

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis dan Desain Penelitian

Jenis penelitian yang dilakukan adalah deskriptif, penelitian ini menggunakan desain penelitian cross sectional yakni untuk mengambil variabel dengan menggunakan uji statistika untuk mengetahui hubungan pengetahuan gizi dengan pola makan pada siswa-siswi X-12 di SMAN 1 Kejayan, Kabupaten Pasuruan.

1. Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian ini dilakukan pada:

1. Waktu : Dilakukan pada bulan Januari tahun 2024
2. Tempat : Penelitian ini dilaksanakan pada SMAN 1 Kejayan, Kabupaten Pasuruan

2. Variabe Penelitian

1. Variabel bebas

Variabel bebas dalam penelitian ini adalah pengetahuan gizi

2. Variabel terikat

Variabel terikat dalam penelitian ini adalah pola makan

B. Populasi dan Sampel Penelitian

1. Populasi

Populasi yang diambil dalam penelitian ini adalah remaja SMAN 1 Kejayan sebanyak 1200 siswa-siswi

2. Sampel

Sample yang diambil dalam penelitian ini adalah siswa-siswi kelas X-12 di SMAN 1 Kejayan dengan sebanyak 30 siswa-siswi.

a. Kriteria Inklusi

1. Responden merupakan siswa-siswi kelas X-12
2. Responden bersedia mengisi kuesioner
3. Responden berusia 15-18 tahun

b. Kriteria Eksklusi

1. Responden tidak bersedia mengisi kuesioner
2. Responden tidak mengikuti kegiatan dari awal hingga akhir
3. Responden bukan siswa-siswi kelas X-12

C. Definisi Operasional Variabel

Tabel 1. Definisi Operasional Variabel

No	Variabel	Definisi Operasional	Cara Pengukuran	Skala
1.	Pengetahuan	Pengetahuan merupakan ilmu yang kita peroleh secara langsung dan tidak langsung, secara langsung bisa kita peroleh waktu kita disekolah maupun dikampus sedangkan tidak langsung bisa berasal dari informasi, media sosial, ataupun dari buku-buku. Pengetahuan ini menggunakan alat ukur berupa kuesioner	Menggunakan form kuesioner, dan dengan hasil penilaian sebagai berikut: - Baik jika nilainya \geq 76-100 % - Cukup jika nilainya 60 – 75% - Kurang jika nilainya \leq 50 % (Notoadmojo, 2018)	Ordinal

2.	Pola Makan	Pola makan adalah pola konsumsi pangan yang mengatur jumlah dan jenis makanan oleh seseorang atau kelompok dalam waktu tertentu. Pola makan ini menggunakan alat ukur berupa form ffq	<p>Menggunakan form FFQ, dengan mengukur keragaman konsumsi pangan. Semakin tinggi skor konsumsi pangan maka semakin beragam makanan yang dikonsumsi dan sebaliknya</p> <ul style="list-style-type: none"> - Beragam : >skor rata-rata seluruh sampel - Tidak beragam : < skor rata-rata seluruh sampel <p><i>(Anggraeni, 2014)</i></p>	Ordinal
3.	Obesitas	Obesitas yaitu keadaan dimana memiliki berat badan yang lebih berat dibandingkan berat idealnya, disebabkan oleh penimbunan lemak yang berlebihan. Pada obesitas ini menggunakan alat ukur berupa kuesioner yang berisi antropometri	<p>Menggunakan form kuesioner, dengan ketentuan IMT/U sebagai berikut:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Gizi buruk = < - 3 SD - Gizi kurang = - 3 SD sd < - 2 SD - Gizi baik = - 2 SD sd + 1 SD - Gizi lebih = + 1 SD sd + 2 SD - Obesitas = > + 2 SD <p>sumber: Permenkes No. 2 Tahun 2020</p>	Ordinal

D. Instrument Penelitian

1. Form pengetahuan

Kuesioner tingkat pengetahuan ini untuk mengetahui seberapa besar pengaruh tingkat pengetahuan pada gizi yang terjadi pada remaja. Terdapat 10 butir pertanyaan untuk mengetahui tingkat pengetahuan terhadap gizi dengan menggunakan kuesioner.

Rumus yang di gunakan untuk mengukur presentase dari jawaban yang di dapat dari kuesioner menurut Notoadmojo (2018) yaitu :

$$\text{Persentase} = \frac{\text{Jumlah nilai yang benar}}{\text{Jumlah soal}} \times 100\%$$

Notoadmojo (2018) membuat kategori tingkat pengetahuan seseorang menjadi tiga tingkatan yang didasarkan pada nilai persentase yaitu sebagai berikut.

- a. Tingkat pengetahuan kategori Baik jika nilainya $\geq 76 - 100\%$.
- b. Tingkat pengetahuan kategori Cukup jika nilainya $60 - 75\%$.
- c. Tingkat pengetahuan kategori Kurang jika nilainya $\leq 50\%$.

