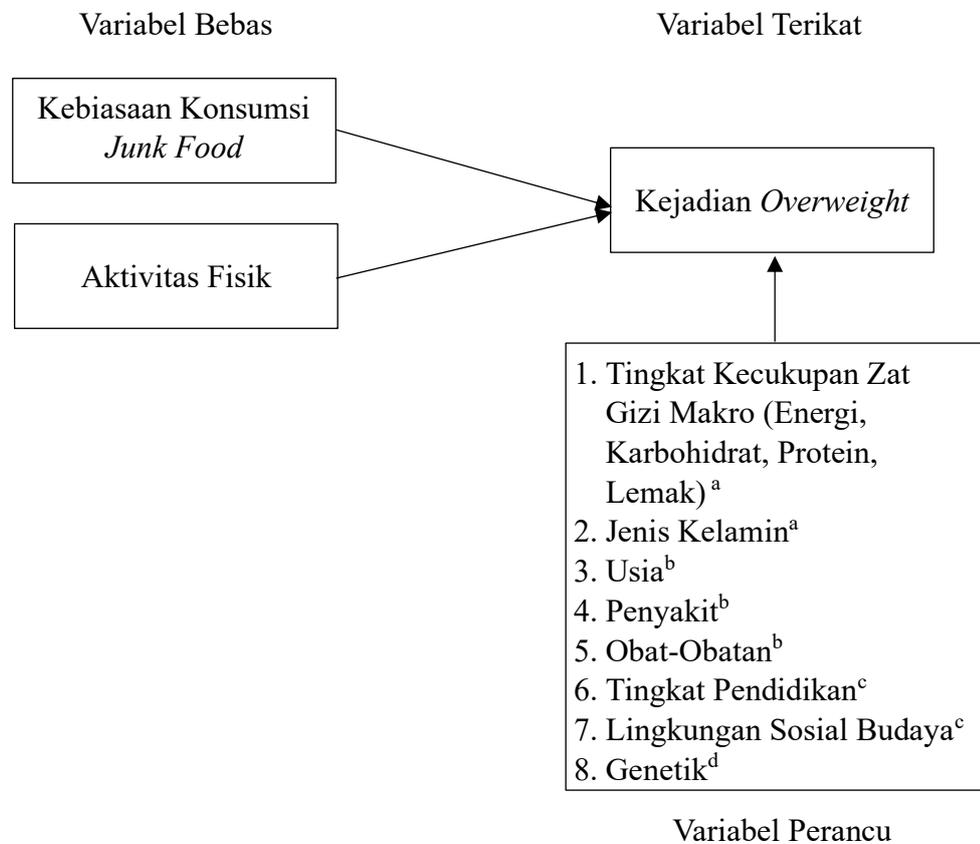


BAB III

METODE PENELITIAN

A. Kerangka Konsep



Gambar 3.1 Kerangka Konsep

Keterangan :

- a. Variabel diteliti dan diduga sebagai variabel perancu dalam penelitian.
- b. Variabel dikendalikan melalui kriteria inklusi.
- c. Variabel tidak diteliti dan dianggap homogen dalam tingkat pendidikan, dan budaya.
- d. Variabel tidak diteliti karena keterbatasan penelitian.

B. Hipotesis

1. H₀ : Tidak ada hubungan kebiasaan konsumsi *junk food* dengan kejadian *overweight* pada remaja.
Ha : Ada hubungan kebiasaan konsumsi *junk food* dengan kejadian *overweight* pada remaja.
2. H₀ : Tidak ada hubungan aktivitas fisik dengan kejadian *overweight* pada remaja.
Ha : Ada hubungan aktivitas fisik dengan kejadian *overweight* pada remaja.
3. H₀ : Tidak ada hubungan antara variabel perancu yaitu tingkat kecukupan zat gizi makro (energi, karbohidrat, protein, lemak) dengan kejadian *overweight* pada remaja.
Ha : Ada hubungan antara variabel perancu yaitu tingkat kecukupan zat gizi makro (energi, karbohidrat, protein, lemak) dengan kejadian *overweight* pada remaja.

