

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Jenis dan Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian deskriptif untuk mengetahui seberapa besar keberhasilan penurunan berat badan responden yang menggunakan media Tiktok diet penurunan berat badan. Penelitian ini menggunakan kuisisioner yang sebelumnya dibuat dan dimasukkan dalam *Google Form*. Analisis data dilakukan secara deskriptif dengan melihat presentasi/proporsi reponden yang menjawab pada jawaban kuesioner.

B. Waktu dan Tempat Penelitian

1. Waktu penelitian:

Penelitian dilakukan pada bulan Januari 2023

2. Tempat penelitian:

Penelitian ini dilakukan secara daring melalui *Google Form*.

C. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi dalam penelitian ini adalah semua remaja yang memiliki akun TikTok yang berdomisili di Pulau Jawa.

2. Sampel

Sampel dalam penelitian ini adalah remaja obesitas yang memiliki akun TikTok yang berdomisili di Pulau Jawa. Jumlah sampel dalam penelitian ini yaitu berjumlah 105 remaja. Teknik pengambilan sampel ini menggunakan metode survei yaitu dengan penyebaran kuisisioner kepada kalangan remaja.

D. Instrumen

Metode survei menuntut ketelitian dan keaktifan peneliti dilapangan. Jadi, Instrumen dalam pengumpulan data pada penelitian ini adalah manusianya yaitu peneliti. Peneliti sekaligus menjadi perencana, pelaksana

pengumpulan data, analisis, penafsir data, dan pelapor hasil penelitiannya. Alat bantu yang digunakan dalam pengambilan data adalah panduan kuisisioner, google form, dan media massa untuk penyebaran link pengisian kuisisioner. Penelitian ini menggunakan instrumen berupa kuisisioner tertutup, yaitu kuisisioner yang disusun dengan menyediakan pilihan jawaban lengkap sehingga responden bisa memilih salah satu jawaban yang tersedia. Kemudian kuisisioner disebarakan secara daring kepada responden mealui *Googel Form*. Berikut merupakan kuisisioner dalam penelitian:

1. Karakteristik responden (umur, domisili, jenis kelamin, pekerjaan, status gizi, kesukaan isi TikTok)
2. Sumber dan durasi TikTok yang dilihat
 - a. TikTok dari akun siapa
 - b. Durasi TikTok yang dilihat
3. Informasi terkait proses diet (Perubahan Berat badan sebelum dan sesudah menonton TikTok)
 - a. Tinggi badan
 - b. Berat badan sebelum melakukan diet
 - c. Berat badan sesudah melakukan diet
4. Tips pengelolaan Berat badan
5. Lama waktu melakukan diet
 - a. 1 bulan
 - b. 2 bulan
 - c. 3 bulan
 - d. Lainnya
6. Keberhasilan diet
 - a. Berhasil
 - b. Tidak

E. Metode Pengumpulan Data

1. Data karakteristik responden

Data karakteristik responden diperoleh melalui pengisian kuisioner. Data tersebut meliputi umur, domisili, jenis kelamin, pekerjaan, status gizi, dan kesukaan isi TikTok.

2. Sumber dan durasi TikTok yang dilihat

Data terkait sumber dan durasi TikTok yang dilihat diperoleh melalui pengisian kuisioner dengan memilih opsi jawaban yang telah disediakan, namun jika di dalam opsi jawaban tersebut tidak ada opsi yang akan dipilih maka responden dapat mengisi opsi lainnya dan menjawab secara esai. Data tersebut meliputi akun TikTok siapa yang ditonton dan lama durasi yang ditonton.

3. Informasi terkait proses diet (Perubahan Berat badan sebelum dan sesudah menonton TikTok)

Data informasi terkait proses diet diperoleh melalui pengisian kuisioner. Data tersebut meliputi tinggi badan (cm), berat badan sebelum melakukan diet (kg), dan berat badan sesudah melakukan diet (kg).

4. Tips pengelolaan Berat badan

Data terkait sumber dan durasi TikTok yang dilihat diperoleh melalui pengisian kuisioner dengan memilih opsi jawaban yang telah disediakan, Data tersebut meliputi pengelolaan pola makan, olahraga/aktivitas fisik, pola tidur, semuanya.

5. Lama waktu melakukan diet

Data lama waktu melakukan diet diperoleh melalui pengisian kuisioner dengan memilih opsi jawaban yang telah disediakan, namun jika di dalam opsi jawaban tersebut tidak ada opsi yang akan dipilih maka responden dapat mengisi opsi lainnya dan menjawab secara esai.

6. Keberhasilan diet

Data keberhasilan diet diperoleh melalui pengisian kuisioner. Responden mengisi jawaban dengan memilih opsi berhasil melakukan diet atau tidak berhasil melakukan diet.

F. Pengolahan dan Analisis Data

1. Data karakteristik responden

Data yang telah terkumpul diolah dan ditabulasi serta dilakukan analisis secara deskriptif.

