

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Desain penelitian ini menggunakan penelitian analitik korelasi, yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antara satu variabel dengan variabel lainnya yang terjadi di suatu populasi. Pendekatan yang digunakan adalah *cross sectional* dimana data dikumpulkan dalam waktu yang bersamaan (Notoatmojo, 2018).

Penelitian ini ingin mengetahui hubungan tingkat asupan energi, protein, kebiasaan sarapan dan body image dengan kekurangan energi kronis pada remaja putri di Desa Kemawi, Kecamatan Sumowono, Kabupaten Semarang.

B. Lokasi dan Waktu Penelitian

1. Lokasi penelitian dilakukan di Desa Kemawi, Kecamatan Sumowono, Kabupaten Semarang.
2. Waktu penelitian dilaksanakan pada Juni 2022

C. Subjek Penelitian

1. Populasi

Populasi pada penelitian ini adalah seluruh remaja putri usia 15-19 tahun di Desa Kemawi, Kecamatan Sumowono, Kabupaten Semarang yang berjumlah 71 responden.

2. Sampel

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi. Sampel dalam penelitian ini adalah remaja putri usia 15-19 tahun di Desa Kemawi, Kecamatan Sumowono, Kabupaten Semarang.

a. Teknik Pengambilan Sampel

Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah *total sampling*. Penelitian ini jumlah sampel yang digunakan adalah seluruh jumlah remaja putri usia 15-19 tahun di Desa Kemawi, Kecamatan Sumowono, Kabupaten Semarang. Kriteria inklusi dan eksklusi dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

a. Kriteria inklusi

- 1) Remaja putri yang berusia 15-19 tahun.
- 2) Remaja yang bertempat tinggal di wilayah penelitian.
- 3) Remaja yang bersedia menjadi subjek penelitian.

b. Kriteria eksklusi

- 1) Remaja yang sakit atau dalam keadaan tidak memungkinkan diambil datanya.
- 2) Remaja usia 15-19 tahun yang sudah menikah.

D. Definisi Operasional

Tabel 3.1 Definisi Operasional

No	Variabel	Definisi Operasional	Cara dan Alat Ukur	Hasil Ukur	Skala
Variabel Bebas					
1.	Tingkat asupan energi	Jumlah asupan energi per hari dari berbagai makanan dan minuman yang di konsumsi selama satu bulan terakhir. Data asupan diperoleh kemudian dihitung kebutuhan energi dibandingkan dengan energi total berdasarkan kebutuhan AKG individu tahun 2019 dan dikalikan 100%	Pengukuran ke responden menggunakan formulir FFQ semi kuantitatif dalam satu bulan terakhir dihitung menggunakan program nutrisurvey 2007	Tingkat asupan energi dikategorikan menjadi : a) Defisit berat (<70% AKG) b) Defisit sedang (70—79% AKG) c) Defisit ringan (80—89% AKG) d) Normal (90—119% AKG) e) Berlebih (≥120% AKG) (Depkes, 2003)	Ordinal
2.	Tingkat asupan protein	Jumlah asupan protein per hari dari berbagai makanan dan minuman yang di konsumsi selama satu bulan terakhir. Data asupan diperoleh kemudian dihirung kebutuhan energi dibandingkan dengan energi total berdasarkan kebutuhan AKG individu tahun 2019 dan dikalikan 100%	Pengukuran ke responden menggunakan formulir FFQ semi kuantitatif dalam satu bulan terakhir dihitung menggunakan program nutrisurvey 2007	Tingkat asupan protein dikategorikan menjadi : a) Defisit berat (<70% AKG) b) Defisit sedang (70—79% AKG) c) Defisit ringan (80—89% AKG) d) Normal (90—119% AKG) e) Berlebih (≥120% AKG) (Depkes, 2003)	Ordinal
3.	Kebiasaan sarapan	Kebiasaan sarapan didapatkan dari frekuensi responden dalam 1 minggu dan mengkategorikannya	Wawancara mengenai kuesioner frekuensi kebiasaan sarapan	a) 6-7x/minggu (selalu) b) 4-5x/minggu (kadang-kadang) c) 2-3x/minggu (jarang)	Ordinal

				d) 0-1x/minggu (tidak pernah) (Octavia, 2020)
4.	<i>Body image</i>	Pemahaman responden dalam menilai tentang ukuran, penampilan, dan bentuk tubuhnya	Kuesioner BSQ dengan cara wawancara	a) Tidak ada perhatian = < 80 b) Perhatian ringan = 81-110 c) Perhatian sedang = 111-140 d) Perhatian berat = > 140 (Sitepu, 2020)
Variabel terikat				
5.	Kekurangan energi kronis	KEK merupakan kondisi yang terjadi akibat ketidakseimbangan asupan energi dan protein.	Pengukuran menggunakan pita lila (<i>metylene</i>)	a) Beresiko KEK (<23.5 cm) b) Tidak beresiko KEK (\geq 23.5 cm) (Febgriantje, 2017)

