

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Rancangan Penelitian

Penelitian ini termasuk dalam penelitian deskriptif. Penelitian deskriptif adalah metode penelitian yang berusaha menggambarkan dan menginterpretasi obyek sesuai dengan apa adanya. Ini artinya bahwa dalam penelitian, peneliti tidak mengubah, menambah, atau mengadakan manipulasi terhadap objek atau wilayah penelitian dan jenis dari penelitian deskriptif yang peneliti gunakan adalah penelitian korelasi sebab akibat dimana peneliti bermaksud untuk mengetahui gambaran status gizi, asupan makan, pengetahuan gizi dan aktivitas fisik remaja di SMP Advent Bandar Lampung.

B. Subyek Penelitian

1. Populasi Penelitian

Populasi penelitian adalah keseluruhan objek penelitian atau objek yang diteliti (Notoatmodjo, 2018). Populasi dari penelitian ini adalah 65 orang yang mana terdiri dari kelas 7 dan 8 remaja SMP Advent Bandar Lampung.

2. Sampel

Penentuan besar sampel penelitian berdasarkan rumus Lemoshow (Riduwan dalam Dewi, 2022) sebagai berikut :

$$n_0 = \frac{(Z_{1-\alpha/2})^2 \cdot P(1 - P)}{d^2}$$
$$n = \frac{n_0}{1 + \frac{n_0 - 1}{N}}$$

Keterangan :

n_0 = Besar sampel

$Z_{1-\alpha/2}$ = Tingkat kemaknaan (α 0,005 = 1,96)

P = Proporsi suatu kasus tertentu terhadap populasi (0,50)

d = Derajat penyimpangan terhadap populasi yang diinginkan (0,10)

n = Besar sampel yang diteliti

N = Jumlah populasi Siswa

Perhitungan sampel :

$$n_0 = \frac{(Z_{1-\alpha/2})^2 \cdot (1 - P)}{d^2}$$

$$n_0 = \frac{1,96^2 \cdot 0,50(1 - 0,50)}{0,10^2}$$

$$n_0 = \frac{0,9604}{0,01}$$

$$n = \frac{n_0}{1 + \frac{n_0 - 1}{N}}$$

$$n = \frac{96,04}{1 + \frac{96,04 - 1}{65}}$$

$$n = \frac{96,04}{1 + 1,462}$$

$$n = 39$$

Berdasarkan perhitungan sampel diatas, maka sampel pada penelitian adalah 39 sampel.

3. Teknik Sampling

Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini adalah *simple random sampling* (sampel acak) yang mana menggunakan sistem kocok. Random sampling adalah pengambilan sampel dari populasi dimana setiap anggota populasi mempunyai kesempatan yang sama untuk diambil sebagai sampel (Riyanto, 2011) kemudian setelah didapatkan jumlah sampel dilakukan dengan metode undian.

C. Lokasi dan Waktu Penelitian

1. Lokasi Penelitian

Lokasi dalam penelitian ini di laksanakan di SMP Advent Bandar Lampung.

2. Waktu Penelitian

Penelitian ini di mulai pada bulan Juli 2022 dan pengambilan data dilakukan pada tanggal 10 dan 11 Mei 2023.

D. Pengumpulan Data

1. 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 pengukuran antropometri, pengetahuan gizi asupan makan dan aktivitas fisik responden.

1) Antropometri

Menurut Ramayulis dkk (2018), pengukuran dan pengkajian data antropometri merupakan hasil pengukuran fisik pada individu. Pengukuran yang dilakukan pada penelitian ini yaitu mengukur tinggi badan (TB) dan berat badan (BB). Indeks Massa Tubuh (IMT) yang ditentukan dengan membagi berat badan dalam satuan kilogram dengan kuadrat tinggi badan dalam satuan meter.

2) Asupan Makan

Data asupan makan didapatkan dengan menggunakan lembar *food recall* 24 jam selama dua hari tidak berturut-turut dan dilakukan peneliti. Prosedur untuk mendapatkan data asupan makan yaitu dengan cara mewawancarai responden mengenai apa saja serta jumlah makanan dan minuman yang telah dikonsumsi selama 24 jam yang lalu. Hasil yang didapatkan dihitung dengan menggunakan program perangkat lunak komputer, kemudian hasil asupan yang didapatkan dibandingkan dengan kebutuhan individu sampel yang dihitung dengan angka kecukupan gizi (AKG).

