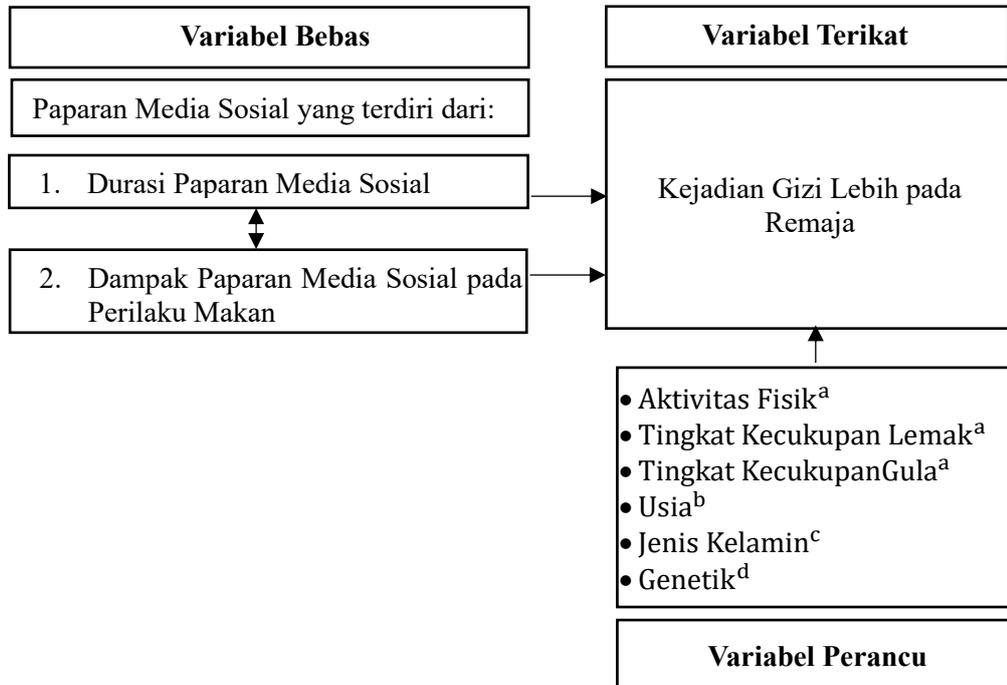


## BAB III

### METODE PENELITIAN

#### A. Kerangka Konsep



Gambar 3. 1 Kerangka Konsep Penelitian

Keterangan:

- Variabel akan diteliti dalam penelitian ini
- Variabel dikendalikan melalui kriteria inklusi penelitian
- Variabel dikendalikan melalui teknik *matching*
- Variabel tidak diteliti karena keterbatasan peneliti

#### B. Hipotesis Penelitian

1. Ha : Terdapat hubungan antara durasi paparan media sosial dengan kejadian gizi lebih pada remaja di SMA Negeri 2 Ciamis Tahun 2024

Ho : Tidak terdapat hubungan antara durasi paparan media sosial dengan kejadian gizi lebih pada remaja di SMA Negeri 2 Ciamis Tahun 2024

2. Ha : Terdapat hubungan antara dampak paparan media sosial pada perilaku makan dengan kejadian gizi lebih pada remaja di SMA Negeri 2 Ciamis Tahun 2024  
Ho : Tidak terdapat hubungan antara dampak paparan media sosial pada perilaku makan dengan kejadian gizi lebih pada remaja di SMA Negeri 2 Ciamis Tahun 2024
3. Ha : Terdapat hubungan antara aktivitas fisik dengan kejadian gizi lebih pada remaja di SMA Negeri 2 Ciamis Tahun 2024  
Ho : Tidak terdapat hubungan antara aktivitas fisik dengan kejadian gizi lebih pada remaja di SMA Negeri 2 Ciamis Tahun 2024
4. Ha : Terdapat hubungan antara tingkat kecukupan lemak dengan kejadian gizi lebih pada remaja di SMA Negeri 2 Ciamis Tahun 2024  
Ho : Tidak terdapat hubungan antara tingkat kecukupan lemak dengan kejadian gizi lebih pada remaja di SMAN 2 Ciamis Tahun 2024
5. Ha : Terdapat hubungan antara tingkat kecukupan gula dengan kejadian gizi lebih pada remaja di SMA Negeri 2 Ciamis Tahun 2024  
Ho : Tidak terdapat hubungan antara tingkat kecukupan gula dengan kejadian gizi lebih pada remaja di SMA Negeri 2 Ciamis Tahun 2024

## C. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional

### 1. Variabel Penelitian

#### a. Variabel Bebas

Variabel bebas dalam penelitian ini yaitu paparan media sosial yang terdiri dari durasi paparan media sosial dan dampak paparan media sosial pada perilaku makan.

#### b. Variabel Terikat

Variabel terikat dalam penelitian ini yaitu kejadian gizi lebih pada remaja.

