

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Rancangan Penelitian

Jenis penelitian ini merupakan penelitian deskriptif menggunakan metode kuantitatif. Penelitian ini untuk melihat tentang gambaran status anemia, status gizi, asupan zat besi (Fe), asupan vitamin C, dan kebiasaan minum teh remaja putri terhadap kejadian anemia di SMPIT Fitrah Insani Bandar Lampung.

B. Subjek Penelitian

1. Populasi

Populasi adalah keseluruhan subjek penelitian (Notoatmodjo, 2010). Populasi dalam penelitian ini adalah siswi di SMPIT Fitrah Insani Bandar Lampung yang berjumlah sebanyak 61 siswi.

2. Sampel

Penggunaan sampel dalam kegiatan penelitian dilakukan dengan berbagai alasan. (Fadilah, Garancang, & Abunawas, 2023)

Perhitungan besar sampel pada penelitian ini menggunakan rumus slovin dalam buku Ridwan sebagai berikut:

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

Keterangan:

n= Jumlah Sampel

N=Jumlah populasi

e^2 = Kelonggaran ketidaktelitian karena kesalahan pengambilansampel yang dapat ditolerir yaitu 10%

Berdasarkan rumus tersebut dapat diperoleh jumlah sampel sebagai berikut:

$$n = \frac{61}{1 + 61(10\%)^2}$$

$$n = \frac{61}{1,61}$$

$$n = 38$$

Jadi jumlah sampel dalam penelitian ini yaitu 38 responden siswi SMPIT Fitrah Insani. Subjek penelitian adalah siswi kelas 7 dan 8 SMPIT Fitrah Insani tahun 2024 yang memiliki kriteria inklusi dan eksklusi.

1. Kriteria Inklusi

- a. Terdaftar sebagai siswi kelas 7 dan 8 SMPIT Fitrah Insani pada tahun 2024
- b. Bersedia menjadi subjek penelitian dan mengisi lembar persetujuan menjadi subjek penelitian.

2. Kriteria Eksklusi

Kriteria Eksklusi dalam penelitian ini adalah siswi SMPIT Fitrah Insani Bandar Lampung tahun 2024 dengan kriteria sedang puasa/sakit pada saat proses pengumpulan data.

C. Teknik *Sampling*

Teknik pengambilan sampel sangatlah diperlukan dalam sebuah penelitian karena hal ini digunakan untuk menentukan siapa saja anggota dari populasi yang hendak dijadikan sampel. Untuk itu teknik pengambilan sampel haruslah secara jelas tergambar dalam rencana penelitian sehingga jelas dan tidak membingungkan ketika terjun dilapangan. Dalam penelitian ini menggunakan *metode systematic sampling* yaitu $\text{Interval} = \frac{\text{jumlah populasi}}{\text{jumlah sampel}} = \frac{61}{38} = 2$.

Langkah-langkah pengambilan sampel *systematic randomsampling* antara lain:

1. Tentukan populasi dan susun *sampling frame*.
2. Tetapkan jumlah sampel yang akan diteliti menggunakan pertimbangan metodologis
3. Tentukan K (kelas interval)
4. Tentukan angka/nomor awal diantara kelas interval tersebut secara acak.
5. Mulailah mengambil sampel dimulai dari angka atau nomor awal yang terpilih, dan nomor interval berikutnya hingga memenuhi jumlah sampel.

D. Lokasi dan Waktu penelitian

1. Tempat

Penelitian dilakukan di ruang kelas SMPIT Fitrah Insani yang berlokasi di Bandar Lampung

2. Waktu

Penelitian ini dilakukan pada bulan April 2024.

E. Pengumpulan Data

1. Data Primer

Data primer adalah data yang diperoleh atau dikumpulkan oleh peneliti secara langsung dari sumber datanya. Data primer yang diperoleh dari penelitian ini meliputi data kadar Hb, asupan energi, asupan protein, asupan zat besi, asupan vitamin C, dan kebiasaan minum teh.

2. Data Sekunder

Data sekunder adalah data yang diambil secara tidak langsung atau mengambil data yang sudah ada dari peneliti lain. Data sekunder ini meliputi gambaran umum SMPIT Fitrah Insani, dan data-data siswi SMPIT Fitrah Insani

3. Tenaga Pengumpul Data

Pengambilan data dilakukan oleh 5 orang pengambil data yang dimana dua orangnya merupakan jurusan teknologi laboratorium medis

(TLM) serta tiga orang lainnya adalah mahasiswa gizi tingkat III Poltekkes Tanjung Karang.

4. Alat yang digunakan

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah:

- a. Alat tes darah *Easy Touch GCHB*
- b. Formulir *food recall* 24 jam
- c. Kuesioner kebiasaan minum teh

5. Cara Pengumpulan Data

Data yang diambil yaitu data status anemia (kadar Hb)), status gizi asupan zat besi, asupan vitamin C, dan kebiasaan minum teh.

a. Status Anemia

Pengumpulan data kadar hemoglobin (Hb) akan diukur menggunakan alat tes darah *Easy Touch GcHb*, Langkah-langkahnya ialah sebagai berikut:

- 1) Bersihkan bagian jari yang akan diambil darahnya dengan kapas dan alkohol
- 2) Tunggu jari kering sebelum menusuk jarum *lancet* agar meminimalisir rasa sakit seperti tersengat saat akan ditusukkan.
- 3) Tusuk jari yang sudah kering menggunakan jarum *Lancet* , kemudian ambil darah menggunakan strip pengukur dan masukkan ke alat baca.
- 4) Tunggu sampai muncul angka di layer alat pengukur.

b. Status Gizi

Pengumpulan data status gizi akan diukur menggunakan *microtoise* dan timbangan digital, Langkah-langkahnya ialah sebagai berikut:

