

## **BAB 3**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Jenis Penelitian**

Jenis penelitian atau desain riset merupakan suatu rencana yang digunakan oleh peneliti untuk memberikan informasi tentang jenis penelitian yang akan dilakukan (Suprajitno, 2016). Pada penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan menggunakan metode pendekatan studi *cross sectional*, yaitu penelitian dengan melakukan pengukuran atau pengamatan hanya dilakukan satu kali (Suprajitno, 2016).

#### **B. Waktu dan Tempat Penelitian**

##### **1. Waktu Penelitian**

Pengambilan data pada penelitian ini dilaksanakan pada bulan Januari - Februari 2025.

##### **2. Tempat Penelitian**

Penelitian ini dilakukan di Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang Prodi D3 Keperawatan Blitar.

#### **C. Populasi dan Sampel**

##### **1. Populasi**

Populasi atau *population* dalam penelitian adalah sekumpulan atau keseluruhan manusia, obyek, atau subyek yang akan menjadi sasaran penelitian (Suprajitno, 2016). Populasi penelitian ini adalah mahasiswa

Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang Prodi D3 Keperawatan Blitar sejumlah 117 anak.

## **2. Sampel dan Besar Sampel**

Sampel merupakan bagian dari populasi yang sudah dipilih oleh peneliti berdasarkan kriteria inklusi atau kriteria sampel (Suprajitno, 2016). Sampel penelitian ini adalah mahasiswa Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang Prodi D3 Keperawatan Blitar dengan menggunakan teknik purposive sampling sebanyak 30 responden.

## **3. Kriteria Inklusi dan Eksklusi**

### **a. Kriteria Inklusi**

1. Mahasiswa Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang Prodi D3 Keperawatan Blitar
2. Berusia 17-20 tahun
3. Mahasiswa dengan frekuensi makan yang dapat diukur selama 1 bulan terakhir
4. Mahasiswa dengan status gizi normal, berisiko obesitas, atau obesitas
5. Bersedia menjadi responden dengan mengisi kuesioner dan mengikuti proses penelitian.

### **b. Kriteria Eksklusi**

1. Berusia > 20 tahun
2. Tidak bersedia menjadi responden

## **D. Cara Pengumpulan Data**

### **1. Cara Pengumpulan Data**

Pengumpulan data dalam penelitian ini diawali dengan mengajukan surat penelitian kepada Ketua Program Studi D3 Keperawatan Blitar. Selanjutnya, surat penelitian diserahkan kepada Kepala Badan Kesatuan Bangsa Politik (Bangkesbangpol) Kota Blitar. Setelah mendapatkan izin, peneliti selanjutnya menyerahkan surat kepada Ketua Program Studi D3 Keperawatan Blitar. Peneliti melakukan penelitian setelah mendapatkan izin dari Ketua Program Studi D3 Keperawatan Blitar. Setelah itu, menentukan responden penelitian sesuai dengan kriteria inklusi. Peneliti menjelaskan maksud dan tujuan kepada responden mahasiswa Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang Prodi D3 Keperawatan Blitar. Apabila mahasiswa Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang Prodi D3 Keperawatan Blitar bersedia menjadi responden, mahasiswa menandatangani lembar *informed consent*. Responden diminta untuk mengisi kuesioner. Setelah itu, peneliti melakukan pengecekan ulang.

### **2. Data Primer**

Data primer pada penelitian ini diperoleh dari pengisian kuesioner yang diisi oleh responden penelitian yaitu, mahasiswa Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang Prodi D3 Keperawatan Blitar. Kuesioner tersebut digunakan untuk mengidentifikasi frekuensi konsumsi makan.

### 3. Data Sekunder

Sumber data sekunder diperoleh dari sumber yang tidak langsung memberikan data kepada pengumpul data, meliputi jurnal ilmiah, laporan kesehatan dari Kementerian Kesehatan, literatur, data organisasi kesehatan seperti WHO, serta hasil penelitian sebelumnya (Sugiyono, 2020).

### E. Instrumen Pengumpulan Data

Instrumen penelitian adalah alat yang digunakan untuk mengukur suatu gejala pada penelitian (Sugiyono, 2020). Pada penelitian ini instrumen yang digunakan adalah lembar kuesioner untuk data umum, lembar kuesioner FFQ (*Food Frequency Questionnaire*), dan lembar kuesioner penilaian IMT.

#### a. Data Umum

Pada data umum berisi tentang demografi responden yang meliputi, inisial nama, usia, dan jenis kelamin.

#### b. Kuesioner FFQ (*Food Frequency Questionnaire*)

Untuk pola makan dilakukan pengisian kuesioner terhadap responden dengan menggunakan kuesioner format FFQ dari penelitian (Lubis, 2019).

FFQ (*Food Frequency Questionnaire*) bertujuan untuk menilai frekuensi makanan dan berbagai jenis makanan dalam periode waktu tertentu.