#### c. Variabel Perancu

Variabel perancu dalam penelitian ini yaitu aktivitas fisik, tingkat kecukupan lemak, tingkat kecukupan gula, usia, jenis kelamin, serta genetik. Variabel aktivitas fisik, tingkat kecukupan lemak, dan tingkat kecukupan gula akan diteliti dalam penelitian ini, variabel usia akan dikendalikan melalui kriteria inklusi penelitian yaitu responden berada dalam rentang usia 16-18 tahun, variabel jenis kelamin akan dikendalikan melalui teknik *matching*, dan variabel genetik tidak diteliti karena keterbatasan peneliti.

### 2. Definisi Operasional

Definisi operasional untuk masing-masing variabel dapat dilihat pada Tabel 3.1.

Tabel 3. 1  
Definisi Operasional

Variabel	Definisi	Cara dan Alat Ukur	Hasil Ukur	Skala
<b>Variabel Bebas</b>				
Durasi Paparan Media Sosial	Rata-rata lama waktu remaja terpapar media sosial dalam 1 hari <i>weekday</i> dan 1 hari <i>weekend</i> yang dibandingkan dengan ketentuan dari <i>American Academy of Child and Adolescent Psychiatry</i>	Pengisian kuesioner durasi paparan media sosial 2x24 jam dengan alat bantu fitur kesehatan digital & kontrol orang tua/ durasi layar melalui wawancara oleh peneliti dan enumerator kepada responden	0 = Tinggi (>2 jam/hari) 1 = Rendah ( $\leq 2$ jam/hari) (Chassiakos <i>et al.</i> , 2016)	Nominal
Dampak Paparan Media Sosial pada Perilaku Makan	Dampak paparan informasi/ konten makanan dan minuman di media sosial pada perilaku remaja dalam mengonsumsi makanan yang dapat mengubah asupan makan remaja	Pengisian kuesioner <i>The Scale of Effects of Social Media on Eating Behaviour</i> (SESMEB) secara mandiri oleh responden	0 = Tinggi (total skor $\geq mean$ ) 1 = Rendah (total skor < $mean$ ) (Keser <i>et al.</i> , 2020)	Nominal
<b>Variabel Terikat</b>				
Kejadian Gizi Lebih pada Remaja	Kondisi kelebihan berat badan berdasarkan hasil antropometri dalam nilai <i>z-score</i> indeks IMT/U	Laporan hasil penjarangan status gizi berdasarkan data dari UPTD Puskesmas Ciamis dan hasil validasi ulang oleh peneliti menggunakan: 1. Timbangan injak digital 2. Stadiometer 3. Aplikasi <i>WHO AnthroPlus</i>	0 = Gizi lebih (nilai <i>z-score</i> IMT/U > +1 SD) 1 = Tidak gizi lebih (nilai <i>z-score</i> IMT/U $\leq$ +1 SD) (Kemenkes RI, 2020)	Nominal
<b>Variabel Perancu</b>				
Aktivitas Fisik	Aktivitas fisik berupa gerakan tubuh yang dilakukan remaja selama tujuh hari terakhir	Pengisian kuesioner <i>Physical Activity Questionnaire for Adolescent</i> (PAQ-A)	0 = Rendah (jika skor akhir $\leq 3$ )	Nominal

Variabel	Definisi	Cara dan Alat Ukur	Hasil Ukur	Skala
		secara mandiri oleh responden	1 = Tinggi (jika skor akhir > 3) (Kowalski <i>et al.</i> , 2004)	
Tingkat Kecukupan Lemak	Rata-rata asupan lemak per hari yang berasal dari konsumsi makanan yang mengandung lemak dan dibandingkan dengan AKG dikali 100%	Pengisian lembar <i>Semi Quantitative Food Frequency Questionnaire</i> (SQ-FFQ) melalui wawancara oleh peneliti dan enumerator kepada responden	0 = Lebih (jika asupan >110% dari AKG) 1 = Tidak lebih (jika asupan ≤110% dari AKG) (Hardinsyah <i>et al.</i> , 2012)	Nominal
Tingkat Kecukupan Gula	Rata-rata asupan gula per hari yang berasal dari konsumsi bahan makanan dan minuman yang mengandung gula dan dibandingkan dengan AKG	Pengisian lembar <i>Semi Quantitative Food Frequency Questionnaire</i> (SQ-FFQ) melalui wawancara oleh peneliti dan enumerator kepada responden	0 = Lebih (jika asupan > 50 g/hari) 1 = Tidak lebih (jika asupan ≤ 50 g/hari) (Kemenkes RI, 2013a)	Nominal

#### D. Rancangan/Desain Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain jenis penelitian studi analitik observasional menggunakan pendekatan *case control*. Pendekatan *case control* digunakan dalam penelitian ini karena pendekatan *case control* menekankan pada masalah gizi atau kejadian penyakit yang sudah ditentukan terlebih dahulu untuk dilakukan analisis terkait penyebab atau paparan yang berhubungan dengan kejadian penyakit secara retrospektif (Syapitri *et al.*, 2021).

