

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Jenis penelitian ini menggunakan analitik observasi dengan rancangan “cross sectional ” ini merupakan suatu rancangan yang mengkaji dinamika hubungan variabel dependent dan variabel independent dengan penelitian kuantitatif untuk melihat hubungan pengetahuan tentang kekurangan energi kronik dan asupan makan dengan kejadian KEK pada remaja putri di SMA Negeri 7 Kota Kupang.

B. Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SMA Negeri 7 Kota Kupang yang dilakukan pada bulan Maret 2026

C. Populasi dan Sampel Penelitian

1. Populasi

Populasi dalam penelitian ini adalah remaja putri di SMA Negeri 7 Kota Kupang Kelas X jumlah keseluruhan remaja putri di SMA Negeri 7 Kota Kupang sebanyak 222

2. Sampel

Sampel yang diambil adalah remaja putri di SMA Negeri 7 Kota Kupang sebanyak 222

Jumlah sampel ditentukan dengan rumus Slovin sebagai berikut :

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

Keterangan :

n : ukuran sampel

N : ukuran populasi (222)

ei : nilai kritis / batas kesalahan 10%(0,1)

$$\text{perhitungan : } \frac{222}{1+222(0,1)^2}$$

$$n = \frac{222}{1+2,22}$$

$$n = \frac{222}{3,22}$$

$$n = 68,94 \text{ dibulatkan menjadi } 69$$

D. Teknik sampel

Teknik sampel dalam penelitian ini menggunakan *simple random sampling* (pengambilan sampel secara acak sederhana). yaitu teknik pengambilan sampel secara acak dari seluruh populasi sehingga setiap anggota populasi memiliki kesempatan yang sama untuk terpilih menjadi sampel penelitian. Adapun kriteria dalam penelitian ini yaitu

1. Kriteria inklusi

- b. Remaja putri kelas X SMA Negeri 7 Kupang
- c. Siswa yang berusia 16-18 Tahun Perempuan
- d. Bersedia menjadi sampel penelitian
- e. Siswa dapat berkomunikasi dengan baik
- f. Hadir pada saat pengumpulan data

3. Kriteria eksklusi

- a. Remaja putri yang mengisi kuesioner tidak lengkap
- b. Remaja putri yang sedang sakit dan memiliki riwayat kronis seperti (TB, Ginjal, Diet Khusus dll)

E. Variabel penelitian

Variabel bebas : variabel bebas dalam penelitian ini meliputi pengetahuan tentang kekurangan energi kronik dan asupan makan (Energi, Protein, Lemak dan Karbohidrat).

Variabel terikat : variabel terikat dalam penelitian ini meliputi kejadian KEK.

F. Defenisi operasional

Tabel 1. Defenisi operasional

N o	Variabel	Defenisi	Alat ukur	Skala	Hasil ukur
1	Pengetahuan tentang kekurangan energi kronik (Triwahyuning sih eit al., 2024).	Peingetahuan keikurangan einrgi kronik meirupakan peingetahuan teintang makanan dan zat gizi, sumbeir-sumbeir zat gizi pada makanan, (Triwahyuningsi h et al., 2024)	Kuesioner	Ordinal	a) Baik : hasil presenta sei >75% b) Cukup : hasil presintas i 60-75% c) Kurang : hasil presenta si < 60% Sumber : (Nurazizah eit al, 2022)
2	Kejadian KEK. (Munawara et al., 2023)	Keikurangan eineirgi kronik atau biasa disebut KEIK, meirupakan suatu kondisi yang teirjadi akibat adanya keitidakseimban gan antara asupan eineirgi dan proteiin. (Munawara et al., 2023)	Menggunak an Pita LILA	Nomin al	1. Beresiko KEK jika LILA < 23,5 cm 2. Normal jika ukuran LILA $\geq$ 23,5 (peratura n mentri kesehata n 2021)
3	Asupan makan. (Angelique, 2024)	Banyaknya asupan gizi protein, lemak, karbohidrat yang diperoleh dari makanan yang dikonsumsi remaja putri dalam 1x24 jam.	Form Recall 1x24 jam dan buku foto makanan	Ordinal	Asupan zat gizi dibagi menjadi 3 kategori menurut, yaitu : 1. Kurang (<70%) 2.

(Angelique,
2024)

G. Jenis data

1. Data Primer

Data yang digunakan dalam penelitian ini adalah data primer yaitu data yang diambil langsung dari subjek penelitian untuk memperoleh data primer dengan menggunakan kuesioner yang berisi beberapa item pertanyaan dan akan dibagikan secara langsung kepada responden, yaitu kekurangan energi kronik, dan asupan makan, dengan kejadian KEK.

