

BAB IV

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Jenis penelitian ini adalah penelitian Pre-Eksperimental karena memberikan perlakuan berupa *focus group discussion* dan penyuluhan dengan menggunakan rancangan *One Group Pretest Posttest*. Pada penelitian ini dilakukan observasi pertama (pretest) untuk mengetahui tingkat pengetahuan, asupan energi dan berat badan remaja gizi lebih serta melakukan posttest untuk menguji tingkat pengetahuan, asupan energi dan berat badan remaja gizi lebih yang terjadi setelah adanya *focus group discussion* dan penyuluhan (Notoatmodjo, 2010). Bentuk rancangan penelitian adalah sebagai berikut :

P₁ ----- X ----- P₂

Keterangan :

- P₁ : Pre test sebelum dilakukan perlakuan untuk mengetahui pengetahuan, asupan energi dan berat badan remaja gizi lebih di MAN 1 Malang
- X : Perlakuan berupa *focus group discussion* dan penyuluhan
- P₂ : Post test sesudah dilakukan perlakuan untuk mengetahui perubahan pengetahuan, asupan energi dan berat badan remaja gizi lebih di MAN 1 Malang

B. Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian ini dilakukan di MAN 1 Malang pada bulan Juni-Juli 2017

C. Populasi dan Sampel

Populasi yang digunakan seluruh remaja putri gizi lebih kelas X di MAN 1 Malang yaitu sejumlah 14 orang. Sampel yang diambil harus memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi seperti berikut :

1. Kriteria inklusi
 - a. Seluruh remaja putri kelas X dengan IMT/U > 1 SD
 - b. Bersedia menjadi responden

2. Kriteria eksklusi

- a. Mengundurkan diri sebagai responden ditengah penelitian berlangsung
- b. Dalam keadaan sakit ketika penelitian berlangsung

D. Variabel Penelitian

Variabel independen : *Focus group discussion* (FGD) dan Penyuluhan

Variabel dependen : Tingkat Pengetahuan, Asupan Energi dan Berat Badan

E. Definisi Operasional Variabel

Variabel	Definisi	Alat Ukur	Cara Ukur	Hasil Ukur	Skala Ukur
FGD dan Penyuluhan	Melakukan diskusi kelompok terarah tentang kegemukan selama 60 menit dan dilanjutkan dengan penyuluhan selama 60 menit	-	-	-	-
Tingkat Pengetahuan	Kemampuan siswa dalam menjawab kuesioner dengan benar sebelum dan sesudah dilakukan FGD dan penyuluhan	Kuisisioner	Pengisian kuesioner	Pengkategorian tingkat pengetahuan responden menggunakan nilai mean dari SD (Standar Deviasi) : a. Baik : $x > \text{mean} + \text{SD}$ b. Cukup : $\text{mean} - \text{SD} < x < \text{mean} + \text{SD}$ c. Kurang : $x < \text{mean} - \text{SD}$	Ordinal
Asupan Energi	Jumlah asupan energi yang dikonsumsi yang diperoleh dari makanan dan minuman selama dua hari	a. Form recall 24 jam b. Nutrisurvey	Wawancara	Perubahan asupan energi (kkal)	Ordinal

Variabel	Definisi	Alat Ukur	Cara Ukur	Hasil Ukur	Skala Ukur
Berat badan	Ukuran tubuh atau berat dari siswa sebelum dan setelah dilakukan FGD dan penyuluhan.	Timbangan digital	Antropometri	Perubahan berat badan (kg)	Ordinal

F. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian merupakan alat bantu untuk mendapatkan data penelitian yang diinginkan. pada penelitian ini instrumen yang digunakan adalah sebagai berikut :