## E. Populasi dan Sampel

### 1. Populasi

Populasi dalam penelitian ini adalah siswa/i kelas XI di SMAN 2 Ciamis yang berjumlah 430 orang. Populasi kelas XI terdiri dari 7 kelas MIPA dan 5 kelas IPS dengan masing-masing kelas berjumlah 35-36 orang. Alasan peneliti memilih siswa/i kelas XI sebagai populasi penelitian dikarenakan data penjarangan hasil penilaian status gizi dari Dinas Kesehatan Kabupaten Ciamis dan UPTD Puskesmas Ciamis untuk remaja SMA/MA/SMK pada tahun 2023 baru dilakukan pada remaja kelas X.

#### a. Populasi Kasus

Populasi kasus dalam penelitian ini terdiri dari 74 orang siswa/i kelas XI yang mengalami gizi lebih (*gemuk/overweight* dan obesitas) berdasarkan data dari UPTD Puskesmas Ciamis pada tahun 2023 dan hasil validasi ulang peneliti.

#### b. Populasi Kontrol

Populasi kontrol terdiri dari seluruh siswa/i kelas XI yang tidak mengalami gizi lebih (gizi baik dan gizi kurang) yaitu sebanyak 356 orang berdasarkan data dari UPTD Puskesmas Ciamis tahun 2023 dan hasil validasi ulang peneliti.

### 2. Sampel

#### a. Jumlah Sampel

Penentuan jumlah sampel dalam penelitian ini yaitu melalui *total sampling*. Teknik *total sampling* yang dimaksud yaitu total

populasi kelompok kasus kejadian gizi lebih pada remaja yang terdiri dari 74 kasus. Teknik *total sampling* digunakan dalam penelitian ini karena jumlah populasi kasus <100 orang sehingga seluruh populasi kasus dijadikan sebagai sampel penelitian (Sugiyono, 2019). Perbandingan 1 : 1 digunakan untuk masing-masing kelompok kasus dan kontrol sehingga kelompok kontrol yang digunakan adalah 74 kontrol. Total keseluruhan sampel yang dibutuhkan dalam penelitian ini adalah 148 orang.

b. Teknik Pengambilan Sampel

1) Kelompok Kasus

Teknik pengambilan sampel untuk kelompok kasus yaitu melalui teknik *total sampling* dengan mengambil seluruh siswa/i yang mengalami gizi lebih sebagai sampel penelitian. Jumlah sampel kelompok kasus yaitu sebanyak 74 kasus.

2) Kelompok Kontrol

Teknik pengambilan sampel untuk kelompok kontrol yaitu melalui teknik *matching* berdasarkan kelas dan jenis kelamin yang sama antara kelompok kasus dan kontrol. Setiap kelompok kasus akan dipasangkan dengan kelompok kontrol sesuai dengan jumlah sampel pada kelompok kasus, sehingga total sampel untuk kelompok kontrol terdiri dari 74 kontrol. Distribusi jumlah sampel penelitian disajikan dalam Tabel 3.2.

Tabel 3. 2  
Distribusi Jumlah Sampel Penelitian dari Masing-Masing Kelas

No	Kelas	Jenis Kelamin	Kelompok Kasus	Kelompok Kontrol
1	XI MIPA 1	Laki-laki	4	4
		Perempuan	2	2
2	XI MIPA 2	Laki-laki	4	4
		Perempuan	8	8
3	XI MIPA 3	Laki-laki	3	3
		Perempuan	2	2
4	XI MIPA 4	Laki-laki	2	2
		Perempuan	5	5
5	XI MIPA 5	Laki-laki	6	6
		Perempuan	3	3
6	XI MIPA 6	Laki-laki	4	4
		Perempuan	3	3
7	XI MIPA 7	Laki-laki	3	3
		Perempuan	4	4
8	XI IPS 1	Laki-laki	0	0
		Perempuan	3	3
9	XI IPS 2	Laki-laki	3	3
		Perempuan	2	2
10	XI IPS 3	Laki-laki	2	2
		Perempuan	2	2
11	XI IPS 4	Laki-laki	2	2
		Perempuan	3	3
12	XI IPS 5	Laki-laki	3	3
		Perempuan	1	1
Total			74	74

c. Kriteria Inklusi Penelitian

1) Kelompok kasus

- a) Responden merupakan siswa/i kelas XI SMAN 2 Ciamis
- b) Responden berada dalam rentang usia 16-18 tahun
- c) Responden mengalami gizi lebih (*gemuk/overweight* dan obesitas) dengan nilai *z-score*  $> + 1$  SD
- d) Responden memiliki akun media sosial
- e) Responden bersedia untuk turut berpartisipasi dalam proses penelitian

2) Kelompok kontrol

- a) Responden merupakan siswa/i kelas XI SMAN 2 Ciamis
- b) Responden berada dalam rentang usia 16-18 tahun
- c) Responden tidak mengalami gizi lebih (gizi baik dan gizi kurang) dengan nilai  $z\text{-score} \leq +1 \text{ SD}$
- d) Responden memiliki akun media sosial
- e) Responden bersedia untuk turut berpartisipasi dalam proses penelitian

d. Kriteria Eksklusi Penelitian

Kriteria eksklusi untuk kelompok kasus dan kontrol yaitu:

- 1) Responden berada dalam keadaan sakit
- 2) Responden mengalami disabilitas (memiliki gangguan melihat, mendengar, gangguan pada alat gerak tubuh, dan lainnya) sehingga memiliki keterbatasan untuk mengakses media sosial
- 3) Responden sedang melakukan program diet khusus (misalnya menjalani pengaturan pola makan tertentu, mengonsumsi obat-obatan/suplemen penurun atau penambah berat badan, dan lainnya).

