

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Rancangan Penelitian

Penelitian ini termasuk dalam penelitian deskriptif. dengan desain penelitian *cross sectional* yaitu penelitian mempelajari masalah dari factor-faktor yang berhubungan gambaran pengetahuan tentang gizi seimbang, status gizi dan asupan makan remaja putri di Pondok Pesantren Sunanulhuda di Kecamatan Natar Kabupaten Lampung Selatan Tahun 2022.

B. Subyek Penelitian

1. Populasi penelitian

Populasi penelitian adalah keseluruhan objek penelitian atau objek yang di teliti (Notoatmodjo, 2018). Populasi dari penelitian ini adalah 42 Santriwati di Pondok Pesantren Sunanulhuda.

2. Sample Penelitian

Sampel yang digunakan pada penelitian ini adalah menggunakan total populasi yaitu sejumlah 42 orang.

Sampel pada penelitian ini akan dilakukan skrinning dengan pertimbangan kriteria inklusi :

a. Kriteria Inklusi

Kriteria inklusi adalah kriteria atau ciri-ciri yang perlu dipenuhi oleh setiap anggota populasi yang dapat diambil sebagai sampel (Notoatmodjo, 2018). Kriteria inklusi yang akan dijadikan sampel adalah sebagai berikut:

- 1) Santriwati penghuni Pondok Pesantren Sunanulhuda Kabupaten Lampung Selatan.
- 2) Santriwati yang bersedia menjadi responden dengan menandatangani form persetujuan menjadi responden.
- 3) Santriwati yang mampu mengikuti instruksi dengan baik.
- 4) Santriwati Remaja yang berusia 13-18 tahun.

b. Kriteria eksklusi

Kriteria eksklusi adalah kriteria dimana subjek penelitian tidak dapat mewakili sampel karena tidak memenuhi syarat sebagai sampel penelitian.

Kriteria eksklusi yang tidak dijadikan sampel adalah sebagai berikut :

- 1) Santriwati yang menjalankan ibadah puasa pada hari H-1 sebelum Penelitian.
- 2) Santriwati yang sedang pulang (pada saat penelitian)

C. Lokasi dan Waktu Penelitian

1. Lokasi Penelitian

Lokasi dalam penelitian ini di laksanakan di Pondok Pesantren Sunanulhuda Kecamatan Natar Kabupaten Lampung Selatan.

2. Waktu Penelitian

Penelitian ini di mulai pada bulan Desember 2022 dan pengambilan data dilakukan pada bulan Mei 2023.

D. Pengumpulan Data

4. Jenis data

a. Data Primer

Data primer adalah data yang dikumpulkan langsung oleh peneliti dengan cara mengisi kuesioner oleh responden. Data primer yang dikumpulkan meliputi pengisian kuisisioner pengetahuan terkait gizi seimbang, pengukuran antropometri, dan asupan makan responden.

b. Data sekunder

Data sekunder adalah data yang diperoleh atau dikumpulkan peneliti dari berbagai sumber yang ada. Data sekunder yang dikumpulkan sebagai sumber yaitu dokumen atau laporan Pondok Pesantren Sunanulhuda Kabupaten Lampung Selatan.

E. Cara pengumpulan data

1. Pengumpulan data dilakukan dengan cara wawancara

Wawancara adalah suatu metode yang dipergunakan untuk mengumpulkan data. Dimana peneliti mendapatkan keterangan atau informasi secara lisan dari responden atau berdialog dengan berhadapan muka (*face to*

face) (Notoatmodjo, 2018). Responden diwawancara langsung oleh peneliti dengan mengajukan pertanyaan identitas individu, pengetahuan gizi dalam kuesioner, asupan makan dalam formulir recall, dan pengetahuan gizi dalam kuesioner.

1. Instrument penelitian

Instrument penelitian adalah alat-alat yang akan digunakan untuk mengumpulkan data (Notoatmodjo, 2018). Alat yang digunakan dalam penelitian adalah sebagai berikut:

- a. Mikrotis
- b. Timbangan berat badan digital
- c. Formulir recall
- d. Kuesioner pengetahuan tentang status gizi seimbang
- e. Alat tulis

F. Pengolahan Data

1. *Editing*

Editing ialah kegiatan dalam melakukan pengecekan sang formular atau kuisisioner apakah jawaban yang ada lengkap, jelas, relevan, dan konsisten. Jika ada kesalahan dan ada lembaran yang belum terisi maka dinyatakan lagi kepada responden yang bersangkutan untuk dapat diperbaiki yang berguna dalam pengolahan data.

2. *Coding*

Coding atau pemberian kode adalah pengklasifikasian jawaban yang diberikan responden sesuai dengan macamnya. Dalam tahap coding biasanya dilakukan pemberian skor dan symbol pada jawaban responden agar nantinya bisa lebih mempermudah dalam pengolahan data.

Pemberian kode pada tiap jawaban responden akan memudahkan dalam pengolahan data. Kode yang digunakan dalam penelitian ini adalah :

- a. Pengetahuan tentang gizi seimbang

Tingkat pengetahuan dapat dilihat dari wawancara dengan alat ukur kuesioner sebanyak 20 pertanyaan kemudian di cari total nilai skor dari variabel pengetahuan gizi seimbang. Skor pengetahuan dikategorikan menjadi :

Pengukuran pengetahuan dengan kriteria :

- 1) Tingkat pengetahuan gizi seimbang kategori kurang jika nilainya <60%
- 2) Tingkat pengetahuan gizi seimbang kategori cukup jika nilainya 60-75%
- 3) Tingkat pengetahuan gizi seimbang kategori Baik jika nilainya >76-100%

Sumber : Arikunto, 2014

b. Status Gizi

Data status gizi diperoleh dengan cara penimbang berat badan dan tinggi badan, coding diklasifikasi dalam 4 kategori yaitu kode “0” = gizi kurang, kode “1” = gizi baik, kode “2” = gizi lebih dan kode “3”= obesitas.

c. Asupan Makan zat gizi makro

Data asupan zat gizi makro diperoleh dengan cara Form *Recall* 24 jam, coding diklasifikasi dalam 3 kategori yaitu kode “0” = kurang, kode “1”=baik, kode “2” = cukup.

d. Asupan Makan zat gizi mikro

Data asupan zat gizi mikro diperoleh dengan cara Form *Recall* 24 jam, coding diklasifikasi dalam 3 kategori yaitu kode “0” = kurang, kode “1”=normal, kode “2” = lebih.

3. *Entry Data*

Entry data adalah kegiatan untuk memasukkan data yang telah dikumpulkan ke dalam master tabel atau program komputer, kemudian membuat interpretasi hasil atau data yang telah didapatkan berupa tabel.

4. *Cleaning*

Pengecekan ulang data-data yang telah di *entry* kedalam software untuk melihat kemungkinan adanya kode, ketidak lengkapan data dan variasi data.

G. Analisis Data

Analisis univariat dipakai untuk mendeskripsikan gambaran pengetahuan Tentang Gizi Seimbang dan Asupan Makan. Data disajikan dalam bentuk tabel dan di interpretasikan.