

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Penelitian yang dilakukan merupakan penelitian deskriptif analitik dengan rancangan *cross sectional study* yaitu suatu pendekatan yang sifatnya sesaat pada suatu waktu dan tidak diikuti terus menerus dalam kurun waktu tertentu (Notoatmodjo, 2010). Kegiatan yang dilakukan meliputi pengumpulan data terhadap variabel dependen dan independen akan dikumpulkan dalam waktu bersamaan. Dalam penelitian ini, peneliti ingin mengetahui hubungan *body image* terhadap perilaku makan, tingkat konsumsi (energi dan protein) dan status gizi remaja putri di SMA Negeri 4 Malang.

B. Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian ini dilakukan pada siswi kelas XI di SMA Negeri 4 Malang. Penelitian ini dilaksanakan selama bulan September - Oktober 2015.

C. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri dari atas obyek atau subyek yang mempunyai kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Sedangkan sampel adalah sebagian sebagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut (Sugiyono, 2010). Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswi kelas XI di SMA Negeri 4 Malang

2. Kriteria Sampel

Pada penelitian ini pengambilan sampel berdasarkan kriteria yaitu sebagai berikut :

- a) Bersedia menjadi responden
- b) Responden seorang siswi
- c) Responden berada dikelas XI IPS/Bahasa
- d) Responden sehat jasmani dan rohani

3. Teknik Sampling

Pada penelitian ini teknik sampling yang digunakan adalah *purposive sampling* yaitu pengambilan sampel berdasarkan ciri-ciri populasi yang sudah diketahui sebelumnya, seperti dalam kriteria sampel.

D. Variabel Penelitian

1. Variabel Independen

Variabel independen dalam penelitian ini adalah *body image*

2. Variabel Dependen

Variabel dependen dalam penelitian ini adalah perilaku makan, tingkat konsumsi (energi dan protein) dan status gizi.

E. Definisi Operasional

Tabel 6. Definisi Operasional Penelitian

No	Variabel	Definisi	Alat Ukur	Cara Ukur	Skala Data
1.	<i>Body Image</i>	Persepsi tentang bentuk dan ukuran tubuhnya	Lembar Kuesioner	<ul style="list-style-type: none">• Tidak baik jika skor 20,00-36,00%• Kurang baik jika skor 39,01%-52,00%• Cukup jika skor 52,01-68,00%• Baik jika skor 68,01-84,00%• Sangat baik jika skor 84,01-100%	Ordinal
2.	Perilaku Makan	Tingkah laku manusia dalam memenuhi kebutuhannya akan makan	Lembar Kuesioner	<ul style="list-style-type: none">• Tidak baik jika skor 20,00 - 36,00%• Kurang baik jika skor 39,01% - 52,00%• Cukup jika skor 52,01 - 68,00%• Baik jika skor 68,01 - 84,00%• Sangat baik jika skor 84,01 - 100%	Ordinal

No	Variabel	Definisi	Alat Ukur	Cara Ukur	Skala Data
3.	Tingkat Konsumsi Energi	Persentase rata-rata asupan energi yang dikonsumsi per orang per hari dibandingkan dengan kebutuhan energi yang dikonsumsi dalam sehari	Form Recall 2x24 jam	<ul style="list-style-type: none"> • Kurang jika <70% AKE • Sedang jika 70 - <100% AKE • Cukup jika 100 - 130% AKE • Lebih jika >130% AKE 	Ordinal
4.	Tingkat Konsumsi Protein	Persentase rata-rata asupan protein yang dikonsumsi per orang per hari dibandingkan dengan kebutuhan energi yang dikonsumsi dalam sehari	Form Recall 2x24 jam	<ul style="list-style-type: none"> • Kurang jika < 80 % AKP • Sedang jika 80 - 100% AKP • Cukup jika 100 - 120% AKP • Lebih jika >120% AKP 	Ordinal
5.	Status Gizi	Keadaan ataupun kondisi responden menurut antropometri	Antropometri	<ul style="list-style-type: none"> • Kurus tingkat berat jika IMT <17,0 • Kurus tingkat ringan jika IMT 17,0-18,4 • Normal jika IMT 18,5-25,0 • Gemuk tingkat ringan jika IMT 25,1-27,0 • Gemuk tingkat berat jika IMT > 27,0 	Ordinal

F. Instrumen Penelitian

1. Timbangan injak dengan kapasitas 100 kg dan ketelitian 0,1 kg

Prosedur penggunaan :

- Letakkan timbangan di tempat yang datar
- Pastikan bahwa jarum tepat diangka nol

