

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

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

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian deskriptif, dengan menggunakan metode *cross-sectional* yaitu penelitian yang pengukuran variabel dilakukan hanya satu kali pada waktu yang sama.

Penelitian ini menekankan pada waktu pengukuran atau observasi data gambaran pola makan dan status gizi yang diambil pada satu waktu.

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

Waktu dan tempat penelitian

Kegiatan Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Oktober 2022 dan pengambilan data dilakukan pada tanggal 9-15 di masing-masing kontrakan Mahasiswa Papua Semarang.

#### **C. Subjek Penelitian**

##### **1. Populasi**

Menurut Notoatmodjo,2010), populasi adalah seluruh subjek/objek penelitian dengan karakteristik tertentu (Natalia 2015).

- a. Populasi target dalam penelitian ini ialah seluruh Mahasiswa Papua di Kota Semarang.
- b. Populasi terjangkau dalam penelitian ini ialah 130 Mahasiswa Papua Koordinator Wilayah kota Semarang.

Ristik yang dimiliki oleh populasi tersebut (Natalia 2015). Sampel dalam penelitian ialah sebagian mahasiswa papua di kota Semarang dengan jumlah sampel

dengan mengaplikasikan metode purposive sampling dengan ketentuan atau kriteria :

#### Kriteria Sampel

##### 1) Kriteria Inklusi:

Kriteria inklusi ialah kriteria dimana subjek penelitian bisa mewakili dalam sampel penelitian yang memenuhi syarat sebagai sampel.

Kriteria inklusi dalam riset ini ialah :

- a) Mahasiswa aktif
- b) Bersedia menjadi sampel penelitian
- c) Sehat jasmani dan rohani
- d) Mahasiswa bisa berkomunikasi dengan baik

##### 2) Kriteria Eksklusi

Kriteria eksklusi mencerminkan kriteria dimana subjek penelitian tidak bisa mewakili sampel karena tidak memenuhi syarat sebagai sampel penelitian.

Kriteria eksklusi penelitian ini ialah :

- a) Mahasiswa tidak hadir saat penelitian
- b) Mahasiswa sedang mengalami sakit

#### b. Besar sampel

Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan Total Sampling yaitu semua anggota populasi terjangkau digunakan sebagai sampel penelitian. Sampel dalam penelitian ini adalah 130.

## 2. Teknik Pengambilan Sampel

Teknik Pengambilan sampel dilakukan dengan *teknik Simple Random Sampling* (sampel acak sederhana) yaitu cara pengambilan sampel secara acak (random) dengan benar-benar memberikan peluang yang sama (Darmawati, Akhmad, and Goris 2015).

Dengan jumlah sampel 130. Sampling merupakan suatu cara pengambilan sampel dimana tiap anggota populasi diberikan *opportunity* ( kesempatan ) sama untuk menjadi sampel.

#### **D. Variabel Penelitian**

Variabel dalam penelitian ini ialah : Variabel Bebas adalah Pola Makan Dan Variabel Terikat adalah Status Gizi Mahasiswa.

## E. Definisi Operasional

Definisi operasional ialah suatu batasan digunakan untuk membatasi ruang lingkup variabel-variabel yang diamati (Hon 2019).

**Tabel 3. 1 Definisi Operasional**

Variabel	Define operasional	Alan ukur	Hasil ukur	skala
Status Gizi	Status gizi adalah suatu ukuran mengenai kondisi tubuh seseorang yang dapat dilihat dari makanan yang dikonsumsi dan penggunaan zat-zat gizi didalam tubuh (Eka 2019).	Microtois, timbangan, kuisone	a. Kekurangan BB Tingkat Berat <17,0 b. Kekurangan BB Tingkat Ringan 17,0 - <18,5 c. Normal 18,5 – 22,9 d. Kelebihan BB Tingkat Ringan 23 – 24,9 e. Kelebihan BB Tingkat Moderat >25 – 29,9 f. Kelebihan BB Tingkat Berat >30,0	Ordinal
Pola Makan	Pola makan adalah perilaku seseorang atau sekelompok orang ketika memenuhi kebutuhan makannya (meliputi sikap, keyakinan, dan pilihan makan) (Athanasius 2021).  Pola makan terdiri dari :	Kuesioner	a. Jenis Makanan = - Tepat = > 5 (5-9 ) - Tidak Tepat = < 5 ( 0 - 4 )	Ordinal

---

protein lauk hewani,  
lauk nabati, sayur  
mayur dan buah-  
buahan.

