

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif dengan menggunakan pendekatan cross sectional dimana jenis penelitian ini menekankan waktu pengukuran atau observasi data variabel independen dan dependen hanya satu kali pada satu saat.

B. Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Desa Noelbaki, Kecamatan Kupang Tengah, Kabupaten Kupang dan waktu penelitian ini dilakukan pada bulan April sampai bulan Mei 2026.

C. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi adalah keseluruhan objek yang akan diteliti. Populasi yang di amati dalam penelitian ini adalah Ibu hamil 74 orang penerima MBG di Desa Noelbaki.

2. Sampel

Teknik pengambilan sampel yang dilakukan dalam penelitian ini adalah total sampling. Yaitu teknik penentuan sampel dengan mengambil seluruh anggota populasi sebagai sampel penelitian. Teknik ini digunakan karena jumlah populasi relatif kecil sehingga seluruh populasi yang memenuhi kriteria inklusi dijadikan responden penelitian.

a. Kriteria Inklusi

Kriteria inklusi adalah persyaratan umum yang harus dipenuhi oleh subjek agar dapat diikutsertakan dalam penelitian. Kriteria inklusi dalam penelitian ini sebagai berikut:

- 1) Ibu hamil yang terdaftar sebagai penerima Program Makan Bergizi Gratis (MBG) di desa noelbaki.
- 2) Ibu hamil yang tercatat dan berdomisili di wilayah kerja desa noelbaki.
- 3) Ibu hamil yang bersedia menjadi responden penelitian.

b. Kriteria Eksklusi

Kriteria eksklusi disebut juga kriteria penolakan, adalah keadaan yang menyebabkan subjek yang memnuhi kriteria eksklusi tidak dapat diikutsertakan dalam penelitian. Kriteria eksklusi bukan kebalikan dari inklusi. Kriteria eksklusi pada penelitian ini sebagai berikut :

- 1) Ibu hamil yang sedang menderita penyakit kronis yang mengalami pengobatan.

D. Variabel

Variabel penelitian menjadi hal penting yang sangat mendasar dalam penelitian. Hal ini mengingat variabel penelitian merupakan tahapan awal dari penulisan suatu penelitian dalam menentukan hal yang akan di teliti. Dalam penelitian ini dibedakan antara variabel independen dan dependen.

3. Variabel bebas (*variabel independen*)

Variabel bebas berarti variabel yang memiliki pengaruh atas perubahan yang terjadi pada variabel lainnya. Pada penelitian ini variabel bebas adalah Asupan Makanan Ibu Hamil.

4. Variabel terikat (*variabel dependen*)

Variabel dependen berarti variabel yang nilainya dipengaruhi oleh variabel lain. Pada pannelitian ini variabel dependen adalah Lingkar Lengan Atas dan Kenaikan Berat Badan Pada Ibu Hamil.

E. Defenisi Operasional

No	Variabel	Defenisi Operasional	Cara Ukur	Alat Ukur	Hasil Ukur	Skala
1.	Asupan Makanan	Jumlah dan jenis makanan yang dikonsumsi ibu hamil setiap hari yang diperoleh dari makanan utama maupun makanan tambahan dari program MBG, yang menggambarkan kecukupan energi dan zat gizi selama kehamilan.	Wawancara kepada responden mengenai jenis dan frekuensi makananyang dikonsumsi selama periode tertentu.	Formulir food recall 2 x 24 jam	1. Defisit (<80%) 2. Normal (80-110%) 3. Lebih (>110%) (WNPG,2012)	Ordinal
2.	Lingkar lengan	Ukuran lingkar lengan bagian atas ibu hamil yang	Mengukur lingkar lengan atas pada	Pita lila	- < 23,5 cm (KEK) - >23,5 cm (tidak KEK)	Nominal

	atas (LILA)	diukur pada pertengahan antara tulang bahu (acromion) dan siku (olecranon) untuk menilai status gizi ibu hamil.	lengan kiri menggunakan pita ukur pada titik tengah			
3.	Kenaikan berat badan ibu hamil	Perubahan berat badan ibu hamil selama masa kehamilan yang dihitung dari selisih berat badan sebelum hamil atau awal kehamilan dengan berat badan saat pengukuran.	Menimbang berat badan ibu hamil dan membandingkan dengan berat badan sebelumnya berdasarkan catatan KIA atau pengukuran awal.	Timbangan digital Buku KIA	Trimester I: Kurang : <0,5 kg Normal : 0,5–2 kg Lebih : >2 kg Trimester II: Kurang : <5,2 kg Normal : ±5,2 kg Lebih : >5,2 kg Trimester III: Kurang : <5,2 kg Normal : ±5,2 kg Lebih : >5,2 kg Institute of Medicine, 2009).	Ordinal