- Lepaskan sepatu, sandal atau benda-benda yang dapat mempengaruhi hasil penimbangan
 - Pandangan lurus kedepan dengan sikap sempurna
 - Cara melihat angka penimbangan, sang penimbang harus tepat berada didepan jarum timbangan atau berada tepat di depan yang ditimbang
 - Baca angka yang ditunjukkan oleh jarum timbangan. Kemudian catat
2. Microtoise dengan ketinggian 200 cm dan ketelitian 0,1 cm
Prosedur penggunaan :
- Tempelkan microtoise pada dinding yang lurus datar setinggi tepat 2 meter. Angka nol pada lantai yang datar rata
 - Lepaskan sepatu atau sandal
 - Anak harus berdiri tegak seperti sikap sempurna. Wajah menghadap lurus dengan pandangan ke depan. Tiga titik pengamatan : kepala, tumit, punggung
 - Turunkan microtoise sampai rapat pada kepala bagian atas, siku-siku harus lurus menempel pada dinding
 - Baca angka pada skala yang nampak pada lubang dalam gulungan microtoise. Angka tersebut menunjukkan tinggi badan anak, kemudian catat
3. Surat kesediaan menjadi responden
4. Satu paket form kuesioner, terdiri dari :
- a) Kuesioner perilaku makan
 - b) Kuesioner *body image*
 - c) Form recall 2x24 jam
5. Nutrisurvey
6. SPSS 16,0

G. Metode Pengumpulan Data

1. Data Primer

a) Data identitas responden

Data identitas yang meliputi nama, umur, jenis kelamin, dll diperoleh dari wawancara dan alat bantu kuesioner.

b) Data perilaku makan dan *body image*

Data diperoleh melalui wawancara secara langsung kepada responden dengan alat bantu kuesioner atau angket

c) Data tingkat konsumsi (energi dan protein)

Data diperoleh dari wawancara dengan form recall 24 jam dimana data akan dibandingkan rata-rata asupan energi dan zat gizi dari responden dengan kebutuhan energi dan zat-zat gizi yang telah ditetapkan perhari.

d) Data Status Gizi

Data diperoleh dari pengukuran antropometri Berat Badan (BB) dan Tinggi Badan (TB) secara langsung yang kemudian dihitung Indeks Massa Tubuh (IMT) responden.

2. Data Sekunder

Data sekunder diperoleh dari pihak sekolah SMA Negeri 4 Malang tentang profil dan jumlah siswa SMA Negeri 4 Malang.

H. Pengolahan dan Analisis Data

1. Data Identitas Responden

Data identitas responden (umur, jenis kelamin, tinggi badan dan berat badan) disajikan dalam bentuk tabel dan dianalisa secara deskriptif untuk mengetahui penyebarannya.

2. Data Perilaku Makan dan *Body Image*

Data perilaku makan, dan *body image* diolah berdasarkan hasil jawaban dari form kuesioner yang telah diisi. Skala data yang digunakan adalah skala ordinal yang diberikan skor penilaian :

Tabel 7. Skala Penilaian untuk Pernyataan Positif dan Negatif

No	Keterangan	Skor Positif	Skor Negatif
1.	Sangat setuju	5	1
2.	Setuju	4	2
3.	Ragu-ragu	3	3
4.	Tidak setuju	2	4
5.	Sangat tidak setuju	1	5

Sumber : Sugiyono, 2010

Setelah skor perilaku makan dan *body image* ditentukan maka dihitung total skor setiap variabel. Untuk menetapkan peringkat dalam setiap variabel, dapat diketahui dari perbandingan antara skor aktual

dan skor ideal. Skor aktual diperoleh dari hasil perhitungan seluruh pendapat responden, sedangkan skor ideal diperoleh dari bobot atau nilai tertinggi dari semua responden yang diasumsikan memilih jawaban dengan skor tertinggi.

$$\% \text{ Skor aktual} = \frac{\text{Skor aktual}}{\text{Skor ideal}} \times 100\%$$

Setelah dihitung % skor aktual maka skor diberi kriteria persentase, yaitu :

Tidak baik	: 20,00 - 36,00%
Kurang baik	: 39,01 - 52,00%
Cukup	: 52,01 - 68,00%
Baik	: 68,01 - 84,00%
Sangat baik	: 84,01 - 100%

(Sugiyono, 2010)

Setelah data diberi kriteria, kemudian disajikan dalam bentuk tabel dan dianalisa secara deskriptif untuk mengetahui hasilnya.

