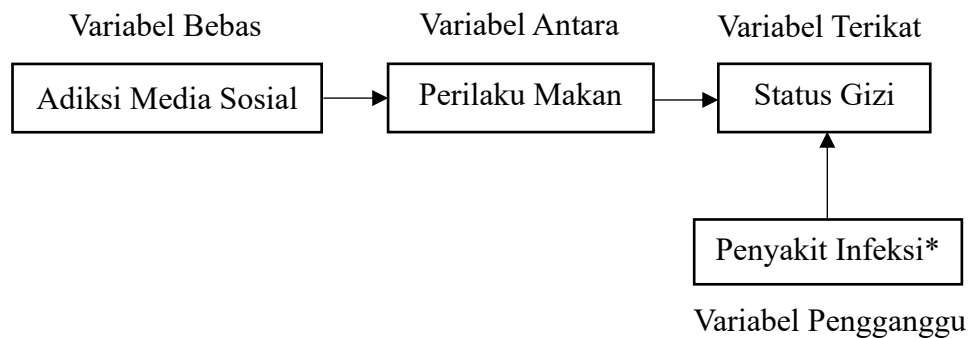


BAB III

METODE PENELITIAN

A. Kerangka Konsep



Gambar 3.1 Kerangka Konsep Penelitian

Keterangan

* : Variabel dikendalikan oleh kriteria eksklusi

B. Hipotesis Penelitian

1. Ho : Tidak terdapat hubungan antara adiksi media sosial dengan perilaku makan pada remaja putri di SMK BPI Baturompe Tasikmalaya.
Ha : Terdapat hubungan antara adiksi media sosial dengan perilaku makan pada remaja putri di SMK BPI Baturompe Tasikmalaya.
2. Ho : Tidak terdapat hubungan perilaku makan dengan status gizi remaja putri di SMK BPI Tasikmalaya
Ha : Terdapat hubungan perilaku makan dengan status gizi remaja putri di SMK BPI Tasikmalaya

C. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional

1. Variabel Penelitian

Dalam penelitian ini terdapat variabel bebas yaitu adiksi media sosial, variabel antara yaitu perilaku makan, variabel terikat yaitu status gizi, dan variabel pengganggu yaitu penyakit infeksi yang diketahui menggunakan formulir karakteristik responden yang berisi data identitas responden, antropometri, dan penggunaan media sosial, apabila responden memiliki riwayat penyakit infeksi maka masuk dimasukkan ke kriteria eksklusi.

2. Definisi Operasional

Tabel 3.1
Definisi Operasional

Variabel	Definisi	Cara Ukur	Hasil Ukur	Skala
Variabel Bebas				
Adiksi Media Sosial	Adiksi media sosial adalah perhatian atau penggunaan berlebihan pada suatu aplikasi media sosial seperti <i>WhatsApp</i> , <i>Tiktok</i> , <i>Instagram</i> , <i>Facebook</i> , <i>Youtube</i> , <i>Twitter</i> , dan lainnya, yang pemakaiannya berkepanjangan/kecanduan (Andreassen dan Pallesen, 2014).	Pengisian kuesioner <i>Bergen Social Media Addiction Scale</i> (BSMAS) dengan skor jawaban: 1 = Sangat Jarang 2 = Jarang 3 = Kadang-kadang 4 = Sering 5 = Sangat sering	Skor <i>Bergen Social Media Addiction Scale</i> (BSMAS) dan Pallesen, 2014).	Rasio

Variabel Antara				
Perilaku Makan	Perilaku makan adalah suatu bentuk kebiasaan konsumsi makanan yang sesuai dengan kebutuhan zat gizi tiap individu (Sumartini dan Ningrum, 2022).	Pengisian kuesioner perilaku makan yang berisi 20 soal dengan skor jawaban positif, selalu = 3, kadang-kadang = 2, tidak pernah = 1, jawaban negatif selalu = 1, kadang-kadang = 2, tidak pernah = 3	Skor kuesioner perilaku makan	Rasio
Variabel Terikat				
Status Gizi	Status gizi adalah keadaan tubuh sebagai akibat fungsi makanan dan penggunaan zat gizi yang dibedakan antara lain gizi buruk, kurang, baik, dan lebih (Almatsier, 2011)	Pengukuran antropometri dengan menimbang berat badan menggunakan timbangan digital dan mengukur tinggi badan menggunakan <i>stadiometer</i> .	Status gizi dalam IMT/U berdasarkan <i>Z-Score</i> (Kemenkes RI, 2020)	Rasio

D. Desain Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian observasional analitik dengan menggunakan pendekatan *cross-sectional*. Penelitian observasional analitik merupakan penelitian yang meneliti hubungan antara dua variabel atau lebih dan peneliti hanya melakukan pengamatan atau observasi tanpa melakukan intervensi pada subjek penelitian (Harlan dan Sutjiati, 2018). Penelitian ini variabel bebas, antara dan terikat yang terjadi pada subjek penelitian diukur

atau dikumpulkan dalam waktu yang bersamaan untuk mengetahui hubungan adiksi media sosial dan perilaku makan dengan status gizi remaja putri di SMK BPI Baturompe Kota Tasikmalaya tahun 2025.

