

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1. Desain Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian analitik dengan desain cross-sectional (potong lintang). Desain penelitian cross-sectional merupakan suatu penelitian yang mempelajari korelasi antara pola makan dan status gizi. Pengumpulan data dilakukan bersamaan secara serentak dalam satu waktu, artinya semua variabel baik variabel independen yaitu makanan dan variabel dependen yaitu status gizi diobservasi pada waktu yang sama.

3.2. Waktu dan Tempat Penelitian

1. Tempat

Penelitian ini dilaksanakan di SMK N Negeri 6 Kota Kupang..

2. waktu penelitian

Waktu penelitian ini dilakukan pada bulan Mei sampai juni 2024.

3.3. Subjek Penelitian

3.3.1. Populasi

Populasi penelitian ini adalah siswi kelas X dan XI di SMK Negeri 6 Kota Kupang berjumlah 347 orang.

3.3.2. Sampel

Pada penelitian ini, pengambilan sampel dilakukan dengan menggunakan metode proportionated stratified random sampling, yaitu cara penarikan sampel dimana peneliti mengambil wakil-wakil dari setiap kelompok yang ada dalam populasi yang jumlahnya disesuaikan dengan jumlah anggota subjek yang ada di dalam masing-masing kelompok tersebut dengan tidak memandang bulu atau objektif sehingga seluruh populasi

mempunyai kesempatan untuk menjadi sampel. Sampel merupakan bagian dari populasi yang ingin diteliti oleh peneliti. Sampel dalam penelitian ini adalah 185 siswi remaja putri yang berada di SMKN 6 Kota Kupang menggunakan rumus slovin.

3.3.3 Rumus slovin

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

Keterangan :

n = Besar sampel

N = Besar populasi (347)

e = Batas toleransi kesalahan (error tolerance 0.05)

Dengan menggunakan rumus di atas, maka perhitungan sampel

$$\begin{aligned} n &= \frac{347}{1 + 347(0,05)^2} \\ &= \frac{347}{1 + 0,8675} \\ &= \frac{347}{1,8675} \\ &= 185 \text{ orang} \end{aligned}$$

3.4. Variabel Penelitian

3.4.1. Variabel Bebas

Variabel bebas pada penelitian ini adalah pengetahuan gizi dan pola makan

3.3.1. Variabel Terikat

Variabel terikat pada penelitian ini adalah status gizi

3.5. Definisi Operasional

Tabel 4.
Definisi Operasional

Variabel	Defenisi	Alat ukur	Cara ukur	Skala	Hasil ukur
Pengetahuan	Tingkat pemahaman siswi remaja putri tentang pola makan Siswi putri(Pantaleon,2019)	Kuesioner	Melakukan wawancara dengan memberikan kuensioner beberapa pertanyaan seputaran gizi	Ordinal	1.Baik jika > 80% 2.Cukup jika 60 < 80% 3.Kurang jika < 60% (WNPG,2014)
Pola makanan	Jumlah asupan makana zat gizi protein, lemak, karbohidrat dan besi yang diperoleh dari makanan dikonsumsi remaja putri (Hartaningrum et al., 2021)	<i>Food frequency questionnaire</i> (FFQ).	Wawancara	Ordinal	1.Baik (skor 20). 2.Cukup (skor 15). 3.Kurang (skor 10). (WNPG, 2014).
Status gizi	Gambaran keadaan tubuh akibat asupan zatgizi.	Antropometri (Stadiometer, dan timbangan digital	Pengukuran TB dan BB kemudian dihitung IMT/U	Ordinal	1.Gizi kurang (-3 SD sd < -2 SD) 2.Gizi baik (-2 SD sd +1 SD 3.Gizi lebih (+1SD sd +2SD) 4.Obesitas (>+2 SD (Kemenkes 2020)

3.6. Metode Pengumpulan Data

1) Jenis data penelitian

Data yang dikumpulkan selama penelitian ini meliputi data primer dan data sekunder.

1. Data Primer

Data primer adalah data yang diperoleh langsung dari responden menggunakan kuisioner. Data primer yang langsung diambil oleh peneliti yakni:

- a) Data identitas siswa remaja putri, serta pengetahuan remaja putri diperoleh dengan wawancara secara langsung menggunakan kuesioner
- b) Data pola makan diperoleh dengan wawancara dengan menggunakan *Food frequency questionnaire* (FFQ)..
- c) Data hasil pengukuran remaja putri yang meliputi BB dan TB, yang kemudian datanya dianalisis menggunakan indikator antropometri yaitu IMT/U.

