

### BAB III

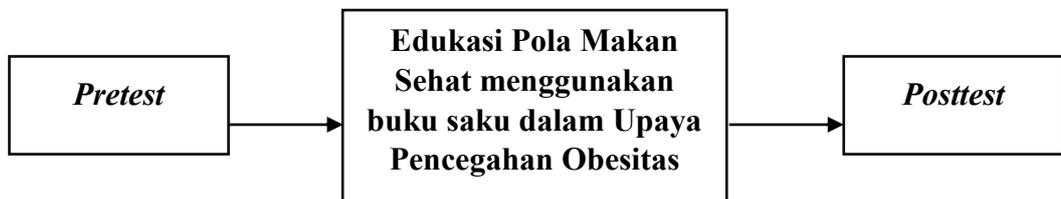
#### METODE PENELITIAN

##### A. Jenis dan Desain Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan jenis penelitian *Pre Eksperimen*. Dengan menggunakan desain penelitian *One Group, Pretest dan Posttest design* untuk mengetahui pengaruh intervensi yang dilakukan. Desain penelitian ini yaitu melakukan satu kali pengukuran didepan (*pretest*) sebelum adanya perlakuan (*treatment*) dan setelah itu dilakukan pengukuran lagi (*posttest*).

Adapun desain penelitian dapat dilihat sebagai berikut :

O1- - - - -X- - - - -O2



Keterangan :

O1 : Pretest sebelum dilakukan perlakuan

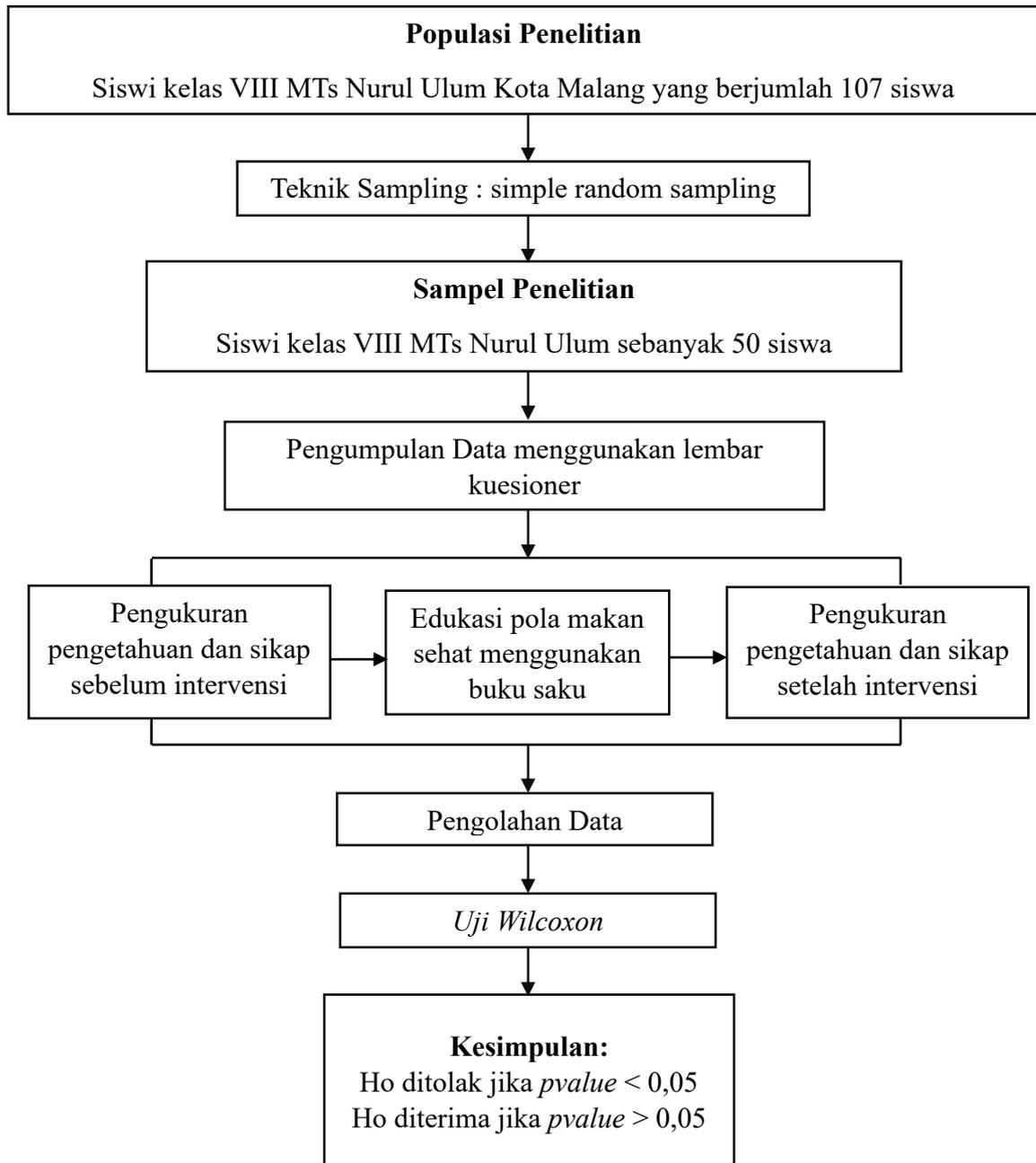
X : Perlakuan edukasi pola makan sehat menggunakan buku saku