F. Teknik Pengumpulan Data

5. Data primer

Data identitas responden meliputi nama, pekerjaan, alamat, usia kehamilan, ukuran LILA ibu hamil dengan mengukur langsung LILA ibu hamil dengan menggunakan pita LILA, asupan makanan ibu hamil dengan menanyakan dan mencatat bahan makanan yang dikonsumsi selama 3 x 24 jam, dan berat badan menggunakan timbangan digital.

6. Data sekunder

Data sekunder adalah data yang didapat tidak secara langsung dari objek penelitian. Data sekunder di dapatkan langsung dari desa yang meliputi jumlah Ibu hamil yang mengalami Kenaikan berat badan dan perubahan LILA di Desa noelbaki.

G. Instrumen Penelitian

Alat ukur atau instrumen penelitian adalah alat – alat yang akan digunakan untuk pengumpulan data. Instrumen penelitian asupan makanan menggunakan form recall 24 jam, instrument lingkaran lengan atas (LILA) yang digunakan pada penelitian berupa Pita lila, dan untuk kenaikan berat badan menggunakan timbangan digital dan buku KIA.

7. Asupan makanan

Metode pengambilan data konsumsi pada ibu hamil dalam penelitian ini menggunakan metode recall 24 jam (24-hour dietary recall) yang dilakukan sebanyak tiga kali pengulangan untuk mengetahui jenis dan jumlah makanan serta minuman yang dikonsumsi responden dalam 24 jam terakhir. Pengambilan data

dilakukan pada bulan April hingga Mei, yaitu pada awal penelitian (awal April), pertengahan penelitian (pertengahan April–awal Mei), dan akhir penelitian (akhir Mei). Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara langsung, diawali dengan penjelasan tujuan penelitian dan persetujuan responden, kemudian responden diminta menyebutkan seluruh makanan dan minuman yang dikonsumsi selama 24 jam terakhir. Selanjutnya menggali informasi lebih rinci terkait jenis makanan, cara pengolahan, waktu makan, serta ukuran porsi menggunakan alat bantu URT. Setelah itu dilakukan verifikasi untuk memastikan tidak ada konsumsi yang terlewat, dan seluruh data dicatat dalam formulir recall 24 jam. Pengulangan recall sebanyak tiga kali bertujuan untuk memperoleh gambaran pola konsumsi yang lebih representatif, mengurangi bias variasi konsumsi harian, serta meningkatkan akurasi data asupan zat gizi ibu hamil.

8. Pengukuran Lingkar Lengan Atas (LILA)

Pengukuran Lingkar Lengan Atas (LILA) pada ibu hamil dalam penelitian ini dilakukan setiap minggu selama periode bulan April hingga Mei untuk memperoleh gambaran perubahan status gizi secara lebih akurat. Pengukuran dilakukan secara berkala mulai dari awal hingga akhir periode penelitian. Prosedur pengukuran dilakukan dengan meminta responden berada dalam posisi berdiri atau duduk tegak dan rileks, kemudian pengukuran dilakukan pada lengan kiri. Selanjutnya ditentukan titik tengah lengan antara tulang bahu (acromion) dan tulang siku (olecranon). Pita LILA dililitkan pada titik tengah tersebut dengan posisi tidak terlalu kencang maupun longgar serta tidak terlipat.

Tidak KEK dan KEK

< 23,5 cm	KEK
> 23,5 cm	Tidak KEK

9. Kenaikan Berat Badan Ibu Hamil

Pengukuran berat badan pada ibu hamil dalam penelitian ini dilakukan menggunakan timbangan digital setiap minggu selama periode bulan April hingga Mei untuk memantau kenaikan berat badan secara lebih akurat. Pengukuran dilakukan secara berkala mulai dari awal hingga akhir periode penelitian sehingga dapat menggambarkan pola kenaikan berat badan ibu hamil. Prosedur pengukuran dilakukan dengan meminta responden melepas alas kaki dan benda yang dapat memengaruhi berat badan, kemudian berdiri tegak di atas timbangan dengan posisi tubuh seimbang dan pandangan lurus ke depan.

