BAB III
METODE PENELITIAN

A. Rancangan Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitaian deskriptif dengan pendekatan *cross-sectional*. Jenis penelitian yang bersifat deskriptif digunakan untuk melihat gambaran asupan zat gizi makro, serat, kolestrol dan status gizi pada lansia anggota prolanis di Puskesmas Karang Anyar Kabupaten Lampung Selatan. *Crosssectional* adalah suatu penelitian dimana variabel independen/faktor penyebab/faktor risiko dan variabel dependen/faktor akibat/faktor efek dikumpulkan pada saat bersamaan (Supardi, 2014).

B. Subjek Penelitian

1. Populasi

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas: obyek/subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2018). Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh lansia yang berjumlah 180 orang di program pengelolaan penyakit kronis (Prolanis) Puskesmas Karang Anyar Lampung Selatan

2. Sampel

Sampel ialah bagian dari populasi yang menjadi sumber data dalam penelitian, dimana populasi merupakan bagian dari jumlah karakteristik yang dimiliki poopulasi. Penggunaan sampel dalam kegiatan penelitian dilakukan dengan berbagai alasan (Fadilah, Garancang, & Abunawas, 2023).

Perhitungan besar sampel pada penelitian ini menggunakan rumus slovin menurut Sugiyono (2015) sebagai berikut :

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

Keterangan:

n = jumlah sampel

N = jumlah populasi

e^2 = kelonggaran ketidaktelitian karena kesalahan pengambilan sampel yang dapat ditolerir yaitu 10%

berdasarkan rumus tersebut dapat diperoleh jumlah sampel sebagai berikut :

$$n = \frac{180}{1 + 180\ (10\%)^2}$$

$$n = \frac{180}{2{,}8} = 65$$

Jadi, dari 180 populasi, sampel penelitian yang dibutuhkan adalah sebanyak 65 Lansia anggota prolanis di Puskesmas Karang Anyar Kabupaten Lampung Selatan, dengan mempertimbangkan kriteria inklusi dan eksklusi menurut (Mokoginta et al., 2016).

3. Teknik sampling

Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan *Accidental sampling*. *Accidental sampling* adalah teknik pengambilan sampel dengan cara memilih siapa yang kebetulan dijumpai. Dengan demikian *accidental sampling* berdasar pada faktor spontanitas, artinya siapa saja yang tidak sengaja bertemu dengan peneliti dan sesuai dengan karakteristik maka orang tersebut dapat dijadikan sebagai sampel (responden) (Isfarudi et al., 2019)

C. Lokasi dan waktu penelitian

1. Lokasi penelitian.

   Penelitian ini dilakukan di Posyandu Karang Anyar dan Rejo Mulyo Kabupaten Lampung Selatan.

2. Waktu Penelitian

   Penelitian ini di lakukan di Posyandu Karang Anyar dan Rejo Mulyo pada bulan April 2025.

D. Pengumpulan Data

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

1. Data Primer

   Data primer yaitu data yang diperoleh langsung dari responden setelah melakukan kunjungan langsung ke lokasi penelitian dengan meminta persetujuan terlebih dahulu kepada responden untuk bersedia menjadi responden dan diwawancarai sesuai dengan yang ada di kuesioner. Kuesioner recall 2x24 jam berupa pertanyaan untuk mengetahui mengenai asupan zat gizi makro, serat, kolesterol dan pengukuran antropometri untuk menentukan status gizi lansia pada anggota prolanis di Puskesmas Karang Anyar Kabupaten Lampung Selatan.

2. Data Sekunder

   Data sekunder adalah data yang diperoleh melalui dokumen-dokumen yang sudah ada. Data sekunder yang digunakan pada penelitian ini yaitu mengenai profil Puskesmas Karang Anyar Lampung Selatan.

3. Instrumen Data

   Instrumen yang digunakan yaitu formulir recall 2x24 jam. Hasil recall yaitu asupan zat gizi makro serat dan kolestrol memiliki asupan yang kurang. Alat yang digunakan untuk pengumpulan data dalam penelitian ini adalah :

   a. Timbangan digital dengan ketelitian 0,1 kg merek Omron
   b. Stadiometer ketelitian 0,1 cm merk metrisis

4. Tenaga Pengumpul Data

Data pada penelitian ini dikumpulkan oleh peneliti dan dibantu oleh 3 orang mahasiswa gizi semester 6 yang sudah lulus mata kuliah penelitian status gizi, survey konsumsi dan metodelogi penelitian.

