, setiap alternatif jawaban benar diberikan skor 1 dan untuk alternatif jawaban salah diberikan skor 0. Lalu dilakukan pengelompokan nilai dengan ketentuan sebagai berikut:

- a) Baik, bila skor ≥ 8
- b) Cukup, bila skor diantara 6-7
- c) Kurang, bila skor ≤ 5

(Notoatmodjo,2005)

2) Pola konsumsi sayur

Pola konsumsi sayur meliputi jenis, frekuensi, dan jumlah diperoleh dengan menggunakan form SQ-FFQ selama satu bulan terakhir. Data yang telah dikumpulkan, di konversikan ke dalam hari lalu di kategorikan.

- a) Jenis sayur dicari dengan menanyakan jenis sayur yang dikonsumsi baik yang dikonsumsi setiap hari, minggu, atau bulan lalu dikonversikan ke dalam hari.

Jenis sayur dan buah yang dikonsumsi dikategorikan menjadi:

- (1) Baik bila ≥ 3 jenis sayur

(2) Cukup bila 2 jenis sayur

(3) Kurang bila < 2 jenis sayur

[CITATION Dew11 \l 1033]

b) Frekuensi konsumsi sayur dengan menanyakan sayur yang dikonsumsi lalu dikonversikan ke dalam hari. Frekuensi sayur yang dikonsumsi dikategorikan menjadi :

(1) Baik bila ≥ 3 kali sehari

(2) Cukup bila 2 kali sehari

(3) Kurang bila ≤ 1 kali sehari

[CITATION Dew11 \l 1033]

c) Setelah mencari jenis dan frekuensi, serta dikonversi ke dalam konsumsi harian, lalu dikalikan dengan ukuran porsi untuk mendapatkan berat yang dikonsumsi dalam gram/hari. Jumlah konsumsi sayur yang dikonsumsi dikategorikan menjadi:

(1) Baik bila ≥ 250 gram sehari

(2) Kurang bila < 250 gram sehari

(Depkes RI,2014)

3) Pola konsumsi buah

Pola konsumsi buah meliputi jenis, frekuensi, dan jumlah diperoleh dengan menggunakan form SQ-FFQ selama satu bulan terakhir. Data yang telah dikumpulkan, di konversikan ke dalam hari lalu di kategorikan.

- a) Jenis buah dicari dengan menanyakan jenis buah yang dikonsumsi baik yang dikonsumsi setiap hari, minggu, atau bulan lalu dikonversikan ke dalam hari.

Jenis buah yang dikonsumsi dikategorikan menjadi:

- (1) Baik bila > 2 jenis buah
- (2) Cukup bila 1-2 jenis buah
- (3) Kurang bila < 1 jenis buah

[CITATION Dew11 \l 1033]

- b) Frekuensi konsumsi buah dengan menanyakan buah yang dikonsumsi lalu dikonversikan ke dalam hari. Frekuensi buah yang dikonsumsi dikategorikan menjadi :

- (1) Baik bila ≥ 3 kali sehari
- (2) Cukup bila 2 kali sehari
- (3) Kurang bila ≤ 1 kali sehari

[CITATION Dew11 \l 1033]

- c) Setelah mencari jenis dan frekuensi, serta dikonversi ke dalam konsumsi harian, lalu dikalikan dengan ukuran porsi untuk mendapatkan berat yang dikonsumsi dalam gram/hari. Jumlah konsumsi buah yang dikonsumsi dikategorikan menjadi:

(1) Baik bila ≥ 150 gram sehari

(2) Kurang bila < 150 gram sehari

(Depkes RI, 2014)

4) Kebugaran fisik

Bleep test merupakan metode pengukuran kebugaran fisik dengan berlari bolak-balik dalam lintasan sepanjang 20 m dengan mengikuti bunyi “beeb” yang telah direkam sebelumnya. Lalu hasil balikan disesuaikan dengan form VO₂ maks untuk melihat nilai VO₂ maks dari masing-masing sampel. Pengukuran kebugaran fisik menggunakan metode bleep test, berikut adalah kategori penilaian bleep test dengan nilai VO₂ max:

a) Baik bila ≥ 43 ml/kg/menit

b) Cukup bila 31-42 ml/kg/menit

c) Kurang bila ≤ 30 ml/kg/menit

(Depkes RI,2005)

b. Analisis data

Pengetahuan gizi, pola konsumsi sayur dan buah, serta kebugaran fisik dianalisis secara deskriptif. Selanjutnya data disajikan dalam bentuk tabel frekuensi.