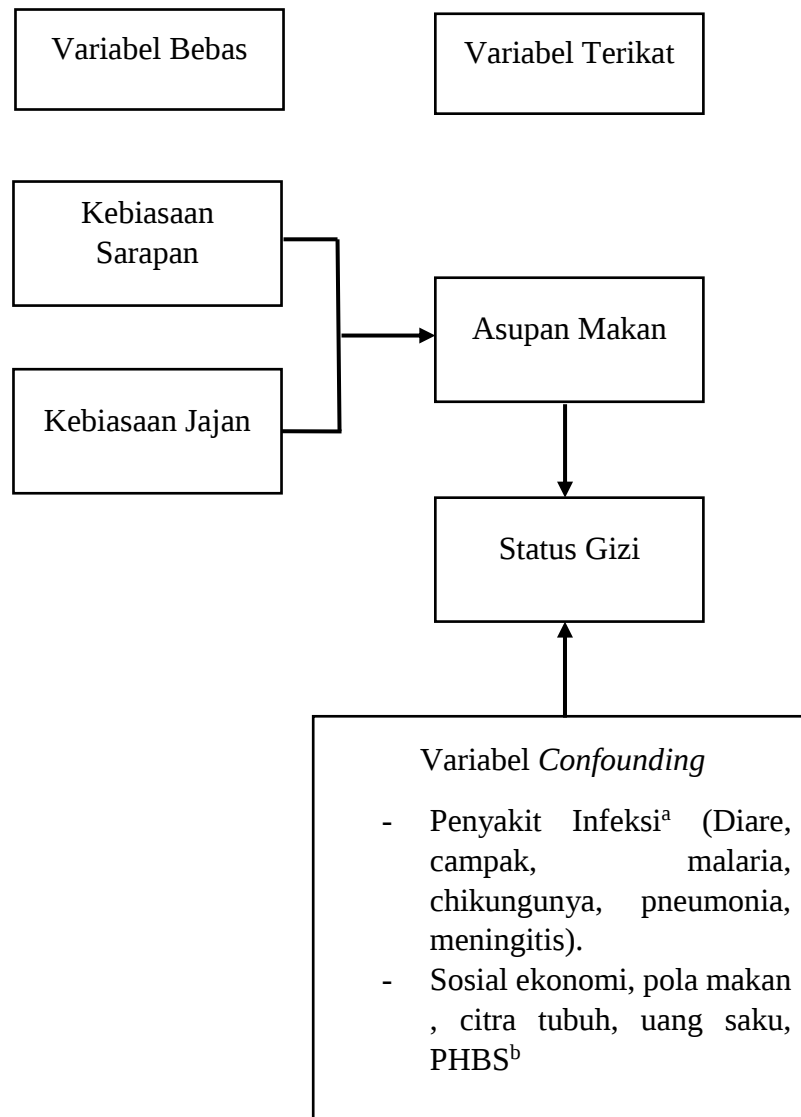


BAB III

METODE PENELITIAN

A. Kerangka Konsep



Gambar 3. 1 Kerangka Konsep

Keterangan :

a : Variabel yang dikendalikan dengan kriteria eksklusi

b : Variabel yang tidak diteliti karena keterbatasan penelitian

B. Hipotesis

H_{O1}: Tidak ada hubungan antara kebiasaan sarapan dengan status gizi pada remaja di SMPN 1 Baregbeg tahun 2024.

H_{a1}: Ada hubungan antara kebiasaan sarapan dengan status gizi pada remaja di SMPN 1 Baregbeg tahun 2024.

H_{O2}: Tidak ada hubungan antara kebiasaan jajan dengan status gizi pada remaja di SMPN 1 Baregbeg tahun 2024.

H_{a1}: Ada hubungan antara kebiasaan jajan dengan status gizi pada remaja di SMPN 1 Baregbeg tahun 2024.