Kuesioner FFQ (*Food Frequency Questionnaire*) dengan ketentuan skor :

0 = 3-4 kali mengonsumsi dalam seminggu

1 = 1-2 kali mengonsumsi dalam seminggu

2 = Tidak pernah mengonsumsi dalam seminggu

Skor tertinggi adalah 18 dan skor terendah 0. Selanjutnya dibagi menjadi 2 kategori yaitu :

- a. Sering, jika responden memperoleh skor nilai < 12
- b. Jarang, jika responden memperoleh skor nilai 12-18

### c. Penilaian IMT

Identifikasi IMT dalam penelitian ini dengan rumus :

$$IMT = \frac{\text{Berat Badan (kg)}}{\text{Tinggi Badan}^2 (m)^2}$$

Tabel 3. 1 Klasifikasi IMT menurut WHO

Klasifikasi	IMT
Berat badan kurang (Underweight)	<18,5
Berat badan normal (Normal weight)	18,5-22,9
Berat badan lebih (Overweight)	23,0-24,9
Obesitas (Obesity)	$\geq 25,0$
Obesitas kelas 1 (Obesity class 1)	25,0-29,9
Obesitas kelas 2 (Obesity class 2)	$\geq 30,0$

## F. Variabel Penelitian

Variabel terdiri dari dua kata yaitu *variation* artinya variasi dan *able* yang artinya dapat, sehingga variabel dapat diartikan sebagai pengumpulan data yang bervariasi (Suprajitno, 2016). Variabel dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

### 1. Variabel Independen (Bebas)

Variabel independen merupakan variabel masukan yang menyebabkan perubahan pada variabel lain (Suprajitno, 2016). Variabel independen pada penelitian ini adalah pola makan.

## **2. Variabel Dependen (Terikat)**

Variabel dependen merupakan variabel keluaran dan dampak sebagai hasil akhir (Suprajitno, 2016). Variabel dependen pada penelitian ini adalah kejadian obesitas pada mahasiswa Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang Prodi D3 Keperawatan Blitar.

## **G. Definisi Operasional**

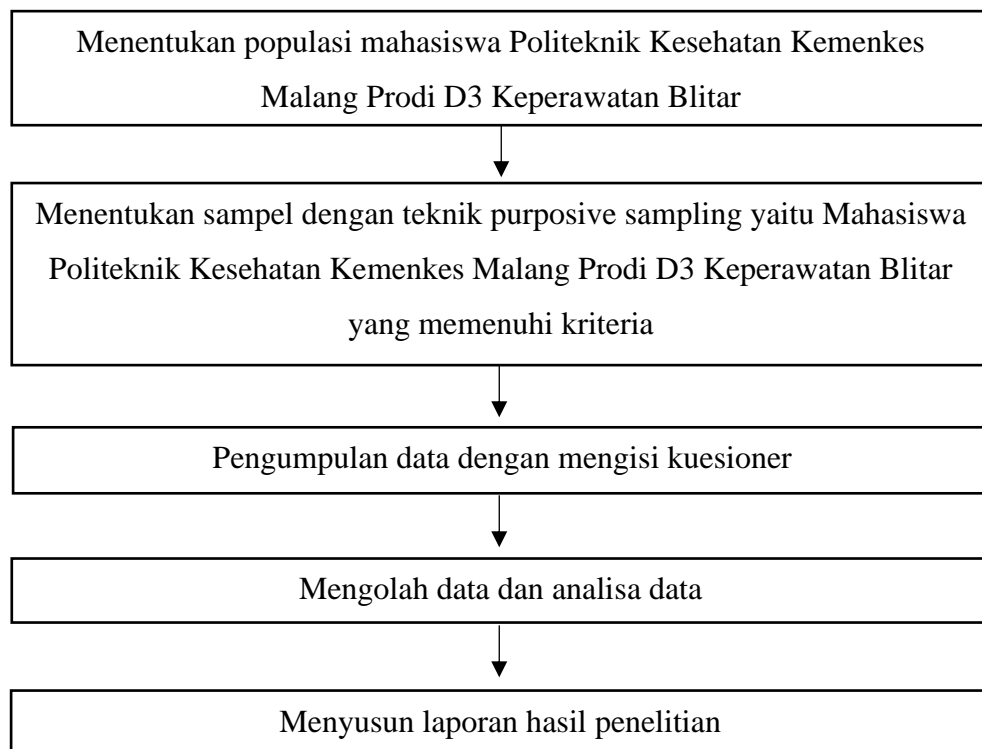
Definisi operasional merupakan definisi yang diberikan oleh peneliti agar variabel dapat diukur dan diobservasi, sehingga variabel harus dapat menggambarkan apa yang hendak diukur, alat ukur yang digunakan, cara mengukur, dan hasil ukur yang diperoleh (Suprajitno, 2016). Adapun definisi operasional variabel dalam penelitian ini seperti tabel.