C. Variabel dan Definisi Operasional

1. Variabel Penelitian

a. Variabel Bebas

Variabel bebas dalam penelitian ini adalah kebiasaan konsumsi *junk food* dan aktivitas fisik.

b. Variabel Terikat

Variabel terikat dalam penelitian ini adalah kejadian *overweight* pada remaja.

c. Variabel Perancu

Variabel perancu dari penelitian ini adalah tingkat kecukupan zat gizi makro (energi, karbohidrat, protein, lemak).

2. Definisi Operasional

Tabel 3.1
Definisi Operasional

Variabel	Definisi	Alat Ukur	Cara Mengukur	Hasil Ukur	Skala
Variabel Bebas					
Kebiasaan Konsumsi <i>Junk Food</i>	Kebiasaan konsumsi makanan dan minuman yang mengandung gula, tepung, lemak, garam, kalori yang tinggi tetapi sedikit mengandung serat dan vitamin. (Kemenkes, 2023a)	Kuesioner <i>Food Frequency Questionnaire</i> (FFQ)	Wawancara dan Kuesioner	1. Sering : > median skor 2. Jarang : ≤ median skor (Sirajjudin <i>et al.</i> , 2018)	Nominal
Aktivitas Fisik	Penggunaan energi tubuh yang diakibatkan oleh pergerakan anggota tubuh. (WHO, 2022)	Kuesioner <i>Physical Activity Level</i> (PAL)	Kuesioner	1. Aktivitas ringan (1,40 – 1,69 kkal/jam) 2. Aktivitas sedang (1,70 – 1,99 kkal/jam) 3. Aktivitas berat (2,00 – 2,40 kkal/jam) (FAO/WHO/UNU, 2005)	Ordinal
Variabel Terikat					
Kejadian <i>Overweight</i>	Status gizi berdasarkan berat badan dan tinggi badan yang dilihat menggunakan indeks IMT/U. (Kemenkes, 2020)	Timbangan digital dan <i>stadiometer</i>	Pengukuran berat badan dan penimbangan berat badan	1. <i>Overweight</i> (<i>z-score</i> +1 sd +2 SD) 2. Tidak <i>overweight</i> (<i>z-score</i> <+1 SD dan > +2 SD) (Kemenkes, 2020)	Nominal

Variabel	Definisi	Alat Ukur	Cara Mengukur	Hasil Ukur	Skala
Variabel Perancu					
Tingkat Kecukupan Energi	Rata-rata jumlah kecukupan energi dari hasil <i>food recall</i> 3 x 24 jam yang dibandingkan dengan AKG dikali 100% (Kemenkes, 2019)	<i>Food Recall</i> 3 x 24 jam	Wawancara	1. Lebih, jika >100% AKG 2. Baik, jika 80-110% AKG 3. Kurang, jika <80% AKG (WNPG, 2004)	Ordinal
Tingkat Kecukupan Karbohidrat	Rata-rata jumlah kecukupan karbohidrat dari hasil <i>food recall</i> 3 x 24 jam yang dibandingkan dengan AKG dikali 100% (Kemenkes, 2019)	<i>Food Recall</i> 3 x 24 jam	Wawancara	1. Lebih, jika >100% AKG 2. Baik, jika 80-110% AKG 3. Kurang, jika <80% AKG (WNPG, 2004)	Ordinal
Tingkat Kecukupan Protein	Rata-rata jumlah kecukupan protein dari hasil <i>food recall</i> 3 x 24 jam yang dibandingkan dengan AKG dikali 100% (Kemenkes, 2019)	<i>Food Recall</i> 3 x 24 jam	Wawancara	1. Lebih, jika >100% AKG 2. Baik, jika 80-110% AKG 3. Kurang, jika <80% AKG (WNPG, 2004)	Ordinal
Tingkat Kecukupan Lemak	Rata-rata jumlah kecukupan lemak dari hasil <i>food recall</i> 3 x 24 jam yang dibandingkan dengan AKG dikali 100% (Kemenkes, 2019)	<i>Food Recall</i> 3 x 24 jam	Wawancara	1. Lebih, jika >100% AKG 2. Baik, jika 80-110% AKG 3. Kurang, jika <80% AKG (WNPG, 2004)	Ordinal

D. Rancangan/Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan jenis penelitian *cross sectional* yaitu pengambilan data dan analisis seluruh variabel dilakukan pada waktu yang bersamaan.

E. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi pada penelitian ini adalah siswa kelas X dan XI pada SMA 10 Tasikmalaya, kelas XII tidak termasuk populasi dikarenakan memasuki masa penyesuaian untuk melaksanakan ujian sekolah dan kelulusan. Maka populasi dapat dilihat pada Tabel 3.2 dengan jumlah sebagai berikut :

Tabel 3.2
Jumlah Populasi Penelitian

Populasi	Jumlah Siswa (Orang)
Kelas X-1	37
Kelas X-2	38
Kelas X-3	38
Kelas X-4	38
Kelas X-5	38
Kelas X-6	38
Kelas X-7	38
Kelas X-8	36
Kelas X-9	36
Kelas X-10	36
Kelas XI-1	32
Kelas XI-2	36
Kelas XI-3	35
Kelas XI-4	35
Kelas XI-5	36
Kelas XI-6	36
Kelas XI-7	36
Kelas XI-8	36
Kelas XI-9	36
Kelas XI-10	37
Kelas XI-11	36
Kelas XI-12	36
Jumlah	800

2. Sampel

a. Jumlah sampel

Besar sampel dalam penelitian ini dihitung menggunakan rumus Lameshow, diantaranya sebagai berikut:

$$\begin{aligned}
 n &= \frac{NZ^2 1 - \frac{\alpha}{2} p(1-p)}{(N-1)d^2 + Z^2 1 - \frac{\alpha}{2} p(1-p)} \\
 &= \frac{800 \times 3,84 \times 0,5 \times (1-0,5)}{(800-1)(0,05)^2 + (1,96)^2 \times 0,5 \times (1-0,5)} \\
 &= \frac{768}{1,99+0,96} \\
 &= 260
 \end{aligned}$$

Keterangan :

n : Jumlah sampel minimum

N : Jumlah populasi

p : Proporsi sebesar 50% (0,5)

q : 1-p

$Z^2 1 - \frac{\alpha}{2}$: Derajat kemaknaan 95% yaitu 1,96

d : Toleransi kesalahan yang dipilih 5%

Berdasarkan hasil perhitungan sampel diperoleh jumlah sampel sebanyak 260 orang, kemudian dilakukan penambahan 10% untukantisipasi *non response*, maka total sampel yang diperoleh menjadi sebanyak 286 orang.

b. Pengambilan Sampel

Pengambilan sampel dilakukan menggunakan teknik *proportional random sampling*, dimana masing-masing sampel dari setiap kelas diambil secara berimbang sesuai dengan jumlah populasi yang dipilih secara acak menggunakan aplikasi *random picker* untuk mendapatkan nama-nama siswa yang akan menjadi responden. Perhitungan pengambilan sampel dalam populasi menggunakan rumus sebagai berikut :

$$n_i = \frac{n}{N} \times \text{jumlah sampel}$$

keterangan :

n_i = jumlah sampel tiap kelas

n = jumlah siswa tiap kelas

N = jumlah populasi

Tabel 3.3
Tabel Distribusi Sampel

Populasi	Jumlah Sampel (Orang)
Kelas X-1	$\frac{37}{800} \times 286=13$
Kelas X-2	$\frac{38}{800} \times 286=13$
Kelas X-3	$\frac{38}{800} \times 286=13$
Kelas X-4	$\frac{38}{800} \times 286=14$
Kelas X-5	$\frac{38}{800} \times 286=14$
Kelas X-6	$\frac{38}{800} \times 286=14$
Kelas X-7	$\frac{38}{800} \times 286=14$
Kelas X-8	$\frac{36}{800} \times 286=13$

