

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

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

Desain penelitian survei analitik digunakan dalam penelitian ini. Survei analitik adalah survei yang melihat penyebab dan konsekuensi dari kejadian kesehatan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh konsumsi fast food dan aktivitas fisik terhadap kejadian obesitas mahasiswa Universitas Ngudi Waluyo. Desain penelitian ini adalah cross-sectional. Survei cross-sectional menggunakan metode observasional atau pengumpulan data sekaligus untuk melihat dinamika keterkaitan antara variabel risiko dan pengaruhnya (point in time). Artinya pengukuran dilakukan terhadap status watak atau variabel subjek pada saat penyelidikan dan setiap objek penelitian hanya sekali dilihat (Notoatmodjo, 2012).

#### **B. Lokasi Penelitian**

1. Waktu Penelitian  
Mei – Juni 2022
2. Tempat Penelitian  
Universitas Ngudi Waluyo Kabupaten Semarang.

#### **C. Subyek Penelitian**

Demografi dan sampel yang akan digunakan dalam penelitian dimasukkan sebagai subjek penelitian.

## 1. Populasi Penelitian

Populasi adalah keseluruhan objek penelitian atau objek yang diteliti (Notoatmodjo, 2018). Populasi dalam penelitian ini adalah Mahasiswa Fakultas Kesehatan di Universitas Ngudi Waluyo yaitu Kesehatan masyarakat dan Farmasi sebanyak 244 mahasiswa.

## 2. Sampel penelitian

Sampel mencerminkan populasi karena merupakan komponen dari hal yang diteliti. Baik populasinya besar atau kecil, semua partisipan dalam penelitian memiliki kesempatan yang sama untuk mengambil sampel berkat teknik proportional random sampling (Sugiyono, 2017). Sampel terdiri dari bagian populasi terjangkau yang dapat digunakan sebagai subjek penelitian melalui sampling (Nursalam, 2017).

Untuk menentukan apakah sampel yang digunakan dalam penelitian ini dapat dianggap representatif, rumus Slovin diterapkan:

$$\frac{N}{1 + N(e)^2}$$

Keterangan :

$n$  = *besar sampel*

$N$  = besar populasi

$e$  = prosentase kelonggaran ketelitian

$$n = \frac{N}{1 + N(e)^2}$$

$$n = \frac{244}{1 + 244 (0,1)^2}$$

$$n = \frac{244}{3,44}$$

$$n = 70,9$$

$$\mathbf{n = 71}$$

Untuk menentukan proporsi tiap Program Studi maka rumus yang digunakan adalah

$$n_i = \frac{N^i}{N} \times n$$

Keterangan :

$n_i$  = "Jumlah anggota sampel menurut stratum"

$n$  = "Jumlah anggota sampel Seluruhnya"

$N^i$  = "Jumlah anggota populasi menurut Stratum"

$N$  = "Jumlah anggota populasi seluruhnya."

---

	$N = \frac{\text{jumlah populasi prodi Farmasi}}{\text{jumlah populasi keseluruhan}} \times \text{jumlah sampel keseluruhan}$
<b>Prodi Farmasi</b>	$N = \frac{182}{244} \times 71$

$$\mathbf{n = 52,95 \rightarrow 53}$$

---

	$N = \frac{\text{jumlah populasi prodi Kesmas}}{\text{jumlah populasi keseluruhan}} \times \text{jumlah sampel keseluruhan}$
<b>Prodi Kesehatan Masyarakat</b>	$N = \frac{62}{244} \times 71$