C. Variabel dan Definisi

1. Variabel Penelitian

a. Variabel Bebas

Variabel bebas disebut juga variabel independen, yaitu variabel yang dapat memengaruhi perubahan dari fenomena situasi, atau keadaan. Variabel bebas merupakan variabel dari paparan (*exposure*) dan dapat menjadi kausa atau penyebab (Muslihah dkk., 2021). Variabel bebas yang digunakan pada penelitian ini adalah kebiasaan sarapan dan kebiasaan jajan.

b. Variabel Terikat

Variabel terikat disebut juga variabel dependen atau variabel tergantung, yaitu variabel yang dijelaskan oleh variabel lainnya dan sebagai efek atau dampak dari perubahan variabel. Variabel terikat merupakan variabel dari luaran atau penyakit

dan sebagai efek (Muslihah dkk., 2021). Variabel terikat yang digunakan pada penelitian ini adalah status gizi pada remaja putri.

c. Variabel Pengganggu

Variabel pengganggu adalah variabel yang merancu atau mendistorsi hubungan antara variabel independen dan variabel dependen dan dapat menyebabkan bias dalam menilai atau mengestimasi hubungan kedua variabel tersebut (Muslihah dkk., 2021). Variabel pengganggu pada penelitian ini adalah penyakit infeksi. Cara pengendalian variabel pengganggu yaitu memilih responden dengan keadaan diluar kriteria variabel pengganggu. Hal ini dilakukan dengan cara memberikan formulir penyaringan/*screening* pada saat pengambilan data.

2. Definisi Operasional

Tabel 3. 1 Definisi Operasional

Variabel	Definisi Operasional	Alat Ukur	Pengukuran dan Kategori	Skala
Status Gizi	Hasil pengukuran antropometri berat badan (BB) dan tinggi badan (TB), yang hasilnya dinyatakan dengan nilai IMT/U berdasarkan nilai z-score (Permenkes RI 2020)	BB : Timbangan Digital (ketelitian 0,01 kg) TB : Stadiometer (ketelitian 0,1 cm) Umur : Kuesioner	Malnutrisi : (Gizi buruk, Gizi Kurang, Gizi Lebih, Obesitas) / Z-score < -2SD sd > +1SD Gizi Normal : Z-score -2D sd +1SD (Permenkes RI No. 2 tahun 2020) Pengkategorian: Malnutrisi (1) Gizi Normal (2)	Ordinal
Kebiasaan Sarapan	Kegiatan mengonsumsi makanan dan minuman di pagi hari yang meliputi ketersediaan sarapan, jenis menu sarapan dan waktu sarapan (Hanim, Ingelia dan Ariyani, 2022).	Kuesioner Terstruktur	Data di kategorikan sebagai berikut: 1. Baik: $\geq 25 - 40$ 2. Tidak baik: $10 - 25$ (Swantrisa dkk., 2023)	Ordinal
Kebiasaan Jajan	Perilaku mengonsumsi makanan dan minuman jajanan di sekolah ataupun di luar sekolah, yang terdiri dari makanan lengkap (<i>meals</i>), makanan kecil (<i>snacks</i>) berupa makanan tradisional ataupun makanan pabrik, minuman serta buah (Aini, 2019).	Kuesioner Terstruktur	Data di kategorikan sebagai berikut: 1. Baik: $15 - 37$ 2. Tidak baik: $\geq 37 - 60$ (Swantrisa dkk., 2023)	Ordinal

D. Desain Penelitian

Penelitian ini dilakukan melalui pendekatan observasional dengan menggunakan desain *cross sectional* atau potong lintang. Studi *cross sectional* memiliki ciri-ciri bahwa pengukuran variabel independen (faktor risiko/paparan) dan variabel dependen (efek/penyakit) dilakukan secara bersamaan. Setiap subjek hanya diobservasi satu kali, dan faktor risiko/paparan dan efek/penyakit diukur langsung menurut keadaan atau pada saat diobservasi.

E. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi adalah kelompok subjek yang menjadi sasaran penelitian. Populasi dalam penelitian ini adalah remaja putri kelas VII, VIII dan IX yang bersekolah di SMPN 1 Baregbeg Kabupaten Ciamis dengan jumlah 402 siswi, yang terdiri dari 130 siswi kelas VII, 136 siswi kelas VIII, dan 136 siswi kelas IX.