Populasi	Jumlah Sampel (Orang)
Kelas X-9	$\frac{36}{800} \times 286=13$
Kelas X-10	$\frac{36}{800} \times 286=13$
Kelas XI-1	$\frac{32}{800} \times 286=11$
Kelas XI-2	$\frac{36}{800} \times 286=13$
Kelas XI-3	$\frac{35}{800} \times 286=12$
Kelas XI-4	$\frac{35}{800} \times 286=12$
Kelas XI-5	$\frac{36}{800} \times 286=13$
Kelas XI-6	$\frac{36}{800} \times 286=13$
Kelas XI-7	$\frac{36}{800} \times 286=13$
Kelas XI-8	$\frac{36}{800} \times 286=13$
Kelas XI-9	$\frac{36}{800} \times 286=13$
Kelas XI-10	$\frac{37}{800} \times 286=13$
Kelas XI-11	$\frac{36}{800} \times 286=13$
Kelas XI-12	$\frac{36}{800} \times 286=13$
Total	286

Adapun kriteria inklusi dan eksklusi pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah :

1) Kriteria Inklusi

- a) Usia 16-18 tahun.
- b) Tidak mengonsumsi suplemen penambah berat badan, penurun berat badan, dan tidak mengonsumsi obat-obatan lainnya yang mempunyai efek samping menambah berat badan (antidepresan, steroid, antihipertensi, dan antipsikotik).

- c) Responden tidak memiliki penyakit diabetes mellitus, penyakit jantung, hipertensi dan arthritis.
 - d) Responden tidak sedang puasa.
 - e) Bersedia menjadi responden penelitian.
- 2) Kriteria Eksklusi
- a) Tidak dapat berkomunikasi dengan baik.
 - b) Responden yang mengalami patah kaki, cedera, atau yang tidak memungkinkan untuk berdiri.

F. Instrumen Penelitian

Beberapa instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Formulir identitas responden

Formulir ini berisikan pertanyaan untuk mengetahui identitas responden saat wawancara.

2. Formulir penyaring responden

Formulir ini berisikan pertanyaan untuk mengetahui umur responden, apakah responden sedang mengonsumsi suplemen penambah berat badan atau penurunan berat badan, konsumsi obat, keadaan sehat, tidak berpuasa, mengalami patah kaki atau tidak bisa berdiri, disabilitas anggota gerak, dan tidak bisa berbicara dengan baik.

3. Timbangan digital merk Omron dengan ketelitian 0.1 kg dan kapasitas 150 kg.

4. Stadiometer merk Metritis dengan ketelitian 0.1 cm dan kapasitas ukur 200 cm.
5. Aplikasi WHO *AntroPlus*.
6. Buku foto makanan.
7. *Nutrisurvey*
8. Formulir kuesioner *Food Frequency Questionnaire* (FFQ)

Formulir FFQ dalam penelitian ini berupa mengukur frekuensi kebiasaan responden terhadap makanan dan minuman yang sering dikonsumsi dalam waktu tertentu (hari, minggu atau bulan). FFQ dilakukan dengan memberi tanda pada formulir oleh responden. Sebelum melakukan wawancara, dilakukan survei pasar terlebih dahulu untuk mengetahui makanan yang biasa dikonsumsi oleh responden.

9. Formulir kuesioner *Physical Activity Level* (PAL)

PAL direkomendasikan oleh FAO/WHO/UNU (2005) mengenai aktivitas fisik yang berisi jenis kegiatan dan waktu yang dilakukan selama 24 jam. Pengukuran kuesioner PAL dilakukan 2 x 24 jam yaitu satu hari *weekday* dan satu hari *weekend* yang dilakukan secara tidak berturut-turut. Penilaian aktivitas fisik dilakukan dengan mengkalikan terlebih dahulu antara nilai *Physical Activity Ratio* (PAR) dan durasi kegiatan dalam menit sesuai dengan berdasarkan pedoman. Selanjutnya, keseluruhan kegiatan aktivitas fisik dihitung nilai skor dan dikelompokkan berdasarkan kategori aktivitas fisik.

Metode *Physical Activity Level* (PAL) dengan tujuan menilai kegiatan sehari-hari dan waktu yang digunakan untuk melakukan aktivitas fisik. Kuesioner ini memperkecil bias pada peneliti, karena dapat diisi oleh responden. Dalam penelitian Magdalena *et al.*, (2021) menyatakan bahwa pengukuran aktivitas fisik hasil yang lebih valid sebaiknya dilakukan menggunakan pengamatan langsung dan menggunakan alat ukur waktu.

