

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif dengan pendekatan survei. Metode deskriptif tersebut bertujuan untuk mendeskripsikan (memaparkan) peristiwa-peristiwa penting yang terjadi pada masa kini (Nursalam, 2011). Menurut Nursalam (2013), bahwa yang dimaksud dengan survei adalah suatu rancangan yang digunakan untuk menyediakan informasi yang berhubungan dengan prevalensi, distribusi, dan hubungan antar variabel dalam satu populasi. Pada survei, tidak ada intervensi. Survei mengumpulkan informasi dari tindakan seseorang, pengetahuan, kemauan, pendapat, perilaku dan nilai.

B. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Menurut Nursalam (2013), populasi dalam penelitian merupakan subjek (misalnya manusia; klien) yang memenuhi kriteria yang telah ditetapkan. Pada penelitian ini populasi yang digunakan adalah seluruh mahasiswa-mahasiswi di Universitas Muhammadiyah Yogyakarta, sebanyak 20.845 yang terdiri dari (laki-laki: 11.425 & perempuan: 9.420).

2. Sampel dan Teknik pengambilan sampling

Menurut Nursalam (2013), sampel terdiri atas bagian populasi terjangkau yang dapat dipergunakan sebagai subjek penelitian melalui sampling. Teknik sampling merupakan suatu proses seleksi sampel yang digunakan dalam

penelitian dari populasi yang ada sehingga jumlah sampel akan mewakili keseluruhan populasi yang ada (Hidayat, 2007). Teknik sampling dalam penelitian ini menggunakan *simple random sampling* yaitu teknik pengambilan sampel secara acak tanpa memperhatikan strata yang ada pada populasi (Sugiyono, 2003).

RUMUS:

$$\begin{aligned}
 n &= \frac{N}{1+N(d)^2} \\
 &= \frac{20845}{1+20845(0,05).(0,05)} \\
 &= \frac{20845}{1+52.1125} \\
 &= \frac{20845}{53.1125} \\
 &= 392.46 \\
 &= \text{Dibulatkan menjadi } 392
 \end{aligned}$$

Keterangan :

n : Besar sampel

N: Besar populasi

d : Tingkat signifikansi

(Nursalam, 2013)

Berdasarkan perhitungan sampel yang sudah dilakukan, jadi jumlah sampel yang akan digunakan dalam penelitian ini ada 392 Mahasiswa, dengan kriteria inklusi sebagai berikut:

- a. Mahasiswa-mahasiswi di Universitas Muhammadiyah Yogyakarta menyetujui dalam menjadi responden
- b. Seluruh mahasiswa-mahasiswi dari berbagai fakultas maupun prodi yang masih aktif kuliah di Universitas Muhammadiyah Yogyakarta
- c. Melakukan pengisian kuisisioner dengan lengkap

C. Waktu dan Lokasi Penelitian

1. Waktu

Pengambilan data dilaksanakan pada tanggal 26 April 2016 - 17 Juni 2016.

2. Lokasi

Pengambilan data dilaksanakan di Universitas Muhammadiyah Yogyakarta, yang beralamatkan di Jalan Lingkar Selatan, Tamantirto, Kasihan, Bantul, Yogyakarta.

D. Variabel

Menurut Soeparto, dalam Nursalam (2013), mengatakan bahwa yang dimaksud dengan variabel adalah perilaku atau karakteristik yang memberikan nilai beda terhadap sesuatu (benda, manusia dan lain-lain). Variabel yang digunakan dalam penelitian ini adalah variabel *independent* (bebas). Variabel *Independent* (bebas) merupakan variabel yang mempengaruhi atau nilainya menentukan variabel lain. Pada penelitian ini variabelnya adalah Perilaku Diet.

E. Definisi Operasional

Menurut Nursalam (2013), mengemukakan bahwa yang dimaksud dengan definisi operasional adalah definisi berdasarkan karakteristik yang diamati dari suatu yang didefinisikan tersebut. Karakteristik yang dapat diamati (diukur) itulah yang merupakan kunci definisi operasional. Dapat diamati artinya memungkinkan peneliti untuk melakukan observasi atau pengukuran secara cermat terhadap suatu objek atau fenomena yang kemudian dapat diulangi lagi oleh orang lain (Nursalam, 2002 dalam Nursalam, 2013).

Tabel 3.1 :Definisi Operasional

Variabel	Definisi operasional	Instrumen	Skala	Hasil Ukur
Perilaku diet	Perilaku Diet merupakan sikap maupun tingkah laku seseorang dalam menentukan pola makanan, baik dalam pengaturan waktu, jenis-jenis makanan yang dikonsumsi maupun cara pengolahan makanan.	Kuisisioner (<i>Food Recall</i> 1 x 24 jam)	Ordinal	Frekuensi dan Prosentase

Sumber: Data Primer 2016

F. Instrumen

Jenis Instrumen yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah kuisisioner *food recall* selama 1 X 24 Jam. *Food recall* yang digunakan pada penelitian ini merupakan kuisisioner yang telah digunakan dalam penelitian Febriani pada tahun 2012 dengan judul penelitian “Keseimbangan Gizi Makanan dengan Aktivitas Atlet Putri Bola Basket PON DIY” pada tahun 2012 lalu. Kuisisioner *food recall*

tersebut telah dimodifikasi kembali oleh peneliti seperti mendapat penambahan serta pengurangan isi maupun format dalam kuisisioner.

