

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Rancangan Penelitian

Pada penelitian ini menggunakan jenis penelitian deskriptif. Deskriptif merupakan penelitian yang memiliki tujuan untuk mendeskripsikan atau menggambarkan suatu keadaan yang terdapat di suatu daerah secara sistematis dan akurat. Sugiyono (2016) mengatakan penelitian deskriptif yaitu, penelitian yang dilakukan untuk mengetahui nilai variabel mandiri, baik satu variabel atau lebih tanpa membuat perbandingan, atau menghubungkan dengan variabel yang lain. Penelitian ini menggunakan rancangan penelitian non-eksperimental dengan rencana rancangan penelitian *cross-sectional*, yakni penelitian yang dilakukan dengan mengumpulkan data dalam sekali waktu. Pengumpulan data yang dilakukan hanya dilakukan sekali dan tanpa tindak lanjut.

B. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi penelitian adalah keseluruhan objek penelitian atau objek yang diteliti (Notoatmodjo, 2018). Populasi dan penelitian ini adalah seluruh lansia Di Desa Waytawar yaitu sebanyak 100 orang. Lansia wanita sebanyak 65 orang dan lansia laki-laki sebanyak 35 orang.

2. Sampel Penelitian

Dalam pengambilan sampel, peneliti menggunakan rumus Slovin dalam Notoadmodjo (2008) dengan derajat kepercayaan 90% dan derajat kesalahan 10%. Jumlah sampel yang diperoleh dihitung dengan menggunakan rumus berikut :

$$n = \frac{N}{1+N(d)^2}$$

$$n = \frac{100}{1+100(0,1)^2}$$

$$n = \frac{100}{1+100(0,01)}$$

$$n = 50 \text{ Orang}$$

Keterangan :

N: Besar Populasi

n : Jumlah Sampel

d : Penyimpangan terhadap populasi atau derajat ketepatan yang diinginkan

Berdasarkan rumus diatas pengambilan sampel dilakukan dengan cara N = Besar Populasi : dengan jumlah sampel, maka didapatkan hasil sampel yang diambil sebesar 50 orang.

C. Lokasi dan Waktu

1. Lokasi

Lokasi penelitian ini dilaksanakan di Desa Waytawar Kabupaten Waykanan

2. Waktu

Waktu penelitian dilakukan pada bulan April-Mei 2023.

D. Pengumpulan Data

Tahap dalam pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan sebuah jenis yaitu berupa :

1. Jenis Data

a. Data Sekunder

Data sekunder sendiri merupakan sebuah data yang diambil secara tidak langsung atau data yang dikumpulkan peneliti dari berbagai sumber yang telah ada. Data sekunder yang dikumpulkan yaitu data lansia Di Desa Waytawar.

b. Data Primer

Data primer adalah data yang diperoleh dengan cara wawancara langsung kepada lansia. Data yang dikumpulkan yaitu berupa identitas responden antara lain nama, usia, jenis kelamin. Data primer yang lain meliputi pengukuran tinggi lutut, aktivitas fisik dan asupan zat gizi makro.

c. Data perilaku makan

Data ini dikumpulkan dengan menggunakan kuesioner, setiap jawaban yang benar diberi skor 1, sementara jawaban yang salah diberi skor 0. Selanjutnya skor dijumlahkan berdasarkan skor yang diperoleh kemudian di entry dengan komputer. Jumlah seluruh skor kemudian dibagi dengan jumlah total skor dikalikan 100%.

$$\text{Presentasi perilaku} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor total}} \times 100\%$$

Dari hasil pengetahuan dikategorikan menjadi:

- a. Baik : skor total \geq mean
- b. Buruk : skor $<$ mean (Agustin, 2018)

d. Status Gizi

Status gizi adalah keadaan yang diakibatkan oleh keseimbangan antara asupan zat gizi dari makanan dengan kebutuhan zat gizi yang diperlukan untuk metabolisme tubuh. Status gizi seseorang tergantung dari asupan zat gizi dan kebutuhannya, jika antara asupan zat gizi dengan kebutuhan tubuhnya seimbang, maka akan menghasilkan status gizi yang baik (Harjatmo,dkk 2017).

Rumus : TB (Tinggi Lutut)

$$\text{Formula L : } (2.02 \times \text{tilut}) - (0.04 \times \text{u}) + 64,04$$

$$\text{Chumlea W : } (1.83 \times \text{tilut}) - (0.24 \times \text{u}) + 84.88$$

(1994)

IMT : Berat badan (Kg) : Tinggi badan (M²)

e. *Data recall* 1x24 jam

Data asupan responden per hari dikumpulkan dengan menggunakan metode *food recall* 1 x 24 jam. Kemudian, dianalisis menggunakan program Nutrisurvey dan dibandingkan dengan kebutuhan lansia.

f. Instrumen Penelitian

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

1. Kuesioner identitas
2. Kuesioner perilaku makan
3. Kuesioner asupan zat makro

g. Pengolahan Data

a. *Editing*

Editing merupakan kegiatan untuk pengecekan dan perbaikan isian formulir atau kuesioner apakah jawaban yang ada di kuesioner tersebut :

- Lengkap : apakah semua pertanyaan sudah terisi jawabannya
- Jelas : jawaban pertanyaan atau tulisan masing-masing pertanyaan cukup jelas atau terbiasa
- Relevan : jawaban yang tertulis apakah relevan dengan pertanyaan.
- Konsisten : apakah jawaban pertanyaan konsisten dengan jawaban pertanyaan lainnya (Notoatmodjo, 2018).

b. *Coding*

Coding merupakan kegiatan merubah data berbentuk kalimat atau huruf. Menjadi data berbentuk angka atau bilangan (Notoatmodjo, 2018). Coding digunakan untuk mempermudah pada saat analisis data dan juga mempercepat pada saat entry data.

c. *Processing*

Pemrosesan data yang dilakukan dengan cara meng-entry data dari jawaban responden dalam bentuk kode (angka atau huruf) ke dalam

program komputer salah satunya yaitu SPSS (Notoatmodjo, 2018). Pemrosesan dilakukan agar data yang sudah di-entry dapat dianalisis.

d. Entry data / tabulating

Pada proses ini dilakukan dengan memasukkan data yang sudah diberikan kode kedalam sebuah tabel. Data yang sudah dimasukkan ke dalam tabel dapat diketahui frekuensi datanya. Data yang dimasukkan kedalam tabel dapat dilakukan secara manual maupun dengan bantuan pengolahan komputer. Dalam penelitian ini peneliti mengolah data dengan bantuan komputer dan dengan *Software Nutrisurvey* untuk menghitung jumlah energi dan protein yang dikonsumsi oleh lansia.

Cleaning

Setelah diberi kode dan dimasukkan kedalam perangkat komputer selanjutnya dilakukan cleaning atau pembersihan data yang merupakan kegiatan pengecekan kembali data yang sudah di-entry apakah ada kesalahan, ketidak lengkapan dan sebagainya yang dapat mempengaruhi hasil pengolahan data, kemudian dilakukan pembenaran atau koreksi (Notoatmodjo, 2018).

E. Analisa Data

Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis univariat yang bertujuan untuk mendeskripsikan karakteristik setiap variabel penelitian. Analisis ini hanya menghasilkan distribusi frekuensi dan persentase dari tiap variabel (Notoatmodjo, 2018). Data diolah dengan menggunakan program SPSS 16.0 dengan pengelompokan data dan skoring.