

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Rancangan Penelitian

Penelitian deskriptif adalah penelitian yang diarahkan untuk mendeskripsikan atau menguraikan suatu keadaan didalam suatu komunitas atau masyarakat (Notoatmodjo, 2018). Penelitian deskriptif ini ditujukan untuk melihat gambaran faktor-faktor yang berhubungan dengan obesitas pada siswa kelas X di SMA Al-Azhar 3 Bandar Lampung.

B. Subjek Penelitian

1. Populasi

Populasi merupakan keseluruhan objek penelitian yang menjadi sasaran utama untuk diteliti dalam sebuah penelitian (Notoatmodjo, 2018). Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas 10 dengan jumlah 198 siswa di SMA Al-Azhar 3 Bandar Lampung.

2. Sampel

Sampel ialah bagian dari populasi yang menjadi sumber data dalam penelitian, dimana populasi merupakan bagian dari jumlah karakteristik yang dimiliki oleh populasi (Sugiyono, 2018). Sampel pada penelitian ini adalah siswa kelas 10 di SMA Al-Azhar 3 Bandar Lampung. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling* (sampel purposif). Perhitungan sampel menggunakan rumus Slovin sebagai berikut :

$$n = \frac{N}{1+N.e^2}$$

Keterangan :

n = Jumlah sampel

N = Jumlah populasi

$e =$ Tingkat kesalahan yaitu 10% (0,1)

Berdasarkan rumus tersebut, maka dapat dihitung besar sampel sebagai berikut:

$$n = \frac{N}{1 + N \cdot e^2}$$

$$n = \frac{198}{1 + 198 (0,1)^2}$$

$$n = \frac{198}{1 + 198 \cdot 0,01}$$

$$n = \frac{198}{1 + 1,98}$$

$$n = \frac{198}{2,98}$$

$$n = 66,44 = 67$$

Berdasarkan perhitungan yang telah dilakukan, sampel yang diambil untuk penelitian ini adalah 67 sampel.

C. Lokasi dan Waktu Penelitian

1. Lokasi Penelitian

Lokasi penelitian di SMA Al-Azhar 3 Bandar Lampung.

2. Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Mei tahun 2023.

D. Pengumpulan Data

Data yang digunakan dalam penelitian ini ada 2, yaitu data primer dan data sekunder.

a. Data Primer

Data primer yaitu sumber data yang langsung memberikan data kepada pengumpul data. Data dikumpulkan sendiri oleh peneliti langsung dari sumber pertama atau tempat objek penelitian dilakukan (Sugiyono, 2018). Peneliti menggunakan hasil wawancara yang didapatkan dari informan mengenai topik penelitian sebagai data primer. Data yang diambil yaitu identitas responden, asupan makanan, aktivitas fisik, pengetahuan gizi.

b. Data sekunder

Data sekunder merupakan data yang diperoleh atau dikumpulkan peneliti dari berbagai sumber yang ada. Data sekunder yang dikumpulkan yaitu data jumlah siswa dan gambaran umum SMA Al-Azhar 3 Bandar Lampung.

E. Pengolahan Data

1. Pengolahan Data

Teknik pengolahan data menurut Notoatmodjo (2018), yaitu:

a. *Editing*

Editing, yaitu memeriksa kuesioner. *Recall* untuk mengetahui bahwa apakah semua pertanyaan sudah terjawab dengan jelas sesuai dengan pertanyaan yang diajukan.

b. *Coding*

Coding, setelah semua kuesioner diedit, selanjutnya dilakukan pengkodean atau *coding*, yakni mengubah data berbentuk kalimat atau huruf menjadi data atau bilangan. *Coding* atau pemberian kode ini sangat berguna dalam memasukkan data (*data entry*).

1) Jenis Kelamin

Data jenis kelamin didapatkan melalui wawancara. Indeks jenis kelamin diberikan kode yaitu :

1 = Laki – laki

2 = Perempuan

2) Status Gizi

Data pengukuran status gizi didapatkan melalui pengukuran IMT dengan mengukur berat badan dan tinggi badan menggunakan timbangan digital dan *microtoise* serta menghitung dengan rumus IMT.