1. Surat pernyataan kesediaan menjadi responden (Lampiran 2)
2. Form recall x 24 jam (Lampiran 3)
3. Food model
4. Kalkulator
5. Timbangan digital
6. Daftar Bahan Makanan Penukar
7. Daftar Ukuran Rumah Tangga
8. Daftar Angka Kecukupan Gizi (AKG)
9. Kuesioner (Lampiran 5)
10. Panduan *Focus Group Discussion* (Lampiran 4)
11. Satuan Penyuluhan (Lampiran 6,7 dan 8)
12. Software SPSS
13. Software Nutrisurvey 2007

G. Metode Pengumpulan Data

1. Data Primer
 - a. Data karakteristik responden meliputi umur, berat badan, tinggi badan diperoleh melalui wawancara secara langsung dan pengukuran berat badan serta tinggi badan dengan mengisi form identitas responden pada kuesioner.
 - b. Data tingkat pengetahuan remaja diperoleh melalui kuesioner pretest (sebelum dilakukan FGD dan penyuluhan) dan posttest (setelah dilakukan FGD dan penyuluhan)

- c. Data asupan energi remaja diperoleh melalui wawancara secara langsung menggunakan alat bantu form food recall 24 jam selama 2 hari yang dilakukan sebelum dan setelah diberi FGD dan Penyuluhan. Pengumpulan data tingkat konsumsi energi dilakukan dua minggu setelah FGD dan penyuluhan.
 - d. Data perubahan berat badan diperoleh melalui pengukuran berat badan sebelum dan setelah dilakukan FGD dan Penyuluhan. Pengumpulan data berat badan dilakukan dua minggu setelah FGD dan penyuluhan.
2. Data Sekunder
- a. Data gambaran umum lokasi penelitian yaitu MAN 1 Malang

H. Pengolahan dan Analisis Data

1. Data Gambaran Umum Lokasi Penelitian
Data diolah secara tabulasi data, disajikan dalam bentuk tabel dan grafik serta dijelaskan secara deskriptif
2. Data Karakteristik Responden
Data diolah secara tabulasi data, disajikan dalam bentuk tabel dan grafik serta dijelaskan secara deskriptif
3. Data Tingkat Pengetahuan
Pengukuran variabel pengetahuan didasarkan pada jawaban responden terhadap 25 pertanyaan dengan alternatif jawaban “a, b, c, d, e”. Apabila jawaban responden benar maka diberi skor 1, skor 0 untuk jawaban salah. Total skor pengetahuan tertinggi adalah 25 dan terendah adalah 0.

$$\text{Presentase Skor} = \frac{\sum \text{Skor jawaban}}{\sum \text{Skor soal}} \times 100\%$$

Berikut adalah kategori presentase tingkat pengetahuan (Arikunto, 2010):

- a. Baik : $x > \text{mean} + \text{SD}$
- b. Cukup : $\text{mean} - \text{SD} < x < \text{mean} + \text{SD}$
- c. Kurang : $x < \text{mean} - \text{SD}$

Selanjutnya data disajikan dalam bentuk tabel dan dianalisis secara deskriptif.

4. Data Asupan Energi

Data diolah berdasarkan hasil wawancara dengan menggunakan form recall 24 jam selama 2 hari dihitung dengan menggunakan nutrisurvey 2007. Setelah didapatkan hasil recall kemudian dibandingkan dengan asupan energi sebelum diberikan FGD dan Penyuluhan.

Selanjutnya data disajikan dalam bentuk tabel dan dianalisis secara deskriptif.

5. Data Berat Badan

Data diolah berdasarkan hasil antropometri dengan melihat perubahan berat badan setiap dua minggu selama satu bulan. Data disajikan dalam bentuk tabel dan dianalisis secara deskriptif.

6. Analisis *Focus Group Discussion* (FGD) dan Penyuluhan terhadap Perubahan Tingkat Pengetahuan, Asupan Energi dan Berat Badan Remaja Gizi Lebih

Analisis dilakukan secara deskriptif dengan membandingkan data tingkat pengetahuan, asupan energi dan berat badan remaja gizi lebih sebelum dan sesudah diberikan intervensi.