

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian analitik korelatif dengan design kohort. Tahap Kesiapan diukur sebelum pemberian *leaflet*. Pengukuran berat badan responden diukur sebelum pemberian *leaflet* sebagai intervensi singkat dan sesudah *follow-up* 1 bulan. Penelitian ini menganalisis hubungan tahap kesiapan untuk berubah terhadap tingkat penurunan berat badan pada mahasiswa obesitas di FKIK UMY.

B. Populasi dan Sampel

1. Populasi

a. Populasi Umum

Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.

b. Populasi Terjangkau

Mahasiswa Pendidikan Dokter FKIK Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.

2. Sampel

Subjek pada penelitian ini adalah mahasiswa Pendidikan Dokter Universitas Muhammadiyah Yogyakarta tingkat pertama hingga tingkat

ke-empat yang mengalami obesitas. Pengambilan sampel menggunakan Total Sampling.

Kriteria inklusi :

- a. Mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter FKIK UMY ,tingkat pertama hingga tingkat keempat yang menderita obesitas (IMT > 25 kg/m² ..
- b. Bersedia menjadi responden penelitian dengan mengisi *informed consent* dan bekerjasama selama penelitian berlangsung.

Kriteria eksklusi :

- a. Tidak bersedia menjadi responden penelitian
- b. Mahasiswa PSPD FKIK UMY, tingkat pertama hingga tingkat keempat yang menderita obesitas yang sedang rawat inap di Rumah Sakit selama penelitian berlangsung.

C. Lokasi dan Waktu

Penelitian ini akan dilaksanakan di FKIK UMY pada bulan Maret hingga Mei 2015.

D. Variabel dan Definisi Operasional

1. Variabel

Variabel Bebas : Tingkat kesiapan

Variabel Terikat : Tingkat penurunan berat badan

Variabel Perancu : Peningkatan aktifitas fisik, pengaturan pola makan, dan manajemen stress.

2. Definisi Operasional

Pada definisi operasional membahas tentang tahap kesiapan untuk berubah dan tingkat penurunan berat badan.

a. Tahap Kesiapan untuk Berubah

Kesiapan berubah (*change readiness*) mempunyai fokus terhadap dua hal, yaitu kompetensi yang mendukung perubahan dan komitmen untuk berubah. Tujuannya adalah mengidentifikasi kesiapan seseorang dalam melakukan perubahan, serta mengklarifikasi konsekuensi-konsekuensi perubahan.

b. Tingkat Penurunan Berat Badan

Tingkat penurunan berat badan dihitung dari berat badan terakhir dikurangi berat badan awal dalam kilogram (kg).

E. Instrumen Penelitian

1. Form kuesioner “Kesiapan untuk Berubah dalam Penurunan Berat Badan”, untuk menilai tahap kesiapan responden obesitas untuk berubah dilakukan dengan menjawab 5 pertanyaan dengan pilihan jawaban “ya” dan “tidak”. Kuesioner ini mengadaptasi dari *Oxfordshire Weight Management* dengan dilakukan *forward and backward translation*.

2. Timbangan berat badan digital.
3. *Microtoise staturmeter*
4. *Leaflet* "Penurunan Berat Badan yang Efektif dan Sehat" yang berisi tentang : (1) pengertian obesitas serta pedoman pengukuran indeks massa tubuh (IMT) menurut *WHO Asia-Pasifik*. (2) tentang pola makan yang baik, (3) rekomendasi aktifitas harian untuk menurunkan berat badan.

F. Jalannya Penelitian

Tahap penelitian untuk pengumpulan data adalah sebagai berikut

1. Perizinan dilakukan antara pihak peneliti dengan pihak responden mahasiswa FKIK Universitas Muhammadiyah Yogyakarta untuk pelaksanaan penelitian.
2. Pembuatan kuesioner dan uji validitas serta reliabilitas.
3. Pembuatan leaflet tentang " screening obesitas pada mahasiswa diatas > 18tahun " sebagai panduan responden dalam pelaksanaan penelitian.
4. Recruitmen responden serta perhitungan IMT dan hitung prevalensi
5. Melakukan *survey* menggunakan kuesioner yang telah dibuat dan di uji validitas serta reliabilitas. (*precontemplation, contemplation, action dan maintenance*).
6. Responden yang telah terpilih kemudian dilakukan intervensi dengan pemberian *leaflet*.
7. Dilakukan *follow up* selama 1 bulan.
8. Perhitungan IMT kembali, untuk mengetahui tingkat penurunan berat badan responden.

G. Uji Validitas dan Reliabilitas

Peneliti mengadaptasi kuesioner yang berjudul *Individual Readiness to Change* dari *Oxfordshire Weight Management*, dengan melakukan *forward and backward translation*. Uji reabilitas dan validitas tidak dilakukan oleh karena pilihan jawaban hanya berupa “ya” dan “tidak”.

H. Analisis Data

Setelah data diproses langkah selanjutnya adalah menganalisis hubungan antara variabel terikat pada penelitian dengan menggunakan program komputer SPSS versi 21, kemudian dilakukan analisis data secara bertahap. Teknik analisis data dilakukan dengan menggunakan uji *Chi-square*.

I. Etika Penelitian

1. Menggunakan surat izin penelitian
2. Pengisian *Informed consent*
3. Merahasiakan identitas responden