$$\mathbf{n = 18,04 \rightarrow 18}$$

---

## D. Definisi Operasional

Tabel 3.1 Definisi Operasional

No	Variabel	Definisi	Alat Ukur	Hasil Ukur	Skala
1	Obesitas	ketidakseimbangan antara tinggi dan berat badan akibat kelebihan jaringan lemak dalam tubuh sehingga terjadi kelebihan berat badan yang melampaui ukuran ideal	Timbangan dan <i>microtoise</i>	1. Tidak Obesitas: jika berat badan normal (IMT 18,5-22,9) atau berat badan kurang (IMT<18,5) 2. Obesitas: jika mengalami berat badan obesitas (IMT $\geq$ 25,0), Pre obesitas (IMT > 23,0-24,9) atau overweight (IMT $\geq$ 23,0) (Yulinar,2017)	Ordinal
2	Konsumsi <i>fastfood</i>	Gambaran umum tentang jenis dan frekuensi makanan cepat saji yang dikonsumsi	FFQ Semi Kuantitatif	a.Jarang < 2x/minggu b.Sering $\geq$ 2x/minggu (Khomsan,2006)	Ordinal
3	Aktivitas Fisik	Gerakan tubuh yang meningkatkan pengeluaran tenaga dan energy	Form kuesioner	Aktivitas fisik menurut PAL Ringan : 1.40-1.69 Sedang : 1.70-1.99 Berat : 2.00-2.40 (WHO,2001)	Ordinal

## E. Variabel Penelitian

Variabel penelitian dapat menjadikan atau membedakan variasi pada suatu nilai terhadap penelitian.

## **1. Variabel Indepen**

Variabel independen merupakan variabel risiko atau sebab (Notoatmodjo, 2012). Variabel independen dalam penelitian ini adalah aktivitas fisik dan frekuensi konsumsi fast food mahasiswa fakultas kesehatan Universitas Ngudi Waluyo.

## **2. Variabel Dependent**

Variabel dependent berfungsi sebagai variabel terikat (Notoatmodjo, 2012). Variabel terikat dalam penelitian ini adalah status gizi.

## **F. Teknik Pengumpulan data**

### **1. Jenis Data**

#### **a. Data Primer**

Jenis informasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah data primer, atau informasi yang dikumpulkan langsung dari subjek penelitian oleh peneliti (Budiarto, 2012). Pengukuran tinggi badan, berat badan, konsumsi makanan cepat saji, dan aktivitas fisik merupakan sebagian besar data penelitian.

#### **b. Data Sekunder**

Data sekunder merupakan sumber informasi kajian yang diperoleh dan didokumentasikan oleh pihak lain dan dikumpulkan oleh peneliti secara tidak langsung melalui media perantara (Sugiyono, 2016). Data siswa, termasuk usia dan jenis kelamin, merupakan informasi sekunder dalam penelitian ini.

### **2. Teknik Pengumpulan Data**

Mahasiswa fakultas kesehatan Universitas Ngudi Waluyo mengisi kuesioner tentang asupan makanan cepat saji dan aktivitas fisik mereka sebagai bagian dari teknik pengumpulan data penelitian. Memberi responden daftar pertanyaan atau pernyataan tertulis untuk ditanggapi adalah cara kuesioner mengumpulkan data (Sugiyono, 2016).

### 3. Instrumen dan Bahan Penelitian

Instrumen penelitian adalah alat yang digunakan untuk mengukur fenomena sosial dan alam yang telah dilihat. Alat yang akan digunakan untuk mengumpulkan data dalam penelitian ini adalah kuesioner yang harus diisi sendiri oleh setiap responden (Sugiyono, 2016).

#### a. Kuesioner Konsumsi Fastfood

Dalam penelitian ini ini menggunakan Food Frekuensi Quisinoer. Food Frekuensi Quisinoer merupakan metode atau cara mengukur frekuensi makan dan menggambarkan frekuensi konsumsi per hari, perminggu atau bulan. Dengan melacak jenis dan jumlah makanan yang tertelan sepanjang bulan sebelumnya, pendekatan Food *Frequency Semi-Quantitative* (FFQ) digunakan. Pada metode ini, dilakukan wawancara langsung terhadap responden tentang konsumsi *fastfood* selama satu minggu.

#### b. Kuesioner Aktivitas Fisik

Data yang di peroleh dari wawancara dengan kuesioner PAL (*physical acitivity level*)