2. Sampel

a. Jumlah Sampel

Sampel adalah bagian dari populasi yang dijadikan objek penelitian (sampel) atau mewakili seluruh populasi. Sampel dalam penelitian ini ditentukan menggunakan Rumus Slovin berdasarkan rumus besaran sampel:

$$n = \frac{N}{1 + N (d)^2}$$

$$n = \frac{402}{1 + 402 (0,05)^2}$$

$$n = \frac{402}{2,005} = 201$$

Dimana:

N : besarnya populasi

n : besarnya sampel

d : tingkat ketepatan yang diinginkan 5%

Jadi jumlah sampel pada penelitian ini adalah sebanyak 200 orang.

b. Cara Pengambilan Sampel

Pengambilan sampel pada tiap kelas dalam penelitian ini ditentukan secara proporsional dengan rincian sebagai berikut:

$$n_k = \frac{N_k}{N} n$$

Keterangan:

n_k = besar sampel untuk sub populasi

N_k = total masing-masing sub populasi

N = total populasi secara keseluruhan

n = besar sampel

Jumlah sampel pada tiap kelas, berdasarkan perhitungan diatas yaitu:

$$1) \text{ Kelas VII : } \frac{130}{402} \times 201 = 65$$

$$2) \text{ Kelas VIII : } \frac{136}{402} \times 201 = 68$$

$$3) \text{ Kelas IX : } \frac{136}{402} \times 201 = 68$$

Pengambilan sampel dirandom menggunakan alat bantu yaitu microsoft excel dengan kriteria sampel sebagai berikut :

1) Kriteria Inklusi

a) Bersedia menjadi sampel penelitian dengan menandatangani *informed consent*.

b) Usia 12-15 tahun

2) Kriteria Eksklusi

- a) Kondisi kesehatan seperti mengalami cedera, memiliki penyakit infeksi (diare, campak, malaria, chikungunya, pneumonia, meningitis) atau dalam pengawasan dokter.
- b) Siswi yang sudah mengikuti survei awal.

F. Instrumen Penelitian

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah lembar kuisioner responden yang terdiri dari 3 bagian yaitu formulir *informed consent*, kuisioner kebiasaan sarapan, kuisioner kebiasaan jajan. Sedangkan, pengumpulan data status gizi menggunakan data berat badan dan tinggi badan yang diukur dan ditimbang menggunakan timbangan digital dan stadiometer.

1. *Informed Consent*

Informed consent diberikan kepada responden empat hari sebelum waktu penelitian, kemudian dibawa pulang terlebih dahulu untuk ditandatangani oleh orangtua/wali responden dikumpulkan ketika hari pelaksanaan penelitian.

2. Formulir Identitas Responden

Formulir identitas dan kuesioner disebarkan secara bersamaan kepada responden, kemudian responden diminta untuk melengkapi formulir dan kuesioner tersebut. Sementara responden mengisi, peneliti dan dibantu satu orang mahasiswi Gizi Universitas Siliwangi angkatan

2020 memberikan pendampingan. Setelah diisi, formulir identitas dan kuesioner dikumpulkan oleh peneliti.

3. Kuesioner Penelitian

Kuisisioner sebagai instrumen yang digunakan untuk variabel kebiasaan sarapan berjumlah 10 pertanyaan terdiri dari empat jawaban berbentuk skala likert dan skor yang telah ditentukan yaitu selalu (4), sering (3), kadang-kadang (2), tidak pernah (1). Kuesioner untuk variabel kebiasaan jajan berjumlah 15 pertanyaan, pertanyaan dalam kuisisioner terdiri dari pertanyaan negatif, sehingga responden dengan nilai skor tinggi memiliki kebiasaan jajan yang tidak baik.

