

## BAB III METODOLOGI PENELITIAN

### A. Desain Penelitian

Desain penelitian berperan selaku kerangka kerja yang sering dipakai dari peneliti guna membantu dalam organisasi dan implementasi penelitian yang bertujuan memenuhi tujuan tertentu ataupun menangani penyelidikan penelitian (Kandisa 2017). Investigasi ini memakai desain penelitian cross-sectional, yang berarti bahwasanya variabel yang diperiksa dinilai secara bersamaan (Rinanti et al. 2014).

### B. Lokasi Penelitian Dan Waktu Penelitian

Lokasi penelitian ialah SMP Katolik Santo Yoseph Kupang. Waktu pelaksanaan penelitian ini pada bulan Mei 2024.

### C. Populasi Dan Sampel

#### 1. Populasi

Populasi ialah semua objek yang akan diteliti (Jurisa 2015).

Populasi pada penelitian ini yakni remaja kelas VII dan VIII berjumlah 340 siswa di SMP Katolik Santo Yoseph Kupang.

#### 2. Sampel

Sampel bertindak selaku titik fokus penyelidikan dan dianggap mewakili seluruh populasi (Ervina 2016). Penelitian ini menggunakan metode pengambilan sampel acak bertingkat, yang melibatkan segmentasi populasi menjadi strata, mengambil sampel acak sederhana dari setiap strata, dan menggabungkannya guna membentuk sampel guna memperkirakan parameter populasi. Pendekatan ini menjamin bahwasanya setiap individu dalam populasi memiliki kesempatan yang sama guna dipilih selaku bagian dari sampel, memfasilitasi pengukuran yang dilakukan hanya dengan jumlah sampel yang terbatas (Nurdin et al., 2018). Penentuan ukuran sampel dilakukan dengan menggunakan rumus Slovin.

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

Keterangan :

n = besar sampel yang akan dicari

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

$N =$  besar populasi

Diketahui :

$N = 340$

$e = 10\%$

Maka :

$$\begin{aligned}n &= \frac{340}{1+340(10\%)^2} \\ &= \frac{340}{1+340(0,01)} \\ &= \frac{340}{1+3,4} \\ &= \frac{340}{4,4} = 77 \text{ sampel}\end{aligned}$$

Jadi dari populasi yang diambil selaku sampel ialah sejumlah 77 sampel.

Adapun kriteria Inklusi sampel pada penelitian yaitu :

- a. Responden bersedia diambil menjadi sampel
- b. Responden merupakan remaja yang berumur 13-18 tahun
- c. Responden bersekolah di SMP Katolik Santo Yoseph Kupang

Adapun kriteria Eksklusi sampel pada penelitian yaitu :

- a. Siswa yang sedang sakit sehingga tidak bisa beraktifitas ketika tahapan penelitian
- b. Siswa yang putus sekolah ataupun pindah sekolah ketika penelitian berlangsung
- c. Tidak berada di tempat penelitian

#### **D. Variabel Penelitian**

Variabel mengacu pada indikator yang akan difokuskan dari peneliti guna mengamati dalam sebuah populasi. Penelitian ini memakai dua jenis variabel, khususnya variabel independen dan variabel dependen.

1. Variabel bebas, sering disebut selaku variabel independen, menandakan variabel yang memiliki kapasitas guna berdampak pada perubahan variabel dependen. Dalam penelitian tersebut, variabel bebas yang diakui termasuk konsumsi makronutrien dan pengetahuan yang berkaitan dengan nutrisi.
2. Variabel terikat (umumnya dikenal selaku variabel dependen) ialah variabel yang dibentuk atau ditentukan dari adanya variabel bebas. Unsur yang menjadi terkait dalam penelitian ini ialah status gizi.