## F. Instrumen Penelitian

1. Lembar Penjelasan Sebelum Penelitian (PSP) dan *Informed Consent*

Lembar PSP diberikan kepada responden agar responden mengetahui terkait penelitian yang akan dilakukan, sedangkan *informed*

*consent* yang terdapat tanda tangan responden menjadi bukti bahwa responden bersedia berpartisipasi dalam penelitian.

## 2. Kuesioner Penyaringan Responden

Kuesioner penyaringan responden digunakan untuk melakukan penyaringan terhadap responden yang akan dijadikan sampel penelitian yang terdiri dari kriteria inklusi dan eksklusi responden yang telah ditentukan untuk penelitian.

## 3. Kuesioner Karakteristik Responden

Kuesioner karakteristik responden disajikan dalam bentuk *google form* yang terdiri dari nama, tempat tanggal lahir, jenis kelamin, usia, kelas, no *handphone*, alamat, dan penggunaan media sosial.

## 4. Kuesioner Durasi Paparan Media Sosial

Kuesioner durasi paparan media sosial yang digunakan yaitu modifikasi dari penelitian Knebel *et al.*, (2020) dengan melihat lama waktu paparan media sosial yang diakses oleh responden menggunakan *handphone*, laptop, komputer, dan *smart television* yang digunakan dalam 2x24 jam (1 *weekday* dan 1 *weekend*). Penggunaan waktu 2x24 jam untuk 1 *weekday* dan 1 *weekend* dilakukan secara tidak berturut-turut untuk mengetahui kebiasaan lama waktu responden dalam mengakses media sosial. Pemilihan jenis media sosial yang terdapat pada kuesioner durasi paparan media sosial dibuat berdasarkan hasil studi pendahuluan oleh peneliti terkait jenis media sosial yang sering digunakan oleh responden dalam kehidupan sehari-hari.

#### 5. Fitur Kesehatan Digital & Kontrol Orang Tua/Durasi Layar

Fitur kesehatan digital & kontrol orang tua/durasi layar merupakan fitur yang digunakan untuk melihat lama waktu paparan media sosial melalui penggunaan *handphone*. Fitur kesehatan digital & kontrol orang tua (*Digital Wellbeing & Parental Controls*) tersedia untuk *handphone* dengan jenis Android sedangkan fitur durasi layar (*Screen Time*) tersedia untuk *handphone* dengan jenis iOS. Fitur ini dapat melihat lama waktu paparan media sosial berdasarkan jenis media sosial yang telah digunakan oleh responden.

#### 6. Kuesioner Dampak Paparan Media Sosial pada Perilaku Makan

Kuesioner dampak paparan media sosial pada perilaku makan yang digunakan yaitu kuesioner *The Scale of Effects of Social Media on Eating Behaviour* (SESMEB). Kuesioner SESMEB tergolong valid dan reliabel dengan kualitas psikometri yang dikembangkan oleh Keser *et al* (2020) untuk mengetahui dampak paparan media sosial pada perilaku makan yang dapat memengaruhi asupan makan remaja. Kuesioner ini memiliki 18 pernyataan yang sudah dinyatakan valid dan reliabel dengan nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,928 (Keser *et al.*, 2020). Kuesioner SESMEB telah dilakukan uji validasi bahasa oleh validator dari dosen Program Studi Bahasa Indonesia Universitas Siliwangi dengan hasil menunjukkan bahwa instrumen dapat digunakan dengan revisi yang terdapat pada Lampiran 12.

## 7. Alat Pengukuran Kejadian Gizi Lebih melalui Antropometri

Data kejadian gizi lebih berdasarkan hasil penjarangan status gizi oleh UPTD Puskesmas Ciamis dilakukan validasi ulang oleh peneliti menggunakan:

- a. Timbangan injak digital merek Omron, yaitu untuk mengukur berat badan responden dengan ketelitian 0,1 kg.
- b. Stadiometer merek Metrisis, yaitu untuk mengukur tinggi badan responden dengan ketelitian 0,1 cm.
- c. Lembar pengisian data antropometri, yaitu untuk mencatat hasil pengukuran antropometri dari responden
- d. Aplikasi *WHO AnthroPlus*, yaitu untuk mengetahui hasil perhitungan antropometri berdasarkan *z-score* dari IMT/U.

