

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis dan Desain Penelitian

Penelitian ini merupakan jenis penelitian analitik dengan desain pendekatan *cross sectional study* yaitu suatu pendekatan yang sifatnya sesaat pada suatu waktu dan tidak diikuti terus menerus dalam kurun waktu tertentu (Mudjur, A, 2011). Kegiatan yang dilakukan meliputi pengumpulan data terhadap variabel dependen dan independen akan dikumpulkan dalam waktu bersamaan.

B. Waktu dan Tempat Penelitian

1. Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan selama lima hari yaitu pada bulan Desember pada tahun 2023.

2. Tempat Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di (MBI) Madrasah Bertaraf Internasional Amanatul Ummah yang berada di Jl. Tirtowening No. 2 Kembang, Belor, Kembangbelor, Kec. Pacet, Kabupaten Mojokerto, Jawa Timur.

C. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi dalam penelitian ini merupakan pelajar Madrasah Bertaraf Internasional (MBI) Amanatul Ummah yang berjumlah 19 sampel dengan status gizi *Overweight*.

2. Sampel

Dalam penelitian ini dipilih sebagai sampel penelitian adalah pelajar Madrasah Bertaraf Internasional (MBI) Amanatul Ummah dengan kriteria sebagai berikut:

- 1) Berumur 15-19 tahun
- 2) Bersedia menjadi responden
- 3) Tidak dalam keadaan sakit kronis yang dapat menyebabkan perubahan berat badan
- 4) Tidak sedang mengonsumsi obat-obatan, herbal, maupun suplemen yang dapat menaikkan atau menurunkan berat badan

3. Teknik Sampling

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

4. Besar Sampel

Pengambilan sampel dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan rumus penentuan sampel dari Sugiyono (2017),

D. Variabel Penelitian

1. Variabel Dependen

Variabel dependen pada skripsi ini adalah kejadian *Overweight* pada remaja.

2. Variabel Independen

Variabel independen pada skripsi ini adalah konsumsi *Fast food* yang menjurus kepada asupan lemak dan serat.

E. Definisi Operasional Variabel

No	Variabel	Definisi	Cara Ukur	Alat Ukur	Hasil Ukur	Skala Ukur
1	Kejadian <i>Overweight</i>	Kelebihan berat badan yang terjadi pada remaja yang diukur dengan IMT.	Mengukur tinggi badan dan menimbang berat badan	Microtoise dan Timbangan digital	<ul style="list-style-type: none"> • Overweight dengan risiko 23 – 24,9 • Obes I apabila 25 – 29,9 • Obes II apabila ≥ 30 	Rasio
2	Konsumsi <i>Fast food</i>	Frekuensi konsumsi <i>Fast food</i> yang dimakan oleh para remaja. Jenis dan frekuensi <i>Fast food</i> yaitu <i>western Fast food</i> dan <i>traditional Fast food</i> .	Wawancara	Kuesioner (SQ-FFQ) untuk mengetahui -i jenis <i>Fast food</i> yang dikonsumsi	Frekuensi <ul style="list-style-type: none"> • Sering : $\geq 3x/minggu$ • Jarang : $< 3x/minggu$ (Kemenkes RI, 2012) 	Rasio
3	Asupan Serat dan Lemak	Frekuensi konsumsi <i>Fast food</i> yang dimakan oleh para remaja. Jenis dan frekuensi <i>Fast food</i> yaitu <i>western Fast food</i> dan <i>traditional Fast food</i>		Kuesioner (SQ-FFQ) untuk mengetahui -i jenis Serat dan Lemak yang dikonsumsi	<ul style="list-style-type: none"> • Sering : $\geq 3x/minggu$ • Jarang : $< 3x/minggu$ (Kemenkes RI, 2012) 	Rasio

Tabel 3 Definisi Operasional Variabel

F. Instrumen Penelitian

1. Timbangan digital
2. Microtoise
3. Kuesioner SQ FFQ
4. *Inform Consent* (Lembar Persetujuan)
5. Penjelasan Sebelum Persetujuan Penelitian (PSP)

G. Metode Pengumpulan Data

1. Data Primer

- a. Data identitas responden yang meliputi nama, usia, dan jenis kelamin. diperoleh dari wawancara dan alat bantu kuesioner.
- b. Data status gizi diperoleh melalui pengukuran antropometri Berat Badan (BB) dan Tinggi Badan (TB) secara langsung dengan menggunakan alat bantu microtoise dan timbangan digital yang kemudian dihitung Indeks Massa Tubuh (IMT) responden guna untuk memperkirakan obesitas serta berkolerasi tinggi dengan massa lemak tubuh.
- c. Data frekuensi konsumsi *Fast food* diperoleh melalui wawancara dengan menggunakan alat bantu kuesioner SQ-FFQ untuk mengetahui asupan serat dan lemak.

2. Data Sekunder

Data sekunder meliputi keadaan umum lokasi penelitian.

H. Teknik Pengolahan, Analisis, dan Penyajian Data

1. Teknik analisis data

a. Analisis univariat

Analisis univariat adalah analisis yang dilakukan untuk menggambarkan karakteristik masing-masing variabel penelitian yang disajikan secara deskriptif dalam tabel distribusi frekuensi dan persentase masing-masing kelompok. Variabel yang disajikan dalam deskriptif ini meliputi frekuensi konsumsi *Fast food*.

b. Analisis bivariat

Analisis bivariat dilakukan untuk mengetahui interaksi dua variabel yaitu hubungan tiap variabel independen dan variabel dependen yang diuji dengan uji statistik *wilcoxon*.

2. Data Identitas Responden

Data identitas responden (usia, jenis kelamin, tinggi badan, dan berat badan) disajikan dalam bentuk tabel dan dianalisis secara deskriptif.

3. Data Status Gizi

Data status gizi terolah setelah pengukuran antropometri kemudian data terolah dengan mencari IMT responden dengan menggunakan skala data ordinal dengan klasifikasi (WHO, 2000) :

Kategori	IMT
Kelebihan berat badan (overweight) dengan resiko	23 – 24,9
Obesitas I	25 – 29,9
Obesitas II	>30

Tabel 4 **Klasifikasi Berat Badan Lebih dan Overweight**

4. Data Frekuensi Konsumsi *Fast food*

Data frekuensi konsumsi *Fast food* diperoleh melalui wawancara dengan menggunakan metode semi *quantitative food frequency*.

5. Data Frekuensi Asupan Lemak

Frekuensi asupan lemak diperoleh melalui wawancara menggunakan metode (SQ-FFQ) *Semi quantitative food frequency*.

6. Data Frekuensi Asupan Serat

Data frekuensi konsumsi asupan serat diperoleh melalui wawancara dengan menggunakan metode semi *quantitative food frequency*.