

BAB III

MOTODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Penelitian ini memakai metoda observatif dengan model pendekatan deskriptif yang bermaksud untuk menyajikan sebuah gambaran mengenai pola makan dan status gizi berdasarkan IMT mahasiswa universitas kristen satya wacana menurut (Sugiyono, 2024). Penelitian kualitatif adalah penelitian yang melakukan penelitian pada lingkup populasi besar maupun kecil, data yang dipelajari adalah data sampel yang diambil dari populasi tersebut. Statistik deskriptif adalah statistik yang digunakan untuk mendeskripsikan atau memberi pandangan terhadap objek/subjek yang akan diteliti dari data sampel atau populasi seperti apa adanya, tanpa melakukan penganalisisan dan membuat konklusi yang diperuntukan untuk umum (Sugiyono,2023).

B. Lokasi Penelitian dan Waktu Penelitian

1. Tempat Penelitian

Tempat pengumpulan data berlokasi di asrama Papua yang berada di area sekitar kampus Universitas Kristen Satya Wacana Salatiga.

2. Waktu Penelitian

Waktu penelitian dilaksanakan pada tanggal 17-23 Maret 2025

C. Subjek Penelitian

Menurut Notoatmodjo, (2019), populasi adalah seluruh subjek/objek penelitian dengan karakteristik tertentu (Natalia 2019).

1. Populasi yang diambil adalah mahasiswa Papua yang tinggal di asrama Universitas Kristen Satya Wacana Salatiga..
2. Populasi sasaran dalam studi ini yakni 50 Mahasiswa Papua Koordinator Wilayah Salatiga.

Ciri yang dipunyai oleh populasi tersebut (Natalia, 2019). Dalam studi ini yang menjadi sampel adalah mahasiswa Papua di wilayah Salatiga, dan Adapun jenis sampling yang digunakan adalah purposive sampling dimana ketentuan atau kriteria sampel adalah sebagai berikut.

1. Kriteria Inklusi

Kriteria inklusi adalah syarat dimana subjek riset mampu merepresentasikan dalam populasi penelitian yang memenuhi syarat sebagai sampel.

Kriteria inklusi dari penelitian ini adalah:

- a. Mahasiswa bisa berkomunikasi dengan baik
- b. Mahasiswa bersedia mengisi kuisisioner

2. Kriteria Eksklusi

Kriteria eksklusi merujuk pada ketentuan di mana subjek studi tidak dapat merepresentasikan populasi karena tidak sesuai dengan ketentuan sebagai sampel studi.

Kriteria eksklusi dari penelitian ini adalah:

- a. Mahasiswa tidak aktif
- b. Mahasiswa tidak bersedia ikut serta

- c. Mahasiswa yang tidak punya alat komunikasi atau berada di luar wilayah tersebut.
 - d. Mahasiswa yang menjalankan diet tertentu
3. Besar sampel

Semua orang dalam populasi yang dapat diakses diambil sebagai sampel dalam penelitian ini. Sampel dalam penelitian ini adalah 50.

D. Teknik Pengambilan Sampel

Accidental sampling adalah teknik pengumpulan sampel secara tidak disengaja atau insidental, di mana peneliti menentukan sampel berdasarkan ketidaksengajaan atau kebetulan, di mana peneliti memilih responden yang secara langsung dijumpai dan berkenan menjadi partisipan pada saat proses pengumpulan data (Sugiyono, 2009).

E. Variabel Penelitian

Variabel dalam penelitian ini ialah : Variabel bebas adalah Pola makan dan Status Gizi Mahasiswa.

F. Definisi Operasional

Variabel yang dirumuskan berdasarkan karakteristik dan karakteristik yang dapat diamati disebut operasional (Azwar, 2024). Operasional variabel penelitian adalah proses mengubah definisi konsep menjadi definisi yang lebih berfokus pada kriteria hipotetik (Azwar, 2024).