a. Validitas Instrumen

Validitas adalah suatu standar ukuran yang menunjukkan ketepatan dan kesahihan suatu instrumen. Validitas mengarah pada ketepatan interpretasi hasil penggunaan prosedur evaluasi sesuai dengan tujuan pengukurannya (Al-faida, 2023). Uji validitas instrument berupa kuesioner kepada siswi SMPN 1 Baregbeg dilakukan menggunakan program SPSS versi 25.0 dengan hasil keputusan uji apabila r hitung $>$ dari r tabel artinya butir pertanyaan tidak valid. Nilai r tabel pada penelitian ini menggunakan signifikansi 5%. Jumlah responden sebanyak 30 maka didapat nilai r tabel sebesar 0,361. Hasil uji validitas instrumen pada penelitian ini sebagaimana terlampir.

b. Reliabilitas Instrumen

Reliabilitas adalah suatu konsistensi sebuah tes untuk mengukur atau mengamati sesuatu yang menjadi objek ukur (Alfaida, 2023). Uji reliabilitas dimulai dengan menguji validitas terlebih dahulu, apabila terdapat butir pertanyaan yang tidak valid maka butir pertanyaan tersebut diperbaiki atau tidak digunakan. Pertanyaan yang sudah valid kemudian di uji reliabilitasnya, dengan menggunakan program SPSS versi 25.0. Variabel dinyatakan reliabel apabila nilai Cronbach Alpha $\geq 0,6$. Hasil uji reliabilitas instrumen pada penelitian ini didapatkan hasil sebagaimana terlampir.

4. Alat Pengukur Status Gizi

a. Timbangan Berat Badan Digital

Merk Onemed dengan kapasitas 150 kg dan ketelitian 0,1 kg.

b. Stadiometer

Merk SAGA dengan kapasitas 200 cm dan ketelitian 0,1 cm.

5. Aplikasi WHO Anthro Plus

WHO Anthro Plus adalah sebuah perangkat lunak yang dikembangkan oleh *World Health Organization* (WHO) untuk memantau pertumbuhan dan perkembangan anak-anak dan remaja usia 5-19 tahun. Aplikasi ini digunakan peneliti untuk menghitung status gizi remaja putri SMPN 1 Baregbeg.

G. Prosedur Penelitian

1. Sumber Data

a. Data Primer

- 1) Identitas responden, data kebiasaan sarapan dan kebiasaan jajan diperoleh dari kuesioner penelitian.
- 2) Data status gizi diperoleh dari hasil pengukuran tinggi badan dan berat badan responden.

b. Data Sekunder

Data sekunder berupa gambaran umum lokasi penelitian yang meliputi lingkungan sekolah, daftar nama siswi, dan jumlah siswi yang diperoleh dengan cara melakukan observasi dan wawancara.

2. Prosedur Pengumpulan Data

a. Tahap Persiapan Proses Pengajuan Surat Izin

- 1) Mengajukan permohonan izin untuk melakukan studi pendahuluan dan penelitian kepada pihak Tata Usaha FIK UNSIL.
- 2) Permohonan ini kemudian diajukan kepada Kesatuan Bangsa dan Politik (Kesbangpol) Kabupaten Ciamis. Setelah mendapatkan persetujuan dari Kesbangpol, peneliti akan memperoleh izin studi yang diteruskan ke kantor Dinas Kesehatan Kabupaten Ciamis untuk mengumpulkan data.
- 3) Melakukan analisis data dan menentukan lokasi penelitian berdasarkan informasi dari Dinkes Kabupaten Ciamis, peneliti

mendapatkan surat pengantar untuk mengunjungi UPT Puskesmas, khususnya puskesmas Baregbeg.

- 4) Mengkaji data tentang masalah gizi di UPT Puskesmas Baregbeg dan memilih lokasi penelitian di SMPN 1 Baregbeg sebagai fokusnya.
- 5) Mengurus surat izin penelitian dengan membawa surat izin dari FIK UNSIL untuk disampaikan kepada pihak berwenang di SMPN 1 Baregbeg Kabupaten Ciamis.
- 6) Membuat *Ethical Clearance* (EC) atau kelayakan etik kepada Poltekkes Kemenkes Mataram.

b. Tahap Pengumpulan Data

- 1) Peneliti melaksanakan penelitian di SMPN 1 Baregbeg Kabupaten Ciamis.
- 2) Setelah mendapatkan izin dari pihak sekolah SMPN 1 Baregbeg, peneliti mengumpulkan data dari siswi kelas VII dan VIII yang memenuhi syarat inklusi.
- 3) Peneliti memperkenalkan diri secara singkat dan menjelaskan tujuan penelitian kepada siswi yang memenuhi syarat inklusi, serta meminta izin untuk berpartisipasi dalam penelitian dengan menandatangani surat persetujuan.
- 4) Siswi yang telah menandatangani surat persetujuan akan diukur tinggi badan, berat badan dan mengisi kuesioner penelitian.

