

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Desain Penelitian**

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian observasional analitik. Peneliti menggunakan metode kuantitatif dengan desain cross sectional. Cross sectional merupakan rancangan penelitian dengan melakukan pengukuran atau pengamatan di saat bersamaan sekali waktu (Abduh et al., 2023). Jenis penelitian ini untuk mengetahui apakah ada hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat.

#### **B. Lokasi dan Waktu Penelitian**

##### **1. Lokasi Penelitian**

Penelitian dilakukan di SMK Negeri 3 Kota Kupang

##### **2. Waktu Penelitian**

Penelitian ini dilaksanakan pada bulan

#### **C. Populasi dan Sampel**

##### **1. Populasi**

Populasi adalah keseluruhan subjek atau objek yang memiliki karakteristik tertentu dan menjadi sasaran generalisasi hasil penelitian (Dinilhaq et al., 2025).

Populasi dalam penelitian ini adalah remaja putri kelas X dan XI di SMK 3 Kupang kelas X berjumlah 342 orang dan kelas XI berjumlah 344 Siswa. Jadi Total seluruh Siswa Kelas X dan Kelas XI adalah 686 Siswa.

##### **2. Sampel**

Sampel adalah bagian dari populasi yang benar-benar diteliti dan diharapkan dapat mewakili karakteristik populasi secara menyeluruh (Dinilhaq et al., 2025). Perhitungan total sampel menggunakan rumus Slovin.

##### **3. Kriteria Inklusi**

- a) Siswa yang berusia 15-19 Tahun
- b) Bersedia menjadi sampel penelitian
- c) Siswa dapat berkomunikasi dengan baik

#### 4. Kriteria Eksklusi

- a) Siswa yang tidak hadir dalam penelitian
- b) Siswa yang menderita penyakit kronis seperti TBC.

#### 5. Teknik Sampling

Teknik sampling yang di digunakan dalam penelitian ini adalah stratified random sampling, adalah teknik pengambilan sampel dengan cara membagi populasi ke dalam kelompok –kelompok yang homogen (strata), kemudian sampel di ambil secara acak dari masing –masing strata secara proporsional.

#### D. Besar Sampel

Besar Sampel yang di gunakan dalam penelitian ini adalah remaja SMK Negeri 3 kota kupang. Pengambilan sampel dengan menggunakan rumus slovin(1960) sebagai Berikut:

$$N = \frac{N}{1 + Ne^2}$$

Keterangan :

n = besar sampel yang akan dicari

e = margin of eror yang merupakan besaran kesalahan yang diharapkan atau ditetapkan

N = besar populasi

Teknik pengambilan sampel menggunakan stratified random sampling dengan perhitungan sebagai berikut:

Populasi penelitian :

##### 1. SMKN 3 Kota Kupang

$$X = 342$$

$$XI = 344$$

Total Populasi (N )

$$N = 342 + 344$$

$$N = 686$$

$$\begin{aligned} n &= \frac{N}{1 + N(e)^2} \\ &= \frac{686}{1 + 686(0,1)^2} \end{aligned}$$

$$= \frac{686}{7,86} = 87,27$$

Dibulatkan menjadi = 87

Kelas X = 342

$$n = \frac{342}{686} \times 87 = 43,33 \text{ di Bulatkan} = 43$$

Kelas XI = 344

$$n = \frac{344}{686} \times 87 = 43,67 \text{ di Bulatkan} = 44$$

Total = 43 + 44 = 87 Sampel

## E. Variabel Penelitian

### 1. Variabel independent (bebas)

Variabel independen adalah variabel bebas atau yang mempengaruhi. Variabel independent dan penelitian ini adalah pengetahuan, sikap dan perilaku.

### 2. Variabel Dependent (terikat)

Variabel dependent adalah variabel adalah terikat atau variabel yang dipengaruhi. Variabel dependent dalam penelitian ini adalah Kurang Energi Kronik pada remaja putri.