E. Pengumpulan Data

1. Tahap Penelitian

a. Tahap Persiapan

- 1) Mengajukan permohonan izin studi pendahuluan dari Universitas Ngudi Waluyo Ungaran kepada Kepala Desa Kemawi, Kecamatan Sumowono, Kabupaten Semarang.
- 2) Peneliti mengunjungi lokasi penelitian untuk meminta izin penelitian.
- 3) Melakukan pengumpulan data awal sebagai identifikasi masalah untuk keperluan studi pendahuluan.

- 4) Melakukan koordinasi dengan Bidan Desa untuk rencana teknis pelaksanaan penelitian.
- 5) Menyiapkan instrumen penelitian.

b. Tahap Pelaksanaan

- 1) Pengumpulan data penelitian dilakukan pada remaja putri dengan cara *door to door*.
- 2) Peneliti memberikan penjelasan terkait prosedur pengumpulan data kepada subjek penelitian.
- 3) Peneliti memberikan lembar persetujuan kepada calon responden penelitian untuk bersedia menjadi responden dalam penelitian ini
- 4) Peneliti melakukan survey konsumsi makanan dengan menggunakan formulir FFQ (*Food Frequency Questionnaire*) semi kuantitatif untuk mengetahui asupan energi dan protein responden.
- 5) Peneliti mengukur kebiasaan sarapan pagi kepada responden dalam bentuk kuesioner
- 6) Peneliti melakukan pengukuran body image pada remaja dengan menggunakan kuesioner Body Shape Questionnaire (BSQ) untuk mengetahui persepsi tubuh responden yang diteliti.
- 7) Peneliti mengukur lingkaran lengan atas kepada responden untuk mengetahui ukuran besar lingkaran lengan atas.
- 8) Pelaporan hasil penelitian.

c. Instrumen Penelitian

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini antara lain :

- 1) Lembar formulir FFQ (Food Frequency Questionnaires) semi kuantitatif untuk mengetahui tingkat asupan energi dan protein responden.
- 2) Lembar kuesioner kebiasaan sarapan.
- 3) Metyline untuk mengetahui besar lingkaran lengan atas (LILA).
- 4) Kuesioner BSQ (Body Shape Questionnaire yang diperoleh dari artikel penelitian yang sudah di uji validitas sudah di validasi oleh ahli untuk mengetahui body image responden.

d. Sumber Data

1) Data Primer

Data primer yang digunakan dalam penelitian ini meliputi :

a) Identitas responden meliputi : nama remaja, tanggal lahir, umur, pekerjaan ayah, agama, pendapatan keluarga, tingkat pendidikan dan riwayat penyakit.

b) Tingkat asupan energi

Pengukuran tingkat asupan energi pada remaja putri di Desa Kemawi, Kecamatan Sumowono, Kabupaten Semarang yang dengan melakukan wawancara menggunakan formulir FFQ (Food Frequency Questionnaires) semi kuantitatif (Hardinsyah, 2016).

c) Tingkat asupan protein

Pengukuran tingkat asupan protein pada remaja putri di Desa Kemawi, Kecamatan Sumowono, Kabupaten Semarang dengan

melakukan wawancara menggunakan formulir FFQ (Food Frequency Questionnaires) semi kuantitatif (Hardinsyah, 2016).

- d) Pengukuran kebiasaan sarapan menggunakan kuesioner dengan kategori berdasarkan frekuensi sarapan.
- e) Kuesioner BSQ (Body Shape Questionnaire) untuk mengetahui persepsi body image subjek.
- f) Lingkar lengan atas untuk mengetahui besar lingkar lengan atas subjek.