## 8. Kuesioner Aktivitas Fisik

Kuesioner aktivitas fisik yang digunakan yaitu kuesioner *Physical Activity Questionnaire for Adolescent (PAQ-A)*. Kuesioner PAQ-A dikembangkan oleh Kowalski *et al.*, (2004) untuk mengetahui aktivitas fisik siswa sekolah menengah atas usia 14-19 tahun secara umum dalam tujuh hari terakhir. Kuesioner PAQ-A tergolong valid dan reliabel, mudah untuk diisi, serta layak digunakan untuk penelitian dengan populasi yang cukup besar (Kowalski *et al.*, 2004). Kuesioner PAQ-A telah dilakukan validasi bahasa oleh validator dari dosen Program Studi Bahasa Indonesia Universitas Siliwangi dengan hasil validasi menunjukkan bahwa instrumen dapat digunakan dengan revisi (Lampiran 12).

9. Alat Pengukuran Tingkat Kecukupan Lemak dan Gula melalui *Semi Food Frequency Questionnaire* (SQ-FFQ)
  - a. Lembar *Semi Food Frequency Questionnaire* (SQ-FFQ), yaitu untuk menggambarkan estimasi konsumsi harian responden dalam periode satu bulan terakhir (Sirajuddin *et al.*, 2018). Lembar SQ-FFQ dalam penelitian ini digunakan untuk mengetahui estimasi harian dari tingkat kecukupan lemak dan gula responden. Pemilihan jenis bahan makanan dalam lembar SQ-FFQ dibuat berdasarkan hasil studi pendahuluan oleh peneliti melalui hasil *food recall* dan survei pasar terkait jenis bahan makanan dan minuman yang mengandung lemak serta gula yang sering dikonsumsi oleh responden dalam kehidupan sehari-hari.
  - b. Buku foto makanan, digunakan untuk membantu responden dalam mengingat jumlah URT dari jenis bahan makanan yang dikonsumsi oleh responden.
  - c. Aplikasi NutriSurvey, digunakan untuk mengetahui hasil analisis tingkat kecukupan lemak dan gula responden.

## **G. Prosedur Penelitian**

1. Tahap Awal Pra-Penelitian
  - a. Mengajukan permohonan izin survei awal terkait pengumpulan data pra-penelitian ke pihak SBAP Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Siliwangi untuk diproses menuju Badan Kesatuan Bangsa dan Politik, Dinas Kesehatan Kabupaten Ciamis, UPTD Puskesmas Ciamis, serta SMAN 2 Ciamis.

- b. Melakukan survei awal ke Dinas Kesehatan Kabupaten Ciamis, UPTD Puskesmas Ciamis, serta SMAN 2 Ciamis.
- c. Melakukan penyusunan proposal dan instrumen penelitian, serta mengumpulkan studi literatur dan kepustakaan untuk penelitian.

## 2. Tahap Persiapan Penelitian

- a. Mengajukan permohonan persetujuan etik kepada Komisi Etik Penelitian Kesehatan Poltekkes Kemenkes Semarang.
- b. Mengajukan surat izin penelitian kepada Badan Kesatuan Bangsa dan Politik, Dinas Kesehatan Kabupaten Ciamis, UPTD Puskesmas Ciamis, serta SMAN 2 Ciamis.
- c. Menyiapkan instrumen untuk penelitian.
- d. Membentuk tim enumerator dengan syarat mahasiswa Gizi Universitas Siliwangi yang telah lulus mata kuliah Penilaian Konsumsi Pangan dan Penilaian Status Gizi, serta melakukan persamaan persepsi antara peneliti dengan enumerator.
- e. Melakukan validasi ulang data kejadian gizi lebih dari UPTD Puskesmas Ciamis melalui pengukuran antropometri berat badan dan tinggi badan dan dianalisis menggunakan *software WHO AnthroPlus*.

### 1) Pengukuran Berat Badan

Tahapan pengukuran berat badan mengacu pada Fitrianti *et al.*, (2020) yaitu:

#### (a) Persiapan alat

- (1) Meletakkan timbangan pada lantai yang keras dan datar.

- (2) Melakukan kalibrasi dengan menyalakan timbangan dan meletakkan botol mineral dengan berat 3 kg (2 botol ukuran 1,5 liter) pada timbangan.
- (3) Kalibrasi dilakukan sebelum pengukuran berat badan dilakukan dan pastikan hasil kalibrasi timbangan sesuai dengan berat botol yang digunakan.
- (4) Jika hasil kalibrasi tidak sesuai, pastikan lantai dalam kondisi datar, baterai terisi penuh, dan lakukan kalibrasi kembali.

(b) Persiapan responden

- (1) Menjelaskan tahapan penimbangan dan meminta responden melepaskan barang seperti jam tangan, alas kaki, dan lainnya.

(c) Pelaksanaan pengukuran berat badan

- (1) Memastikan timbangan berada pada angka nol.
- (2) Mempersilahkan responden untuk berdiri di tengah timbangan dalam posisi tegak, memandang lurus ke depan, tidak banyak bergerak, serta tidak berpegangan.
- (3) Mencatat hasil penimbangan dengan ketelitian 0,1 kg.
- (4) Meminta responden untuk turun sejenak dari timbangan dan melakukan penimbangan sebanyak dua kali.