E. Populasi dan Sampel Penelitian

1. Populasi

Populasi dalam penelitian ini adalah siswi kelas X dan XI SMK BPI Baturompe Tasikmalaya. Keseluruhan populasi siswi kelas X dan XI SMK BPI Baturompe berjumlah 60 siswa. Kelas XII tidak termasuk ke dalam populasi penelitian dikarenakan telah memasuki masa penyesuaian untuk melaksanakan ujian sekolah dan kelulusan.

2. Sampel

Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini yaitu dengan menggunakan *total sampling* karena menurut Sugiyono (2023), populasi kurang dari 100 sebaiknya menggunakan *total sampling* atau seluruh anggota populasi tersebut dijadikan sampel semua, sehingga jumlah sampel dalam penelitian ini diperoleh sebanyak 60 orang.

3. Kriteria Inklusi dan Eksklusi

1) Kriteria Inklusi

- a) Siswi kelas X dan XI SMK BPI Baturompe Tasikmalaya.
- b) Bersedia menjadi responden penelitian.
- c) Memiliki *smartphone* atau gadget lainnya (laptop, tablet, *personal computer*), memiliki akses internet dan akun media sosial.

2) Kriteria Eksklusi

- a) Siswi yang memiliki kekurangan fisik (penyandang disabilitas).
- b) Tidak menderita penyakit infeksi seperti diare, demam, tipes dan flu dalam 1 bulan terakhir.

F. Instrumen Penelitian

Penelitian ini membutuhkan beberapa instrumen sebagai alat pengukur, penilai, dan pengobservasi suatu fenomena. Setelah data penelitian diperoleh, data tersebut perlu dianalisis agar dapat dijadikan bukti sebuah hasil penelitian. Data yang diperlukan dalam penelitian ini, menggunakan beberapa instrumen yang digunakan yaitu:

1. *Informed consent* untuk menyatakan ketersediaan responden dalam keikutsertaan dalam proses pengambilan data penelitian ini.
2. Kuesioner karakteristik responden dan antropometri yang memuat data diri responden meliputi nama, tanggal lahir, usia, jenis kelamin, kelas, berat badan (BB), tinggi badan (TB) dan riwayat penyakit infeksi.
3. Timbangan injak digital merk Metrisis digunakan untuk mengukur berat badan responden dalam menentukan status gizi responden dengan ketelitian 0,1 kg.
4. *Stadiometer* merk Metrisis digunakan untuk mengukur tinggi badan responden dalam menentukan status gizi respondendengan ketelitian 0,1 cm.
5. Kuesioner *Bergen Social Media Addiction Scale* (BSMAS) digunakan untuk mendapatkan data mengenai intensitas penggunaan media sosial

responden dan menyelidiki kecenderungan adiksi terhadap media sosial dengan cara diisi secara mandiri oleh responden.

6. Kuesioner perilaku makan digunakan untuk mendapatkan data mengenai perilaku makan responden dengan 20 pertanyaan (Modifikasi: Aulia, 2021). Pertanyaan tersebut terdiri dari pertanyaan positif dan negatif dengan skor:

Tabel 3.2
Skoring Pertanyaan Perilaku Makan

Pertanyaan		Jumlah
Positif	Negatif	
1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 13	10, 11, 12, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20	20
Selalu = 3	Selalu = 1	
Kadang-kadang = 2	Kadang-kadang = 2	
Tidak Pernah = 1	Tidak Pernah = 3	

1) Uji Validitas

Pengujian validitas instrumen penelitian dilakukan pada aplikasi *Statistical Package for Social Science* (SPSS) versi 27. Kuesioner kemudian diuji coba kepada 30 orang responden, yaitu siswi SMK BPI Baturompe Tasikmalaya kelas XII. Kuesioner dinyatakan valid apabila nilai r hitung $>$ nilai r tabel. Nilai r tabel untuk 30 sampel dengan taraf signifikansi 0,05 atau 5% adalah 0,361. Hasil uji validitas pada 20 pertanyaan menunjukkan hasil yang valid (Lampiran 6) dengan 10 pertanyaan positif dan 10 pertanyaan negatif.