Pengukuran TB

- 1) Pilih bidang *vertical* yang datar (misalnya tembok/ bidang pengukuran lainnya) sebagai tempat untuk meletakkan *microtoise*.
- 2) Pasang *microtoise* pada bidang tersebut dengan kuat dengan

cara meletakkannya di dasar lantai kemudian Tarik ujung meteran hingga 2 meter ke atas secara vertical / lurus hingga *microtoise* menunjukkan angka nol

- 3) Pasang penguat seperti paku dan lakban pada ujung *microtoise* agar posisi alat tidak bergeser.
- 4) Mintalah subjek yang akan diukur untuk melepaskan alas kaki dan melonggarkan ikatan kepala.
- 5) Persilahkan subjek untuk berdiri tepat di bawah *microtoise*.
- 6) Pastikan subjek berdiri tegap, pandangan lurus ke depan, kedua lengan berada di samping, posisi lutu tegak/tidak menekuk, dan telapak tangan menghadap ke paha (posisi siap)
- 7) Pastikan pula kepala, punggung, bokong, betis, dan tumit menempel pada bidang vertical/tembok/dinding dan subjek dalam keadaan rileks.
- 8) Turunkan *microtoise* hingga mengenai/menyentuh kepala subjek namun tidak ditekan dan posisi *microtoise* tegak lurus.
- 9) Catat hasil pengukuran.

Pengukuran BB

- 1) Pengukuran BB hendaknya dilakukan setelah sisa-sisa makanan di perut kosong dan sebelum makan (waktu yang dianjurkan ialah pagi hari)
- 2) Letakkan timbangan digital di tempat yang datar.
- 3) Sebelum lakukan penimbangan hendaknya timbangan dikalibrasi
- 4) Setelah alat siap minta subjek untuk melepaskan alas kaki serta aksesoris yang digunakan dan pakaian luar seperti jaket/cardigan. Saat menimbang sebaiknya subjek menggunakan pakaian seringan mungkin.
- 5) Mintalah subjek untuk naik ke atas timbangan kemudian

berdiri tegak pada bagian tengah timbangan dan pandangan menghadap lurus kedepan.

- 6) Pastikan subjek dalam keadaan rileks dan tidak bergerak-gerak.
- 7) Catat hasil pengukuran.

c. Asupan Zat Gizi Mikro

Pengumpulan asupan zat besi, dan vitamin C dengan menggunakan *food recall* 2x24 jam, langkah-langkahnya ialah sebagai berikut:

- 1) Melakukan kegiatan *me-recall* selama 2 hari
- 2) Hasil *recall* dihitung menggunakan aplikasi *Nutrisurvey*
- 3) Bandingkan hasil dengan pedoman AKG

d. Kebiasaan Minum Teh

- 1) Melakukan sesi wawancara tentang konsumsi minum teh menggunakan kuesioner dengan pernyataan yang telah disediakan.
- 2) Melakukan pengecekan terhadap kuesioner yang telah diisi oleh responden.
- 3) Jika kuesioner sudah terisi lengkap, lakukan pengolahan data menggunakan aplikasi yang ada di laptop.

3. Pengolahan dan Analisis data

a. Pengolahan Data

a. *Editing*

Editing merupakan kegiatan untuk melakukan pengecekan isian formular atau kuesioner apakah jawaban yang ada di kuesioner tersebut lengkap, jelas, relevan, dan konsisten.

b. *Coding*

Coding merupakan kegiatan data berbentuk huruf menjadi data berbentuk angka atau bilangan. Kegunaan dari *coding* itu sendiri ialah untuk mempermudah saat ingin melakukan

analisis dan jugamempercepat pada saat *entry* data.

Adapun cara pengkodean untuk setiap variabel sebagai berikut:

1) Status Anemia

Indeks status anemia diberikan kode sebagai berikut:

1 = Anemia jika kadar Hb < 12 g/dl

2= Tidak anemia jika kadar Hb > 12

2) Status Gizi

Indeks status gizi diberikan kode sebagai berikut:

1 = gizi buruk <-3 SD

2 = gizi kurang -3 SD sd <-2 SD

3 = gizi baik -2 SD sd + 1 SD

4 = gizi lebih +1 SD sd +2 SD

5 = obesitas > +2 SD

3) Indeks asupan zat besi diberikan kode sebagai berikut:

1 = Baik, jika ≥ 15 mg

2 = Kurang, jika <15 mg

4) Indeks asupan vitamin C diberikan kode sebagai berikut:

1 = Baik, jika ≥ 65 mg

2=Kurang, jika < 65 mg

5) Kebiasaan minum teh

Indeks kebiasaan minum teh diberikan kode sebagai berikut:

1= Tidak baik, jika mengkonsumsi (> 7 kali/minggu)

2= Baik, jika mengkonsumsi (< 7 kali/minggu)

c. *Entry Data*

Proses memasukkan data yang telah didapatkan dan dikumpulkankedalam suatu program *computer*.

d. *Cleaning*

Pengecekan kembali data-data yang telah di *entry* untuk melihat kemungkinan kesalahan ketika melakukan pengkodean/skor.

e. Analisis Data

Analisis data yang digunakan pada penelitian ini ialah analisis univariat. Analisis univariat adalah proses untuk menjelaskan atau mendeskripsikan karakteristik dari setiap variabel yang diteliti. Analisis univariat ini digunakan untuk menggambarkan semua variabel yaitu, status anemia (kadar Hb), status gizi (*IMT/U*), asupan zat besi, asupan vitamin C, dan kebiasaan minum teh menggunakan persentase di SMPIT Fitrah Insani Bandar Lampung tahun 2024.