H. Teknik Pengolahan Data

a. Editing

Pada tahap ini dilakukan pemeriksaan ulang terhadap data yang diperoleh melalui pengisian angket menggunakan kuisioner seperti kelengkapan pengisian, konsistensi antara pertanyaan dan jawaban sehingga tidak terjadinya kesalahan pengisian dari setiap kuisioner.

b. Coding

Pada tahap ini dilakukan pemberian kode terhadap setiap jawaban dalam bentuk angka, nilai, atau bilangan. Hal ini bertujuan untuk mempermudah dalam pengolahan data yang diperoleh melalui pengisian angket menggunakan kuisioner.

c. Entry data

Entry data merupakan kegiatan pemasukan data kedalam Program pengolahan data.

d. Cleaning data

Pembersihan data (Cleaning) merupakan kegiatan pengecekan kembali data yang sudah dilakukan entry apakah terdapat kesalahan atau tidak. Kesalahan tersebut digunakan terjadi saat kita mengentri ke komputer. Setelah selesai melakukan proses pengolahan data melalui beberapa tahapan, maka selanjutnya data akan diolah dan dianalisis secara deskriptif.

e. Penyajian data

Penyajian data merupakan sebagai sekumpulan informasi tersusun yang memberikan kemungkinan adanya penarikan kesimpulan dan pengambilan tindakan. Penyajian data diarahkan agar data hasil reduksi terorganisasikan, tersusun dalam pola hubungan sehingga makin mudah dipahami. Penyajian data dalam penelitian ini dalam bentuk uraian naratif, dan tabel. Penyajian data dalam bentuk tersebut mempermudah penelitian dalam memahami apa yang terjadi.

Pada langkah ini, penelitian berusaha menyusun data yang relevan sehingga informasi yang didapatkan disimpulkan dan memiliki makna tertentu untuk menjawab masalah penelitian. Dalam melakukan penyajian data tidak semata – mata mendeskripsikan dalam bentuk naratif atau tabel, akan tetapi disertai proses analisis yang terus menerus sampai proses pengambilan kesimpulan.

I. Analisis Data

10. Analisis Univariat

Analisis Univariat adalah analisis tiap variabel yang akan diteliti. Analisis ini menghasilkan presentasi dan distribusi dari variabel. Variabel Independent pada penelitian ini adalah pengaruh asupan makanan ibu hamil penerima program MBG dan variabel dependen pada penelitian ini adalah Lingkar lengan atas (LILA) Ibu Hamil dan Kenaikan berat badan ibu hamil.

11. Analisis Bivariat

Tujuan analisis uji di atas untuk mengetahui signifikansi ada atau tidaknya Pengaruh asupan makanan dengan lingkar lengan atas dan kenaikan berat badan pada ibu hamil penerima program MBG di desa noelbaki kabupaten kupang. Teknik pengolahan data statistic yang dilakukan menggunakan SPSS dengan uji Chi square.

J. Etika Penelitian

Sebelum mengadakan penelitian, peneliti akan mengajukan permohonan kepada Ketua Jurusan Gizi untuk mendapatkan surat izin penelitian dengan tembusan kepada Kepala UPTD Puskesmas Tarus untuk mengadakan persetujuan penelitian.

Setelah mendapatkan persetujuan dari pihak UPTD Puskesmas Tarus, peneliti melakukan penelitian dengan memperhatikan dan menekankan pada etik yang meliputi :

12. Surat persetujuan

Sebelum pengambilan data dilakukan, peneliti akan memberikan penjelasan kepada responden mengenai tujuan penelitian, prosedur penelitian, manfaat penelitian. Setelah memahami informasi yang diberikan, responden yang bersedia akan menandatangani lembar persetujuan Keikutsertaan responden bersifat sukarela tanpa adanya paksaan dari pihak manapun. Jika responden tidak bersedia maka peneliti tidak akan memaksakan dan akan menghormati haknya.

13. Tanpa nama (Anomity)

Untuk menjaga kerahasiaan responden, peneliti tidak mencantumkan namanya pada lembar pengumpulan data, cukup dengan memberi kode responden.

14. Kerahasiaan

Kerahasiaan identitas responden dijaga oleh peneliti dan hanya digunakan untuk kepentingan penelitian, dengan cara memberi kode atau tanda pada lembar kuesioner dan kode itu hanya diketahui oleh peneliti.