

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Jenis penelitian**

Jenis penelitian yang digunakan adalah Analitik kuantitatif dengan menggunakan pendekatan *cross sectional*. Analitik kuantitatif adalah penelitian yang memperoleh data-data yang berbentuk angka-angka. Pendekatan *cross sectional* adalah penelitian untuk mempelajari dinamika korelasi antara faktor-faktor resiko dengan efek, dengan cara pendekatan, observasi atau pengumpulan data sekaligus pada satu saat (*point time approach*) yang berarti setiap subjek penelitian hanya diobservasi sekali saja dengan pengukuran yang dilakukan pada saat pemeriksaan. Tujuan penelitian Analitik kuantitatif dengan pendekatan *Cross sectional* adalah untuk melihat hubungan antara variabel independen dengan variabel dependen. Variabel independen dalam penelitian ini adalah pengetahuan gizi, asupan zat gizi mikro dan aktivitas fisik wanita usia subur. Sedangkan variabel dependen dalam penelitian ini adalah status lingkaran pinggang wanita usia subur.

#### **B. Lokasi dan waktu penelitian**

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

Penelitian ini akan dilakukan di KUA Kelapa Lima Jl. Kakatua No.11. Boipoi. Kecamatan Kota Lama, Kota Kupang.

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

Penelitian ini akan dilaksanakan pada bulan November 2023 sampai April 2024

#### **C. Populasi dan sampel penelitian**

##### **a. Populasi**

Populasi adalah keseluruhan objek yang akan diteliti. Populasi dalam penelitian ini adalah wanita usia subur yang terdata di KUA kecamatan Kelapa Lima sebanyak 77 orang.

### **b. Sampel dan teknik sampling**

Sampel merupakan objek yang diteliti dan dianggap mewakili seluruh populasi (Ervina & Juliana Sampel adalah bagian dari populasi yang akan dipilih untuk mewakili populasi tersebut. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah total sampling yaitu semua jumlah populasi dijadikan sampel sebanyak 77 orang.

## **D. Variabel penelitian**

### **a. Variabel Bebas**

Variabel bebas dalam penelitian ini yaitu pengetahuan gizi, asupan zat gizi makro dan aktifitas fisik WUS

### **b. Variabel Terikat**

Variabel terikat dalam penelitian ini yaitu status lingkaran pinggang WUS

## **E. Instrumen dan Alat penelitian**

1. Kuesioner digunakan untuk mengetahui pengetahuan gizi dan aktivitas fisik wanita usia subur.
2. Form Food recall 1×24 jam digunakan untuk mengetahui data asupan zat gizi mikro wanita usia subur.
3. Buku Food Model digunakan untuk mengetahui gambaran makanan yang berasal dari berbagai sumber tiap hari yang dikonsumsi berdasarkan URT (ukuran rumah tangga).
4. Metline digunakan untuk mengetahui ukuran lingkaran pinggang pada wanita usia subur.

## **F. Jenis Data**

### **a. Data primer**

Data primer adalah data dalam bentuk verbal atau kata-kata yang diucapkan secara lisan, gerak gerik atau perilaku yang dilakukan oleh subjek yang dapat dipercaya, dalam hal ini adalah subjek penelitian (informan) yang berkenaan dengan variabel yang diteliti. (Yelvita, 2022)

Data primer dalam penelitian ini adalah

1. Data Identitas responden
2. Data Pengetahuan Gizi
3. Data Asupan zat gizi makro
4. Data aktivitas fisik
5. Data status lingkaran pinggang.

b. Data sekunder

Data sekunder merupakan sumber data yang tidak langsung memberikan data kepada pengumpul data. Data sekunder dalam penelitian ini diperoleh dari buku referensi, jurnal penelitian, internet dan lain – lain. (Yelvita, 2022)

Data yang diterima dari sumber kedua, biasanya dari organisasi yang terlibat dalam pengumpulan data, disebut sebagai data sekunder. Data pada penelitian ini didapat dari data KUA yang berjumlah wanita usia subur (WUS) usia 18 sampai 49 tahun di KUA termasuk dalam data sekunder penelitian.

## **G. Pengolahan dan pengkajian data**

1. Pengolahan data

Data yang terkumpul direncanakan dikomputerisasi menggunakan SPSS Versi 22.0 dengan langkah - langkah sebagai berikut:

a. Editing

Editing, pada tahap ini data diperiksa untuk mengetahui kelengkapan data serta menghindari terjadinya kesalahan. Editing dilakukan setelah selesai penelitian. (Basuki, 2019)

b. Coding

Coding merupakan kegiatan pemberian kode (angka) terhadap data yang terdiri atas beberapa kategori. Pemberian kode ini sangat penting bila pengolahan dan analisis data menggunakan komputer. (Basuki, 2019)

c. Entering

Memasukkan data ke dalam tabel distribusi frekuensi merupakan tindakan masuk. Alat penelitian pilihan adalah SPSS untuk Windows. (Amalia Yunia Rahmawati, 2020)

d. Cleaning

Sebelum analisis, pembersihan adalah proses pemeriksaan data masukan untuk mengidentifikasi potensi kesalahan atau kelalaian. (Amalia Yunia Rahmawati, 2020)

