

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Pendekatan metodologis yang dipakai oleh para peneliti pada upaya penelitian ini diklasifikasikan sebagai Observasional, ditandai dengan kerangka desain tertentu. Para peneliti menerapkan teknik kuantitatif menggunakan desain studi cross-sectional. Penelitian cross-sectional didefinisikan sebagai kerangka metodologis yang memerlukan melakukan pengukuran ataupun pengamatan secara bersamaan (Wahyuni & Susanti, 2019). Tujuan utama dari penelitian ini ialah guna memastikan adanya korelasi antara variabel independen dan variabel dependen.

B. Lokasi Dan Waktu Penelitian

1. Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilakukan di SMK Negeri 3 Kota Kupang.

2. Waktu penelitian

Penelitian ini dilakukan selama periode Januari hingga April di tahun 2024.

C. Populasi Dan Sampel

1. Populasi

Populasi mewakili keseluruhan objek ataupun subjek yang diselidiki; Sugiyono menggambarkan populasi sebagai area umum yang berkaitan dengan penelitian. Area ini mencakup entitas ataupun subjek dari mana kesimpulan bisa diturunkan (Amin et al., 2023). Populasi guna penelitian ini terdiri dari remaja kelas 10 di SMK Negeri 3 Kota Kupang, yang berusia antara 15 dan 18 tahun, berjumlah 497 individu.

2. Teknik Sampel

Kelompok yang diperiksa pada penyelidikan ini terdiri dari remaja SMK Negeri 3 Kota Kupang, dengan total 221 peserta. Pendekatan metodologis yang dipakai guna pengambilan sampel pada penelitian ini ialah Stratified Random Sampling, yang memerlukan pembagian populasi menjadi strata yang berbeda, diikuti dengan pemilihan sampel acak sederhana dari setiap strata, pada akhirnya menggabungkan sampel ini guna merumuskan sampel komposit guna tujuan

memperkirakan parameter populasi. Teknik ini memastikan bahwa setiap individu pada populasi memiliki kemungkinan yang sama guna dipilih dan dipakai sebagai sampel, sehingga memfasilitasi pelaksanaan pengukuran hanya berdasarkan jumlah sampel yang terbatas (Nurdin et al., 2018).

D. Besar Sampel

Demografi yang dominan dari sampel yang dipakai pada penyelidikan ini terdiri dari remaja SMK Negeri 3 Kota Kupang, pada rentang usia 15 hingga 18 tahun. Metodologi pengambilan sampel dilakukan sesuai dengan rumus Slovin (1960) seperti yang digambarkan di bawah ini:

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

Keterangan :

n : besar sampel

N : besar populasi (497siswa)

e : margin eror yang ditoleransi 5% (0,05)

perhitungan dengan besar sampel

$$n = \frac{497}{1 + 497 (0,05)^2}$$

$$n = \frac{497}{1 + (497)(0,0025)}$$

$$n = \frac{497}{1 + 1,2425}$$

$$n = \frac{497}{2,2425}$$

$$n = 221$$

Jadi jumlah sampel sebanyak 221 .

E. Variabel Penelitian

1. Variabel Independent (Bebas)

Variabel independen dianggap variabel otonom ataupun penentu pengaruh. Variabel independen yang diperiksa pada penelitian ini ialah body image dan Perilaku Diet.

2. Variabel Dependen (Terikat)

Variabel Dependen sering disebut sebagai Variabel Terikat ataupun Variabel Terpengaruh pada wacana ilmiah. pada konteks penyelidikan ini, Variabel Dependen yang diidentifikasi ialah Status Gizi di kalangan Remaja.

F. Defenisi Operasional

Tabel 3 Defenisi Operasional

Variabel	Defenisi	Instrumen	Kategori	Skala
Body Image	Body image merupakan sikap seseorang mengenai perasaan puas atau tidak puas dengan tubuhnya sehingga menghasilkan penilaian negatif ataupun positif terhadap dirinya (Ripta et al., 2023).	Kuisoner BSQ (<i>Body Shape Questionnaire</i>)	1. Positif = < 80 2. Negatif = > 80 Sumber: (sugiar, 2017)	Nominal
Perilaku Diet	Diet merupakan suatu perencanaan atau pengaturan pola makan dan minum yang bertujuan untuk menurunkan berat badan atau menjaga kesehatan (Putri, 2017).	Kuesioner diet	Berdasarkan skala Arikunto = 1. Sesuai = \geq mean 50 2. Tidak sesuai = < mean 50 Sumber: (Yosephin, 2012)	Nominal
Status Gizi	Status gizi adalah suatu ukuran mengenai keadaan tubuh akibat konsumsi makanan dan Gizi yang diperlukan (Jayanti & Novananda, 2017).	Timbangan digital dan stadiometer.	Kategori Status Gizi menurut IMT/U = 1. Gizi kurang = -3 SD sd -2 SD. 2. Gizi Baik = -2 SD sd $+1$ SD. 3. Gizi Lebih = $+1$ SD sd $+2$ SD. 4. Obesitas = $>+2$ SD Sumber: (Permenkes, 2020)	Ordinal

G. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian ialah metodologi yang dipakai guna tujuan akuisisi data, yang meliputi:

1. Instrumen Pengukuran Tinggi, khususnya Microtoise/Stadiometer, menunjukkan presisi 0,1 cm.
2. Alat Ukur Berat yang dipakai ialah Timbangan Digital yang ditandai dengan akurasi 0,1 kg.
3. Kuesioner body image mencakup pertanyaan yang berkaitan dengan kepuasan dengan bentuk tubuh.