O2 :Posttest setelah dilakukan perlakuan

##### B. Kerangka Operasional

Kerangka operasional adalah penjelasan tentang variabel-variabel apa saja yang diturunkan dari konsep-konsep terpilih, dan bagaimana hubungan diantara variable-variabel tersebut, serta hal-hal apa saja yang dijadikan indikator untuk mengukur variable-variabel yang bersangkutan.

Kerangka operasional yang digunakan adalah sebagai berikut



Gambar 3. 1 Kerangka Operasional

### C. Populasi, Sampling, dan Sampel

#### 1. Populasi

Populasi adalah setiap subjek yang diteliti berdasarkan tujuan yang ingin dicapai maka yang menjadi populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa perempuan kelas VIIIA - VIIIF MTs Nurul Ulum Kota Malang sebanyak 107 siswa.

#### 2. Teknik Sampling

Dalam penelitian ini menggunakan metode pengambilan sampel *probability sampling* dengan teknik *simple random sampling*. Teknik random sampling yang digunakan oleh peneliti adalah dengan cara pengambilan sampel secara acak sederhana melalui sistem undian atau lotre.

Dalam menentukan jumlah sampel dalam penelitian ini menggunakan rumus Slovin. Berikut merupakan rumus slovin:

$$n = \frac{N}{1 + Ne^2}$$

Keterangan :

n : ukuran sampel

N : ukuran populasi

e : persen kelonggaran ketidaktelitian karena penarikan sampel yang masih dapat ditolerir (1%, 5%, 10%, dst)

Berdasarkan jumlah populasi yang ada yaitu 107 siswa dengan tingkat kelonggaran yang digunakan adalah 10%, maka sampel penelitian diketahui dengan perhitungan sebagai berikut:

$$n = \frac{N}{1 + Ne^2}$$

$$n = \frac{107}{1 + 107 (0,1)^2}$$

$$n = \frac{107}{2,07} = 51,6$$

### 3. Sampel

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi. Dari hasil perhitungan menggunakan rumus slovin diatas, maka sampel penelitian ini adalah 52 sampel. Pada saat penelitian, 2 subjek penelitian tereliminasi oleh kriteria eksklusi sehingga sampel penelitian menjadi 50 sampel.

#### a. Kriteria Inklusi

- 1) Merupakan siswa Perempuan kelas VIII MTs Nurul Ulum Kota Malang.
- 2) Siswi yang hadir dan bersedia menjadi responden dengan mengisi dan menandatangani informed consent.

#### b. Kriteria Eksklusi

- 1) Siswi yang mengundurkan diri pada saat penelitian
- 2) Siswi yang tidak hadir saat penelitian

### **D. Waktu dan Tempat**

Penelitian dilaksanakan pada bulan Mei 2024. Tempat penelitian dilakukan di MTs Nurul Ulum Kota Malang.

### **E. Variabel Penelitian**

Variable penelitian adalah yang menjadi aspek fokus penelitian. Adapun variabel penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Variabel bebas (independent) dalam penelitian ini adalah pemberian edukasi pola makan sehat menggunakan buku saku dalam upaya pencegahan obesitas.
2. Variabel terikat (dependen) dalam penelitian ini adalah pengetahuan dan sikap siswi MTs Nurul Ulum terhadap pencegahan obesitas.

