

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Jenis penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan rancangan *cross sectional*. *cross sectional* merupakan pengumpulan data terhadap variabel penelitian baik independent maupun dependent di lakukan secara bersamaan dalam waktu yang sama.

B. Lokasi dan waktu penelitian

Penelitian dilaksanakan di Sekolah Keberbakatan Olahraga pada bulan April-Mei 2026

C. Populasi dan Sampel

1. Populasi Penelitian

Populasi dalam penelitian ini adalah remaja putri yang terdaftar di Sekolah Keberbakatan Olahraga pada tahun ajaran 2025/2026 berjumlah 95 orang.

2. Teknik pengambilan sampel

Dalam penelitian ini teknik pengambilan sampel yaitu dengan menggunakan Teknik *total sampling* sebanyak 49 responden. Data dikumpulkan melalui pemeriksaan kadar Hb *Easy Touch*

3. Sampel

Sampel penelitian sebagian dari populasi yang di teliti dan dianggap mewakili seluruh populasi.

Jadi jumlah sampel dalam penelitian ini adalah dengan kriteria inklus dan ekslusi berdasarkan penelitian yaitu:

1. Kriteria Inklus

- a) Remaja putri berusia 15-19 taahun
- b) Bersedia menjadi responden atau sampel
- c) Remaja merupakan siswi SKO

2. Kriteria Ekslusi

- a) Siswi sedang sakit dan tidak bisa mengikuti proses penelitin
- b) Siswi putus atau pindah sekolah saat penelitian berlangsung

D. Variabel Penelitian

Variabel penelitian adalah objek penelitian, atau apa yang menjadi titik perhatian suatu penelitian. Dalam penelitian ini menggunakan dua variabel yaitu variabel bebas dan variabel terikat.

1. Variabel bebas *Independen* dalam penelitian ini adalah sikap dan pengetahuan mengenai anemia
2. Variabel terikat atau *Dependen* dalam penelitian ini adalah asupan zat gizi

E. Defenisi Oprasioanal

Tabel 7. Defenisi Oprasional

Variabel	Defenisi Oprasional	Alat Ukur	Cara ukur	Hasil ukur	Sklala
Pengetahuan tentang anemia	Tingkat pemahaman remaja putri mengenai anemia yang meliputi pengertian, dampak, tanda dan pencegahan	Kuesioner (Candradewi et., al 2020)	Pengisian Kuesioner	Baik ($\geq 76\%$) Cukup (56-75%) Kurang ($\geq 55\%$)	Ordinal
Konsentrasi belajar	Kemampuan siswa memusatkan perhatian selama proses pembelajaran sehingga dapat memahami materi dan menyelesaikan tugas dengan baik.	Kuesioner (Candradewi et., al 2020)	Pengisian Kuesioner	Tinggi ($\geq 76\%$) Sedang (56–75%) Rendah ($\leq 55\%$)	Ordinal
Sikap terhadap anemia	Respon atau kecenderungan Perasaan remaja putri terhadap anemia dan upaya pencegahanya	Kuesioner (Candradewi et., al 2020)	Pengisian Kuesioner	Positif (76–100%) Cukup (56–75%) Sedang (40–55%) Negatif (<40%)	Ordinal
Asupan Zat Gizi	Jumlah asupan yang dikonsumsi remaja putri (protein, zat	Food recall 3 x 24 jam	Wawancara	1. Lebih >110% AKG 2. Baik: 80-110% AKG	Ordinal

	besi asam folat dan vitamin c)			3. Kurang < 80% AKG Sumber: (WNPG, 2012)	
Anemia	Kondisi kadar hemoglobin dalam darah	Alat Hb	Pengukuran Hb	Anemia (<12 g/dL) Tidak Anemia ($\geq$ 12 9/dL) WHO	Nominal

F. Pengumpulan Data

1. Data Primer

Data yang di peroleh atau dikumpulkan oleh peneliti secara langsung dari lapangan dimana peneliti akan melakukan penelitian. Data primer merupakan data yang bersumber dari data observasi dan wawancara (Andiyatmoko, 2019).