3) Aktifitas Fisik

Data aktifitas fisik didapatkan dengan cara menanyakan secara langsung aktifitas yang dilakukan responden dengan menggunakan lembar kuesioner PAL kemudian hasilnya dimasukkan ke dalam klasifikasi aktifitas.

4) Pengetahuan Gizi

Data pengetahuan gizi peneliti ingin mencapai pengetahuan responden tingkat memahami yaitu kemampuan menjelaskan secara benar, tentang objek yang diketahui dengan menggunakan lembar kuesioner yang berisikan beberapa pertanyaan tentang pengetahuan gizi kemudian hasilnya dihitung menggunakan perhitungan Arikunto (2013) dan dimasukkan ke dalam klasifikasi pengetahuan.

b. Data Sekunder

Data sekunder adalah data yang diambil secara tidak langsung atau data yang dikumpulkan peneliti dari berbagai sumber yang telah ada. Data sekunder didapatkan yaitu dari profil SMP Advent Bandar Lampung.

2. Cara pengumpulan data

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-pertanyaan identitas individu, pengetahuan gizi, asupan makan dalam formulir *recall* dan aktivitas fisik dalam kuesioner.

3. 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 *food recall* 24 jam

- d. Kuesioner aktifitas fisik IPAQ
- e. Kuesioner pengetahuan gizi
- f. *Software nutrisurvey 2007*
- g. Tabel AKG tahun 2019
- h. SPSS
- i. Naskah penjelasan sebelum persetujuan
- j. *Informed Consent*
- k. Alat tulis

E. Pengolahan data

1. Editing

Tahap ini dilakukan oleh peneliti demi memeriksa kesalahan, kelengkapan dan kejelasan dari data yang telah dikumpulkan atau diperoleh. Penyuntingan yang dilakukan secara langsung oleh peneliti terhadap data primer yang diolah melalui spss dan dihitung juga secara manual mengenai status gizi siswa. Tujuan dari editing ini adalah untuk memastikan bahwa data yang diperoleh yaitu semua data yang diolah relevan dan dapat dibaca dengan baik.

2. Coding

Setelah dilakukan editing kemudian penulisan memberikan kode tertentu pada tiap-tiap data yang didapat sehingga mempermudah melakukan analisa data. Berikut coding yang diberikan dalam penelitian,

- a. Status gizi
 - 1 = Gizi buruk
 - 2 = Gizi kurang
 - 3 = Gizi baik
 - 4 = Berisiko gizi lebih
 - 5 = Gizi lebih
 - 6 = Obesitas
- b. Pengetahuan
 - 1 = Baik
 - 2 = Cukup
 - 3 = Kurang
- c. Asupan energi dan protein
 - 1 = kurang
 - 2 = baik
 - 3 = cukup
 - 4 = lebih

- d. Asupan lemak dan karbohidrat
 - 1 = kurang
 - 2 = cukup
 - 3 = lebih
- e. Aktivitas fisik
 - 1= Aktivitas Ringan
 - 2 = Aktivitas Sedang
 - 3 = Aktivitas Berat

3. *Entering*

Data yang telah di *scoring* selanjutnya di input ke dalam aplikasi SPSS sesuai dengan kode yang telah diberikan.

4. *Cleaning*

Pengecekan ulang data – data yang telah dientry kedalam *software* untuk melihat kemungkinan adanya kode, ketidak lengkapan data dan variasi data.

F. Analisis data

Analisis yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis Univariat yang bertujuan untuk menjelaskan atau mendeskripsikan karakteristik setiap variabel penelitian (Notoadmojo, 2018). Analisis univariat dipakai untuk mendeskripsikan gambaran distribusi frekuensi dari variabel gambaran status gizi, asupan makan, aktivitas fisik dan pengetahuan gizi. Data disajikan dalam bentuk tabel dan di interpretasikan.