Menurut Nursalam (2013), mengatakan bahwa pada jenis pengukuran ini peneliti mengumpulkan data secara formal kepada subjek untuk menjawab pertanyaan secara tertulis. Pertanyaan yang diajukan dapat juga dibedakan menjadi pertanyaan terstruktur, peneliti hanya menjawab sesuai dengan pedoman yang sudah ditetapkan dan tidak terstruktur, yaitu subjek menjawab secara bebas tentang sejumlah pertanyaan yang diajukan secara terbuka oleh peneliti (Nursalam, 2013).

G. Teknik Pengumpulan data

Pengumpulan data adalah proses pendekatan kepada subjek dan proses pengumpulan karakteristik subjek yang diperlukan dalam penelitian (Nursalam, 2013). Pengumpulan data pada penelitian ini telah dilakukan di Universitas Muhammadiyah Yogyakarta, adapun prosedur pengumpulan data, sebagai berikut:

1. Prosedur pengumpulan data
 - a. Tahap persiapan
 - 1) Meminta izin kepada Pihak yang berwenang di Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.
 - 2) Menyiapkan kuisisioner termasuk didalamnya terdapat lembar persetujuan (*inform consent*).
 - 3) Menyiapkan peralatan (seperti; pulpen dan kertas).

b. Tahap pelaksanaan

- 1) Peneliti melakukan pendekatan kepada responden untuk memberikan penjelasan bila responden bersedia maka dipersilahkan untuk menandatangani lembar persetujuan (*inform consent*)
- 2) Responden diberikan penjelasan cara pengisian kuisioner
- 3) Peneliti dan asisten peneliti mendampingi responden dalam melakukan pengisian kuisioner dengan tujuan agar jika ada sesuatu yang kurang jelas, responden dapat langsung menanyakan kepada peneliti maupun asisten peneliti
- 4) Responden harus mengisi kuisioner dengan lengkap atas pertanyaan yang telah diberikan oleh peneliti
- 5) Peneliti dan asisten peneliti melakukan pengecekan dan mengklarifikasi apabila responden kurang tepat dalam melakukan pengisian kuisioner

2. Teknik pengumpulan data

Menurut Nursalam (2013), mengatakan bahwa ada 5 tugas peneliti dalam pengumpulan data, antara lain adalah:

a. Memilih subjek

Subjek dapat dipilih selama pengumpulan data. penentuan pemilihan subjek bergantung pada rancangan penelitian yang digunakan peneliti. Penetapan subjek biasanya direncanakan secara

cermat karena analisis data dan interpretasi hasil bergantung pada akurasi jumlah subjek yang dipilih.

b. Mengumpulkan data secara konsisten

Konsep agar pengumpulan data dapat akurat adalah perlunya suatu konsistensi. Konsistensi tersebut perlu untuk mempertahankan pola pengumpulan data pada setiap tahap berdasarkan rencana yang telah ditetapkan. Hal ini penting dilakukan agar tidak terjadi perbedaan hasil antara pengumpulan data yang satu dengan yang lain.

c. Mempertahankan pengendalian dalam penelitian

Tujuan pengendalian penelitian adalah untuk meminimalisasi terjadinya bias pada hasil penelitian. Peneliti perlu memperhatikan dan mengendalikan adanya variabel-variabel yang tidak diteliti tetapi mempunyai pengaruh terhadap variabel yang diteliti. Variabel-variabel tersebut sering timbul pada saat proses pengumpulan data dilaksanakan. Jika variabel-variabel yang tidak diprediksikan (variabel acak) terjadi, maka peneliti harus menuliskan dalam hasil untuk dijadikan kajian penelitian lebih lanjut atau sebagai suatu keterbatasan dalam penelitian.

d. Menjaga integritas atau validitas penelitian

Mempertahankan konsistensi dan pengendalian selama pengumpulan data berarti mempertahankan adanya suatu integritas atau validitas penelitian. Untuk dapat melaksanakannya, peneliti harus

selalu cermat terhadap adanya sikap perubahan atau upaya merubah suatu rencana yang telah ditetapkan agar tidak terjadi ketidaksinambungan.

e. Memecahkan masalah

Masalah dapat dipersepsikan sebagai suatu frustrasi atau sebagai suatu tantangan. Tugas yang terpenting dalam pengumpulan data adalah menyelesaikan masalah pada pengumpulan data adalah perlu adanya orang lain untuk memberikan masukan dan berdiskusi untuk mencari jalan keluar yang terbaik agar tujuan penelitian dapat tercapai.