## F. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Tabel 3. 1 Definisi Operasional Variabel Penelitian

No.	Variabel	Definisi	Alat Ukur	Hasil Ukur	Skala Data
1.	Edukasi pola makan sehat menggunakan media buku saku.	Penyampaian informasi kesehatan tentang pola makan sehat dalam upaya pencegahan obesitas dengan media buku saku yang berukuran kecil meliputi pengertian, penyebab, dampak obesitas dan pencegahan obesitas.	-	-	-
2.	Pengetahuan siswa-siswi MTs Nurul Ulum Kota Malang dalam upaya pencegahan obesitas	Kemampuan responden menjawab pertanyaan yang diberikan melalui kuesioner sebelum dan sesudah diberi perlakuan tentang upaya pencegahan obesitas	Kuesioner	Nilai pengetahuan: Benar : 1 Salah : 0  Kategori: Baik (76-100%) Cukup (56-75%) Kurang (< 56%)	Ordinal
3.	Sikap siswa-siswi MTs Nurul Ulum Kota Malang dalam upaya pencegahan obesitas.	Kemampuan responden untuk memberikan tanggapan terhadap kuesioner sebelum dan sesudah diberi perlakuan.	Kuesioner skala likert	<b>Pernyataan positif</b> Sangat Setuju : 5 Setuju : 4 Ragu-Ragu : 3 Tidak Setuju : 2 Sangat Tidak Setuju : 1  <b>Pernyataan negatif</b> Sangat Setuju : 1 Setuju : 2 Ragu-Ragu : 3 Tidak Setuju : 4 Sangat Tidak Setuju : 5  <b>Kategori sikap:</b> Sikap positif $T > \text{mean } T$ Sikap negatif $T < \text{mean } T$	Ordinal

## **G. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data**

### **1. Jenis Data**

#### **a. Data primer**

Berupa data yang diambil secara langsung oleh peneliti dengan cara penyebaran kuesioner, seperti data identitas responden yang meliputi nama, usia, berat badan, tinggi badan, serta data pengetahuan dan sikap.

#### **b. Data sekunder**

Data sekunder dalam penelitian ini diperoleh dan dikumpulkan oleh peneliti untuk pemenuhan kebutuhan data berupa skrining UKS di SMP/MTs di wilayah kerja Puskesmas Ciptmulyo.

### **2. Teknik Pengumpulan Data**

#### **a. Wawancara**

Wawancara dilakukan pada saat melakukan studi pendahuluan kepada oleh peneliti kepada petugas promosi kesehatan di Puskesmas Ciptomulyo dan kepada ustadzah MTs Nurul Ulum.

#### **b. Pengukuran Indeks Massa Tubuh (IMT)**

Untuk memperoleh data status gizi siswi dilakukan pengukuran Indeks Massa Tubuh (IMT) dengan mengukur berat badan dan tinggi badan.

#### **c. Kuesioner**

Kuesioner pretest posttest diberikan peneliti kepada responden penelitian berupa pertanyaan tentang pencegahan obesitas dengan pola makan sehat

sebanyak 10 pertanyaan tentang pengetahuan dan 10 pernyataan tentang sikap.

## **H. Instrumen dan Bahan Penelitian**

### **3. Instrumen Penelitian**

Dalam penelitian ini alat ukur atau instrument yang digunakan oleh peneliti adalah lembar kuesioner untuk mengukur pengetahuan dan kuesioner dengan skala likert untuk mengukur sikap. Kuesioner berupa lembaran yang akan diberikan dan diisi sebagai *pretest* atau sebelum diberikan edukasi dan *posttest* atau sesudah diberikan edukasi.

### **4. Bahan Penelitian**

Bahan penelitian yang digunakan adalah media buku saku yang memuat materi tentang pengertian obesitas, cara pengukuran, klasifikasi obesitas, penyebab obesitas, dampak obesitas, dan pencegahan obesitas. Media buku saku ini sudah melalui uji layak media oleh ahli media dan dinyatakan layak digunakan. Bukti terlampir.

## **I. Uji Validitas dan Reliabilitas**

### **1. Uji Validitas**

Uji validitas digunakan untuk mengukur sah atau valid tidaknya suatu kuesioner. Uji validitas dilakukan kepada 30 siswa kelas VIII MTsN 3 Trenggalek. Menurut Sugiyono (2018), hasil penelitian yang valid bila terdapat kesamaan antara data yang terkumpul dengan data yang sesungguhnya terjadi pada obyek yang diteliti. Instrumen yang valid berarti alat ukur yang digunakan untuk mendapatkan data (mengukur) itu valid.