### 4. Prosedur Penelitian

#### a. Tahap Persiapan

- 1) Article collection, preliminary studies, thesis proposal making, consultation with supervisors.
  - 2) Mengurus izin penelitian di Universitas Ngudiwaluyo
  - 3) Menyiapkan instrumen penelitian
  - 4) Mengurus izin penelitian ke pihak terkait (Fakultas)
- b. Tahap Pelaksanaan
- 1) Peneliti sudah mendapatkan calon responden (data mahasiswa) sejumlah 244 mahasiswa
  - 2) Peneliti melakukan perhitungan menggunakan rumus lalu data dimasukan kedalam excel sehingga mendapatkan jumlah sampel sebanyak 71 mahasiswa
  - 3) Peneliti menghubungi responden tersebut untuk membuat janji temu dan wawancara
  - 4) Tujuan, keuntungan, dan persyaratan yang harus diikuti oleh responden semuanya dijelaskan oleh peneliti.
  - 5) Surat persetujuan untuk ditanda tangani sebagai penegasan bahwa responden penelitian bersedia untuk menjadi responden.
  - 6) Kuesioner dengan pertanyaan tentang makan makanan cepat saji dan Aktivitas dibagikan oleh peneliti.
  - 7) Peneliti mengumpulkan kuesioner
  - 8) Peneliti mengecek kelengkapan pengisian kuesioner.

## **G. Pengolahan Data**

Sebuah proses dengan tahapan digunakan untuk melakukan proses pengolahan data. Tahapannya adalah sebagai berikut:

### 1. *Editing*

Editing adalah proses untuk mengkonfirmasi keakuratan data yang telah dikumpulkan. Fase ini dapat diselesaikan baik selama atau setelah pengumpulan data.

Peneliti melakukan tahap editing, yaitu memeriksa kembali kuesioner yang telah terkumpul, serta jumlah jawaban yang diisi dengan jumlah pernyataan kuesioner, dan memastikan bahwa jumlah jawaban kuesioner yang diperoleh disesuaikan dengan jumlahnya. responden yang telah ditentukan. Hasilnya diisi penuh dan dikembalikan dengan semua kondisi terpenuhi.

### 2. *Coding*

Coding sangat membantu saat memasukkan data (Notoatmodjo, 2012). Coding adalah proses mengkategorikan data jawaban ke dalam kategori yang sesuai. Sebuah kode yang berbeda diberikan untuk setiap jenis kategori jawaban. Untuk menghindari tumpang tindih kategori, setiap jawaban entri diberi kode tertentu sesuai dengan kategori yang telah ditentukan.

**Tabel 3.2 Coding**

No	Variabel	Kategori	Kode
1	Obesitas	Tidak Obesitas	1
		Obesitas	2
2	Konsumsi Fastfood	Jarang	1
		Sering	2
3	Aktivitas Fisik	Ringan	1
		Sedang	2
		Berat	3

### 3. *Tabulasi Data*

Pengkodean data berlanjut sepanjang tabulasi data, yang merupakan langkah dalam memproses. Dalam hal ini, data telah dikodekan, ditabulasi, dan dikirim ke perangkat lunak komputer untuk proses statistik.

## **G. Analisis Data**

### **1. Analisis Univariat**

Karakteristik responden yang ditunjukkan dalam tabel distribusi frekuensi dan persentase dijelaskan dengan menggunakan analisis univariat. Ciri-ciri masing-masing variabel penelitian dimaksudkan untuk dijelaskan atau dideskripsikan dengan menggunakan analisis univariat. Distribusi frekuensi dan persentase masing-masing variabel dihasilkan oleh analisis ini. Tingkat pengetahuan, sikap, dan dukungan keluarga merupakan variabel bebas dalam analisis univariat penelitian ini, dan perilaku pencegahan hipertensi sebagai variabel terikat (Dahlan, 2013).

### **2. Analisis Bivariat**

Analisis bivariat adalah analisis yang dilakukan untuk mengetahui ada tidaknya korelasi antara dua variabel, meliputi bebas, tingkat pengetahuan, sikap dan dukungan keluarga dan variabel dependen, yaitu perilaku tentang pencegahan Hipertensi. Uji statistik akan diolah dengan SPSS versi 24. Uji *Chi-Square* adalah uji statistik yang digunakan untuk dapat menyimpulkan adanya hubungan dua variabel tersebut bermakna atau tidak bermakna. Hasil uji statistik dengan *Chi-Square* ditunjukkan dengan nilai  $P < 0,05$  dengan tingkat kepercayaan 95%. Apabila nilai nilai  $P < 0,05$  maka  $H_0$  ditolak artinya artinya

terdapat pengaruh yang signifikan antara satu variabel independen terhadap variabel dependen.