2. Form antropometri

Instrument yang digunakan untuk mengetahui IMT/U remaja ini dengan menggunakan form kuesioner yang berisi berat badan dan tinggi badan saat ini. menyebutkan sebagi berikut:

Tabel 2 Indeks Massa Tubuh

Indeks	Kategori Status Gizi	Ambang Batas (Z-Score)
Umur (IMT/U) anak usia 5-18 tahun	Gizi buruk (<i>severely thinness</i>)	< - 3 SD
	Gizi kurang (<i>thinness</i>)	- 3 SD sd < - 2 SD
	Gizi baik (<i>normal</i>)	- 2 SD sd + 1 SD
	Gizi lebih (<i>overweight</i>)	+ 1 SD sd + 2 SD
	Obesitas (<i>obese</i>)	> + 2 SD

Sumber: Permenkes No. 2 Tahun 2020

3. Form FFQ

Instrument yang digunakan untuk mengetahui keberagaman pangan ini dengan menggunakan form ffq yang berisi nama bahan makanan (makanan pokok, lauk hewani, kacang-kacangan, sayur-sayuran, buah-buahan, susu dan hasil olahan, makanan/snack, softdrink, suplemen/jamu), frekuensi konsumsi.

- a. Sering sekali dikonsumsi >1x/hari skor (50)
- b. Sering dikonsumsi = 1x/hari skor (25)
- c. Biasa dikonsumsi = 4-6x/minggu skor (15)
- d. Kadang-kadang dikonsumsi = 1-3x/minggu skor (10)
- e. Jarang dikonsumsi = 2x/bulan skor (1)
- f. Tidak pernah dikonsumsi = tidak pernah skor (0)

Sumber: Suhardjo (1989:155)

Kemudian skor yang didapat di rata-rata dengan rumus dibawah ini

$$Rata-rata = \frac{Jumlah\ seluruh\ skor}{Jumlah\ responden/sampel}$$

Skor rata-rata individu sample dibandingkan dengan skor rata-rata seluruh sampel, kemudian dikategorikan menurut (Anggraeni, 2014) yaitu:

- a. Beragam : > skor rata-rata seluruh sampel
- b. Tidak beragam : < skor rata-rata seluruh sampel

E. Metode Pengumpulan Data

a. Pengetahuan Gizi

Data pengetahuan gizi dengan cara mengedarkan kuesioner yang berisi tentang pengetahuan gizi, kemudian sisiwi memilih jawaban yang menurut mereka benar. Metode pengumpulan data ini dengan cara menghitung jumlah total benarnya lalu menghitungnya dengan rumus yang ada.

b. Pola Makan

Data pola makan diperoleh dengan cara mengedarkan kuesioner form FFQ yang berisi jenis makanan, dan frekuensi. Metode pengumpulan data dengan mengukur keragaman Semakin tinggi skor konsumsi pangan maka semakin beragam makanan yang dikonsumsi dan sebaliknya

c. Data antropometri

Data antropometri berisi tentang identitas responden seperti nama, asal sekolah, tinggi badan, berat badan dengan cara mengedarkan kuesioner. Metode pengumpulan data dengan cara menggunakan IMT/U .

F. Metode Pengolahan, Penyajian dan Analisis Data

1. Metode Pengolahan

a. Data Pengetahuan Gizi

Data pengetahuan gizi ini berisi tentang seputar pengetahuan terhadap gizi, dan disajikan dengan menggunakan form.

b. Data Pola Makan

Data pola makan adalah gambaran informasi jenis bahan makanan yang dikonsumsi sehari-hari menggunakan form FFQ.

c. Data Karakteristik Responden

Data mengenai karakteristik responden meliputi identitas remaja seperti nama, asal sekolah, tinggi badan, berat badan. Karakteristik disajikan dalam bentuk deskriptif.

2. Penyajian Data

Penyajian data yang diperoleh dan sudah diolah ditabulasi dalam bentuk master tabel.

1. *Editing*

Peneliti terlebih dahulu mengecek data dari data hasil lembar form ffq apakah sudah diisi sesuai dan benar

2. *Coding*

Peneliti melakukan perubahan data dalam bentuk kode pada data yang didapat. Tujuannya untuk mempermudah penelitian pada saat melakukan analisis data atau pemindahan data

3. *Tabulating*

Tabulasi data merupakan proses mengklasifikasi data menurut kriteria tertentu, dengan cara membuat tabel-tabel data sesuai tujuan penelitian atau yang diinginkan peneliti

4. *Entery Data*

Peneliti melakukan pemindahan atau memasukkan data (processing) dengan cara melakukan pemindahan data pengetahuan gizi, pola makan, status gizi ke dalam program computer

5. *Cleaning Data*

Jika semua data dari setiap responden telah selesai dimasukkan, perlu dilakukan pengecekan kembali untuk melihat kemungkinan adanya kesalahan kode atau data yang tidak lengkap, kemungkinan

adanya kesalahan kode atau data yang tidak lengkap, kemudian melakukan koreksi. Proses ini disebut pembersihan data (*data cleaning*)

3. Analisis Data

Data yang telah didapat akan dianalisa menggunakan uji statistika dengan menggunakan Chi-Square yaitu untuk mengetahui apakah ada hubungan pengetahuan gizi dengan pola makan pada siswa-siswi kelas X-12 di SMAN 1 Kejayan, dengan uji hipotesis sebagai berikut:

- a. H_0 = Hipotesis yang memberikan gambaran terdapat ketiadaan hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat.
- b. H_1 = Hipotesis yang memberikan gambaran terdapat adanya hubungan antara variabel bebas.