- 5) Pengukuran dan pengisian kuesioner dilakukan pada hari yang sama.
- 6) Pengisian kuesioner dilakukan secara serentak dalam jangka waktu 30 menit.
- 7) Setelah proses pengukuran dan pengisian kuesioner selesai, peneliti menyampaikan terima kasih kepada para siswi dan pihak sekolah serta pihak puskesmas setempat atas kerja sama dan partisipasinya dalam penelitian.

3. Pengukuran Berat Badan

- a. Lakukan kalibrasi pada timbangan digital dengan langkah berikut:
 - Pastikan timbangan dan batu timbangan standar dalam kondisi baik, serta tempatkan timbangan di permukaan datar.
 - Hidupkan timbangan hingga angka nol muncul.
 - Masuk ke mode kalibrasi jika tersedia.
 - Letakkan batu timbangan di tengah dan baca hasilnya.
 - Jika hasil tidak sesuai, sesuaikan sesuai petunjuk manual.
 - Ulangi dengan batu timbangan lain untuk memastikan konsistensi.
 - Lakukan kalibrasi berkala untuk menjaga akurasi.
- b. Simpan alat timbangan ditempat yang datar.
- c. Pengukuran dilakukan secara bergantian. Untuk mengurangi bias saat pengukuran, sebelum dilakukan pengukuran, responden harap

membuka alas kaki, aksesoris seperti jam tangan atau pakaian luar seperti jaket.

- d. Responden diminta untuk naik ke atas timbangan dengan posisi tubuh yang tegap dan pandangan lurus ke depan.
- e. Penimbangan dilakukan 2 kali.
- f. Catat berat badan yang ada pada layar timbangan digital ke dalam formulir berat badan, kemudian responden diminta untuk turun dari timbangan.

4. Pengukuran Tinggi Badan

- a. Responden berdiri tegak tanpa alas kaki dengan tumit, bokong, dan kedua bahu menekan pada stadiometer.
- b. Pandangan responden lurus ke depan dan berdiri tegak.
- c. Pastikan tumit responden tetap menyentuh permukaan.
- d. Turunkan platform hingga menyentuh bagian atas kepala responden.
- e. Pengukuran dilakukan sebanyak 2 kali. Jika hasil pengukuran memiliki selisih kecil (misalnya $<0,5$ cm), gunakan nilai rata-rata dari pengukuran tersebut sebagai hasil akhir.
- f. Catat hasil pengukuran ke dalam formulir tinggi badan.

H. Pengolahan dan Analisis Data

Data yang telah dikumpulkan akan diolah secara komputerisasi menggunakan perangkat lunak SPSS versi 25.0 dengan langkah-langkah berikut ini:

1. *Editing*

Semua formulir kuisisioner yang telah diisi oleh responden akan diperiksa dengan cermat. Jika terdapat kesalahan akan segera diperbaiki agar tidak mengganggu proses pengolahan data.

2. *Scoring*

Memberikan skor melibatkan penentuan nilai terhadap respons yang diperoleh dari alat pengukuran dalam penelitian.

a. Kuisisioner

Kuesioner kebiasaan sarapan terdiri dari 10 pertanyaan, scoring dengan skor maksimal 40 dan skor minimal 10. Kuesioner kebiasaan jajan terdiri dari 15 pertanyaan, scoring dengan skor maksimal 60 dan skor minimal 15.