E. Pengolahan Data dan Analisis Data

1. Pengolahan Data

Pengolahan data dapat dilakukan secara manual ataupun dengan komputer. Pada penelitian ini peneliti melakukan pengolahan data dengan komputer. Adapun langkah-langkah dalam mengolah data dengan menggunakan komputer, diantaranya (Notoatmodjo, 2018) :

a. Penyuntingan Data (*Editing*)

Secara umum *editing* adalah merupakan kegiatan untuk pengecekan dan perbaikan isian formulir atau kuesioner tersebut :

1). Apakah lengkap, dalam arti semua pertanyaan sudah terisi
2). Apakah jawaban atau tulisan masing-masing pertanyaan cukup jelas atau terbaca
3) Apakah jawabannya relevan dengan pertanyaannya
4). Apakah jawaban-jawaban pertanyaan konsisten dengan jawaban pertanyaan yang lainnya.

Apabila ada jawaban-jawaban yang belum lengkap, kalau memungkinkan perlu dilakukan pengambilan data ulang untuk melengkapi jawaban-jawaban tersebut. Tetapi apabila tidak memungkinkan, maka pertanyaan yang jawabnya tidak lengkap tersebut tidak diolah atau dimasukkan dalam pengolahan *data missing*.

b. Coding

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

1). Jenis kelamin

Jenis kelamin diperoleh dari hasil kuesioner yang berisi 20 pertanyaan, dan diberi kode :

1 = Laki-laki,

2 = Perempuan

(Ariadi, 2015).

2) Usia

Usia diperoleh dari hasil kuesioner dan diberi kode :

1 = Pra lansia, bila 49-59

2 = Lansia, bila ≥ 60 tahun

(Permenkes, 2016)

3) Status gizi

Status gizi diperoleh berdasarkan IMT dikategorikan :

1 = Jika, < 17,0 kg/m2 = Sangat kurus

a. = Jika, 17,0 – < 18,5 kg/m2 = Kurus

b. = Jika, 18,5 – 25,0 kg/m2 = Normal

c. = Jika, > 25,0 – 27,0 kg/m2 = Gemuk

5 = Jika, > 27,0 kg/m2 = Sangat Gemuk (Obesitas)

(Kemenkes RI, 2016)

4) Asupan energi

1 = Sangat Kurang <70%

2 = Kurang (70 – <100%)

3 = Normal (100 – <120%)

4 = Lebih (≥120%)

(SDT, 2014)

5) Asupan protein

1 = Sangat Kurang <80%

2 = Kurang (80 – <100%)

3 = Normal (100 – <120%)

4 = Lebih (≥ 120%)

(SDT, 2014)

6) Asupan lemak dan karbohidrat

1 = Defisit tingkat berat (<70%)

2 = Defisit tingkat sedang (70 - 79%)

3 = Defisit tingkat ringan (80 – 89%)

4 = Normal (90 – 119%)

5 = Lebih (≥120%)

(WNPG, 2014)

7) Asupan serat

Asupan serat diperoleh dari hasil wawancara dan diberi kode:

1 = Sesuai anjuran (≥30gram/hari)

2 = Tidak sesuai anjuran (<30gram/hari)

(Hartono,2012)

8) Asupan kolestrol

Asupan kolestrol diperoleh dari hasil wawancara dan diberi kode :

1 = Normal (<200mg)

2 = Tinggi (≥200mg)

(Listiyana dkk ,2013).

c. Memasukkan Data (*Data Entry*) atau *Processing*

Jawaban-jawaban dari masing-masing responden yang dalam bentuk kode (angka atau huruf) dimasukkan ke dalam program atau *software* computer. *Software* computer yang digunakan untuk *entry data* penelitian ini adalah paket program SPSS for window.

d. Pembersihan Data *(Cleaning*)

Apabila semua data dari setiap sumber data atau responden selesai dimasukkan, perlu dicek kembali untuk melihat kemungkinan adanya kesalahan-kesalahan kode, ketidaklengkapan, dan sebagainya. Kemudian dilakukan pembetulan atau koreksi. Proses ini disebut pembersihan data (*data cleaning*).

2 Analisis Data

Analisis data yang digunakan pada penelitian ini yaitu analisis univariat atau analisis deskriptif yang bertujuan untuk menjelaskan atau mendeskripsikan karakteristik setiap variabel penelitian (Notoatmodjo, 2018). Analisis univariat meliputi distribusi frekuensi, rata-rata (*mean*), median, dan standar deviasi yang meliputi jenis kelamin, usia, energi, protein, lemak, karbohidrat, serat, kolestrol dan status gizi lansia.