10. Formulir *food recall* 24 jam

Formulir *food recall* dalam penelitian ini berupa jenis-jenis makanan dan minuman yang dikonsumsi responden selama 24 jam yang dibantu menggunakan buku foto makanan. *Food Recall* dilakukan 3 x 24 jam yaitu dua hari *weekday* dan satu hari *weekend* yang dilakukan secara tidak berturut-turut dan dilakukan langsung kepada responden untuk mengetahui tingkat kecukupan energi, karbohidrat, protein dan lemak.

G. Prosedur Penelitian

1. Tahap Awal

- a. Melakukan survei awal ke Dinas Kesehatan Kota Tasikmalaya untuk mendapatkan data kasus gizi remaja di wilayah Kota Tasikmalaya dan meminta izin untuk melaksanakan penelitian.
- b. Melakukan survei awal untuk mendapatkan data kasus *overweight* remaja ke Puskesmas Mangkubumi dan meminta izin untuk melaksanakan penelitian.
- c. Melakukan studi literatur dan mengumpulkan bahan kepustakaan yang berkaitan dengan penelitian sebagai referensi.

- d. Mengurus *ethical clearance* yang diajukan ke Poltekkes Kemenkes Mataram.

2. Tahap Persiapan

- a. Membuat surat izin penelitian dari pihak Universitas Siliwangi yang kemudian diteruskan ke Dinas Kesehatan Kota Tasikmalaya.
- b. Surat izin survei awal pengambilan data diberikan ke Dinas Pendidikan Tasikmalaya.
- c. Memberikan surat izin kepada SMA Negeri 10 Tasikmalaya yang sudah terpilih menjadi lokasi penelitian.
- d. Membuat kesepakatan dengan pihak sekolah untuk hari pelaksanaan penelitian.
- e. Mencetak pernyataan persetujuan menjadi responden penelitian, formulir penyaring responden, identitas responden, FFQ, PAL, dan *Food Recall* 3x24 jam.
- f. Melakukan pengisian *informed consent* kepada responden dan wawancara kepada responden.

3. Tahap Pelaksanaan

- a. Pengukuran Kejadian *Overweight*
 - 1) Pengukuran tinggi badan
 - a) Pengukuran dilakukan dengan pengulangan sebanyak tiga kali, untuk memastikan keakuratan hasil pengukuran.
 - b) Persiapkan stadiometer dengan di tempatkan pada tempat yang datar, rata dan keras.

- c) Posisikan responden yang akan diukur dengan posisi berdiri di atas papan alas stadiometer.
 - d) Ketika pengukuran dilakukan pastikan responden tidak menggunakan alas kaki, lengan berada di samping tubuh dengan posisi bahu datar, kepala, pantat dan tumit bersentuhan lurus dengan tiang ukur.
 - e) Geser papan stadiometer ke bagian ujung kepala responden.
 - f) Lihat hasil pengukuran yang ditunjukkan pada jarum yang ada di *head slider*, kemudian catat hasil pengukurannya.
- 2) Pengukuran berat badan
- a) Memastikan responden tidak mengantongi barang-barang seperti *handphone* dan tidak menggunakan aksesoris seperti jam tangan, karena dapat mempengaruhi hasil pengukuran.
 - b) Menggunakan pakaian seminimal mungkin.
 - c) Membuka alas kaki.
 - d) Pastikan timbangan sudah menyala.
 - e) Persilahkan responden naik.
 - f) Posisi badan responden tegak, pandangan ke depan, tidak bergerak, dan posisi kaki ditengah tidak menutupi kaca jendela baca.
 - g) Tunggu angka dijendela baca sampai tidak berubah, lihat hasil dan catat angkanya.