## E. Definisi Operasional

**Tabel 7. Definisi Operasional**

No	Variabel	Definisi	Kriteria objektif	Skala	Instrumen
1	Asupan karbohidrat	Zat gizi yang dikonsumsi dari responden menurut hasil form food recall 2x24 jam (Azmy et al. 2018).	Kurang : <80% Baik : 80-100 % Lebih : >100%  Sumber:(Nurul et al. 2019)	Ordinal	Form food recall 2x24 jam.
2	Asupan protein	Zat gizi yang dikonsumsi dari responden menurut hasil form food recall 2x24 jam (Azmy and Mundiastuti 2018).	Kurang : <80% Baik : 80-100 % Lebih : >100%  Sumber :(Nurul, Weni, and Nur 2019)	Ordinal	Form food recall 2x24 jam.
3	Asupan lemak	Zat gizi yang dikonsumsi dari responden menurut hasil form food recall 2x24 jam (Azmy and Mundiastuti 2018).	Kurang : <80% Baik : 80-100 % Lebih : >100%  Sumber:(Nurul et al. 2019)	Ordinal	Form food recall 2x24 jam.
4	Pengetahuan gizi	Pengetahuan gizi ialah pemahaman seseorang terkait zat gizi (Roring et al. 2020).	Baik : >75 %, Cukup : 60-75% Kurang : <60%  Sumber : (Novyyanti et al.2021)	Ordinal	Kuesioner
5	Status gizi	Status gizi dapat dilihat selaku ilustrasi keadaan fisik individu, menunjukkan keseimbangan antara energi yang dikonsumsi dan dikeluarkan dari tubuh (Kusuma et al. 2022)	Gizi buruk: <-3 Gizi Kurang : - 3 SD sd <- 2 SD Gizi Baik :-2 SD sd +1 SD Gizi Lebih : + 1 SD sd +2 SD Obesitas : > + 2 SD  Sumber :(Reza et al. 2020)	Ordinal	Antropometri (timbangan digital dan microtoise).

## **F. Instrumen Penelitian**

Instrumen penelitian berperan selaku alat guna mengumpulkan data dalam upaya penelitian. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah:

### 1. Kuisisioner

Kuesioner di gunakan selaku pedoman wawancara guna melihat identitas responden, karakteristik responden, dan data pengetahuan gizi anak.

### 2. Form Food recall 2 x 24 jam

Food recall dipakai guna melihat data asupan zat gizi makro dan jumlah asupan zat gizi.

### 3. Timbangan digital

Timbangan digital dipakai guna menimbang berat badan anak dengan ketelitian 0,1 kg.

### 4. Stadiometer portable

Stadiometer portable dipakai guna mengukur tinggi badan anak dengan ketelitian 0,1 cm

## **G. Teknik Pengumpulan Data**

### 1. Data Primer

Data primer mengacu pada informasi yang dikumpulkan langsung dari sumber asli, termasuk metode seperti wawancara, survei, dan ekspresi pribadi. Data utama yang dipakai dalam penelitian ini meliputi:

#### a. Pengetahuan gizi

Pemahaman gizi didapat melalui wawancara yang memakai kuesioner, yang merupakan dokumen yang menampilkan pertanyaan terkait nutrisi.

#### b. Asupan zat gizi makro

Asupan makanan dikumpulkan melalui wawancara memakai formulir penarikan makanan, yang mencakup pertanyaan mengenai frekuensi, jumlah, dan variasi makanan tertentu yang dikonsumsi selama 48 jam sebelumnya.

#### c. Status Gizi

Status gizi dinilai dengan mengukur berat badan dengan timbangan digital yang memiliki akurasi 0,1 kg, bersamaan dengan pengukuran tinggi yang dilakukan dengan memakai stadiometer.

### 2. Data Sekunder

Data sekunder terdiri dari berbagai informasi yang dikumpulkan sebelumnya dan dikumpulkan dengan sengaja dari para peneliti, yang berperan guna meningkatkan persyaratan data penelitian. Dalam penelitian ini, data sekunder terdiri dari informasi mengenai jumlah total siswa SMP Katolik St. YosephKupang, gambaran umum lembaga, serta data perpustakaan dan sumber terkait lainnya yang membantu penelitian.

