

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Desain Penelitian**

Desain penelitian yang digunakan adalah penelitian *kuantitatif* dengan metode korelatif. Desain penelitian ini menggunakan *cross sectional* yaitu data yang menyangkut variabel dependen dan variabel independent dikumpulkan dan diamati dalam waktu yang bersamaan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh perilaku makan dan aktivitas fisik terhadap indeks massa tubuh (IMT) pada remaja putri *underweight*.

#### **B. Lokasi dan Waktu Penelitian**

##### **1. Lokasi**

Penelitian ini dilakukan di SMP N 1 Sungai Kakap, Kabupaten Kubu Raya, Kalimantan Barat.

##### **2. Waktu**

Waktu penelitian ini dilaksanakan mulai pada bulan 22 Mei – 26 Mei 2023.

#### **C. Populasi/Sampel/Objek Penelitian**

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

Populasi merupakan keseluruhan sumber data yang diperlukan dalam penelitian. Populasi dalam penelitian ini yaitu seluruh remaja putri kelas VII dengan *underweight* yang berjumlah 56 siswi.

##### **2. Sampel**

Sampel adalah bagian dari populasi. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah *total sampling*. Menurut Sugiyono (2011), *total sampling* adalah teknik pengambilan sampel dimana jumlah sampel sama dengan populasi. Alasan mengambil *total sampling* yaitu populasi yang kurang dari 100, sehingga seluruh populasi dijadikan sampel penelitian seluruhnya.

#### **D. Variabel Penelitian**

Variabel independent	: Perilaku makan dan aktivitas fisik.
Variabel dependen	: Indeks Massa Tubuh (IMT).
Variabel Perancu	: Usia, jenis kelamin.

## E. Definisi Operasional Variabel

Definisi operasional merupakan batasan ruang lingkup dengan pengertian variabel yang diamati dan diteliti. Definisi operasional yang digunakan dalam penelitian ini adalah:

**Tabel 3.1 Definisi Operasional**

No	Variabel	Definisi Operasional	Alat Ukur	Hasil Ukur	Skala Ukur
1	Indeks Massa Tubuh (IMT)	Satuan untuk menentukan berat badan kurang, normal, dan obesitas	Timbangan injak digital, <i>microtoice</i> , kalkulator IMT	1) Severe thinness: <16.00 2) Moderate thinness: 16.00-16.99 3) Mild thinness: 17.00-18.49	Ordinal
2	Perilaku Makan	Segala makanan dan minuman yang dikonsumsi setiap harinya baik yang berupa makanan pokok maupun makanan selingan	Kuesioner FFQ ( <i>Food Frequency Questionnaire</i> )	1) Sering jika skor < rata-rata skor 2) Jarang jika skor > rata-rata skor	Ordinal
3	Aktivitas Fisik	Kegiatan yang dilakukan subjek selama seminggu terakhir ini untuk mengukur tingkat frekuensi aktivitas fisik dengan menggunakan kuisisioner yang disebut PAQ-A ( <i>The Physical Activity Questionnaire for Adolescent</i> ). Aktivitas fisik menggunakan sistem skoring yang dikategorikan aktivitas ringan, sedang, dan berat.	Kuesioner PAQ-A ( <i>The Physical Activity Questionnaire for Adolescents</i> )	1) Aktivitas ringan: Skor PAQ-A= 1-2,3 2) Aktivitas sedang: skor PAQ-A= 2,4-3,7 3) Aktivitas berat: Skor PAQ-A= 3,8-5	Ordinal

## F. Alat dan Bahan

### a. Instrumen pengumpulan data

- 1) Form identitas responden
- 2) Form *informed consent*
- 3) Form kuesioner

### b. Instrumen pemeriksaan antropometri

- 1) Pengukuran berat badan menggunakan timbangan
- 2) Pengukuran tinggi badan menggunakan *microtoice*
- 3) Menghitung IMT menggunakan kalkulator IMT di smartphone

## G. Pelaksanaan Penelitian

Jalannya penelitian dilakukan dengan beberapa tahap yaitu:

1. Tahap Persiapan
  - a. Menetapkan tema judul penelitian, konsultasi dengan dosen pembimbing.
  - b. Menganalisis data dari studi pendahuluan yang telah diperoleh.
  - c. Menyusun proposal dan melakukan konsultasi proposal
  - d. Melakukan ujian laporan skripsi
  - e. Mengurus surat permohonan izin survey pendahuluan dengan nomor KTI/0131/Keb-S1/II/2023 dari Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.
  - f. Mengurus surat keterangan persetujuan etik penelitian dengan nomor Skep/313/Kep/VI/2013 dari Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.
  - g. Melakukan koordinasi pada pihak SMP N 1 Sungai Kakap
  - h. Melakukan skrining terhadap remaja putri
2. Tahap Pelaksanaan
  - a. Melakukan studi pendahuluan.
  - b. Mengumpulkan data dengan wawancara secara langsung. Pengumpulan data dilakukan oleh peneliti dengan mengumpulkan responden di dalam ruang kelas VII.
  - c. Pengumpulan responden dilakukan berdasarkan izin yang sudah dilakukan dengan pihak sekolah.
  - d. Pada hari pertama, peneliti mengumpulkan remaja putri kelas VII A, B, dan C sebanyak 45 orang. Pada hari kedua, peneliti mengumpulkan remaja putri kelas VII D, E, F sebanyak 43 orang. Pada hari ketiga, peneliti mengumpulkan remaja putri kelas VII G dan H sebanyak 25 orang.
  - e. Peneliti memperkenalkan diri, menerangkan maksud dan tujuan diadakannya penelitian.
  - f. Peneliti memberikan lembar *informed consent* kesediaan menjadi responden dalam penelitian.
  - g. Peneliti melakukan pengukuran antropometri pada responden berupa pengukuran LILA, pengukuran berat badan dan pengukuran tinggi badan.
  - h. Peneliti menghitung IMT dari hasil pengukuran antropometri.
  - i. Peneliti memberikan kuesioner FFQ (*Food Frequency Questionnaire*) PAQ-A (*The Physical Activity Questionnaire for Adolescent*)
  - j. Pencatatan semua hasil penelitian.

3. Pengukuran Antropometri
  - a. Memastikan peralatan lengkap dan berfungsi dengan baik.
  - b. Memposisikan sampel dengan posisi yang nyaman.
  - c. Melakukan pengukuran berat badan dengan timbangan digital.
  - d. Melakukan pengukuran tinggi badan dengan microtoice.
  - e. Mencatat semua hasil pengukuran.

4. Penyusunan Laporan

Tahap akhir dari penelitian ini adalah penyusunan laporan dan penyajian hasil dari analisis data serta pembahasan hasil penelitian yang telah dilengkapi dengan kesimpulan dan saran rekomendasi dari temuan yang diperoleh dari hasil penelitian.

## H. Metode Pengolahan dan Analisis Data

### 1. Pengolahan Data

Data yang terkumpul dalam analisis data diolah dengan tujuan mengubah data menjadi informasi. Pemrosesan data berlangsung dalam langkah sebagai berikut:

- a. Pengeditan Data (*Editing*)

Ini dilakukan dengan memeriksa survei yang telah selesai. Pengumpulan data mungkin ada kesalahan atau kekurangan dan diperiksa ulang untuk memastikan bahwa data yang masuk di proses dengan benar untuk menghasilkan hasil yang mencerminkan masalah yang sedang diselidiki.

- b. Pemberian Kode (*Coding*)

Pemberian kode pada setiap data yang telah dikumpulkan untuk memperoleh dan memasukkan data ke dalam table.

- c. Pemberian Nilai (*Scoring*)

Data yang dikodekan akan dimasukkan ke dalam SPSS (*Statistical Product for Service Solution*)

- d. Cleaning

Cleaning dilakukan untuk memeriksa ulang kelengkapan dan kesesuaian data terkumpul dengan data yang telah dimasukkan di dalam Microsoft Excel dan program pengolahan SPSS.

e. Tabulasi (*Tabulating*)

Untuk memudahkan analisis data, pengolahan dan kesimpulan data dimasukkan dalam bentuk table distribusi umum dan poin diberikan untuk pernyataan yang diberikan kepada responden.

## 2. Analisa Data

a. Analisis Univariat

Pada analisis univariat, dilakukan pada setiap variabel dari hasil analisis. Tujuan analisis ini adalah untuk menghasilkan distribusi dari presentase masing-masing variabel.

b. Analisis Bivariat

Proses analisa bivariat dilakukan dengan cara menguji data menggunakan program SPSS. Menurut Sugiyono (2013) bila datanya berbentuk ordinal, maka digunakan teknik statistik berupa uji korelasi spearman rank. Setelah dilakukan uji dan diketahui angka signifikansinya maka batasan kesimpulannya adalah:

- 1)  $H_0$  ditolak, bila  $p < 5\%$  (0,05) artinya ada hubungan antara variable bebas terhadap variable terikat.
- 2)  $H_0$  diterima, bila  $p > 5\%$  (0,05) artinya tidak ada hubungan antara variabel bebas terhadap variable terikat.