Kuesioner dikatakan valid apabila nilai  $r$  hitung  $>$   $r$  tabel. Berikut hasil uji validitas kuesioner pengetahuan dan sikap:

a. Pengetahuan

Tabel 3. 2 Uji Validitas Kuesioner Pengetahuan

Soal	$r$ hitung $>$ 0,361	Sig. $<$ 0,05	Interpretasi
1.	0,552	0,002	Valid
2.	0,598	0,001	Valid
3.	0,302	0,004	Valid
4.	0,390	0,033	Valid
5.	0,637	0,000	Valid
6.	0,419	0,010	Valid
7.	0,528	0,003	Valid
8.	0,528	0,003	Valid
9.	0,528	0,003	Valid
10.	0,452	0,012	Valid

b. Sikap

Tabel 3. 3 Uji Validitas Kuesioner Sikap

Soal	$r$ hitung $>$ 0,361	Sig. $<$ 0,05	Interpretasi
1.	0,541	0,004	Valid
2.	0,434	0,017	Valid
3.	0,436	0,016	Valid
4.	0,580	0,000	Valid
5.	0,482	0,007	Valid
6.	0,364	0,048	Valid
7.	0,467	0,009	Valid
8.	0,480	0,007	Valid
9.	0,408	0,025	Valid
10.	0,567	0,001	Valid

2. Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas adalah alat untuk mengukur suatu kuesioner yang merupakan indikator dari variabel atau konstruk. Suatu kuesioner dikatakan reliabel atau

handal jika jawaban responden terhadap pertanyaan adalah konsisten atau stabil dari waktu ke waktu. Uji reliabilitas dapat dilakukan secara bersama-sama terhadap seluruh butir pertanyaan. Jika nilai Alpha Cronbach  $> 0,6$  disimpulkan soal kuesioner tersebut reliabel. Berikut hasil uji reliabilitas kuesioner pengetahuan dan sikap:

Tabel 3. 4 Uji Reliabilitas Kuesioner Pengetahuan dan Sikap

No.	Variabel	Cronbach's Alpha	Kriteria
1.	Pengetahuan	0,748	Reliabel
2.	Sikap	0,644	Reliabel

Berdasarkan tabel diatas, kuesioner pengetahuan dan sikap telah lulus uji reliabel dan dikatakan reliabel sehingga bisa digunakan untuk pengambilan data.

## J. Prosedur Penelitian

### 1. Persiapan Penelitian

#### a. Menyusun proposal penelitian

Menyusun proposal penelitian adalah Langkah awal penelitian. Sebelum membuat proposal penelitian, peneliti terlebih dahulu menentukan topik dan permasalahan yang akan dijadikan judul penelitian. Setelah itu judul penelitian akan dikonsultasikan dengan pembimbing. Hasil diskusi antara dosen pembimbing disepakati judul “Pengaruh Edukasi Pola Makan Sehat Menggunakan Buku Saku Terhadap Pengetahuan dan Sikap Dalam Upaya Pencegahan Obesitas Pada Remaja di MTs Nurul Ulum Kota Malang”

#### b. Menentukan tempat penelitian

Dalam penelitian ini, peneliti memilih tempat penelitian di MTs Nurul Ulum Kota Malang

c. Memilih subjek penelitian

Subjek yang diambil dalam penelitian ini berjumlah 50 siswa kelas VIII MTs Nurul Ulum. Subjek penelitian ini dipilih saat melakukan studi pendahuluan dalam penentuan lokasi penelitian.

d. Membuat instrument penelitian

Pembuatan instrumen penelitian berisikan lembar kuesioner untuk mengukur pengetahuan dan kuesioner dengan skala likert untuk mengukur sikap.

e. Mengurus surat ijin penelitian

Dalam mengurus surat ijin penelitian dilakukan setelah proposal penelitian disepakati melalui seminar proposal. Langkah-langkah mengurus surat ijin penelitian diantaranya:

- 1) Mengajukan surat ijin kepada jurusan yang ditujukan kepada puskesmas ciptomulyo dan kepala sekolah MTs Nurul Ulum
- 2) Kemudian surat ijin tersebut diserahkan ke Puskesmas Ciptomulyo
- 3) Surat balasan dari Puskesmas Ciptomulyo diserahkan kepada Dinas Kesehatan Kota Malang
- 4) Surat rekomendasi Dinas Kesehatan diserahkan kepada Puskesmas Ciptomulyo
- 5) Kemudian memberikan surat ijin penelitian kepada kepala sekolah MTs Nurul Ulum