Definisi yang berhubungan dengan judul, adalah:

Tabel 3.2 Definisi Operasional

Variabel	Definisi Operasional	Alat ukur	Skala	Hasil Ukur
1. Pola makan	Suatu perilaku konsumsi makan seseorang yang dilihat dari waktu makan, frekuensi makan, jenis makanan yang dikonsumsi, dan porsi makanan yang dikonsumsi.	Kuesionar	Ordinal	1. Total skor ≥ 12 : Baik 2. Total skor < 12 : Kurang baik (Afriani, 2022)
2. Status Gizi	Keseimbangan proporsi tubuh yang dilihat dari perbandingan berat badan (kg) dengan tinggi badan (m^2)	Timbangan, Microtois	Ordinal	1. IMT $< 18,5$: Gizi Kurang 2. IMT 18,5-25,0 : Normal 3. IMT $> 25,0$: Gizi Lebih (PGN, 2014)

A. Pengumpulan Data

1. Sumber Data

a. Data Primer

Data primer adalah data yang diperoleh langsung dari sumber pertama melalui proses seperti wawancara, observasi, kuesioner, atau pengukuran langsung oleh peneliti (Natalia 2019). Data primer dalam studi ini mencakup:

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

b. Data sekunder

Data sekunder adalah data yang diperoleh dari sumber yang sudah ada sebelumnya, bukan dikumpulkan langsung oleh peneliti, tetapi diambil dari dokumen, laporan, buku, jurnal, artikel, atau instansi terkait (Natalia 2019). Pada penelitian ini meliputi data jumlah dan nama mahasiswa Papua di Salatiga.

2. Teknik Pengumpulan Data

Dalam penelitian ini, pengumpulan data dilakukan dengan mengisi kuesioner tentang pola makan responden, termasuk jenis makanan, frekuensi makan, jumlah atau porsi makan, dan tinggi badan mereka. Tujuan dari kuesioner ini adalah untuk mengetahui berat badan responden (Fitrianingsih 2018)

a. Pengukuran

Tindakan pengukuran dilakukan untuk mengukur tinggi dan berat badan siswa..

b. Interview

Interview dilakukan untuk mengisi angket pola makan, termasuk data jenis makanan, frekuensi, dan jumlah makan atau porsi makan.

3. Alat Pengumpulan Data

Alat pengumpulan data yang digunakan dalam riset ini ialah:

- a. Kuesioner/Angket
- b. Timbangan digital
- c. Microtoise

B. Etika Penelitian

Penelitian harus dilakukan dengan cara yang tidak bertentangan dengan moral, melindungi hak responden, dan memenuhi standar lokal. Sebelum memulai penelitian, dia direkomendasikan oleh Ketua Program Studi Gizi Universitas Ngudi Waluyo untuk mengajukan izin untuk melakukannya. Kemudian penelitian menemui responden untuk wawancara secara langsung dengan etika meliputi.

1. *Informed Consent (Persetujuan)*

Informed Consent adalah persetujuan yang diberikan oleh seseorang setelah menerima penjelasan yang jelas dan lengkap mengenai tujuan, prosedur, manfaat, risiko, serta hak-hak yang dimiliki sebelum berpartisipasi dalam suatu penelitian atau tindakan medis. Persetujuan ini diberikan secara sukarela tanpa tekanan atau paksaan.

2. *Anonimita (tanpa nama)*

Anonimita adalah keadaan di mana identitas seseorang tidak diketahui atau dirahasiakan, sehingga informasi yang diberikan tidak dapat dikaitkan dengan individu tertentu.

3. *Confidentiality (kerahasiaan)*

Confidentiality adalah prinsip yang memastikan informasi pribadi atau data sensitif tetap terjaga dan hanya dapat diakses oleh pihak yang berwenang. Dalam konteks penelitian, confidentiality berarti menjaga kerahasiaan identitas dan data responden agar tidak disebarluaskan tanpa izin.