Tabel 3. 2 Definisi Operasional

Variabel	Definisi Operasional	Parameter	Alat Ukur	Skala Ukur	Skor
Independen : pola makan	Pola makan dalam jenis dan frekuensi makanan yang dikonsumsi sehari-hari	Frekuensi konsumsi makanan	Kuesioner FFQ ( <i>Food Frequency Questionnaire</i> )	Ordinal	Menilai frekuensi konsumsi 9 jenis makanan dalam satu bulan terakhir. Setiap jenis makanan diberikan skor berdasarkan frekuensi konsumsi dalam seminggu sebagai berikut : 0 = 3-4 kali/minggu 1 = 1-2 kali/minggu 2 = Tidak pernah Total skor untuk setiap responden dihitung dengan menjumlahkan skor dari seluruh jenis makanan yang

					<p>dikonsumsi.</p> <p>Berdasarkan total skor yang diperoleh, responden dikelompokkan ke dalam dua kategori :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Sering = jika total skor responden &lt; 12</li> <li>- Jarang = jika total skor responden 12-18</li> </ul>
<p>Dependen : obesitas</p>	<p>Obesitas yaitu peningkatan berat badan melebihi batas kebutuhan fisik sebagai akibat akumulasi lemak yang berlebihan dalam tubuh</p>	<p>Hasil indeks massa tubuh dari pengukuran berat badan dalam kilogram dibagi dengan kuadrat tinggi badan dalam meter (kg/m<sup>2</sup>)</p>	<p>Pengukuran berat badan menggunakan timbangan dan tinggi badan menggunakan <i>stature meter</i></p>	<p>Ordinal</p>	<p>1 = Normal dengan IMT 18,5-22,9</p> <p>2 = <i>Overweight</i> dengan IMT 23,0-24,9</p> <p>3 = Obesitas dengan IMT ≥ 25</p>

## H. Kerangka Operasional



*Gambar 3. 1 Kerangka Operasional*

## I. Cara Pengolahan dan Analisis Data

Pengolahan dan analisa data merupakan serangkaian kegiatan dari penelitian dengan cara mencari dan menyusun secara sistematis, sehingga mendapatkan kesimpulan dari data yang diteliti (Abubakar, 2021). Dalam penelitian ini, pengolahan dan analisa data dilakukan melalui tahap berikut :

### 1. Pengolahan Data

#### a. Persiapan

Peneliti melakukan persiapan untuk memudahkan dalam melakukan pengolahan data. Kegiatan yang dilakukan oleh peneliti yaitu memeriksa identitas responden. Hal tersebut dilakukan agar data yang akan diolah menjadi lengkap.

b. Pemeriksaan data (*Editing*)

Peneliti melakukan proses editing setelah responden menyelesaikan pengisian kuesioner. Kegiatan yang dilakukan oleh peneliti yaitu memeriksa kembali kebenaran data yang diperoleh atau dikumpulkan. Kegiatan ini dilakukan untuk menghindari adanya kekurangan atau kekeliruan dalam pengisian data.

c. Pemberian kode (*Coding*)

Setelah data terkumpul, peneliti merubah data dalam bentuk simbol atau kode tertentu untuk setiap jawaban atau data yang diperoleh.

d. Menyusun data (*Tabulating*)

Kegiatan tabulasi data adalah menyusun data sedemikian rupa dan disajikan dalam bentuk tabel atau grafik sesuai kriteria.

e. Memasukkan data (*Data Entry*)

Data entry adalah memasukkan data yang telah dikumpulkan dengan menggunakan aplikasi “*software*” computer.

## **2. Analisa Data**

a. Analisa Univariat

Analisa univariat dilakukan untuk melihat distribusi frekuensi dari variabel yang ada dalam penelitian yaitu variabel independen (pola makan) dan variabel dependen (obesitas). Setiap variabel dianalisis masing-masing.

b. Analisa Bivariat

Analisa bivariat dilakukan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan variabel independen dengan variabel dependen. Uji yang digunakan dalam analisa bivariat adalah uji *pearson chi-square* karena data dalam penelitian merupakan data kategorik. Melalui uji statistik *pearson chi-square* akan diperoleh nilai p, yaitu jika diperoleh  $p < 0,05$  maka terdapat hubungan yang signifikan antara kedua variabel dan jika diperoleh nilai  $p > 0,05$  maka tidak terdapat hubungan yang signifikan antara kedua variabel.

**J. Etika Penelitian**

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

Lembar persetujuan ditujukan kepada responden untuk mendapatkan persetujuan bahwa responden bersedia untuk diteliti. Jika bersedia menjadi responden penelitian, responden diberi lembar persetujuan untuk ditandatangani.

**2. Tanpa Nama (*Anonymity*)**

Sampel tidak mencantumkan nama pada lembar pengumpulan data, peneliti akan memberi kode untuk menjaga kerahasiaan.

**3. Kerahasiaan (*Confidentially*)**

Kerahasiaan data yang telah dikumpulkan dari sampel dijaga kerahasiaanya oleh peneliti, hanya data tertentu yang akan dilaporkan sebagai hasil penelitian.