3) Perhitungan IMT/U skor *Z-score*

- a) Pemasukan data berupa tanggal pengukuran ke dalam aplikasi WHO *AnthroPlus*.
- b) Pemasukkan data usia berdasarkan tanggal, bulan, dan tahun lahir responden ke dalam aplikasi WHO *AnthroPlus*.
- c) Pemasukkan data jenis kelamin ke dalam aplikasi WHO *AnthroPlus*.
- d) Pemasukan data hasil antropometri pada aplikasi WHO *AnthroPlus*.
- e) Kemudian akan muncul hasil analisis status gizi dari setiap responden dengan melihat angka standar deviasi.
- f) Hasil tersebut dibandingkan dengan Peraturan Menteri Kesehatan Tahun 2020.

b. Pengumpulan Data Kebiasaan Konsumsi *Junk Food* dengan Kuesioner FFQ

- 1) Penentuan *food list* FFQ di lihat dari hasil studi pendahuluan berdasarkan hasil *recall* dan survei pasar.
- 2) Tenaga pelaksana: peneliti dibantu oleh delapan orang mahasiswa semester delapan Prodi Gizi FIK Universitas Siliwangi.
- 3) Prosedur pelaksanaan FFQ
 - a) Responden diwawancarai mengenai frekuensi konsumsi jenis makanan yang ingin diketahui.
 - b) Menjumlahkan semua skor konsumsi pangan responden.

- c) Interpretasi skor didasarkan pada nilai rerata skor konsumsi pangan pada populasi.
- 4) Prosedur Pengolahan Data
 - a) Total skor masing-masing konsumsi makanan *junk food* dijumlahkan dan ditulis pada baris paling bawah sesuai frekuensi yang dikonsumsi.
 - b) Keseluruhan total di analisis menggunakan uji normalitas *kolmogorov-spirnov* (>30 responden) dengan SPSS.
 - c) Nilai signifikansi $<0,05$ maka data penelitian tidak berdistribusi normal.
 - c. Pengumpulan Data Aktivitas Fisik dengan Kuesioner PAL
 - 1) Tenaga pelaksana: peneliti dibantu oleh delapan orang mahasiswa semester delapan Prodi Gizi FIK Universitas Siliwangi.
 - 2) Prosedur pelaksanaan:
 - a) Responden diwawancarai mengenai aktivitas fisik yang dilakukan selama 2 x 24 jam (1 *weekday* yaitu hari Rabu dan 1 *weekend* yaitu hari Senin untuk melihat aktivitas fisik yang dilakukan hari Minggu).
 - b) Enumerator mencatat durasi aktivitas fisik yang dilakukan responden selama 24 jam.
 - c) Melakukan skoring sehingga mendapatkan hasil aktivitas fisik responden yang sesuai dengan ketentuan kategori.

d. Pengumpulan Data Tingkat Kecukupan Zat Gizi Mikro (Energi, Karbohidrat, Protein dan Lemak) dengan Menggunakan Metode *Food Recall* 3 x 24 jam.

1) Tenaga pelaksana: peneliti dibantu oleh delapan orang mahasiswa semester delapan Prodi Gizi FIK Universitas Siliwangi.

2) Prosedur pelaksanaan:

a) Pelaksanaan wawancara *food recall* dilakukan di sekolah pada saat jam istirahat atau pada jam pembelajaran kosong yang disesuaikan dengan jadwal di sekolah.

b) Responden diwawancarai mengenai makanan yang di konsumsi selama 3 x 24 jam (2 hari *weekday* dan satu hari *weekend*, dilakukan pada hari Senin untuk *recall* pada saat hari Minggu, hari Rabu untuk *recall* hari Selasa dan hari Jumat untuk *recall* hari Kamis).

c) Peneliti mencatat jenis dan jumlah makanan yang dikonsumsi dalam URT.

d) Konversi ukuran porsi yang dikonsumsi responden ke dalam ukuran berat (gram) dengan di bantu oleh buku foto makanan.

e) Peneliti menanyakan kembali semua jawaban responden.

f) *Entry* data ke dalam nurtisurvey untuk memperoleh tingkat kecukupan energi, karbohidrat, protein dan lemak responden.

- g) Menghitung rata-rata tingkat kecukupan harian energi, karbohidrat, protein dan lemak responden.
- e. Peneliti mengolah dan menganalisis data yang telah didapatkan.

H. Pengolahan dan Analisis Data

1. Pengolahan Data

a. Editing (Pemeriksaan Data)

Seluruh kuesioner yang telah diisi oleh responden diperiksa dengan teliti. Kegiatan ini dilakukan dengan mengecek identitas dan memeriksa kembali data yang telah dimasukkan dalam kuesioner apakah data sudah benar jelas dan lengkap. Apabila terdapat kekeliruan segera diperbaiki sehingga tidak mengganggu pengolahan data.

b. Skoring

Tahap ini dilakukan pemberian nilai untuk jawaban responden. Dihitung dengan cara dijumlahkan kemudian disesuaikan dengan kategori dan klasifikasi yang telah dibuat.