2) Uji Reliabilitas

Reliabilitas kuesioner dilihat berdasarkan nilai *cronbach's alpha*. Kuesioner dinyatakan reliabel apabila nilai *cronbach's alpha* $> 0,60$ (Ghozali, 2016). Hasil uji reliabilitas menunjukkan nilai *cronbach's alpha* sebesar yang berarti kuesioner reliabel. Hasil Uji reliabilitas menunjukkan nilai *cronbach's alpha* sebesar 0.861 yang berarti kuesioner reliabel.

G. Prosedur Penelitian

1. Pengambilan Data Awal

- a. Membuat surat izin pengambilan data ke Dinas Kesehatan Kota Tasikmalaya, Puskesmas Mangkubumi, dan SMK BPI Baturompe Tasikmalaya.
- b. Membuat surat rekomendasi tempat penelitian ke Cabang Dinas Pendidikan Wilayah XII Tasikmalaya.
- c. Mengumpulkan data siswa SMK BPI Baturompe Tasikmalaya dan berkoordinasi dengan Wakil Kepala Sekolah dan guru.

2. Tahap Persiapan

- a. Membuat surat izin survei awal ke SMK BPI Baturompe Tasikmalaya.
- b. Membentuk tim enumerator dari 5 orang mahasiswa Jurusan Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Siliwangi Tahun 2020 dan telah lulus dalam mata kuliah Penilaian Status Gizi untuk membantu pengambilan data.

3. Tahap Pelaksanaan

a. Mengambil data dilakukan selama satu hari dengan cara mengumpulkan responden dalam satu kelas dengan bantuan salah satu guru di SMK BPI Baturompe Tasikmalaya. Pengambilan data awal dilakukan ± 2 jam.

b. Pengambilan Data Status Gizi

1) Data Berat Badan

- a) Mempersiapkan alat timbangan digital dan memastikan alat dapat digunakan dengan baik.
- b) Meletakkan timbangan digital pada permukaan lantai yang datar.
- c) Meminta responden melepas alas kaki, jam tangan dan pakaian luar yang berat seperti jaket.
- d) Meminta responden naik ke atas timbangan dan berdiri tegak dengan pandangan lurus ke depan dan kedua tangan berada di sisi tubuh. Responden mempertahankan posisi tersebut hingga angka pada timbangan menampilkan hasil angka berat badan responden.

e) Mencatat hasil penimbangan responden dengan satuan kg.

2) Data Tinggi Badan

- a) Mempersiapkan *stadiometer* yang akan digunakan, pastikan alat dalam kondisi yang baik dan lengkap serta alat penunjuk ukuran dapat terbaca dengan jelas.

- b) Alat ditempatkan pada permukaan yang datar, rata, dan keras. Pasang *stadiometer* sesuai dengan petunjuk, dan pastikan papan geser kepala dapat bergerak dengan lancar.
 - c) Responden melepaskan alas kaki (sepatu atau sandal) dan bagi perempuan dihibau untuk melonggarkan ikatan rambutnya.
 - d) Responden naik ke atas *stadiometer* dan berdiri tegap, pandangan lurus ke depan, kedua lengan berada di samping, posisi lutut tegak, kepala, punggung, bokong, betis dan tumit menempel pada bidang tiang ukur.
 - e) Menarik papan geser kepala *stadiometer* hingga menyentuh ujung kepala responden namun tidak terlalu menekan.
 - f) Melihat angka pada alat penunjuk *stadiometer*.
 - g) Mencatat hasil pengukuran dengan satuan cm.
- 3) Perhitungan IMT/U *Z-score*
- a) Menghitung data antropometri dilakukan menggunakan aplikasi WHO *Anthro Plus* dengan memasukan data hasil pengukuran BB dan TB.
 - b) Hasil *Z-Score* status gizi akan muncul.
- c. Pengambilan Data Adiksi Media Sosial
- 1) Responden mendapatkan kuesioner adiksi media sosial yang berisikan 18 item pertanyaan.

- 2) Menjelaskan kepada responden tentang tata cara pengisian kuesioner kemudian memberikan waktu untuk bertanya apabila ada yang belum paham terkait poin-poin yang terdapat dalam kuesioner.
 - 3) Responden mengisi kuesioner secara mandiri dan membutuhkan waktu sekitar lima sampai sepuluh menit.
- d. Pengambilan Data Perilaku Makan
- 1) Responden mendapatkan kuesioner perilaku makan yang berisikan 20 item pertanyaan.
 - 2) Menjelaskan kepada responden tentang tata cara pengisian kuesioner kemudian memberikan waktu untuk bertanya apabila ada yang belum paham terkait poin-poin yang terdapat dalam kuesioner.
 - 3) Responden mengisi kuesioner secara mandiri dan membutuhkan waktu sekitar lima sampai sepuluh menit.