## **H. Teknik Pengolahan Dan Analisis Data**

### **1. Editing**

Pada titik ini, tinjauan menyeluruh terhadap data yang dikumpulkan dari kuesioner yang sudah diisi dilakukan dengan memakai kuesioner yang sama guna memverifikasi ketelitian tanggapan, koherensi antara pertanyaan dan jawaban, memastikan bahwasanya tidak ada kesalahan yang ada dalam setiap penyelesaian kuesioner.

### **2. Coding**

Pada titik ini, setiap respons diberi kode yang diwakili dari angka ataupun nilai. Ini dimaksudkan guna merampingkan penanganan data yang dikumpulkan dari tanggapan terhadap kuesioner.

### **2. Entry data**

Entri data mengacu pada tahapan memasukkan informasi ke dalam sistem pemrosesan data.

### **3. Cleaning data**

Pembersihan data melibatkan tugas yang cermat guna memverifikasi keakuratan data yang dimasukkan guna mengidentifikasi potensi kesalahan. Kesalahan seperti itu biasanya muncul selama input data ke dalam sistem komputer. Setelah pemrosesan data diselesaikan melalui berbagai tahap, maka akan menjadi sasaran analisis deskriptif.

### **4. Penyajian Data**

Tampilan data terdiri dari kumpulan informasi terorganisir yang memungkinkan guna membuat kesimpulan dan mengambil tindakan yang tepat. Presentasi data dirancang sedemikian rupa sehingga data yang dihasilkan terstruktur dan diatur dalam format relasional guna meningkatkan pemahaman. Dalam penelitian ini, data disajikan melalui deskripsi naratif serta tabel. Format presentasi data seperti itu memudahkan peneliti dalam memahami perkembangan yang sedang berlangsung dengan lebih mudah. Pada tahap ini, peneliti berusaha guna mengumpulkan data terkait sehingga informasi yang dikumpulkan diringkas dan memiliki signifikansi khusus dalam

menjawab pertanyaan penelitian. Saat menyajikan data, informasi digambarkan dalam format naratif ataupun tabel, sambil disertai dengan tahapan analisis yang berkelanjutan sampai kesimpulan tercapai.

#### 5. Analisis Univariat

Analisis univariat berusaha memahami fitur dari setiap variabel dalam penelitian ini. Ini termasuk variabel independen (variabel bebas), seperti asupan nutrisi makro dan pengetahuan nutrisi, serta variabel dependen (variabel terikat), yang mengacu pada status gizi.

#### 6. Analisis Bivariat

Analisis bivariat dipakai guna menentukan korelasi antara variabel independen dan variabel dependen. Analisis dilakukan dengan memakai uji chi-square guna memeriksa keterkaitan ataupun efek antara dua variabel kategoris dan guna mengevaluasi kekuatan keterkaitan antara satu variabel dan variabel kategoris lainnya. guna menilai keterkaitan variabel-variabel ini dari perspektif statistik, tingkat kepercayaan 95% diterapkan ( $= 0,05$ ). Dalam penelitian ini, penggunaan SPSS 18.0 guna Windows secara signifikan memfasilitasi analisis data peneliti. Pengujian hipotesis didasarkan pada tingkat signifikansi 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.

### **I. Etika Penelitian**

- a. Sebelum memulai penelitian, pastikan Anda mendapatkan izin yang diperlukan di kampus Departemen Nutrisi Poltekke Kementerian Kupang.
- b. Setelah mendapatkan izin dari KESBANGPOL, peneliti melanjutkan ke lokasi penelitian yang ditunjuk.
- c. Sebelum memulai penelitian, penting guna meminta izin dari sekolah.
- d. Penelitian akan dilakukan hanya setelah mendapat persetujuan dari supervisor setelah persiapan peneliti.
- e. Penting guna secara langsung memberi tahu responden terkait niat dan tujuan peneliti, mengklarifikasi bahwasanya semua data dan informasi yang diberikan dalam kuesioner penelitian ini dimaksudkan semata-mata guna tujuan ilmiah dan

bahwasanya kerahasiaan identitas responden akan dijaga dengan ketat, tanpa penyebaran kepada publik melalui saluran elektronik ataupun cetak.