1) Kebiasaan Konsumsi *Junk food*

Kebiasaan konsumsi *junk food* dilihat dari skor FFQ responden yang disajikan dalam Tabel 3.4 sebagai berikut :

Tabel 3.4
Skoring Kebiasaan Konsumsi *Junk Food*

Frekuensi Konsumsi	Skor
>3 kali/ hari	50
1 kali/hari	25
3-6 kali/minggu	15
1-2 kali/minggu	10
2 kali sebulan	5
Tidak pernah	0

Sumber : Sirajjudin *et al.*, (2018)

2) Aktivitas Fisik

Pemberian skor aktivitas fisik menggunakan pedoman penilaian dari kuesioner PAL yang disajikan dalam Tabel 3.5 sebagai berikut:

Tabel 3.5
Skoring Aktivitas Fisik Berdasarkan PAL

Kategori	Nilai PAL (kkal/jam)
Aktivitas fisik ringan	1,40 – 1,69
Aktivitas fisik sedang	1,70 – 1,99
Aktivitas fisik berat	2,00 – 2,40

Sumber : FAO/WHO/UNU (2005)

3) Tingkat Kecukupan Zat Gizi Makro

Tabel 3.6
Angka Kecukupan Gizi Remaja 16-18 Tahun

	Perempuan	Laki-Laki
Energi	2100	2650 kkal
Karbohidrat	300	400 gram
Protein	65	75 gram
Lemak	70	85 gram

Sumber : Kemenkes (2019)

Skoring untuk tingkat kecukupan zat gizi makro sebagai berikut:

Tabel 3.7
Skoring Tingkat Kecukupan Zat Gizi Makro

Variabel	Kategori	Acuan
Tingkat Kecukupan energi	Lebih Baik Kurang	>110% AKG 80-110% AKG <80% AKG
Tingkat Kecukupan karbohidrat	Lebih Baik Kurang	>110% AKG 80-110% AKG <80% AKG
Tingkat Kecukupan protein	Lebih Baik Kurang	>110% AKG 80-110% AKG <80% AKG
Tingkat Kecukupan lemak	Lebih Baik Kurang	>110% AKG 80-110% AKG <80% AKG

Sumber : WNPG (2004)

4) Kejadian *Overweight*

Pada variabel kejadian *overweight* terdapat dua klasifikasi yaitu *overweight* dan tidak *overweight*. Setelah tahap perhitungan menggunakan WHO *Anthroplus*, maka akan didapatkan hasil skoring untuk kejadian *overweight* yang mengacu pada pedoman Peraturan Menteri Kesehatan Tahun 2020 sebagai berikut :

Tabel 3.8
Skoring Kejadian *Overweight*

Nilai	Kategori
$Z\text{-score (IMT/U) } +1 \text{ SD s.d } +2 \text{ SD}$	<i>Overweight</i>
$Z\text{-score (IMT/U) } <+1 \text{ SD dan } >+2 \text{ SD}$	Tidak <i>Overweight</i>

Sumber : Kemenkes (2020)

c. *Coding* (Pengkodean)

Pengkodean data bertujuan untuk mempercepat proses *entry* data dan mempermudah proses analisis data. Pengkodean dilakukan

pada masing-masing data yang ada pada kuesioner dan setelah responden mengisi kuesioner yang diberikan. Semua data yang telah dikategorikan selanjutnya diberi kode sebagai berikut :

Tabel 3.9
Pemberian Kode

Variabel	Kategori	Kode
Kejadian <i>Overweight</i>	<i>Overweight</i>	1
	Tidak <i>Overweight</i>	2
Kebiasaan Konsumsi <i>Junk Food</i>	Sering	1
	Jarang	2
Aktivitas Fisik	Ringan	1
	Sedang	2
Tingkat Kecukupan Energi	Berat	3
	Lebih	1
	Baik	2
Tingkat Kecukupan Karbohidrat	Kurang	3
	Lebih	1
	Baik	2
Tingkat Kecukupan Protein	Kurang	3
	Lebih	1
	Baik	2
Tingkat Kecukupan Lemak	Kurang	3
	Lebih	1
	Baik	2

d. *Entry Data* (Memasukkan Data)

Semua data dari setiap variabel di masukkan ke dalam program SPSS untuk dilakukan analisis.

e. *Cleaning* (Membersihkan Data)

Pemeriksaan kembali data yang sudah di masukkan, untuk memastikan data tersebut tepat dan agar tidak ditemukan kesalahan dalam *entry data*.