H. Uji Validitas

Validitas (kesahihan) adalah menyatakan apa yang harus diukur. Prinsip validitas adalah pengukuran dan pengamatan yang berarti prinsip keandalan instrumen dalam pengumpulan data (Nursalam, 2013). Pada penelitian ini telah dilakukan uji validitas kuisioner *food recall* selama 1 x 24 jam dengan menggunakan CVI (*Conten Validity Index*) yaitu pengujian yang dilakukan dengan 3 uji *expert* (ahli) yakni 1 pakar dari Bidang Ilmu Gizi dan 2 pakar dari Keperawatan Medical Bedah (KMB).

Penilaian yang dilakukan pada setiap item menggunakan skala *likert*, yaitu (1= tidak relevan, 2= cukup relevan, 3= relevan dan 4= sangat relevan) (Polite & Beck, 2008). Berdasarkan hasil dari uji validitas tersebut didapatkan skor 0,91. Menurut penelitian Chien dan Chang (2009) dalam Polite dan Beck (2008) mengatakan bahwa skor *content validity* memiliki rentang skor 0,86-1,00. Jadi

dapat dinyatakan bahwa kuisisioner *food recall* selama 1 x 24 adalah valid. Skor tersebut diperoleh dengan menggunakan rumus, hasil skor per item yang diberikan oleh para ahli dibagi dengan skor tertinggi, kemudian hasil dari pembagian tersebut dijumlahkan dan dibagi 3 (Wulantri, 2014 dalam Polite & Beck, 2008).

I. Pengolahan Data dan Analisa Data

1. Metode pengolahan data

Data yang telah dikumpulkan dilakukan pengecekan ulang kemudian dilakukan pengolahan melalui beberapa tahap, yaitu:

a. Editing

Tahap ini peneliti melakukan koreksi data untuk melihat kebenaran pengisian kuisisioner dan kelengkapan jawaban kuisisioner dari responden.

b. Coding

Peneliti melakukan pemberian kode pada data untuk mempermudah mengolah data semua variabel diberikan data dengan kata lain coding memberikan tanda kode terhadap pertanyaan yang telah diajukan, hal ini dimaksudkan untuk mempermudah waktu mengadakan tabulasi dan analisa data (Mardalis, 2006). Pada penelitian ini menggunakan kode angka 0,1 dan 2 maksudnya adalah pada jenis kelamin laki-laki (1) dan perempuan (2) dan pada waktu makan jika angka 1 (tepat) dan angka 0

(tidak tepat) serta pada jenis makanan dan cara pengolahannya maksudnya adalah angka 1 (ya) dan angka 0 (tidak).

c. Entry data

Kegiatan memasukan data hasil penelitian kedalam tabel kemudian diolah dengan menggunakan komputer

d. Tabulating

Merupakan suatu proses pemasukan data dalam komputer untuk selanjutnya dilakukan analisa data dengan menggunakan aplikasi *Microsoft Exel*.

J. Analisa data

Analisa data merupakan bagian yang sangat penting untuk mencapai tujuan pokok penelitian, yaitu menjawab pertanyaan-pertanyaan penelitian yang mengungkap fenomena. Analisa data dalam penelitian ini menggunakan analisis univariat. Analisis univariat bertujuan untuk menghasilkan distribusi dan prosentase dari setiap variabel (Nursalam, 2013). Pada umumnya dalam analisis ini hanya menghasilkan distribusi frekuensi dan prosentase dari tiap variabel, meliputi mean, median dan modus serta standar deviasi yang akan ditampilkan dalam bentuk tabel dan kurva. Pada penelitian ini menghasilkan distribusi dan frekuensi dari waktu makan (tepat dan tidak tepat), jenis-jenis makanan seperti; (karbohidrat, lemak, protein dan serat) serta cara pengolahan (dibakar, digoreng, direbus, menanak, diasapi, digarami dan mentah).

K. Etika Penelitian

1. Penelitian yang berjudul “Perilaku Diet sebagai Faktor Risiko Terhadap Penyakit Tidak Menular (PTM) pada Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Yogyakarta” telah mengajukan izin etik ke bidang etik Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta dengan Kelayakan Etika Penelitian Nomor: 044/EP-FKIK-UMY/II/2016.

2. Prinsip manfaat (bebas dari penderitaan, eksploitasi dan risiko)

Penelitian yang dilakukan tidak mengakibatkan penderitaan dan dihindarkan dari keadaan yang tidak menguntungkan pada responden, informasi yang telah diberikan tidak akan dipergunakan dalam hal-hal yang dapat merugikan responden dalam bentuk apapun dan mempertimbangkan risiko yang akan berakibat kepada responden pada setiap tindakan.

3. *Respect human dignity*

Responden mempunyai hak untuk memutuskan apakah mereka bersedia atau tidak tanpa adanya sanksi apapun.

4. *Right to full disclosure*

Peneliti menjelaskan secara rinci tentang penelitian yang akan dilakukan, serta bertanggung jawab jika ada sesuatu yang terjadi pada responden.

5. *Informed consent*

Responden mendapatkan lembar persetujuan (*Informed consent*) yang diisi dan berisi bahwa data yang diperoleh dari peneliti nantinya hanya akan dipergunakan untuk pengembangan ilmu.

6. *Right to privacy*

Data yang diperoleh dari responden terjaga kerahasiaannya.