## 2. Tahap Pelaksanaan

### a. Pertemuan Pertama

- 1) Pertemuan pertama dilakukan pada hari Rabu, 08 Mei 2024
- 2) Peneliti memperkenalkan diri dan menjelaskan maksud dan tujuan kepada responden
- 3) Peneliti menjelaskan cara pengisian kuesioner kepada responden
- 4) Responden mengisi lembar *pretest* dengan waktu 15 menit dan dipandu oleh peneliti
- 5) Setelah pengisian *pretest*, peneliti memberikan buku saku pada setiap subjek penelitian.
- 6) Setelah itu peneliti memberikan edukasi pola makan sehat dalam pencegahan obesitas menggunakan buku saku
- 7) Setelah pemberian edukasi, dilanjutkan dengan kegiatan tanya jawab dan *sharing-sharing*.
- 8) Setelah kegiatan tanya jawab selesai, peneliti mereview ulang untuk mengetahui pemahaman responden terhadap edukasi yang diberikan
- 9) Peneliti menutup kegiatan dan memberitahu untuk pertemuan kedua responden diminta untuk mengisi lembar *posttest*

### b. Pertemuan Kedua

- 1) Pertemuan kedua dilaksanakan pada hari Sabtu, 11 Mei 2024
- 2) Peneliti membuka kegiatan
- 3) Peneliti menjelaskan terkait pengisian lembar *posttest*

- 4) Sebelum responden mengisi lembar *posttest*, peneliti mereview kembali materi yang diberikan dipertemuan selanjutnya
- 5) Responden mengisi lembar *posttest* selama 15 menit
- 6) Peneliti mengucapkan terima kasih kepada responden dan menutup kegiatan

### **3. Tahap Penyelesaian**

Data yang telah didapatkan oleh peneliti, selanjutnya dikumpulkan dan dilakukan analisa data untuk mendapatkan keabsahan data. Pada tahap ini peneliti mengumpulkan dan menyusun hasil kuesioner yang kemudia akan disusun berdasarkan prosedur penelitian.

## **K. Manajemen Data**

### **1. Pengolahan Data**

Langkah-langkah pengolahan data secara manual pada umumnya melalui Langkah-langkah sebagai berikut:

#### **a. Penyuntingan data (*Editing*)**

Editing atau penyuntingan adalah pengecekan kembali data yaitu kelengkapan pengisian kuesioner yang telah dikumpulkan untuk mengetahui kesesuaian dan relevansi data yang dikumpulkan untuk bisa diproses lebih lanjut.

#### **b. Pengkodean (*Coding*)**

Coding atau pemberian kode adalah pengklasifikasian jawaban yang diberikan responden sesuai dengan macamnya. Dalam tahap koding biasanya dilakukan pemberian skor dan simbol pada jawaban responden

agar nantinya bisa lebih mempermudah dalam pengolahan data. Terkait hal ini, peneliti memberikan kode atau angka terhadap kelompok variabel yaitu:

1) Data urutan responden

Responden 1 : R1

Dst.

2) Data Usia Siswa

Umur 13 tahun : 1

Umur 14 tahun : 2

Umur 15 tahun : 3

c. Penilaian

1) Pengetahuan

Proses pengukuran dengan menghadapkan seorang responden dengan sebuah pertanyaan, kemudian responden diminta untuk memberikan jawaban. Jika jawaban benar mendapatkan skor 1, dan jawaban salah mendapatkan skor 0. Adapun rumus untuk mengukur presentase pengetahuan sebagai berikut:

$$presentase = \frac{Skor\ perolehan}{Jumlah\ soal} \times 100\%$$

Sehingga skor perolehan dari kategori pengetahuan adalah sebagai berikut:

b) Pengetahuan baik : 76-100%)

c) Pengetahuan cukup : 56 – 75%

d) Pengetahuan kurang : < 56 %

## 2) Sikap

Untuk pengukuran sikap menggunakan *skala likert* dengan 9 soal favorable (positif) dengan kategori SS (Sangat Setuju) = 5, S (Setuju) = 4, RR (Ragu-ragu) = 3, TS (Tidak Setuju) = 2, STS (Sangat Tidak Setuju) = 1 dan 1 soal unfavorable (negative) dengan kategori SS (Sangat Setuju) = 1, S (Setuju) = 2, RR (Ragu-ragu) = 3, TS (Tidak Setuju) = 4, STS (Sangat Tidak Setuju) = 5.