2. Teknik Analisis Data

a. Analisis Univariat

Analisis univariat dilakukan untuk mendeskripsikan distribusi frekuensi atau proporsi dan karakteristik masing-masing variabel menggunakan aplikasi SPSS. Analisis univariat akan dilakukan pada variabel bebas (kebiasaan konsumsi *junk food* dan aktivitas fisik), variabel terikat (kejadian *overweight*) dan variabel pengganggu (tingkat kecukupan zat gizi makro).

b. Analisis Bivariat

Analisis bivariat dilakukan untuk mengetahui hubungan antara variabel yaitu variabel bebas, variabel perancu dan variabel terikat yang diasumsikan memiliki hubungan. Hubungan antara variabel dilakukan uji *Chi-square*. Uji *Chi-square* adalah suatu metode pengujian untuk menentukan apakah ada hubungan yang signifikan antara variabel. Uji statistik dapat dikatakan bermakna jika $p \leq 0,05$ yang artinya terdapat korelasi yang bermakna antara variabel.

Tabel 3.10
Uji yang digunakan

Variabel Bebas	Variabel Terikat	Uji yang Digunakan
Kebiasaan Konsumsi <i>Junk Food</i>	Kejadian <i>Overweight</i>	<i>Continuity Correction</i>
Aktivitas Fisik	Kejadian <i>Overweight</i>	<i>Pearson Chi-Square</i>
Tingkat Kecukupan Energi	Kejadian <i>Overweight</i>	<i>Pearson Chi-Square</i>
Tingkat Kecukupan Karbohidrat	Kejadian <i>Overweight</i>	<i>Pearson Chi-Square</i>
Tingkat Kecukupan Protein	Kejadian <i>Overweight</i>	<i>Pearson Chi-Square</i>
Tingkat Kecukupan Lemak	Kejadian <i>Overweight</i>	<i>Pearson Chi-Square</i>

Tahap selanjutnya, untuk mengetahui besarnya risiko dari variabel kebiasaan konsumsi *junk food* terhadap kejadian *overweight* dilihat dari nilai *Odds Ratio* (OR). Interpretasi nilai OR terdapat beberapa hal yang perlu diperhatikan yaitu :

1. Jika nilai OR = 1, bukan faktor risiko terjadinya efek
2. Jika nilai OR >1, faktor risiko terjadinya efek
3. Jika nilai OR <1, faktor protektif terjadinya efek

c. Multivariat

Analisis multivariat digunakan untuk melihat peran masing-masing variabel bebas termasuk variabel perancu dengan kejadian variabel terikat. Pengolahan data multivariat pada penelitian ini menggunakan pemodelan regresi logistik. Pada pemodelan ini dilakukan juga perhitungan nilai *adjusted odds ratio* (*aOR*), untuk mengetahui risiko dari kebiasaan konsumsi *junk food* setelah memperhitungkan keterlibatan dari variabel perancu. Variabel yang memiliki *aOR* terbesar merupakan variabel yang paling dominan terhadap variabel terikat.

Variabel perancu yang masuk ke dalam model multivariat, sebelumnya diseleksi menggunakan analisis bivariat menggunakan variabel terikat . Variabel yang mendapatkan $p < 0,25$ dimasukkan ke dalam model yang selanjutnya dianalisis secara bersamaan. Variabel dikatakan valid jika memiliki nilai $p \leq 0,05$, dan variabel dengan nilai $p > 0,05$ dikeluarkan secara bertahap dimulai dari variabel dengan nilai

p terbesar. Selanjutnya didapatkan model akhir dari hasil analisis multivariat.