

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Jenis dan Desain Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan yaitu Observasional dengan menggunakan pendekatan Cross Sectional Study yaitu melihat hubungan antara tingkat pengetahuan gizi, pola makan dengan obesitas pada siswa di SMA Negeri 7 Kota Malang. Penelitian yang menekankan waktu pengukuran/observasi data variabel independen dan dependen (dilakukan satu kali dalam satu waktu).

B. Waktu dan Tempat Penelitian

1. Waktu

Penelitian ini dilaksanakan pada 11 April 2023

2. Tempat

Penelitian ini dilakukan di SMA Negeri 7 Kota Malang

C. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi pada penelitian ini yaitu siswa kelas X-5 di SMA Negeri 7 Kota Malang.

2. Sampel

Teknik pengambilan sampel ini menggunakan metode purposive sampling yaitu pengambilan secara acak atau random. Sampel diambil sebanyak 30 siswa SMA Negeri 7 Kota Malang yang memenuhi kriteria inklusi dan kriteria eksklusi yaitu :

a. Kriteria Inklusi

- a) Responden merupakan siswa SMA Negeri 7 Kota Malang
- b) Responden bersedia untuk menjawab kuesioner
- c) Responden bersedia diwawancara mengenai FFQ
- d) Responden bersedia diukur Berat Badan dan Tinggi Badan
- e) Responden dalam keadaan sehat
- f) Responden hadir pada saat penelitian dilakukan

b. Kriteria Eksklusi

- a) Responden tidak hadir saat penelitian dilakukan
- b) Usia responden tidak > 17 tahun dan tidak <15 tahun

D. Variabel Penelitian

Terdapat 2 variabel dalam penelitian ini, yaitu :

1. Variabel Independen atau Bebas : Tingkat pengetahuan gizi
Pola makan
2. Variabel Dependen atau Terikat : Obesitas

E. Definisi Operasional Variabel

Tabel 1 Definisi Operasional

No.	Variabel	Definisi Operasional	Alat Ukur	Skala Data	Hasil Pengukuran
1.	Variabel Independen : a. Tingkat pengetahuan gizi b. Pola makan	a. Pengetahuan yang dimiliki siswa kelas X-5 SMA Negeri 7 Malang yang didapatkan dari kuesioner kemudian dikategorikan sebagai berikut: a) 76-100% : pengetahuan tinggi b) 56-75% : pengetahuan sedang c) <55% : pengetahuan rendah b. Makanan yang dikonsumsi siswa kelas X-5 SMA Negeri 7 Malang yang didapatkan	a. Kuisisioner b. Food Frequency	Ordinal Ordinal	a) Arikunto (2002) menyatakan bahwa kategori nilai pengetahuan dibagi menjadi 3 yaitu: a. 76-100% : pengetahuan tinggi b. 56-75% : pengetahuan sedang c. <55% : pengetahuan rendah b) Kategori skor FFQ: a. Baik : 344-452 b. Cukup : 236-343

		dari Food Frequency Questionnaire kemudian dikategorikan sebagai berikut: Baik : 344-452 Cukup : 236-343 Kurang : 128-235	Questionnaire (FFQ)		c. Kurang : 128-235
2.	Variabel Dependen : a. Obesitas	Perbandingan Tinggi Badan dan Berat Badan pada siswa kelas X-5 SMA Negeri 7 Malang kemudian dapat dikategorikan sebagai berikut : a. Normal : 18,5-25,0 b. Gemuk (Overweight) : 25,0-27,0 c. Obese : >27,0	a. Timbangan dan microtoise	Ordinal	a) Batas Ambang IMT menurut Permenkes no 41 tahun 2014: a. Normal : 18,5-25,0 b. Gemuk (Overweight) : 25,0-27,0 c. Obese : >27,0

F. Instrumen Penelitian

Instrument penelitian yaitu alat yang digunakan untuk pengumpulan data dalam penelitian ini. Instrument yang digunakan dalam penelitian ini yaitu :

a. Kuisisioner

Kuisisioner yang berupa beberapa pertanyaan tertulis untuk memperoleh data dan informasi tentang pengetahuan siswa tentang gizi.

b. Pola makan

Pola makan menggunakan Food Frequency Questionnaire yaitu metode frekuensi makanan digunakan untuk mengetahui makanan yang pernah dikonsumsi pada masa lalu.

G. Metode Pengumpulan dan Pengolahan Data

- a. Data tentang tingkat pengetahuan siswa mengenai gizi diperoleh dengan kuesioner kepada siswa SMA 7 Kota Malang dengan kategori:
 - a. 76-100% : pengetahuan tinggi
 - b. 56-75% : pengetahuan sedang
 - c. <55% : pengetahuan rendah
- b. Data tentang frekuensi makanan yang dikonsumsi oleh siswa SMA 7 Kota Malang berupa wawancara Food Frequency Questionnaire untuk mengetahui jenis makanan yang dikonsumsi pada masa lalu dengan kategori penilaian pola makan menurut Suhaardj dalam Dewi (2013):
 1. Baik : skor 344-452
 2. Cukup : skor 236-343
 3. Kurang : skor 128-235
- c. Data tentang mengukur berat badan digital menggunakan timbangan dan mengukur tinggi badan dengan microtoise untuk mengetahui apakah siswa termasuk obesitas atau tidak. Rumus menghitung IMT :

$$\frac{\text{Berat Badan}}{\text{Tinggi Badan}(m)^2}$$

Batas Ambang IMT menurut Permenkes no 41 tahun 2014:

- a. Normal : 18,5-25,0
- b. Gemuk (Overweight) : 25,0-27,0
- c. Obese : >27,0

Teknik pengolahan data yang dilakukan dalam analisis data ini adalah menggunakan uji Chi Square. Adapun variabel independen dalam penelitian ini diantaranya adalah tingkat pengetahuan gizi dan pola makan. Pada setiap variabel independen di atas, dapat dilihat hubungannya terhadap variabel terikat yaitu obesitas. Penyajian dan analisis data dari penelitian ini diolah dengan menggunakan bantuan program pengolahan data, yaitu program SPSS.

H. Penyajian dan Analisis Data

Penyajian data disajikan dalam bentuk tabel yang dideskripsikan. Penyajian yang digunakan untuk laporan hasil penelitian ini, memiliki tujuan agar orang yang membacanya lebih mudah mendapatkan gambaran secara detail mengenai hasil penelitian yang telah dilakukan. Dalam penelitian ini, analisis juga dilakukan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan atau korelasi antara duakelompok variabel.

Analisis data yang dilakukan untuk mengetahui hubungan antara tingkat pengetahuan gizi dengan obesitas, hubungan antara pola makan dengan obesitas, dan hubungan antara tingkat pengetahuan gizi dengan pola makan pada responden. Hasil dari analisis tersebut selain disajikan dalam bentuk tabel, juga dianalisis dengan menggunakan uji statistic dengan bantuan SPSS.