a. Pengetahuan tentang anemia

Pengetahuan tentang anemia diambil langsung menggunakan kuesioner pengetahuan (Candradewi et al., 2020).

b. Sikap tentang anemia

Sikap tentang anemia diambil langsung menggunakan kuesioner sikap. (Candradewi et al., 2020)

c. Pengukuran Hb

Pengukuran Hb diambil langsung menggunakan alat ukur Hb selama satu kali

d. Asupan zat gizi

Menggunakan metode Food Recall 3 x 24 jam di lakukan selama 1 minggu dengan 3 hari yang tidak berturut-turut

2. Data sekunder

Data sekunder adalah sumber data penelitian yang diperoleh secara tidak langsung melalui media perantara (Undari Sulung, 2024). Data sekunder yaitu data-data yang diperoleh dari SKO kota kupang yaitu, nama siswa, jumlah siswa, dan kelas dalam bentuk absensi kelas.

G. Indtrumen Penelitian

Instrumen penelitian merupakan alat yang digunakan dalam penelitian untuk dapat membantu pengumpulan darah. Alat yang digunakan dalam penelitian ini yaitu:

1. Pengukuran kadar Hb menggunakan Hb *Esay Touch* untuk mengetahui Hb remaja putri di SKO Kota kupang
2. Pengetahuan dan Sikap tentang anemia menggunakan kuesioner untuk mengetahui tingkat pengetahuan dan sikap remaja putri di SKO kota kupang.
3. Formulir Food Recall 3x24 jam untuk mengetahui asupan zat gizi dan ukuran porsi makan remaja putri di SKO Flobamorata Kota Kupang.

H. Metode Pengolahan Dan Analisis Data

Data yang telah dikumpulkan selanjutnya dilakukan pengolahan melalui tahap sebagai berikut:

1. Pemeriksaan Data (*Editing*)

Penelitian melakukan pengecekan kuesioner dengan memastikan kejelasan dan revelensi jawaban responden. Pengecekan kuesioner dilakukan setiap kali setelah selesai dijawab oleh responden.

2. Mengkodea Data (*Coding*)

Setelah diperiksa kelemahan data, peneliti memberikan kode pada variabel sesuai dengan angka penelitian untuk mempermudah pada saat analisis data dan juga mempercepat pada entry data.

3. Memasukkan Data (*Entry Data*),

Setelah dilakukan pengkodean, kemudian jawaban masing-masing responden dijumlahkan dan kode jawaban dimasukkan kedalam master tabel dengan menghitung frekuensi data, kemudian dilakukan pengolahan data dengan menggunakan system komputerisasi.

4. Membersihkan Data (*Cleaning Data*)

Setelah data setiap responden selesai dilakukan pengecekan kembali untuk melihat kembali kemungkinan salah kode dan memasukkan data ke master tabel kemudian dilakukan pembetulan atau koreksi.

5. Analisis Univariat dilakukan untuk menggambarkan distribusi masing-masing variabel penelitian meliputi pengetahuan tentang anemia, asupan zat gizi, dan kejadian anemia.

6. Analisis Bivariat untuk melihat hubungan antara variabel independen (Pengetahuan tentang anemia dan asupan zat gizi) dengan variabel dependen (Anemia). Uji statistik yang digunakan adalah uji Chi-square untuk melihat hubungan antara pengetahuan tentang anemia dan asupan zat gizi terhadap kejadian anemia.

I. Etika Penelitian

1. Pada penelitian ini dilakukan setelah mendapat izin dari prodi gizi kemenkkes poltekkes kupang dan persetujuan dari pihak SKO kota kupang untuk para remaja putri.

2. Menyertakan surat pengantar yang ditunjukkan kepada pihak terkait sebagai permohonan izin penelitian.
3. Menjaga kerahasiaan identitas pasien sehingga tidak merasa dirugikan. Tidak memaksa dan mengintervensi subjek penelitian dalam proses pengambilan data.