H. Pengolahan dan Analisis Data

1. Pengolahan Data

- a. Memeriksa data (*editing*), dilakukan untuk mengecek kelengkapan data karakteristik responden, kuesioner BSMAS, kuesioner perilaku makan, dan data hasil pengukuran antropometri serta perhitungan status gizi berdasarkan IMT/U.
- b. Menilai (*scoring*), merupakan tahap pemberian skor pada tiap poin yang terdapat dalam kuesioner yaitu:

- 1) *Bergen Social Media Addiction Scale* (BSMAS) : kategori skor jawaban BSMAS yaitu sangat jarang = 1, jarang = 2, kadang-kadang = 3, sering = 4, sangat sering = 5. Berdasarkan skoring tersebut, didapatkan skor minimal 1 dan skor maksimal 90.
- 2) Perilaku makan : kategori skor jawaban yaitu tidak pernah = 1, kadang-kadang = 2, selalu = 3. Berdasarkan skoring tersebut, didapatkan skor minimal 20 dan maksimal 60. Hasil skoring tersebut kemudian dihitung menggunakan rumus (Arifin, 2010:137):

$$P = \frac{\sum R}{N} \times 100\%$$

Keterangan :

P = Persentase respon siswi

$\sum R$ = Jumlah skor jawaban siswi

N = Jumlah skor maksimal

- c. Memasukkan data (*entry*), merupakan tahap memasukkan data yang telah dikumpulkan ke dalam aplikasi *software* SPSS.
- d. Membersihkan data (*cleaning*), merupakan proses pembersihan data yang dilakukan untuk mengecek kembali data yang telah dimasukkan.
- e. Mentabulasikan (*tabulating*), merupakan tahap mentabulasikan data yang terkumpul menjadi bentuk sebuah tabel untuk mempermudah pengambilan kesimpulan.

2. Analisis Data

a. Analisis Univariat

Analisis univariat digunakan untuk mendeskripsikan karakteristik seluruh variabel. Semua variabel diolah dan disajikan dalam bentuk tabel dengan menggambarkan ukuran tendensi sentral data (mean, median, standar deviasi, nilai minimal dan maksimal). Uji normalitas dalam penelitian ini menggunakan *Kolmogorov-Smirnov* karena sampel penelitian >50 dengan syarat nilai signifikansi $>0,05$ maka data terdistribusi normal. Dalam penelitian ini analisis univariat dilakukan pada adiksi media sosial, perilaku makan, dan data status gizi.

b. Analisis Bivariat

Analisis bivariat dilakukan terhadap dua variabel yang diduga berhubungan atau berkorelasi. Pada penelitian ini analisis bivariat yang digunakan untuk mengetahui hubungan antara setiap variabel. Analisis bivariat yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan uji *Product Moment Pearson* apabila data yang disajikan dalam uji normalitas menunjukkan terdistribusi normal yaitu variabel adiksi media sosial dan perilaku makan. Analisis bivariat menggunakan uji *Spearman Rank* apabila data yang disajikan dalam uji normalitas menunjukkan terdistribusi tidak normal, yaitu variabel status gizi.

Setelah dilakukan analisis bivariat, selanjutnya dilakukan pengujian menggunakan kriteria yang telah ditetapkan dengan membandingkan nilai p yaitu:

- 1) $p \text{ hitung} \leq 0,05$ H_a diterima dan H_o ditolak, artinya ada hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat.
- 2) $p \text{ hitung} > 0,05$ H_a ditolak dan H_o diterima, artinya tidak ada hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat.

Hubungan antara kedua variabel tersebut diinterpretasikan koefisien korelasinya sesuai dengan pedoman sebagai berikut:

Tabel 3.3
Pedoman Koefisien Korelasi

Interval Koefisien	Tingkat Hubungan
0,00 – 0,199	Sangat Rendah
0,20 – 0,399	Rendah
0,40 – 0,599	Sedang
0,60 – 0,799	Kuat
0,80 – 1,000	Sangat Kuat

Sedangkan untuk menginterpretasikan arah hubungan korelasi menurut Sugiyono (2018), yaitu:

- a) Nilai koefisien korelasi bertanda positif (+) artinya memiliki arah hubungan yang searah sehingga semakin besar nilai suatu variabel maka semakin besar pula nilai variabel lainnya.
- b) Nilai koefisien korelasi bertanda negatif (-) artinya memiliki arah hubungan yang berlawanan arah sehingga semakin besar nilai satu variabel maka semakin kecil nilai variabel lainnya.