2. Data Sekunder

Data sekunder adalah metode pengumpulan data dari pihak lain yakni data jumlah seluruh siswa SMKN 6 Kota Kupang, jumlah seluruh siswa remaja putri dan jumlah remaja putri dari kelas X dan XI SMKN 6 Kota Kupang.

2) Pengumpulan data

a. Kuesioner

Kuesioner ini digunakan untuk memperoleh data responden yang berkaitan dengan asupan makan dan pengetahuan gizi yang mempengaruhi status gizi remaja SMKN 6 Kota Kupang. Model jawaban pada kuisoner menggunakan metode tertutup yang mengukur asupan makan zat gizi makro dan pengetahuan gizi remaja SMK N 6 Kota Kupang.

b. Status gizi dikumpulkan dengan melakukan penimbangan berat badan dan pengukuran tinggi badan kemudian menghitung nilai Z-score dengan indikator IMT/U.

c. Pola makan responden menggunakan *Food frequency questionnaire* (FFQ)..

3.7. Instrumen Penelitian

Alat yang digunakan meliputi :

1. Stadiometer untuk mengukur tinggi badan dengan skala 2 meter dengan ketelitian 0,1cm.
2. Timbangan digital untuk mengukur berat badan
3. Kuesioner untuk mengukur pengetahuan remaja putri tentang pengetahuan gizi.
4. *Form Food frequency questionnaire* (FFQ) untuk mengetahui jumlah Pola makan.

3.8. Pengolahan Data

Analisis data dilakukan dengan langkah-langkah sebagai berikut:

- a. Editing (Pemeriksaan), yaitu proses memeriksa data yang telah dikumpulkan apakah telah sesuai dengan tujuan penelitian. Peneliti melakukan pemeriksaan terhadap kelengkapan dan kejelasan jawaban dari responden.
- b. Coding (Pengodean), yaitu kegiatan pengkodean yang dilakukan dengan mengubah data yang berbentuk kalimat atau huruf menjadi data angka atau bilangan.
- c. Entry (Memasukkan), yaitu kegiatan memasukkan data yang telah dilakukan pengodean ke dalam program komputer.
- d. Cleaning (Pembersihan), yaitu kegiatan pengecekan kembali data yang telah di entry untuk mengetahui ada tidaknya kesalahan pengodean ataupun ketidaklengkapan data.
- e. Saving (Penyimpanan), yaitu penyimpanan data untuk siap dilakukan analisis data.

3.9 Metode Analisis Data

Analisis Bivariat Analisis bivariat digunakan untuk mengetahui hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat. Pengolahan dilakukan dengan uji Chi square untuk menguji hubungan atau pengaruh dua buah variabel nominal dan mengukur kuatnya hubungan antara variabel yang satu dengan variable nominal lainnya. Untuk melihat hubungan variabel tersebut secara statistik, digunakan derajat kepercayaan 95% ($\alpha = 0,05$). Dalam penelitian ini memudahkan dalam menguji data peneliti menggunakan program SPSS 16.0 for windows. Dasar pengambilan keputusan hipotesis, berdasarkan tingkat signifikan nilai α sebesar 95%.

- a. Jika nilai probabilitas $> \alpha$ (0,05) maka hipotesis penilaian (H_0) diterima dan (H_a) ditolak.
- b. Jika probabilitas $< \alpha$ (0,05) maka hipotesis penilaian (H_a) diterima dan (H_0) ditolak.

3.10 Etika Penelitian

1. Sebelum melakukan kegiatan penelitian peneliti mendatangi lokasi penelitian dan meminta ketersediaan dari Kepala Sekolah untuk meminta ijin melakukan penelitian. Kemudian mengurus surat izin di kampus Program Studi Gizi Poltekkes Kemenkes Kupang, dan membawa ke sekolah untuk mendapatkan data jumlah siswa yang diperlukan.
2. Memberikan penjelasan kepada responden penelitian tentang maksud dan tujuan penelitian secara langsung, yang mana semua data dan informasi yang terangkum dalam kuesioner penelitian ini semata hanya untuk memenuhi kebutuhan ilmiah saja dan dijamin kerahasiaan identitas responden tidak disebarluaskan baik melalui media elektronik maupun media cetak yang dapat diketahui oleh masyarakat umum.

