

BAB IV

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan adalah jenis penelitian *observasional*. Dengan rancangan *cross sectional* menurut Suiroaka, tahun 2019 dimana semua variable yang diteliti, baik yang dependent dan independent kemudian diamati dan dikumpulkan dan di observasi dalam waktu secara bersamaan. (Suiroaka, 2019)

B. Tempat dan Waktu Penelitian

1. Tempat

Penelitian ini dilakukan pada siswa SDN 5 Sanur Denpasar Bali. Dipilihnya lokasi/tempat ini atas beberapa pertimbangan, yaitu:

- a) Belum pernah dilakukan penelitian yang sama di lokasi penelitian
- b) Adanya ijin dari kepala sekolah dan kesediaan siswa SDN 5 Sanur untuk dijadikan objek penelitian.
- c) Memungkinkan dijangkau oleh peneliti

2. Waktu Penelitian

Waktu penelitian yang akan dilakukan adalah bulan Januari - Maret 2022

C. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi dari penelitian ini adalah seluruh siswa-siswi SDN 5 Sanur Denpasar yang berjumlah 246 orang. Sedangkan populasi target (Purposive Sampling) adalah siswa-siswi kelas 4 dan 5 yang berjumlah 93 orang. Dengan pertimbangan seperti lancar membaca dan menulis latin, dapat berkomunikasi dengan baik dan lancar.

2. Sampel Penelitian

Dalam penelitian ini sampel adalah keseluruhan dari populasi yang berjumlah 93 orang. Dengan kriteria sampel sebagai berikut:

a) Kriteria Inklusi

- 1) Siswa kelas IV dan V baik laki dan perempuan di SDN 5 Sanur
- 2) Mau menjadi sampel penelitian dan menandatangani inform concern
- 3) Selama penelitian ada di lokasi
- 4) Mendapat ijin dari kepala sekolah SDN 5 Sanur

b) Kriteria Eksklusi

- 1). Jika dalam keadaan sakit

3. Besar sampel

Karena besarnya populasi sasaran relatif kecil (hanya berjumlah 93 anak), maka seluruhnya anggota populasi sasaran yang memenuhi kriteria inklusi dijadikan sebagai sampel penelitian.

D. Jenis dan Cara Pengumpulan Data

1. Jenis Data

a) Data Primer

- 1) Data identitas, meliputi: nama, tanggal lahir, jenis kelamin, dan alamat sampel
- 2) Status gizi
- 3) Aktivitas fisik

b) Data Sekunder

Data sekunder adalah data yang didapatkan secara tidak langsung dan diambil dari laporan tahun 2021. Data sekunder meliputi gambaran lokasi penelitian, jumlah guru dan staf, jumlah semua siswa yang dikutip dari profil SDN 5 Sanur

2. Cara pengumpulan Data

Pengumpulan data primer dan sekunder dibantu oleh 6 orang enumerator yang sudah dilatih sebelumnya. Enumerator adalah mahasiswa prodi DIV Semester VIII Program Sarjana Terapan Jurusan Gizi Poltekkes Denpasar. Sebelum dilakukan penelitian, enumerator dilatih atau dijelaskan cara pengumpulan data baik dari cara menimbang berat badan dan mengukur tinggi badan serta cara pengisian kuisioner aktivitas fisik. Karena situasi COVID-19, pembelajaran dilakukan dengan tatap muka namun tidak setiap hari. Pengumpulan data dilakukan di sekolah pada saat siswa belajar di sekolah.

a) Data Primer

- 1) Data identitas sampel dikumpulkan dengan dibantu kuisisioner.
- 2) Data status gizi dengan mengumpulkan data antropometri meliputi berat badan yang diukur dengan timbangan injak electronic scale yang ketelitiannya 0,1 kg dan tinggi badan di ukur dengan microtoice stature meter yang ketelitiannya 0,1 cm.
- 3) Aktivitas fisik dengan menggunakan wawancara yang dibantu kuisisioner

b) Data Sekunder

Data sekunder berupa gambaran lokasi penelitian meliputi: sejarah berdirinya sekolah, jumlah guru dan tenaga lainnya, serta jumlah siswa dikumpulkan dengan cara mencatat dari laporan tahun terakhir dari SDN 5 Sanur Denpasar.