3. Data Tingkat Konsumsi (Energi dan Protein)

Data tingkat konsumsi diolah setelah pengisian form recall 24 jam kemudian dihitung rata-rata asupan makanan dengan nutrisurvey sehingga dapat diketahui jumlah energi yang dikonsumsi per hari, lalu membandingkan rata-rata asupan energi siswa dengan AKG yang dianjurkan dengan rumus :

$$\text{AKG} = \frac{\text{Berat Badan Aktual}}{\text{Berat Badan Standart}} \times \text{Energi (kalori)}$$

Keterangan :

BB aktual : Berat badan aktual berdasarkan hasil penimbangan (kg)

BB standart : Berat badan acuan yang tertera pada tabel AKG (kg)

AKG : Angka Kecukupan Gizi

Energi : Energi standart berdasarkan AKG

Setelah data AKG siswa diperoleh, kemudian data dibandingkan dengan pencapaian AKG yang dianjurkan dalam persentase dengan rumus :

$$\% \text{ Tingkat konsumsi} = \frac{\text{Jumlah yang dikonsumsi}}{\text{Angka Kecukupan Gizi}} \times 100\%$$

Kemudian data diberi kriteria persentase dengan klasifikasi:

ENERGI	PROTEIN
Kurang : <70%	Kurang : <80%
Sedang : 70 - <100%	Sedang : 80 - <100%
Cukup : 100 - 130%	Cukup : 100 - 120%
Lebih : >130%	Lebih : >120%

(Studi Diet Total, 2014)

Setelah data diberi kriteria, kemudian disajikan dalam bentuk tabel dan dianalisa secara deskriptif untuk mengetahui hasilnya.

4. Data Status Gizi

Data status gizi diolah setelah pengukuran antropometri kemudian data diolah dengan mencari IMT responden. Skala data yang digunakan adalah skala ordinal dengan klasifikasi:

Kategori		IMT (kg/m²)
Kurus	Kekurangan berat badan tingkat berat	< 17
	Kekurangan berat badan tingkat ringan	17,1 - 18,4
Normal		18,5 - 25,0
Gemuk	Kelebihan berat badan tingkat ringan	25,1 - 27,0
	Kelebihan berat badan tingkat berat	> 27

5. Analisis Uji Hubungan

Untuk mengetahui hubungan antara keempat variabel dengan menggunakan tabel distribusi frekuensi sehingga menghasilkan distribusi dan frekuensi setiap variabel penelitian. Untuk analisis bivariat dilakukan untuk mengetahui hubungan variabel dependen dan independen dalam bentuk tabulasi silang (*crosstab*) dengan menggunakan program SPSS dengan uji statistik *chi-square* dengan $\alpha = 0,05$ Adapun hipotesis yang diuji adalah sebagai berikut :

H_0 = Tidak terdapat hubungan *body image* terhadap perilaku makan, tingkat konsumsi (energi dan protein), dan status gizi remaja putri di SMA Negeri 4 Malang

H_1 = Terdapat hubungan *body image* terhadap perilaku makan, tingkat konsumsi (energi dan protein), dan status gizi remaja putri di SMA Negeri 4 Malang

Penarikan Kesimpulan :

Jika $p\text{-value} \leq \alpha$ maka H_0 ditolak, berarti terdapat hubungan *body image* terhadap perilaku makan, tingkat konsumsi (energi dan protein), dan status gizi remaja putri di SMA Negeri 4 Malang

Jika $p\text{-value} > \alpha$ maka H_0 diterima, berarti tidak terdapat hubungan *body image* terhadap perilaku makan, tingkat konsumsi (energi dan protein), dan status gizi remaja putri di SMA Negeri 4 Malang

I. Penyajian Data

Hasil penelitian disajikan dalam bentuk deskriptif dan tabel distribusi frekuensi

1. Data Perilaku Makan dan *Body Image*

Data perilaku makan dan *body image* responden disajikan dalam bentuk tabel distribusi, kemudian dideskripsikan. Dalam perhitungan SPSS data perilaku makan dan *body image* dimampatkan menjadi 2 kategori, yaitu baik dan kurang.

2. Data Tingkat Konsumsi

Data tingkat konsumsi energi dan protein responden disajikan dalam bentuk tabel kemudian dideskripsikan. Dalam perhitungan SPSS data tingkat konsumsi dimampatkan menjadi 2 kategori, yaitu cukup dan kurang.

3. Data Status Gizi

Data status gizi responden disajikan dalam tabel distribusi responden, kemudian data dideskripsikan. Dalam perhitungan SPSS data status gizi dimampatkan menjadi 2 kategori, yaitu status gizi normal dan status gizi tidak normal (*malnutrition*).