

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

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

Jenis penelitian ini adalah *non eksperimen* dengan metode penelitian kuantitatif dan desain penelitian deskriptif. Penelitian deeskriptif bertujuan untuk mengetahui gambaran *variable* penelitian (Nursalam, 2013).

#### **B. Tempat dan Waktu Pelaksanaan**

Penelitian ini akan di lakukan di SMP Unggulan Aisyiyah Bantul Yogyakarta, pada bulan November 2017 – Maret 2018.

#### **C. Populasi dan Sample Penelitian**

##### 1. Populasi

Populasi adalah keseluruhan subjek yang telah memenuhi kriteria yang telah ditetapkan (Nursalam, 2013). Populasi pada penelitian ini adalah remaja putri SMP Unggulan Aisyiyah Bantul berjumlah 65 siswi putri.

##### 2. Sampel

Sampel adalah bagian populasi yang digunakan sebagai subjek penelitian melalui sampling. Sedangkan sampling adalah teknik untuk menyeleksi sampel yang dapat mewakili populasi (Nursalam, 2013). Sampel pada penelitian ini adalah siswi SMP Unggulan Aisyiyah di Kabupaten Bantul Yogyakarta. Penelitian ini menggunakan *total*

*sampling* sehingga peneliti mengambil seluruh siswi SMP Unggulan

Aisyiyah Bantul sebanyak 66 orang sebagai sampel penelitian.

#### D. Kriteria Eklusi

Siswi tidak bersedia menjadi responden penelitian.

#### E. Variabel Penelitian

Variabel dalam penelitian ini adalah tingkat kecukupan gizi remaja putri.

#### F. Definisi Operasional

Tabel 3. Definisi Operasional

No	Variabel	Definisi operasional	Alat Ukur	Hasil ukur	Skala
1	Tingkat Kecukupan Gizi	Tingkat kecukupan gizi merupakan hasil hitung yang diperoleh dari merecall semua jenis makanan yang dimakan dalam satu hari yang kemudian akan dikonveksi menjadi Angka berdasarkan Ukuran Rumah Tangga (URT) yang ditetapkan oleh Kemenkes yang kemudian dianalisa dengan aplikasi untuk mendapatkan hasil ukur Angka Kecukupan Gizi (AKG) dari makananya yang dimakan. Hasil AKG akan analisis menjadi sub bagian dari setiap zat gizi yang ada pada AKG seperti energy, lemak dan protein.	<i>Food Recall</i> 24 jam	Hasil ukur setiap zat gizi (energy, lemak, dan protein): defisit tingkat berat (<70%), defisit tingkat sedang (70-79%), defisit tingkat ringan (80-89%), normal (90-119%), dan lebih ( $\geq$ 120%)(Kement erian Kesehatan R. I., Pedoman Gizi Seimbang, 2014)	Ordinal

## G. Instrument Penelitian

Pada penelitian ini instrument yang digunakan adalah :

1. Pada penelitian ini instrument yang digunakan adalah menggunakan form *food recall* 24 jam dengan cara menanyakan secara langsung dan mencatat jenis dan jumlah makanan yang di konsumsi pada selama 24 jam terakhir yang dimulai dari makan di pagi hari sampai makan pada malam harinya. Pengambilan data dilakukan secara berulang minimal dilakukan selama 2 hari dengan hari yang tidak berurutan.

Data asupan energi dan zat gizi diperoleh dengan analisis konsumsi pangan menggunakan alat bantu Daftar Komposisi Bahan Makanan. Hasil *recall* Konsumsi berupa ukuran rumah tangga (URT) dikonversi kedalam satuan gram yang dianalisa menggunakan aplikasi *nutria survey* untuk mendapatkan jumlah konsumsi gizi.

Jumlah konsumsi gizi kemudia di hitung secara manual untuk mendapatkan tingkat kecukupan energi dan zat gizi. Rumus tingkat kecukupan energi dan zat gizi merupakan perbandingan asupan energi dan zat gizi dengan AKG aktualnya yang dihitung dengan rumus berikut:

$$\text{TKE atau TKG} = \frac{\text{Jumlah Asupan Energi dan Zat Gizi}}{\text{AKG Aktual}} \times 100\%$$

Tingkat Kecukupan Energi dan zat Gizi dikategorikan menjadi defisit tingkat berat (<70%), defisit tingkat sedang (70-79%), defisit tingkat ringan (80-89%), normal (90-119%), dan lebih ( $\geq 120\%$ ). Asupan vitamin

dan mineral dinilai dengan tingkat kecukupan vitamin dan mineral yang dikategorikan menjadi kurang ( $<77\%$ ) dan cukup ( $\geq 77\%$ ). Persen energi dari lemak dikategorikan menjadi kurang ( $<20\%$ ), cukup (20-30%), dan lebih ( $>30\%$ ). Persen energi dari karbohidrat dikategorikan menjadi kurang ( $<50\%$ ), cukup (50-65%), dan lebih ( $>65\%$ )(Rizkiriani, 2014).