- Jadwal makan dapat diinterpretasikan dengan frekuensi makan sehari-hari (Anisa 2017). Frekuensi makan merupakan seringnya seseorang melakukan kegiatan makan dalam sehari baik makanan utama maupun makanan selingan. Frekuensi makan dalam sehari terdiri dari tiga makan utama yaitu makan pagi, makan siang, dan makan malam. selingan.
- Jumlah atau porsi merupakan suatu ukuran maupun takaran makanan yang dikonsumsi pada tiap kali makan (Anisa 2017).

b. Frekuensi Makan

= - Teratur = 3

- Tidak

Teratur = < 3

c. Jumlah atau porsi  
makan =

- Sesuai = > 3

( 3- 5)

- Tidak Sesuai

= < 3 ( 0 – 2 )

---

## **F. Pengumpulan Data**

### **1. Sumber Data**

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

Data primer merupakan data yang di dapat dari sumber utama baik dari individu atau perseorangan (Natalia 2015). Data primer dalam riset ini meliputi :

- 1) Data identitas subyek meliputi nama, tempat tanggal lahir, jenis kelamin dan alamat
- 2) Data pola makan
- 3) Berat badan
- 4) Tinggi badan

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

Data sekunder ialah data di dapatkan dengan cara pengumpulan data diperoleh dari orang lain atau tempat lain dan bukan di lakukan oleh peneliti sendiri (Natalia 2015). Pada penelitian ini meliputi data jumlah dan nama Mahasiswa Papua di Kota Semarang.

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

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan pengumpulan data, meliputi pengisian kuesioner tentang pola makan, jenis makanan, frekuensi makan, jumlah atau porsi makan, dan pengukuran tinggi badan dengan microtoise dengan ketelitian 0,1 cm serta timbangan digital dengan ketelitian 0,1 kg untuk mengukur berat badan responden (Fitrianingsih 2015).

#### **a. Pengukuran**

Pengukuran dilakukan untuk mendapatkan informasi mengenai berat dan tinggi badan mahasiswa.

#### **b. Wawancara**

Wawancara dilakukan untuk mengisi kuesioner Pola makan, meliputi data, jenis makanan, frekuensi makan, dan jumlah makan atau porsi makan.

### **3. Alat Pengumpulan Data**

Alat pengumpulan data yang digunakan dalam riset ini ialah :

- a. Kuesioner untuk mengetahui gambaran status gizi, usia, jenis kelamin, dan pola makan.
- b. Microtoise dengan ketelitian 0,1 untuk mengukur tinggi badan, Timbangan digital dengan ketelitian 0,1 kg untuk mengukur berat badan responden.

### **4. Etika Penelitian**

Kegiatan penelitian dilakukan sebaiknya tidak bertentangan dengan etika, harus bisa menjaga hak responden dan hendaknya tidak bertentangan dengan norma di masyarakat setempat. Sebelum melangsungkan penelitian, mendapat rekomendasi dari Ketua Program Studi Kesehatan Masyarakat Universitas Ngudi Waluyo untuk permohonan izin melangsungkan penelitian. Kemudian peneliti menemui responden untuk wawancara secara langsung dengan etika meliputi :

#### *a. Informed Consent (Persetujuan)*

Lembar persetujuan disampaikan kepada responden dan dijelaskan maksud dan tujuan penelitian. Setelah responden menyetujui untuk menjadi responden, kemudian diminta untuk menandatangani lembar persetujuan yang telah disiapkan. Jika subjek bersedia, maka responden harus menandatangani lembar persetujuan, jika responden tidak bersedia, maka peneliti harus menghormati hak responden.

#### *b. Anonimity ( tanpa nama )*

Untuk menjaga kerahasiaan identitas subyek, peneliti tidak akan mencantumkan nama responden tetapi menggunakan kode.

#### *c. Confidentiality ( kerahasiaan )*

Informasi diberikan serta semua data terkumpul terjamin kerahasiaannya oleh peneliti. Informasi tersebut tidak akan dipublikasikan atau diberikan kepada siapapun tanpa persetujuan responden.