E. Pengolahan dan Analisis Data

1. Pengolahan Data

Data yang sudah dikumpulkan diolah sebagai berikut:

- a) Data umur sampel, dikategorikan menjadi tiga, yaitu:
 - 1) 9 tahun
 - 2) 10 tahun
 - 3) 11 tahun
- b) Data jenis kelamin, dikategorikan menjadi dua, yaitu:
 - 1) Laki-laki
 - 2) Perempuan

c) Data status gizi

Data pengukuran status gizi siswa SD dengan indeks IMT dan menghitung Z-score, kemudian dikategorikan menjadi 5, yaitu:

Tabel 5
Indeks Antropometri

Kategori Status Gizi	Ambang Batas (z-Score)
Gizi kurang (thinness)	-3 SD sd <-2 SD
Gizi baik(normal)	-2 SD sd +1 SD
Gizi lebih (overweight)	+ 1 SD sd +2 SD
Obesitas (obese)	> + 2 SD

Sumber : (Menteri Kesehatan, 2020)

d) Aktivitas Fisik

Untuk mengetahui aktivitas fisik sampel yang diambil adalah kegiatan atau aktivitas sehari-hari yang dikeluarkan selama 7x24 jam, yang dihitung dengan cara menghitung rata-rata alokasi waktu yang dipergunakan untuk aktivitas fisik dengan metode *Physical Activity Level* (PAL).

Tabel 6
Rasio Aktivitas Fisik

Aktivitas Fisik	Nilai PAR	Aktivitas Fisik	Nilai PAR
Bersepeda cepat	7.6	Main piano sedang	1.4
Tidur	1.0	Berbaring	1.2
Bersepeda sedang	2.5	Membaca keras	0.4
Tukang kayu berat	2.3	Berlari	7.0
Menyulam	0.4	Menjahit tangan	0.4

Dansa cepat	3.8	Menjahit mesin tangan	0.6
Dansa lambat	3.0	Menjahit mesin mtr	0.4
Cuci piring	1.0	Menyanyi keras	0.8
Ganti baju	0.7	Duduk diam	0.4
Menonton TV	3.0	Berdiri tegap	0.6
Makan	0.4	Berdiri rileks	0.5
Cuci baju ringan	1.3	Menyapu lantai	1.4
Tiduran	0.1	Berenang	7.9
Mengupas kentang	0.6	Mengetik cepat	1.0
Main pingpong	4.4	Berjalan	2.0
Menulis	0.4	Berjalan cepat	3.4
Menyetrika	2.5	Membuat ketrampilan	1.5
Mengepel lantai	2.5	Main kartu	1.5
Membersihkan rumah	3.0	Mencangkul	7
Merapikan tempat tidur	3.4	Menyemprot tanaman	4.3
Senam aerobik	3.51	Basket	6.95
Memukul bola	4.85	Sepak bola	8.0
Kegiatan yang dilakukan sambil duduk	1.5	Berjalan sangat cepat	9.3

Sumber: *Welis, 2013*

Tabel 7
Kategori Aktivitas Fisik

Sangat ringan	<1,40
Ringan	1,40 – 1,69
Sedang	1,70 – 1,99
Berat	2,00 – 2,40
Sangat berat	>2,40

2. Analisis Data

a) Analisis Univariat

Analisis data univariat yang meliputi data umur sampel, data jenis kelamin, data status gizi, data aktivitas fisik disajikan dalam tabel distribusi frekuensi kemudian dianalisis secara deskriptif.

b) Analisis Bivariat

Analisis data bivariat yang meliputi menganalisis perbedaan status gizi sampel berdasarkan aktivitas fisik disajikan dalam bentuk tabel silang dengan distribusi frekuensi yang di presentasikan.

Untuk menguji perbedaan tersebut menggunakan rumus Uji T-Test Independen, sebagai berikut:

$$t = \frac{\bar{X}_1 - \bar{X}_2}{\sqrt{\frac{(n_1 - 1)S_1^2 + (n_2 - 1)S_2^2}{n_1 + n_2 - 2} \left(\frac{1}{n_1} + \frac{1}{n_2} \right)}}$$

Keterangan :

X1 dan X2 : rata-rata skor/nilai kelompok

n1 dan n2 : jumlah responden kelompok

S1² dan S2² : simpang baku

F. Etika Penelitian

Secara garis besar, terdapat empat prinsip yang harus dipegang teguh dalam melaksanakan penelitian yaitu:

- 1) Menghormati harkat dan martabat manusia (respect for human dignity) Peneliti perlu mempertimbangkan hak-hak subjek penelitian untuk mendapatkan informasi tentang tujuan peneliti melakukan penelitian tersebut.
- 2) Privasi dan kerahasiaan subjek penelitian (respect for privacy and confidentiality) Setiap orang mempunyai hak-hak dasar individu termasuk privasi dan kebebasan individu dalam memberikan informasi.
- 3) Keadilan dan keterbukaan (respect for justice an inclusiveness). Prinsip keterbukaan dan adil perlu dijaga oleh peneliti dengan kejujuran, keterbukaan, dan kehati-hatian.
- 4) Memperhitungkan manfaat dan kerugian yang ditimbulkan (balancing harm and benefit)