Tabel 3. 2 *Skoring Kuesioner*

No.	Kuesioner	Score
1	Kebiasaan sarapan	
	Selalu	4
	Sering	3
	Kadang-kadang	2
	Tidak pernah	1
2	Kebiasaan jajan	
	Selalu	4
	Sering	3
	Kadang-kadang	2
	Tidak pernah	1

b. Status Gizi

Data yang diperoleh dari hasil pengukuran tinggi badan, berat badan dan usia responden kemudian diberi skor. Pemberian skor pada variabel status gizi yaitu :

- 1) Gizi Buruk : *Z-score* < -3 SD
- 2) Gizi Kurang : *Z-score* -3 SD sd < -2 SD
- 3) Gizi Baik : *Z-score* -2 SD sd +1
- 4) Gizi Lebih : *Z-score* +1 SD sd +2
- 5) Obesitas : *Z-score* > +2 SD

3. Pengkategorian

a. Kuesioner

Pengkategorian menggunakan rumus panjang kelas interval sebagai berikut:

$$\frac{\text{skor maksimal} - \text{skor minimal}}{\text{jumlah kelas}}$$

Data kebiasaan sarapan di kategorikan baik jika skor $\geq 25 - 40$ dan tidak baik jika skor $10 - 25$. Data kebiasaan jajan di kategorikan baik jika skor $15 - 37,5$ dan tidak baik jika skor $\geq 37,5 - 60$.

b. Status Gizi

Pengkategorian status gizi pada penelitian ini dibagi menjadi dua kategori yaitu malnutrisi (gizi buruk, gizi kurus, gizi lebih dan obesitas) dan gizi normal (gizi baik).

4. Coding

Setelah mengedit kuesioner, langkah selanjutnya adalah melakukan coding, yang melibatkan konversi informasi dalam kuesioner menjadi format *numeric* atau angka. Proses coding ini

sangat penting dalam memasukkan data ke dalam system (data entri).

Tabel 3.3 *Coding Data*

No.	Pilihan Jawaban	Kode
Kebiasaan Sarapan		
1	Tidak Baik	1
	Baik	2
Kebiasaan Jajan		
2	Tidak Baik	1
	Baik	2
Status Gizi		
3	Malnutrisi ($< -2SD$ sd $> +1SD$)	1
	Gizi Normal ($-2SD$ sd $+1SD$)	2

5. *Entering*

Kegiatan *entering* yaitu memasukkan data hasil penelitian ke dalam table distribusi frekuensi. Program yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Statistical Program for Social Science (SPSS)* versi 25.0.

6. *Cleaning*

Cleaning adalah tindakan memeriksa ulang entri data guna mendeteksi potensi kesalahan atau kekurangan sebelum melakukan analisis.

7. *Tabulating*

Tabulating adalah proses pengolahan data dengan pembuatan table dan penataan data sesuai dengan variabel yang sedang diteliti, sehingga mempermudah dalam memberikan deskripsi.

Setelah data selesai diolah kemudian dilakukan analisis data pada penelitian ini, yaitu analisis univariat dan bivariat.

1. Analisis Univariat

Analisis univariat dilakukan untuk mengetahui karakteristik subjek penelitian dan mendeskripsikan setiap variabel yang diteliti. Analisis univariat dilakukan dengan memasukkan data secara terpisah dalam tabel distribusi frekuensi dengan tujuan mendeskripsikan data dari variabel yang diteliti meliputi data kebiasaan sarapan, kebiasaan jajan, dan status gizi pada remaja putri di sekolah menengah pertama.

2. Analisis Bivariat

Analisis bivariat bertujuan untuk menganalisis hubungan antara masing-masing variabel independen yaitu kebiasaan sarapan dan kebiasaan jajan dengan variabel dependen yaitu status gizi pada remaja putri. Analisis hubungan variabel independen dengan variabel dependen menggunakan uji *chi square*, dengan tingkat kemaknaan 95% ($\alpha = 0,05$). Uji *chi square* harus memenuhi syarat yaitu tidak ada *cell* dengan frekuensi kenyataan yang nilainya nol dan untuk tabel 2x2 tidak ada *cell* dengan nilai $E < 5$ sebanyak 20%. Uji statistik dinyatakan bermakna bila $p \leq 0,05$ yang artinya terdapat korelasi yang bermakna antara dua variabel yang diuji.