2. Analisis data

Analisis data yang digunakan yaitu analisis data univariat dan bivariat:

a. Analisis Univariat

Analisis Univariat bertujuan untuk mengetahui karakteristik setiap variabel penelitian. Dimana variabel independen (variabel bebas) yaitu pengetahuan gizi, asupan zat gizi makro dan aktivitas fisik. Variabel dependen yaitu (variabel terikat) status lingkaran pinggang pada wanita usia subur.

b. Analisa Bivariat

Dalam penelitian ini skala digunakan untuk mengetahui hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat adalah skala ordinal. Uji statistik yang digunakan pada penelitian ini adalah *Uji Chi-Square*. Jika uji *Chi-Square* tidak memenuhi syarat, maka akan dilakukan uji alternatif yaitu *Fisher's exact test*.

**H.**  
**Definisi Operasional**

**D**

Variabel	Definisi	Alat ukur	Kategori	Skala
Pengetahuan wus dan pengetahuan gizi	Pengetahuan gizi merupakan pengetahuan tentang makanan dan zat gizi. Pengetahuan mendasari masyarakat dalam bersikap, persepsi dan berperilaku tentang makanan dan gizi. Lebih jauh persepsi dan perilaku akan mempengaruhi derajat kesehatan masyarakat. Seperti contoh pengetahuan memilih, mengolah, memberikan makan dan mencari pertolongan kesehatan akan mempengaruhi seseorang dalam berperilaku tentang hal tersebut. (Lara, 2022)	Menggunakan kuesioner yang terdiri beberapa pernyataan dengan memilih jawaban : B: Benar S : Salah	Baik : (76 -100%), Sedang atau cukup :(56 -75%) kurang : (<55%). (Darsini et al., 2019)	Ordinal

Zat gizi makro	Zat gizi adalah unsur-unsur/senyawa kimia yang terkandung pada makanan dan dibutuhkan tubuh dalam metabolisme energi. Manusia membutuhkan energi guna mempertahankan hidup, melakukan aktifitas fisik, dan menunjang pertumbuhan. (mashudi,aiunun mardhyah 2021)	From recall 2 x 24 jam Buku foto makanan	1. Lebih :>110% 2. Baik :80-110% 3. Kurang :<80% (Rahmadiana & Adiningsih, 2020).	Ordinal
Aktivitas fisik	Aktivitas adalah suatu energi atau keadaan untuk bergerak memenuhi kebutuhan hidup. Aktivitas fisik adalah setiap kegiatan yang membutuhkan energi untuk melakukannya seperti berjalan, menari, mengasuh, dan sebagainya. (Puspita, 2021)	Wawancara dan mengisi Kuesioner PAL	1. Ringan (sedentary lifestyle) 1,40 kkal/jam – 1,69 kkal/jam 2. Sedang (active or moderately) 1,70 kkal/jam – 1,99 kkal/jam 3. Berat (vigorous or vigorously active lifestyle) 2,00 kkal/2,40 kkal/jam	Ordinal
Lingkar pinggang	Presentase lemak tubuh pada wanita lebih besar jika dibandingkan dengan lemak tubuh yang dimiliki laki-laki. Terdapat beberapa timbunan lemak yang biasa terjadi pada perempuan diantaranya yaitu, pada bagian paha, pinggul, payudara, dan bokong. (Amalia Yunia Rahmawati, 2020)	Lingkar pinggang	Obesitas >80 cm Normal ≤80 cm (Sutyowati et al., 2019).	Nominal

## **I. Etika penelitian**

Etika penelitian diperlukan untuk menghindari terjadinya tindakan yang tidak etis dalam melakukan penelitian, maka dilakukan prinsip-prinsip sebagai berikut:

### 1. Lembar persetujuan (*Informed consent*)

Lembar persetujuan berisi berbagai penjelasan mengenai penelitian yang akan dilakukan, tujuan penelitian, tata cara penelitian, manfaat yang diperoleh responden, dan resiko yang terjadi. Pernyataan dalam lembar persetujuan jelas dan mudah dipahami sehingga responden tahu bagaimana penelitian ini dikerjakan. Untuk responden yang bersedia maka akan mengisi dan menandatangani lembar persetujuan secara sukarela.

### 2. Anonimitas

Untuk menjaga kerahasiaan peneliti yang tidak tercantumkan nama responden, tetapi lembar tersebut hanya diberi kode.

### 3. *Confidentiality* (kerahasiaan)

yaitu sesuatu yang berkaitan dengan data informasi dan hasil penelitian berdasarkan data individu, namun data dilaporkan berdasarkan kelompok yang tidak boleh diinformasikan.

### 4. Sukarela

Peneliti bersifat sukarela dan tidak ada unsur paksaan atau tekanan secara langsung maupun tidak langsung dari peneliti kepada calon responden atau sampel yang akan diteliti.