Pada penelitian ini, sikap positif dan negatif menggunakan skor T, yaitu:

$$T = 50 + 10 \left( \frac{x - \bar{x}}{s} \right)^2$$

Keterangan:

$x$  = skor responden pada sikap yang hendak diubah menjadi skor T

$\bar{x}$  = mean skor kelompok

$s$  = deviasi standar skor kelompok

Menentukan skor T mean menggunakan rumus:

$$MT = \frac{\sum T}{n}$$

Keterangan:

$\sum T$  = jumlah rata-rata

$n$  = jumlah responden

Hasil akhir tersebut kemudian dikategorikan sebagai berikut :

a) Sikap positif  $T > \text{mean } T$

b) Sikap negatif  $T < \text{mean } T$

## d. Tabulasi Data

Tabulasi data merupakan proses pengolahan data yang dilakukan dengan cara memasukkan data ke dalam tabel, pengolahan data dalam hal ini berbentuk tabel frekuensi. Tabulasi bertujuan untuk memudahkan dalam Menyusun data, menjumlah, serta penataan data yang kemudian disajikan dan dianalisis.

e. Pembersihan data

Pengecekan Kembali data yang sudah diperoleh dan dimasukkan. Hal ini dilakukan apabila terdapat kesalahan dalam memasukkan data dengan melihat distribusi frekuensi dari variabel-variabel yang sedang diteliti.

2. Analisa Data

Terdapat dua data dalam penelitian ini, diantaranya:

a. Analisis univariat

Analisis univariat adalah analisis yang dilakukan terhadap masing-masing variabel. Analisis ini menghasilkan distribusi frekuensi dan presentase dari setiap variabel yaitu pengetahuan dan sikap siswa-siswi MTs Nurul Ulum.

Analisis univariat dapat dihitung menggunakan rumus yaitu:

$$P = \frac{X}{N} \times 100\%$$

P = Presentase

X = jumlah kejadian pada responden

N = jumlah seluruh responden

b. Analisis Bivariat

Analisis bivariat merupakan analisis untuk menguji hipotesis, yaitu membuktikan ada tidaknya perubahan pengetahuan dan sikap dalam pencegahan obesitas dengan edukasi pola makan sehat. Data dianalisa dengan persamaan pretest dan posttest design. Analisis data kemudian dilanjutkan dengan uji statistic *Wilcoxon* dengan tingkat kemaknaan  $\alpha = 0,05$  dengan hasil  $H_0$  ditolak apabila  $pvalue < \alpha$  dan  $H_0$  diterima apabila  $pvalue > \alpha$ .

### 3. Penyajian Data

Penyajian data merupakan salah satu kegiatan dalam pembuatan laporan hasil penelitian yang telah dilakukan agar dapat dipahami dan dianalisa sesuai dengan tujuan yang diinginkan. Data yang disajikan harus sederhana, jelas agar mudah dibaca. Penyajian data juga dimaksudkan agar para pengamat dengan mudah memahami apa yang kita sajikan untuk selanjutnya dilakukan penilaian atau perbandingan dan lain-lain.

Dalam penelitian ini, penyajian data disajikan dalam bentuk tabel. Tabel adalah kumpulandata yang disusun berdasarkan baris dan kolom. Baris dan kolom ini berfungsi untuk menunjukkan data terkait keduanya.

## L. Etika Penelitian

### 1. Lembar Persetujuan Partisipasi (*Informed Consent*)

Lembar persetujuan ini diberikan kepada responden yang akan diteliti. Peneliti akan menjelaskan maksud serta tujuan yang dilakukan. Jika responden bersedia untuk diteliti maka mereka harus menandatangani lembar persetujuan.

## 2. Tanpa Nama (*Anonymity*)

Untuk menjaga kerahasiaan responden, peneliti tidak mencantumkan nama partisipan pada lembar pengumpulan data, cukup dengan memberikan inisial nama pada lembar tersebut.

## 3. Kerahasiaan (*Confidentiality*)

Kerahasiaan informasi partisipan akan dijamin oleh peneliti. Hanya kelompok tertentu yang akan disajikan atau dilaporkan sebagai hasil riset.

## 4. Kelayakan Etik (*Ethical Clearance*)

Kelayakan etik adalah keterangan tertulis yang akan diberikan oleh komisi etik penelitian untuk riset yang melibatkan makhluk hidup (manusia, hewan, dan tumbuhan) bahwa suatu proposal riset layak dilaksanakan setelah memenuhi persyaratan tertentu. Penelitian yang membutuhkan *ethical clearance* pada dasarnya seluruh penelitian atau riset yang menggunakan manusia sebagai subjek penelitian harus mendapatkan *ethical clearance*.