## F. Definisi Operasional

Tabel 1. Definisi Operasional

| Variabel                     | Definisi Operasional                                                                                                                                                                                                                                                                  | Cara ukur | Alat ukur                       | Hasil Ukur                                                                                                | skala   |
|------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|---------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|
| Kekurangan Energi Krois(KEK) | Keadaan Malnutrisi yang di tentukan melalui Pengukuran LILA(Ripta et al., 2023)                                                                                                                                                                                                       | Wawancara | Pita Ukur LILA                  | 0=KEK(< 23,5 cm)<br>1=Tidak KEK( $\geq$ 23,5 cm)                                                          | Nominal |
| Pengetahuan                  | Pengetahuan responden mengenai jenis, manfaat, dan jumlah makanan bergizi Terdiri dari 20 pertanyaan dengan jawaban salah nilai 0 dan benar nilai 1                                                                                                                                   | Wawancara | kuisoner                        | 1. tidak baik jika jawaban benar < 70%.<br>2. baik jika jawaban $\geq$ 70%<br>(Alimul, 2007)              | Nominal |
| Sikap                        | Respon seseorang yang diperlihatkan oleh orang lain terhadap perilaku konsumsi gizi sehari-hari yang meliputi: keanekaragaman makanan, membaca label makanan, makan pagi, jajan diluar panti, konsumsi lemak dan minyak, konsumsi air putih dan olahraga teratur. (Suhardjo, 2003:26) | kuesioner | Kuisoner                        | Hasil ukur :<br>1. Negatif = 12-30)<br>2. Positif = 31-48)<br>(Sugiyono, 2012)                            | Nominal |
| Perilaku                     | Tindakan untuk mengkonsumsi makanan yang beragam, perilaku hidup bersih, melakukan aktivitas fisik, mempertahankan dan memantau berat badan.                                                                                                                                          | kuesioner | Wawancara menggunakan kuesioner | 1).Tidak baik jika memiliki skor nilai < 80%<br>2) Baik jika memiliki skornilai $\geq$ 80% (Khomsan 2000) | Nominal |

## **G. Instrumen Penelitian**

Instrumen penelitian adalah alat-alat yang digunakan untuk pengumpulan data meliputi:

### **1. Kuisioner**

Kuisioner digunakan sebagai panduan dalam wawancara untuk memperoleh informasi mengenai identitas responden, karakteristik responden, Kuisioner Pengetahuan Gizi.

### **2. Pita LILA**

Pita LILA dengan skala 33 cm dan ketelitian 0,1 cm Pita LILA digunakan untuk mengetahui apakah seseorang mengalami masalah Kurang energi kronik(KEK) atau tidak.

## **H. Teknik Pengumpulan Data**

### **1. Data primer**

Pengumpulan data diperoleh dengan cara pengumpulan data primer diperoleh dari melalui wawancara langsung kepada responden. Peneliti dibantu 4 orang mahasiswa dan sebelum itu enumerator di briefing terlebih dahulu dengan tujuan mendapatkan hasil yang valid. Enumerator wawancara dengan menggunakan alat bantu kuesioner. Meliputi kuisioner pengetahuan sikap,dan perilaku.Prosedur yang digunakan dalam pengambilan data adalah:

- a. Data Kekurangan Energi Kronis (KEK) diperoleh dengan cara mengukur lingkaran lengan atas pada lengan yang jarang digunakan responden untuk beraktivitas, diukur menggunakan pita LILA.
- b. Data pengetahuan sikap dan perilaku diperoleh dari wawancara kuesioner yang berisi pertanyaan

### **2. Data Sekunder**

Data sekunder merupakan data yang didapatkan secara tidak langsung atau data yang didapatkan dengan cara mempelajari data yang terdapat di lokasi penelitian yang meliputi profil sekolah dan data jumlah siswi kelas X di SMKN 3 Kota kupang.Data sekunder merupakan data yang diperoleh dari data tentang identitas umum siswa yang ada di SMK N 3 Kota kupang seperti jumlah keseluruhan siswa

## I. Metode Pengolahan Data Analisis Data

### Pengolahan Data

#### 1. Editing (*Pemeriksaan Data*)

Editing adalah pengecekan atau pengoreksian data yang telah terkumpul, tujuannya untuk menghilangkan kesalahan-kesalahan yang terdapat pada pencatatan dilapangan dan bersifat koreksi. Tahapan memeriksa kembali hasil tentang Tingkat pengetahuan, sikap, dan perilaku dan hasil wawancara menggunakan kuesioner. Tujuan dari editing ini adalah untuk melengkapi data yang masih kurang maupun Pengolahan dan Analisis Data Hasil dan Kesimpulan Perizinan Tempat Pengumpulan Data Kekurangan Energi Kronis (KEK). Penentuan Jumlah Responden Pengumpulan dan Pengukuran Tingkat Pengetahuan, Sikap, Dan Perilaku Populasi Pengumpulan dan Pengukuran tingkat pengetahuan, sikap, dan perilaku. memeriksa kesalahan untuk diperbaiki yang berguna dalam pengolahan data

#### 2. Coding (Pengkodean)

Data yang telah dikumpulkan selama penelitian dikonversikan ke dalam bentuk simbol yang cocok untuk keperluan analisis. Data yang diperoleh di klasifikasikan dalam bentuk kode atau angka. Data-data tersebut terdiri dari:

- a. Data Kekurangan Energi Kronik, pengkodean dilakukan dengan caramemberi kode yaitu apabila hasil pengukuran dengan pita LILA menunjukkan hasil  $\geq 23,5$  cm maka diberi kode 1 yang artinya normal, apabila hasil pengukuran  $< 23,5$  cm maka diberi kode 2 yang artinya kurang energi kronis (KEK).
- b. Pengetahuan Gizi Seimbang
- c. Pengetahuan gizi seimbang diperoleh dari hasil pengisian kuesioner dengan menggunakan self administered questionnaire (Ques-CA) kemudian terlebih dahulu data diolah setelah itu di kategorikan menjadi :
  - a) Kurang baik jika jawaban benar  $< 70\%$
  - b) baik jika jawaban  $\geq 70\%$

d. Sikap Gizi Seimbang

Sikap gizi seimbang diperoleh dari hasil pengisian kuesioner kemudian terlebih dahulu data diolah setelah itu di kategorikan menjadi :

- a) Negatif jika total skor 12-30
- b) Positif jika total skor 31-48

e. Perilaku gizi seimbang Sikap gizi seimbang diperoleh dari hasil pengisian kuesioner kemudian terlebih dahulu data diolah setelah itu di kategorikan menjadi :

- a) Tidak baik jika memiliki skor nilai  $<80\%$
- b) Baik jika memiliki skor nilai  $\geq 80\%$

Perilaku pengkodean dilakukan dengan cara memberi kode yaitu Tidak baik jika memiliki skor nilai  $<80\%$  maka di beri kode 1 yang artinya kurang. Baik jika memiliki skor nilai  $\geq 80\%$  maka di beri kode 2 yang artinya cukup

Coding adalah pemberian kode-kode pada tiap-tiap data yang termasuk dalam katagori yang sama dalam bentuk bilangan. Tahapan pemberian kode dari kuesioner yang terkumpul pada setiap pertanyaan dalam kuesioner. Tujuannya untuk mempermudah saat analisis dan mempercepat pemasukan data. Variabel yang diukur dan yang diberi kode adalah: Pengetahuan, sikap, dan perilaku di peroleh dari hasil pengisian kuesioner dengan menggunakan kuesioner

3. Entry Data (*Pemasukan Data*)

Entry data Merupakan kegiatan memasukan data kedalam program pengolahan data. Dalam proses ini dituntut ketelitian dari orang yang melakukan entry data ini. Salah program software yang digunakan adalah SPSS.

4. Cleaning (*memberikan Data*)

Cleaning merupakan pengecekan kembali data yang di entry kedalam program SPSS agar tidak terjadi kesalahan.

5. Scoring

Scoring merupakan penilaian data dengan memberikan skor pada pertanyaan yang berkaitan dengan tindakan responden. Hal ini dimaksudkan untuk memberikan bobot masing-masing jawaban, sehingga mempermudah perhitungan.

#### 6. Tabulasi (*Pemindahan Data*)

Tabulasi merupakan pembuatan tabel-tabel yang berisi data yang telah diberi kode sesuai dengan analisis yang dibutuhkan. Dalam mscoring melakukan tabulasi diperlukan ketelitian agar tidak terjadi kesalahan.

### J. Analisis Data

#### a. Analisis data Bivariat

Analisis yang dilakukan dalam penelitian ini yaitu analisis bivariat yaitu sebagai berikut:

Analisis Brivat dimanfaatkan untuk memahami keterkaitan antara variabel independent dan dependent. proses pengolahan dilakukan melalui uji *independen sample t test* digunakan untuk mengetahui apakah terdapat perbedaan rata-rata dua sampel yang tidak berpasangan. 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  $\alpha$  yang ditetapkan 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**

1. Sebelum melakukan penelitian, terlebih dahulu peneliti mengurus surat izin di kampus prodi Gizi Poltekkes Kemenkes Kupang dan di antar ke direktorat. Sambil menunggu surat keluar dari rektorat peneliti membuat kuisioner.
2. Setelah mendapat persetujuan dari dosen pembimbing selanjutnya peneliti mengajukan surat permohonan kepada SMKN 3 Kota Kupang yang menjadi tempat penelitian. Sebelum melakukan penelitian, peneliti memberikan penjelasan kepada responden tentang maksud dan tujuan peneliti secara langsung dan memberikan surat bersedia menjadi responden untuk di tanda tangan, yang mana semua data dan informasi yang terangkum dalam kuisioner penelitian ini semata hanya untuk memenuhi kebutuhan ilmiah saja dan tidak akan di sebar luaskan baik melalui media elektronik maupun media cetak yang dapat di ketahui oleh masyarakat umum