2. Data sekunder

Pengertian data sekunder atau definisi data sekunder adalah data yang diperoleh lewat pihak lain, tidak langsung diperoleh oleh peneliti dari subjek penelitiannya (Lesmana et al., 2017), yaitu data jumlah siswi kelas X di SMAN 7 Kota Kupang.

H. Cara Pengumpulan Data

1. Mengukur lingkar lengan atas (LILA) dengan pita LILA
2. Mengisi kuesioner untuk mendapatkan data identitas, tingkat pengetahuan remaja
3. Recall 24 jam untuk memperoleh asupan energi, protein, lemak dan karbohidrat

I. Instrumen Penelitian

Alat penelitian adalah hal yang digunakan untuk mengumpulkan data dalam sebuah penelitian

Alat penelitian yang digunakan dalam penelitian ini meliputi:

1. Formulir *informed consent* sebagai formulir pernyataan ketersediaan sebagai sampel penelitian.
2. Kuisiener

Kuisiener digunakan sebagai panduan dalam wawancara untuk memperoleh informasi mengenai identitas responden, karakteristik responden, serta Pengetahuan terkait KEK dan keragaman pangan.

3. Form Recall 1x24 jam untuk mengetahui Asupan makan .
4. Pita LLA

Pita LLA digunakan untuk mengetahui apakah seseorang mengalami (KEK) atau tidak.

J. Pengolahan dan Analisis Data

Data yang di kumpulkan selanjutnya dilakukan peingolahan meilalui tahap seibagai beirikut :

1. **Editing** adalah proseis meingideintifikasi, meimeiriksa, dan meimpeirbaiki keisalahan atau keitidakseisusaian dalam data untuk meimastikan keiakuratannya seibelum analisis lebih lanjut.
2. **Coding**, atau peimbeirian kodei dalam beintuk angka/ bilangan beirtujuan untuk meimudahkan peineiliti dalam meinganalisis data dan juga pada saat eintri data.
3. **Elntry**, data yaitu meilakukan eintri data dari kuisoneir kei dalam pakeit program computeir.
4. **Cleianing**, atau peimbeirian data adalah proseis meimeiriksa, meingindeintifikasi, dan meingatasi keisalahan dari data. Tujuan adalah untuk meinjaga kualitas data deingan meinghapus nilai yang tidak valid, dan meinangani keisalahan data.
5. **Analisis univariat** dilakukan untuk meingeitahui distribusi freikueinsi dari seitiap variabel peineilitian. Peinyajian akan didistribusikan dalam beintuk tabel. Analisis univariat beirmanfaat untuk meilihat apakah data sudah layak dianalisis, meilihat gambar data yang dikumpulkan dan apakah data optimal untuk di analisis lebih lanjut.
6. **Analisi bivariat**

Analisis brivat dimanfaatkan untuk memahami keterkaitan antara variabel independent dan dependent. Proses pengolahan dilakukan melalui uji *independent samplen test* digunakan untuk mengetahui apakah terdapat perbedaan rata-rata dua sampel yang tidak berpasang. Untuk menganalisis hubungan variabel secara statistik, digunakan Tingkat kepercayaan sebesar

95% ($\alpha=0,05$). Dalam studi ini peneliti mempermudah pengujian data dengan menggunakan program *sowftware* SPSS 22 *for windows*. Dasar pengambilan hipotesis diambil dari nilai signifikan α yang ditentukan sebesar 95%.

- a) Jika nilai probabilitas $>\alpha(0,05)$ maka hipotesis penelitian (H_0) diterima dan (H_a) ditolak.
- b) Jika probabilitas $<\alpha(0,05)$ maka hipotesis penelitian (H_a) diterima dan (H_0) ditolak.

K. Etika Penelitian

Penelitian ini dilakukan setelah mendapat izin dari dinas penanaman modal, Prodi Gizi Poltekkes Kemenkes Kupang dan persetujuan dari kepala sekolah SMAN 7 Kota Kupang untuk siswi kelas X menjadi responden. Kemudian memberi penjelasan kepada responden penelitian tentang maksud dan tujuan penelitian secara langsung, yang mana semua data dan informasi yang terkandung dalam kuisioner penelitian ini semata hanya untuk memenuhi kebutuhan ilmiah saja dan menjamin kerahasiaan identitas responden tidak disebarluaskan baik melalui media elektronik maupun media cetak yang dapat diketahui oleh masyarakat umum.