## 2) Pengukuran Tinggi Badan

Langkah-langkah pengukuran tinggi badan mengacu pada Sulistyawati, (2019) dan Fitranti *et al.*, (2020) yaitu:

### (a) Persiapan alat

- (1) Persiapkan dan pasang seluruh bagian stadiometer sesuai dengan kode gambar pada bagian bawah alat secara berurutan dimulai dengan pemasangan bagian batang pertama dan kedua serta bagian penunjuk skalanya, batang ketiga dan keempat.
- (2) Pasang bagian penyangga stadiometer dalam posisi tegak lurus pada permukaan lantai yang lurus serta datar.
- (3) Lakukan kalibrasi dengan memastikan stadiometer telah terpasang dengan sempurna. Kalibrasi dilakukan sebelum pelaksanaan pengukuran dan pemasangan *stadiometer* harus diulangi jika hasil pemasangan stadiometer belum sesuai.

### (b) Persiapan responden

- (1) Menjelaskan tahapan pengukuran dan meminta responden untuk melepaskan barang yang dapat memengaruhi pengukuran seperti topi, dan lainnya.

### (c) Pelaksanaan pengukuran tinggi badan

- (1) Meminta responden untuk berdiri di bawah stadiometer dalam posisi tegak lurus, kedua kaki rapat, tumit, betis,

pantat, tulang belikat, dan kepala menempel pada batang stadiometer.

- (2) Memastikan responden memandang lurus ke depan dengan telinga dan ujung mata membentuk sudut  $90^\circ$ .
- (3) Menarik papan penunjuk skala sampai berada tepat di tengah dan menyentuh puncak kepala responden.
- (4) Meminta responden untuk menarik napas dan baca hasil pengukuran dengan posisi mata enumerator sejajar dengan jendela baca pada penunjuk skala dengan ketelitian 0,1 cm.
- (5) Pengukuran dilakukan sebanyak dua kali.

### 3. Tahap Pelaksanaan Penelitian

- a. Pelaksanaan pengambilan data dilakukan dengan cara berkunjung ke masing-masing kelas responden.
- b. Penjelasan dan pengumpulan data terkait lembar penjelasan sebelum penelitian (PSP), *informed consent*, dan kuesioner penyaringan responden.
  - 1) Peneliti dan enumerator memberikan salam, memperkenalkan diri, dan memberikan penjelasan kepada responden terkait penelitian yang akan dilaksanakan.
  - 2) Responden yang bersedia untuk berpartisipasi dalam penelitian akan diminta menandatangani lembar *informed consent* dan mengisi kuesioner penyaringan responden.

- c. Pengisian kuesioner karakteristik responden, dampak paparan media sosial pada perilaku makan, dan aktivitas fisik melalui *google form*.
  - 1) Peneliti dan enumerator menjelaskan tata cara pengisian kuesioner, mempersilahkan responden untuk bertanya jika ada yang tidak dimengerti, serta mendampingi responden selama pengisian kuesioner.
  - 2) Pengisian kuesioner dilakukan secara mandiri oleh responden.
- d. Pengisian kuesioner durasi paparan media sosial melalui wawancara.
  - 1) Pengisian kuesioner dilakukan selama 2x24 jam dengan tidak berturut-turut yaitu untuk 1 hari *weekday* dan 1 hari *weekend*.
  - 2) Peneliti dan enumerator meminta responden untuk membuka pengaturan/setelan pada *handphone* yang digunakan responden.
  - 3) Responden yang memiliki *handphone* dengan jenis Android diminta untuk membuka fitur 'Kesehatan Digital & Kontrol Orang Tua', sedangkan responden dengan *handphone* jenis iOS diminta untuk membuka fitur 'Durasi Layar'.
  - 4) Peneliti dan enumerator menanyakan durasi paparan media sosial responden yang diakses pada hari kemarin berdasarkan hasil durasi yang terdapat pada *handphone*, serta berdasarkan ingatan responden saat mengakses media sosial melalui laptop, komputer, dan *smart television*.
  - 5) Hasil durasi paparan media sosial selama 2x24 jam akan dijumlahkan dan direratakan serta diberikan kategori berdasarkan

ketentuan dari *American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*.

- e. Pengisian lembar *Semi Quantitative Food Frequency Questionnaire* (SQ-FFQ) untuk tingkat kecukupan lemak dan gula melalui wawancara

Tahap pengisian lembar SQ-FFQ mengacu pada Sirajuddin *et al.*, (2018), yaitu:

- 1) Peneliti atau enumerator menanyakan dan mencatat berat URT dari jenis bahan makanan yang biasa dikonsumsi responden dengan alat bantu buku foto makanan dan konversikan dalam satuan gram.
  - 2) Peneliti atau enumerator menanyakan dan mencatat jumlah frekuensi kekerapan konsumsi responden dalam mengonsumsi bahan makanan yang terdapat pada daftar.
  - 3) Frekuensi kekerapan konsumsi responden akan dikonversikan untuk frekuensi perhari dan dikalikan dengan berat URT dalam satuan gram menggunakan aplikasi *Nutrisurvey* untuk memperoleh total estimasi tingkat kecukupan harian responden.
- f. Pemberian Insentif kepada Responden

Peneliti memberikan insentif berupa suvenir kepada responden yang bersedia berpartisipasi dan mengikuti seluruh tahapan penelitian sampai penelitian selesai dilakukan.