## **5. Prosedur Pengumpulan Data**

Pengumpulan data dilakukan dengan prosedur sebagai berikut :

### **a. Tahap persiapan**

- 1) Peneliti mengajukan permohonan ijin penelitian dari institusi Universitas Ngudi Waluyo.
- 2) Peneliti mengajukan surat permohonan ijin penelitian kepada kepala Badan Kesatuan Bangsa Politik dan Perlindungan Masyarakat Kota Semarang.
- 3) Peneliti mengajukan surat permohonan ijin penelitian kepada Dinas Kesehatan Kota Semarang.
- 4) Peneliti mengajukan surat permohonan ijin penelitian kepada Badan Pengurus Himpunan Pelajar Dan Mahasiswa Papua Semarang ( HIPMAPAS ).
- 5) Peneliti mengajukan surat permohonan ijin Penelitian Kepada Badan Pengurus Koordinator Wilayah dari masing-masing Kabupaten.

### **b. Tahap pelaksanaan**

- 1) Peneliti meminta data mahasiswa papua kepada pihak Badan Pengurus Harian Himpunan Pelajar Dan Mahasiswa Papua Semarang ( BPH HIPMAPAS )
- 2) Dari data yang telah diberikan pihak BPH HIPMAPAS akan dijadikan sampel penelitian.
- 3) Setelah itu, peneliti menemui responden dan meminta responden untuk menandatangani lembar pertanyaan kesediaan menjadi responden penelitian dan kemudian melakukan pengisian kuesioner dengan didampingi oleh peneliti



- 4) Setelah responden mengisi kuesioner, peneliti mengumpulkan seluruh kuesioner dan memeriksa kembali kelengkapan jawaban dari responden, jika ada kurang lengkap atau belum terisi, peneliti bisa meminta responden untuk melengkapinya kembali.
- 5) Setelah mendapatkan data yang diperlukan dari responden, peneliti melakukan pengolahan data tersebut, selanjutnya membuat laporan terakhir dari hasil penelitian.

## **G. Pengelolaan Data**

Menurut Notoatmodjo ( 2010 ), pengolahan data bisa dilakukan melalui beberapa tahapan, yaitu sebagai berikut :

### *1 Editing*

Editing berfungsi untuk meneliti kembali apakah pengisian kuesioner sudah lengkap, baik jumlah maupun isinya. Editing dilakukan ditepat pengumpulan data dan jika ada kekurangan data bisa segera dilengkapi.

### *2 Coding*

Coding merupakan kegiatan memberi tanda atau kode yang tujuannya adalah untuk mengubah data berbentuk kalimat atau uruf menjadi data angka atau bilangan. Adapun pengkodeaan yang dilakukan adalah sebagai berikut :

#### a. Status gizi (IMT/U) :

- 1) Kekurangan BB Tingkat Berat  $<17,0$
- 2) Kekurangan BB Tingkat Ringan  $17,0 - <18,5$
- 3) Normal  $18,5 - 22,9$
- 4) Kelebihan BB Tingkat Ringan  $23 - 24,9$
- 5) Kelebihan BB Tingkat Moderat  $>25 - 29,9$

6) Kelebihan BB Tingkat Berat  $>30,0$

*b. Tabulating*

Data pola makan dan status gizi disajikan dalam bentuk tabel data.

Data pola makan terdiri atas :

1) Jenis makanan :

a) tepat =  $> 5 ( 5 - 9 )$

b) tidak tepat =  $< 5 ( 0 - 4 )$

2) Frekuensi makan :

a) teratur = 3

b) tidak teratur =  $< 3$

3) Jumlah makan atau porsi makan

a) sesuai =  $> 3 ( 3 - 5 )$

b) tidak sesuai =  $< 3 ( 0 - 2 )$

*c. Entry Data*

Data yang dimasukkan pada proses entry data yaitu data karakteristik sampel penelitian pola makan yaitu , jenis makanan, frekuensi makan, jumlah makan dan status gizi. Data status gizi berdasarkan indeks Z-score IMT/U diolah menggunakan WHO-Anthro Plus. Data-data yang terkumpul dianalisis dengan program SPSS versi 20.0.

## **H. Analisis Data**

Analisis data dilakukan dengan SPSS versi 20.0. Analisis pada penelitian ini menggunakan analisis univariat.

Analisis Univariat

Tujuan dari riset ini ialah untuk mendeskripsikan berbagai variabel, seperti jenis kelamin, usia, berat badan, tinggi badan, jenis makanan, frekuensi makan, jumlah makan, dan status gizi.