2. Sumber dan durasi TikTok yang dilihat

Data sumber dan durasi TikTok meliputi akun TikTok yang dilihat dan durasi TikTok yang dilihat kemudian diolah dan dianalisis secara deskriptif.

3. Informasi terkait proses diet (Perubahan Berat badan sebelum dan sesudah menonton TikTok)

Data diperoleh melalui perhitungan z-score (usia 18 tahun) kategori dilihat di Permenkes nomor 2 tahun 2020 (terlampir) dan IMT yaitu hasil IMT sebelum melakukan diet dan IMT setelah melakukan diet kemudian dilakukan analisis secara deskriptif. Rumus IMT yaitu:

$$IMT = \frac{\text{Berat Badan (kg)}}{\text{Tinggi Badan (m)} \times \text{Tinggi Badan (m)}}$$

Tabel 2. Batas Ambang IMT Indonesia

	Kategori	IMT
Sangat kurus	Kekurangan berat badan tingkat berat	<17,0
Kurus	Kekurangan berat badan tingkat ringan	17 - < 18,5
Normal		18,5 – 25,0
Gemuk (Overweight)	Kelebihan berat badan tingkat ringan	25,0 – 27,0
Obesitas	Kelebihan berat badan tingkat berat	>27,0

Sumber: Peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 4 Tahun 2014 tentang Pedoman Gizi Seimbang.

4. Tips Pengeolahan Berat Badan

Tips pengelolaan berat badan meliputi pengaturan pola makan, olahraga/aktivita fisik, pola tidur, dan semuanya. Setelah data didapatkan maka dilakukan tabulasi serta dilakukan analisis secara deskriptif

5. Lama waktu melakukan diet

Lama waktu meakukan diet dinyatakan dalam bulan, data dikumpulkan berdasarkan kesamaan responden melakukan diet (1 bulan, 2 bulan, 3 bulan, dan seterusnya) dan dilakukan tabulasi serta dilakukan analisis secara deskriptif.

6. Keberhasilan diet

Data keberhasilan diet yang telah terkumpul yang dinyatakan dalam responden berhasil melakukan diet atau tidak berhasil melakukan diet diolah dan ditabulasi serta dilakukan analisis secara deskripti

G. Definisi Oprasional

Tabel 3. Definisi Oprasional pada Penelitian

No.	Nama Variabel	Definisi	Cara Ukur	Alat Ukur	Hasil Ukur	Skala
1.	Karakteristik responden					
	Umur	Umur responden yang dinyatakan dalam tahun	Pengisian kuisisioner	Kuisisioner	1. Masa remaja awal (12-16 tahun) 2. Masa remaja akhir (17-25 tahun) Sumber: Depkes RI (2009)	Interval
	Jenis kelamin	Jenis kelamin responden dalam penelitian	Pengisian kuisisioner	Kuisisioner	-	-
	Domisili	Tempat tinggal responden	Pengisian kuisisioner	Kuisisioner	Provinsi yang di tinggali responden	Interval
2.	Karakteristik TikTok	Karakteristik TikTok yang ditonton responden	Pengisian kuisisioner berupa akun TikTok yang dilihat dan durasi	Kuisisioner	1. Akun TikTok yang ditonton 2. Durasi yang ditonton	Nominal
3.	Tips pengelolaan Berat badan	Tips yang diberikan oleh responden terkait pengaturan penurunan berat badan	Pengisian kuisisioner berupa tips yang diikuti responden	kuisisioner	1. Pola makan 2. Pola tidur 3. Olahraga /aktivitas fisik 4. Semua	Nominal
4.	Informasi	Pengukuran	Pengisian	Kuisisioner	1. Sangat	ordinal

No.	Nama Variabel	Definisi	Cara Ukur	Alat Ukur	Hasil Ukur	Skala
	terkait proses diet (Perubahan Berat badan sebelum dan sesudah menonton TikTok diet)	status gizi responden dengan metode IMT (sebelum dan sesudah diet)	kuisisioner Tinggi badan, BB sebelum, dan BB sesudah		<ul style="list-style-type: none"> 1. kurus 2. Kurus 3. Normal 4. Gemuk (Overweight) 5. Obesitas Peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 2 Tahun 2020 tentang standar antropometri anak dan Peraturan Menteri Kesehatan RI nomor 4 Tahun 2014 tentang pedoman gizi seimbang	
5.	Lama waktu	Lama waktu responden melakukan diet	Pengisian kuisisioner berapa lama melakukan diet (bulan)	Kuisisioner	<ul style="list-style-type: none"> 1. 1 bulan 2. 2 bulan 3. 3 bulan 4. Lainnya 	Ordinal
6.	Keberhasilan diet	Keberhasilan responden melakukan diet	Pengisian kuisisioner	Kuisisioner	<ul style="list-style-type: none"> 1. berhasil 2. Tidak 	Nominal