## H. Pengolahan dan Analisis Data

### 1. Pengolahan Data

Tahap pengolahan data yaitu suatu rangkaian dari langkah-langkah proses perhitungan data yang telah dikumpulkan menjadi informasi yang diharapkan. Pengolahan data dalam penelitian ini akan diproses dengan bantuan aplikasi *Software Package for Social Science (SPSS)* versi 26. Tahap pengolahan data yang akan dilakukan yaitu:

#### a. *Editting*

Tahap *editing* yaitu proses pemeriksaan seluruh kelengkapan dan kejelasan data dari kuesioner yang telah dikumpulkan. Data yang belum lengkap atau kurang jelas akan ditelusuri kembali dan dikonfirmasi ulang kepada responden. Data yang telah lengkap akan dilakukan perekapan untuk diolah pada tahap selanjutnya.

#### b. *Scoring*

Tahap *scoring* yaitu proses penilaian atau perhitungan terhadap data yang sudah dikumpulkan pada tahap sebelumnya.

#### 1) *Scoring* untuk dampak paparan media sosial pada perilaku makan

*Scoring* untuk dampak paparan media sosial pada perilaku makan terdapat pada Tabel 3.3.

Tabel 3. 3  
*Scoring* Kuesioner SESMEB

No	Jawaban	Skor
1	Tidak Pernah	1
2	Jarang	2
3	Kadang-kadang	3
4	Sering	4
5	Selalu	5

Sumber : Keser *et al.*, (2020)

Total skor dihitung berdasarkan penjumlahan dari skor keseluruhan *item* pernyataan yang terdiri dari 18 pernyataan.

2) *Scoring* untuk aktivitas fisik

*Scoring* untuk aktivitas fisik terdapat pada Tabel 3.4.

Tabel 3. 4  
*Scoring* Kuesioner PAQ-A

No	Pertanyaan	Pilihan Jawaban	Skor	Total Skor
1	Pertanyaan nomor 1 terdapat 17 aktivitas/olahraga	Tidak pernah	1	Total skor dibagi 17
		1-2 kali	2	
		3-4 kali	3	
		5-6 kali	4	
		7 kali atau lebih	5	
2	Pertanyaan pilihan ganda nomor 2-7	Jawaban A	1	Jumlah total skor dari pertanyaan nomor 2-7
		Jawaban B	2	
		Jawaban C	3	
		Jawaban D	4	
		Jawaban E	5	
3	Pertanyaan nomor 8 terdapat 7 hari	Tidak pernah	1	Total skor dibagi 7
		Jarang	2	
		Kadang-kadang	3	
		Sering	4	
		Selalu	5	
4	Pertanyaan nomor 9 (tidak diberikan penilaian)	-	-	Total keseluruhan skor dibagi 8

Sumber: Kowalski *et al.*, (2004)

c. *Coding*

Tahap *coding* yaitu proses pemberian kode pada masing-masing variabel menjadi dalam bentuk angka atau bilangan untuk memudahkan pengolahan dan analisis data saat diproses dalam program komputerisasi statistika. *Coding* yang akan diberikan yaitu disajikan dalam Tabel 3.5.

Tabel 3. 5  
Coding Data Penelitian

Variabel	Kategori	Acuan	Kode
Durasi Paparan Media Sosial	Tinggi	>2 jam/hari	0
	Rendah	≤ 2 jam/hari	1
(Chassiakos <i>et al.</i> , 2016)			
Dampak Paparan Media Sosial pada Perilaku Makan	Tinggi	Total skor ≥ nilai <i>mean</i>	0
	Rendah	Total skor < nilai <i>mean</i>	1
(Keser <i>et al.</i> , 2020)			
Kejadian Gizi Lebih pada Remaja	Gizi Lebih	Nilai <i>z-score</i> > +1 SD	0
	Tidak Gizi Lebih	Nilai <i>z-score</i> ≤ +1 SD	1
(Kemenkes RI, 2020)			
Aktivitas Fisik	Rendah	Skor akhir ≤ 3	0
	Tinggi	Skor akhir > 3	1
(Kowalski <i>et al.</i> , 2004)			
Tingkat Kecukupan Lemak	Lebih	>110% AKG	0
	Tidak Lebih	≤110% AKG	1
(Hardinsyah <i>et al.</i> , 2012)			
Tingkat Kecukupan Gula	Lebih	>50 g/hari	0
	Tidak Lebih	≤50 g/hari	1
(Kemenkes RI, 2013a)			

d. *Entry*

Tahap *entry* yaitu proses memasukkan dan memindahkan data yang telah diolah ke dalam program aplikasi SPSS versi 26 untuk dianalisis lebih lanjut.

e. *Cleaning*

Tahap *cleaning* yaitu proses pembersihan data melalui pemeriksaan kembali terhadap data yang telah dimasukkan ke dalam aplikasi SPSS. Tahap ini bertujuan untuk memastikan bahwa data tersebut terhindar dari adanya kesalahan.

f. *Tabulating*

Proses *tabulating* yaitu proses tabulasi data dari masing-masing variabel untuk menghasilkan informasi yang diharapkan agar dapat dilakukan analisis lebih lanjut.