2) Data Sekunder

Data sekunder dalam penelitian ini diperoleh dari Sekertaris Desa seperti nama subjek penelitian, alamat subjek, umur subjek dan jumlah subjek penelitian remaja putri di Desa Kemawi, Kecamatan Sumowono, Kabupaten Semarang.

F. Teknik Pengambilan Data

1. Observasi

Observasi merupakan pengumpulan data memiliki karakteristik yang lebih spesifik daripada wawancara dan kuesioner. Observasi digunakan apabila penelitian berkaitan dengan perilaku manusia, proses kerja, fenomena alam serta jika jumlah responden yang diamati tidak terlalu banyak. Ditinjau dari proses pengumpulan data, observasi dibedakan menjadi observasi partisipan dan observasi non partisipan, kemudian dari instrumentasi yang digunakan dapat dibedakan menjadi observasi terstruktur dan tidak terstruktur (Sugiyono, 2013).

2. Wawancara

Wawancara merupakan teknik mengumpulkan data yang digunakan apabila peneliti melakukan studi pendahuluan dengan tujuan menemukan masalah yang harus diteliti dan apabila peneliti ingin mendapatkan informasi mengenai responden secara lebih dalam dan jumlah responden yang sedikit. Wawancara yang dilakukan dalam penelitian ini yaitu menanyakan secara langsung kepada remaja putri di Desa Kemawi, Kecamatan Sumowono, Kabupaten Semarang terkait riwayat makanan yang dikonsumsi responden selama satu bulan terakhir untuk mendapatkan tingkat asupan energi dan protein.

3. Kuesioner (Angket)

Kuesioner merupakan pengumpulan data dengan memberikan beberapa pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk mendapatkan jawaban. Kuesioner diberikan kepada remaja putri di Desa Kemawi, Kecamatan Sumowono, Kabupaten Semarang untuk mengetahui kebiasaan sarapan dan persepsi *body image*.

G. Etika Penelitian

Kegiatan penelitian tidak diperbolehkan bertentangan dengan etika, serta dapat melindungi hak responden dan tidak boleh melanggar norma yang ada di masyarakat. Penelitian dilakukan setelah mendapat persetujuan dari beberapa instansi, mengajukan permohonan izin ke Universitas Ngudi Waluyo

Ungaran maupun instansi terkait serta kepala desa. Peneliti melakukan kunjungan kepada responden untuk melakukan wawancara, penyampaian etika penelitian kepada responden meliputi :

1. Lembar persetujuan responden (*Informed Consent*)

Lembar persetujuan responden adalah bentuk kesepakatan antara peneliti dengan responden. Tujuan formulir persetujuan adalah memberikan pemahaman kepada responden mengenai maksud serta tujuan dari penelitian. Responden diberikan waktu terlebih dahulu untuk membaca formulir persetujuan. Jika setuju responden dapat bertanda tangan pada lembar persetujuan.

2. Tanpa nama (*Anonymity*)

Tidak diperlukan menyebut nama responden dalam penelitian dan pengolahan data tetapi, penggunaan nama dapat diganti dengan hanya menuliskan inisial ataupun nomer responden. Hal tersebut memiliki tujuan agar kerahasiaan dari identitas responden tetap terjaga.

3. Kerahasiaan (*Confidentiality*)

Peneliti harus menjaga kerahasiaan informasi yang diperoleh dari responden ataupun hal yang berkaitan dengan responden dan tidak diperkenankan memberikan kepada orang lain segala sesuatu yang berkaitan dengan responden diluar kepentingan, demi tercapainya tujuan penelitian (Notoatmojo, 2010).

H. Pengolahan Data

Pengolahan data dalam penelitian menurut Notoatmojo (2018) terdiri dari langkah-langkah sebagai berikut :

1. *Editing*

Data yang telah diperoleh melalui kuesioner perlu dilakukan pengecekan terlebih dahulu, jika masih terdapat data maupun informasi yang kurang lengkap atau tidak memungkinkan untuk dilakukan wawancara ulang maka kuesioner tersebut dihilangkan (*drop out*)

2. *Coding*

Lembar kode merupakan instrumen berisi kolom-kolom untuk mencatat data. Mengkode dan mengelompokkan data dilakukan untuk memudahkan dalam pemrosesan data. Setiap butir jawaban angket diberi kode yang dilakukan sebagai berikut :

a. Kategori tingkat asupan energi :