4. Kuesioner Perilaku Diet mencakup penilaian mengenai jenis makanan yang dikonsumsi.
5. Dokumen Persetujuan/Responden yang Diinformasikan. Kuesioner Status Gizi, dirancang guna penilaian tinggi dan berat badan serta identifikasi responden.

H. Teknik Pengumpulan Data

1. Data Primer

Data primer mengacu pada informasi yang diperoleh melalui pengukuran langsung yang dilakukan pada subjek sejalan dengan tujuan penelitian, menggunakan penilaian antropometrik seperti tinggi dan berat badan, di samping wawancara yang menggabungkan kuesioner body image dan Perilaku Diet.

2. Data Sekunder

Data sekunder mengacu pada informasi yang diperoleh dari kumpulan data yang ada yang berkaitan dengan karakteristik demografis keseluruhan siswa yang terdaftar di SMK Negeri 3 Kota Kupang, termasuk jumlah kumulatif populasi siswa.

I. Metode Pengolahan Dan Analisis Data

a) Pengolahan data

1. *Editing*

Pengeditan merupakan proses meneliti ataupun memperbaiki data yang telah dikumpulkan, dengan tujuan memberantas ketidakakuratan yang ada pada rekaman lapangan dan secara inheren bersifat korektif pada disposisi.

2. *Coding (Pengkodean)*

Proses pengkodean melibatkan alokasi representasi numerik guna setiap datum yang berada di bawah klasifikasi umum. Kode merupakan penunjukan sistematis, yang dinyatakan melalui simbol numerik ataupun abjad, yang memberikan wawasan yang jelas ataupun mengidentifikasi sepotong informasi ataupun data tertentu yang akan diperiksa.

3. *Entry data*

Entri data merupakan tindakan sistematis memasukkan data ke pada aplikasi pemrosesan data. pada prosedur ini, ketelitian individu yang melakukan entri data ini sangat penting. Perangkat lunak yang tidak pantas yang dipakai pada konteks ini ialah SPSS.

4. *Cleaning*

Proses pembersihan data melibatkan verifikasi yang cermat dari informasi yang dimasukkan ke pada perangkat lunak SPSS guna memastikan pencegahan potensi ketidakakuratan.

5. *Scoring*

Proses penilaian memerlukan penilaian data yang sistematis melalui alokasi nilai numerik guna pertanyaan yang berkaitan dengan perilaku responden. Metodologi ini bertujuan guna mengukur signifikansi setiap respons, sehingga memfasilitasi analisis komputasi.

6. *Tabulasi*

Proses tabulasi melibatkan konstruksi sistematis tabel yang merangkum data yang telah diklasifikasikan sesuai dengan persyaratan analitik yang ditetapkan. Pelaksanaan tabulasi memerlukan tingkat ketelitian guna mengurangi potensi kesalahan.

b) Analisis Data

Pemeriksaan yang dilakukan pada penyelidikan ini mencakup analisis univariat dan analisis bivariat, khususnya pada kaitannya dengan briket:

1. Analisis univariat

Analisis univariat dirancang guna menjelaskan atribut dari setiap variabel yang diselidiki. pada konteks ini, variabel independen diwakili oleh body image dan perilaku diet, sedangkan variabel dependen didefinisikan sebagai status gizi.

2. Analisis Bivariat

Analisis bivariat berfungsi guna menjelaskan korelasi antara variabel independen dan dependen. Analisis dilakukan dengan menggunakan metodologi Uji Chi Square guna memastikan ada ataupun tidak adanya hubungan antara body image dan perilaku diet pada kaitannya dengan status gizi di kalangan remaja.

J. Etika Penelitian

1. Sebelum dimulainya penelitian, para peneliti awalnya mendapatkan otorisasi dari Departemen Gizi di kampus Poltekees Universitas Kupang guna pengumpulan data awal di SMK Negeri 3 Kota Kupang.
2. Selanjutnya, peneliti mengajukan surat lamaran resmi ke SMK Negeri 3 Kota Kupang, yang ditetapkan sebagai lokasi penelitian.
3. Setelah itu, peneliti mengirimkan korespondensi ke direktorat serta kantor investasi modal terpadu satu atap guna mendapatkan izin guna melakukan penelitian di SMK Negeri 3 Kota Kupang, yang penting guna penyelesaian Laporan Tugas Akhir.
4. Sebelum memulai penelitian, peneliti memberikan penjelasan komprehensif kepada responden mengenai tujuan dan niat penelitian, sementara juga menyajikan formulir persetujuan guna tanda tangan responden; ditekankan bahwa semua data dan informasi yang dikumpulkan pada kuesioner penelitian akan dipakai secara eksklusif guna tujuan akademik dan tidak akan disebarluaskan melalui media elektronik ataupun cetak apa pun yang bisa diakses oleh masyarakat umum.
5. Setelah kesimpulan penelitian, para peneliti memastikan penyerahan surat penutup yang tepat mengenai penelitian yang dilakukan di SMK Negeri 3 Kota Kupang.