2. Analisis Data

Analisis data yang akan dilakukan yaitu meliputi analisis univariat, bivariat, dan multivariat menggunakan program aplikasi SPSS versi 26.

a. Analisis Univariat

Analisis univariat yaitu dilakukan untuk menggambarkan karakteristik dari responden serta masing-masing variabel penelitian yang akan diteliti. Analisis univariat akan disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi.

b. Analisis Bivariat

Analisis bivariat yaitu suatu analisis yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dua variabel. Uji statistik yang digunakan adalah uji *chi-square* dengan *p-value* = 0,05 dan tingkat kepercayaan 95%. Uji *chi-square* dapat digunakan untuk mengetahui hubungan antar variabel yang memiliki skala data berbentuk kategorik. Uji statistik dikatakan memiliki hubungan jika *p-value*  $\leq$  0,05. Persyaratan untuk melakukan uji *chi-square* mempertimbangkan syarat tabel berbentuk 2x2 sebagai berikut:

- 1) Jika tidak terdapat nilai *expected* atau harapan, maka uji yang digunakan yaitu *Continuty Correction*.

- 2) Jika terdapat nilai *expected* atau harapan  $< 5$ , maka uji yang digunakan yaitu *Fisher's Exact Test*.

Pada penelitian dengan desain *case control* juga akan melihat hasil kekuatan hubungan menggunakan *Odds Ratio* (OR) dengan interpretasi jika nilai OR  $> 1$  maka termasuk dalam faktor risiko paparan terjadinya suatu penyakit, serta nilai OR dikatakan valid dan merupakan peningkatan risiko jika rentang nilai *Confidence Interval* (CI 95%) tidak mencakup angka 1.

c. Analisis Multivariat

Analisis multivariat dilakukan untuk mengolah data yang memiliki variabel bebas lebih dari satu, serta untuk mengetahui risiko paparan media sosial setelah memperhitungkan keterlibatan variabel perancu. Analisis multivariat dalam penelitian ini menggunakan regresi logistik dikarenakan skala data yang digunakan berbentuk kategorik (Fauziah, 2019). Tahap analisis multivariat melalui regresi logistik yaitu:

- 1) Pemilihan Kandidat Model Multivariat

Tahap ini dilakukan melalui seleksi bivariat pada masing-masing analisis hubungan antara variabel bebas dan variabel perancu dengan variabel terikat. Hasil analisis bivariat yang menunjukkan *p-value*  $< 0,25$  akan dimasukkan ke dalam pemodelan regresi logistik.

## 2) Pemodelan Multivariat

Tahap pemodelan dilakukan melalui analisis regresi logistik terhadap variabel yang telah lolos seleksi bivariat untuk menentukan variabel yang signifikan agar masuk dalam model. Variabel yang memiliki  $p\text{-value} \leq 0,05$  akan tetap dipertahankan dalam pemodelan sedangkan variabel dengan  $p\text{-value} > 0,05$  akan dikeluarkan secara bertahap. Apabila pengeluaran variabel dengan  $p\text{-value} > 0,05$  menyebabkan perubahan nilai OR lebih dari 10% pada variabel lainya, maka variabel yang dikeluarkan tersebut harus dimasukkan kembali ke dalam pemodelan karena dapat dianggap sebagai variabel perancu.

Menurut Fauziyah, (2019), rumus perhitungan persentase perubahan nilai OR yaitu:

$$\text{Persentase perubahan OR} = \frac{|\text{OR terbaru} - \text{OR sebelumnya}|}{\text{OR sebelumnya}} \times 100\%$$

## 3) Penyusunan Model Akhir

Variabel yang memiliki  $p\text{-value} \leq 0,05$  atau apabila memiliki  $p\text{-value} > 0,05$  dan ketika dikeluarkan menyebabkan adanya perubahan  $\text{OR} > 10\%$  maka dapat dimasukkan ke dalam model akhir. Pada hasil akhir analisis multivariat juga dapat diketahui nilai  $\exp(\beta)$  atau  $aOR$  untuk mengetahui variabel mana yang paling besar pengaruhnya terhadap variabel terikat. Hal tersebut dapat dilihat berdasarkan nilai  $\exp(\beta)$  atau  $aOR$  untuk variabel yang signifikan, semakin besar nilai  $\exp(\beta)$  atau

*aOR* berarti semakin besar pengaruhnya terhadap variabel terikat. Pada model akhir multivariat juga dapat diketahui nilai koefisien regresi yang dapat bernilai positif dan negatif. Nilai koefisien regresi yang bernilai positif menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang searah antara variabel bebas dan perancu dengan variabel terikat.