- | | |
|--------------------------------|------------------|
| 1) Defisit berat (<70% AKG) | = di beri kode 1 |
| 2) Defisit sedang (70—79% AKG) | = di beri kode 2 |
| 3) Defisit ringan (80—89% AKG) | = di beri kode 3 |
| 4) Normal (90—119% AKG) | = di beri kode 4 |
| 5) Berlebih (\geq 120% AKG) | = di beri kode 5 |

b. Kategori tingkat asupan protein :

- | | |
|--------------------------------|------------------|
| 1) Defisit berat (<70% AKG) | = di beri kode 1 |
| 2) Defisit sedang (70—79% AKG) | = di beri kode 2 |
| 3) Defisit ringan (80—89% AKG) | = di beri kode 3 |

- 4) Normal (90—119% AKG) = di beri kode 4
- 5) Berlebih ($\geq 120\%$ AKG) = di beri kode 5

c. Kategori kebiasaan sarapan :

- 1) Selalu (6-7x/minggu) = di beri kode 1
- 2) Kadang-kadang (4-5x/minggu) = di beri kode 2
- 3) Jarang (2-3x/minggu) = di beri kode 3
- 4) Tidak pernah (0-1x/minggu) = di beri kode 4

d. Kategori *body image* :

- 1) Tidak ada perhatian = < 80 = di beri kode 1
- 2) Perhatian ringan = 81-110 = di beri kode 2
- 3) Perhatian sedang = 111-140 = di beri kode 3
- 4) Perhatian berat = > 140 = di beri kode 4

e. Kategori Kekurangan energi kronis

- 1) Beresiko KEK (<23.5 cm) = di beri kode 1
- 2) Tidak beresiko KEK (≥ 23.5 cm) = di beri kode 2

3. *Tabulating*

Tabulating adalah membuat tabel data sesuai tujuan penelitian

4. *Entry Data*

Entry data yaitu mengisi kolom pada lembar kode sesuai dengan jawaban setiap pertanyaan.

5. *Cleaning*

Cleaning adalah pengecekan data masing-masing setelah diinput, perlu dilakukan pengecekan ulang pada program aplikasi SPSS untuk melihat apa yang mungkin terjadi kekeliruan.

I. Analisis Data

Analisis data menggunakan program SPSS. Analisis data tersebut meliputi analisis univariat dan bivariat :

1. Analisis univariat

Analisis univariat bertujuan untuk menggambarkan karakteristik masing-masing individu variabel. Pada penelitian ini dilakukan analisis univariat dengan menggunakan tabel kategori untuk setiap variabel yaitu tingkat asupan energi, protein, kebiasaan sarapan pagi dan body image.

2. Analisis bivariat

Analisis bivariat untuk mengetahui hubungan antara masing-masing variabel. Dalam penelitian ini variabel bebas memiliki skala ordinal dan variabel terikat memiliki skala ordinal. Analisis data menggunakan uji korelasi *Speraman Rho* Uji korelasi *Speraman Rho*. Dalam penelitian ini semua variabel memiliki skala ordinal, untuk menentukan koefisien hubungan dan tingkat suatu hubungan menggunakan signifikansi 5%.

Penentuan ada tidaknya hubungan dapat dilihat dari uji statistik dengan membandingkan nilai p.

- a. Jika nilai $p < \alpha$ ($\alpha=0,05$) maka dapat diartikan ada hubungan yang bermakna antara tingkat asupan energi dengan kekurangan energi

kronis pada remaja putri di Desa Kemawi, Kecamatan Sumowono, Kabuapten Semarang.

- b. Jika nilai $p < \alpha$ ($\alpha=0,05$) maka dapat diartikan ada hubungan yang bermakna antara tingkat asupan protein dengan kekurangan energi kronis pada remaja putri di Desa Kemawi, Kecamatan Sumowono, Kabuapten Semarang.
- c. Jika nilai $p < \alpha$ ($\alpha=0,05$) maka dapat diartikan ada hubungan yang bermakna antara kebiasaan sarapan dengan kekurangan energi kronis pada remaja putri di Desa Kemawi, Kecamatan Sumowono, Kabuapten Semarang.
- d. Jika nilai $p < \alpha$ ($\alpha=0,05$) maka dapat diartikan ada hubungan yang bermakna antara *body image* dengan kekurangan energi kronis pada remaja putri di Desa Kemawi, Kecamatan Sumowono, Kabuapten Semarang.