## **H. Langkah Kerja**

Penelitian ini akan melewati 3 tahapan yaitu tahap persiapan, tahap pelaksanaan, dan tahap menganalisis data.

### **1. Tahap Persiapan**

Tahap ini peneliti melakukan pengajuan judul dan proposal penelitian, setelah penulisan proposal selesai dilakukan dan refisi, selanjutnya dilakukan tahap seminar proposal penelitian. Tahapan selanjutnya adalah pengurusan surat izin penelitian. Peneliti juga mengajukan lembar persetujuan menjadi responden yang akan ditandatangani oleh orang tua calon responden.

### **2. Tahap Pelaksanaan**

Tahap kedua, peneliti melakukan penelitian di SMP Unggulan Aisyiyah Bantul Yogyakarta yang sebelumnya sudah mengajukan surat permohonan untuk melakukan penelitian di sekolah tersebut dan mendapat persetujuan dari pihak sekolah untuk di lanjutkan. Responden di kumpulkan dalam satu tempat lalu diberikan penjelasan terkait pengisian kuisisioner lalu setelah responden memahaminya maka

responden di berikan kuisisioner penelitian kepada siswi di SMP Unggulan Aisyiyah Bantul Yogyakarta. Kuisisioner tersebut berupa kuisisioner *Food Recall* 24 jam yang akan diisi selama 6 kali dalam 2 minggu dengan hari yang tanpa berurutan agar dapat menggambarkan kebiasaan makan lebih optimal.

### 3. Tahap Analisis Data

Setelah melakukan pemeriksaan/validasi data, pengkodean, rekapitulasi dan tabulasi, dilakukan analisis dengan menggunakan *software* analisa data di computer atau laptop. Analisa data menggunakan analisa univariat. Setelah di analisis maka akan dibuat kesimpulan yang akan di susun menjadi laporan.

#### **I. Uji Validitas dan Reliabilitas**

Peneliti tidak melakukan uji validitas dan reliabilitas sebab menggunakan form *food recall* 24 jam yang sudah paten dan valid untuk digunakan.

#### **J. Teknik Pengolahan**

Pengolahan data adalah susunan didalam penelitian setelah data terkumpul dengan tujuan data yang diperoleh berkualitas (Notoatmodjo, 2010), tahap-tahap pengolahan data yaitu:

1. *Editing* adalah pengecekan pada data penelitian untuk mengetahui sesuai tidaknya data yang diperoleh.
2. *Entry data*, memasukan data yang terkumpul kedalam *data base* didalam komputer dan membuat distribusi frekuensi.

3. *Coding*, pada penelitian ini dilakukan dengan memberikan *code* pada pola nutrisi *code* 1 defisit tingkat berat, *code* 2 defisit tingkat sedang, *code* 3 defisit tingkat ringan, *code* 4 normal, dan *code* 5 lebih dari normal.
4. *Processing* yaitu memasukan data yang didapat kedalam program dalam komputer.
5. *Cleansing* merupakan pembersihan data dengan melakukan cek ulang setelah data dimasukan untuk melihat ada tidaknya kesalahan.
6. *Describing* yaitu penggambaran dengan menjelaskan seperti apa data tersebut.

#### **K. Analisis Data**

Analisis data yang digunakan untuk penelitian ini yaitu untuk mengetahui gambaran tingkat kecukupan zat gizi pada remaja putri di SMP Unggulan Aisyiyah Bantul. Analisis yang digunakan adalah sebagai Analisis Univariat. Data yang didapatkan oleh peneliti dianalisis menggunakan analisis univariat untuk mengetahui gambaran dan mendeskripsikan hasil penemuan *variable* tingkat kecukupan gizi yang akan di sajikan dalam bentuk persentase dan tabel.

#### **L. Etika Penelitian**

Menurut Nursalam dalam Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan (2013) prinsip etik dalam penelitian keperawatan dalam penelitian ini adalah Respect human dignity :

- a. Responden berhak untuk ikut/tidak menjadi responden tanpa ada sangsi apapun
- b. Responden berhak mendapatkan penjelasan secara lengkap dan tanggungjawab pada penelitian ini.