Indeks status gizi remaja diberi kode yaitu :

1 = Gizi buruk, apabila < -3 SD

2 = Gizi kurang, apabila -3 SD sd < -2 SD

3 = Gizi baik, apabila -2 SD sd $+1$ SD

4 = Gizi lebih, apabila $>+1$ SD sd $+2$ SD

5 = Obesitas, apabila $>+2$ SD

3) Aktivitas Fisik

Data aktivitas fisik didapatkan melalui wawancara. Indeks aktivitas fisik diberikan kode yaitu :

- 1 = Ringan, apabila <600 MET menit/minggu
- 2 = Sedang, apabila 600-3000 MET menit/minggu
- 3 = Berat, apabila >3000 MET menit/minggu

4) Pengetahuan Gizi

Data pengetahuan didapatkan melalui wawancara. Indeks pengetahuan diberikan kode yaitu :

- 1 = Kurang, jika hasil persentase $< 60\%$
- 2 = Cukup, jika hasil persentase $60\% - 80\%$
- 3 = Baik, jika hasil persentase $>80\%$

5) Asupan Energi

Data pengukuran asupan energi didapatkan melalui wawancara *recall* dengan mencatat makan dan minum 2x24 jam, menggunakan metode *food recall*, lalu data yang diperoleh akan dimasukkan aplikasi *nutrisurvey* sehingga hasil yang didapat dibandingkan dengan kebutuhan masing-masing responden. Indeks asupan energi diberi kode yaitu :

- 1 = Kurang, apabila $< 70\%$ AKE
- 2 = Cukup, apabila $70 - <100\%$ AKE
- 3 = Baik, apabila $100 - <130\%$ AKE
- 4 = Lebih, apabila $\geq 130\%$ AKE

6) Asupan Protein

Data pengukuran asupan protein didapatkan melalui wawancara *recall* dengan mencatat makan dan minum 2x24 jam, menggunakan metode *food recall*, lalu data yang diperoleh akan dimasukkan aplikasi *nutrisurvey* sehingga hasil yang didapat dibandingkan dengan kebutuhan masing-masing responden. Indeks asupan energi diberi kode yaitu :

- 1 = Kurang, apabila $< 80\%$ AKP

2 = Cukup, apabila 80 - <100% AKP

3 = Baik, apabila 100 - <120% AKP

4 = Lebih, apabila \geq 120% AKP

7) Asupan Lemak

Data pengukuran asupan lemak didapatkan melalui wawancara *recall* dengan mencatat makan dan minum 2x24 jam, menggunakan metode *food recall*, lalu data yang diperoleh akan dimasukkan aplikasi *nutrisurvey* sehingga hasil yang didapat dibandingkan dengan kebutuhan masing-masing responden. Indeks asupan energi diberi kode yaitu :

1 = Kurang, apabila asupan < 90% AKG

2 = Cukup, apabila asupan 90-110% AKG

3 = Lebih, apabila asupan >110% AKG

8) Asupan Karbohidrat

Data pengukuran asupan karbohidrat didapatkan melalui wawancara *recall* dengan mencatat makan dan minum 2x24 jam, menggunakan metode *food recall*, lalu data yang diperoleh akan dimasukkan aplikasi *nutrisurvey* sehingga hasil yang didapat dibandingkan dengan kebutuhan masing-masing responden. Indeks asupan energi diberi kode yaitu :

1 = Kurang apabila asupan < 90% AKG

2 = Cukup apabila asupan 90-110% AKG

3 = Lebih apabila asupan >110% AKG

c. *Entry* atau *processing*

Entry atau *processing*, yaitu jawaban dari masing-masing responden yang dalam bentuk kode dimasukkan kedalam program *software* komputer. *Software* komputer yang digunakan untuk *entry* data penelitian ini adalah paket program SPSS *for window*.

d. *Cleaning*

Cleaning, apabila semua data dari setiap sumber atau responden selesai dimasukkan, perlu dicek kembali untuk melihat kemungkinan-

kemungkinan adanya kesalahan-kesalahan kode, ketidaklengkapan, dan sebagainya. Kemudian dilakukan perbaikan data untuk koreksi.

2. Analisis Data

Analisis data yang digunakan pada penelitian ini yaitu analisa univariat atau analisa deskriptif yang bertujuan untuk menjelaskan atau mendeskripsikan karakteristik setiap variabel penelitian (Notoatmodjo, 2018). Analisa univariat meliputi distribusi frekuensi, rata-rata (*mean*), median, dan standar deviasi dari faktor-faktor yang meliputi jenis kelamin, status gizi, aktivitas fisik, pengetahuan gizi, dan asupan gizi makro (Energi, Protein, Lemak, dan Karbohidrat) dengan variabel terikat obesitas pada siswa kelas X di SMA Al Azhar 3 Bandar Lampung.