

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Desain penelitian *Literature Reviews*. *Literature review* yakni sebuah sintesis dari studi literatur yang bersifat sistematis, jelas, menyeluruh, mengidentifikasi, menganalisis dan mengevaluasi melalui pengumpulan data yang sudah ada dengan metode pencarian yang eksplisit dan melibatkan proses telaah kritis dalam pemilihan studi yang sesuai dengan satu topik (Kitchenham & Charters, 2007).

B. Penelusuran Literatur

Penelusuran artikel publikasi didapatkan dari *google scholar* dengan menggunakan kata kunci *carbohydrate, calcium, body fat percentage, fat loss, dietary, women, adults*. Artikel yang digunakan merupakan artikel yang diterbitkan antara tahun 2010 – 2020. Artikel yang digunakan dalam bentuk *Full text*, dalam bentuk PDF, tidak berbayar, berbahasa inggris dan berbahasa indonesia. Adapun kriteria jurnal yang digunakan sebagai berikut :

1. Desain penelitian yang digunakan dalam penelusuran ilmiah *experimental study, cross sectional, korelasi, kualitatif*
2. Populasi dalam penelitian adalah wanita dewasa usia 19 – 49 tahun.
3. Intervensi dalam penelitian adalah hubungan asupan karbohidrat , asupan kalsium dengan persentase lemak tubuh.

4. Outcome yang diukur dalam penelusuran hubungan antara asupan karbohidrat, asupan kalsium persentase lemak tubuh.

Untuk menghindari kesalahan dalam pemaknaan beberapa istilah yang termuat dalam judul skripsi, maka dibuatlah istilah berupa definisi operasional sebagai berikut:

1. Asupan Karbohidrat adalah total karbohidrat diperoleh dari bahan makanan yang dikonsumsi menggunakan survei konsumsi kemudian dirata – rata menjadi konsumsi per hari.
2. Asupan Kalsium adalah total asupan kalsium yang diperoleh dari bahan makanan yang dikonsumsi kemudian dirata – rata menjadi per hari.
3. Persen lemak tubuh persentase total lemak tubuh dibagi dibagi berat badan di kali 100 % (Gibson, 2005).

C. Ekstraksi Data

Ekstraksi data dilakukan apabila semua data yang didapatkan telah memenuhi syarat. Pada ekstraksi data ini mencakup kembali artikel – artikel utama dan menonjolkan informasi yang relevan yang akan menjawab pertanyaan penelitian (Higgins dan Deeks, 2009). Dalam melakukan ekstraksi data harus mencerminkan pertanyaan dan penilaian yang direncanakan. Beberapa hal yang perlu dilakukan dalam melakukan ekstraksi data sebagai berikut:

- a) Bibliografi penulis
- b) Tujuan artikel penelitian
- c) Metode penelitian
- d) Hambatan dalam penelitian
- e) Informasi lain yang relevan

Setelah proses *screening* dilakukan maka hasil ekstraksi data dapat diketahui dari jumlah awal data yang dimiliki yang masih memenuhi syarat untuk selanjutnya dapat di analisa.

D. Cara Penyimpulan Hasil

Hasil disimpulkan dari beberapa artikel penelitian yang digunakan untuk menjawab tujuan penelitian, kemudian menguraikan garis besar permasalahan dalam penelitian (Marzuli, 2016). Setelah itu membandingkan artikel yang digunakan tanpa menganalisis lebih lanjut. Adapun rencana yang akan dibandingkan dan disimpulkan sebagai berikut :

- a) Mengenai gambaran tentang asupan karbohidrat pada wanita
- b) Mengenai gambaran tentang asupan kalsium pada wanita
- c) Mengenai hubungan antara asupan karbohidrat dengan persen lemak tubuh pada wanita
- d) Mengenai hubungan antara asupan kalsium dengan persen lemak tubuh pada wanita
- e) Menganalisis hubungan asupan karbohidrat dan asupan kalsium dengan persen lemak tubuh pada wanita