C. Prosedur Pengumpulan Data

Pengumpulan data dilakukan dengan prosedur sebagai berikut :

1. Tahap persiapan
 - a. Mahasiswa menentukan topik penelitian yang berfokus pada pola makan dan status gizi mahasiswa Papua di Universitas Kristen Satya Wacana Salatiga. Selanjutnya, dirumuskan masalah penelitian yang ingin dikaji serta tujuan yang ingin dicapai.
 - b. Melakukan studi pustaka dari berbagai sumber seperti jurnal, buku, dan penelitian terdahulu yang relevan untuk mendukung latar belakang serta memperkuat dasar teori penelitian.
 - c. Menyusun proposal penelitian yang mencakup pendahuluan, tinjauan pustaka, metode penelitian, serta instrumen yang akan digunakan. Proposal ini kemudian diajukan untuk mendapatkan persetujuan dari dosen pembimbing atau pihak terkait.
 - d. Membuat dan menyusun instrumen penelitian seperti kuesioner untuk mengumpulkan data mengenai pola makan, serta alat pengukuran status gizi seperti timbangan berat badan dan pengukur tinggi badan.
 - e. Mengurus izin penelitian kepada pihak Universitas Kristen Satya Wacana Salatiga agar dapat melakukan pengambilan data pada mahasiswa Papua di kampus tersebut.
 - f. Menentukan kriteria responden yang akan diteliti, yaitu mahasiswa asal Papua yang sedang menempuh pendidikan di Universitas Kristen Satya Wacana Salatiga.

- g. Menyiapkan semua peralatan yang dibutuhkan, seperti kuesioner dalam bentuk cetak atau digital, alat ukur antropometri (timbangan dan meteran tinggi badan), serta perlengkapan pendukung lainnya.
- h. Peneliti mengajukan surat permohonan ijin Penelitian Kepada Badan Pengurus Koordinatur Wilayah dari Salatiga.

2. Tahap Pelaksanaan

- a. Peneliti melakukan permintaan pendataan mahasiswa Papua melalui Badan Pengurus Harian Himpunan Pelajar Dan Mahasiswa Papua Salatiga
- b. Dari data yang telah diberikan pihak BPH HIPMAPAS akan dijadikan sampel penelitian lalu menyebar kuesioner pada mahasiswa Papua.
- c. Sesudah itu, peneliti mendatangi responden dan meminta mereka untuk mengisi kuesioner tentang kesediaan mereka menjadi responden penelitian. Kemudian, dengan dampingan peneliti, responden mengisi formulir tersebut..
- d. Melakukan pengukuran berat badan dan tinggi badan untuk menentukan status gizi berdasarkan IMT.
- e. Memeriksa kelengkapan data dan keakuratan data, lalu menganalisis data secara deskriptif yang disajikan dalam bentuk tabel.
- f. Menjelaskan hasil penelitian dan mengidentifikasi faktor yang memengaruhi pola makan dan status gizi.
- g. Menyusun laporan hasil penelitian.

D. Pengelolaan Data

Menurut Nototmodjo (2018), pengolahan data bisa dilakukan melalui beberapa tahapan, yaitu sebagai berikut :

1 Editing

Editing data penelitian adalah proses memeriksa dan memperbaiki data yang telah dikumpulkan untuk memastikan kelengkapan, keakuratan, dan konsistensinya sebelum dianalisis lebih lanjut. Proses ini mencakup pengecekan kesalahan pengisian, kelengkapan jawaban, serta ketidaksesuaian data agar hasil penelitian lebih valid dan dapat diinterpretasikan dengan baik.

2 Coding

Coding data penelitian adalah proses mengelompokkan dan memberi kode pada data yang telah dikumpulkan agar lebih mudah dianalisis. Dalam penelitian, terutama yang menggunakan data kualitatif atau kuantitatif, coding membantu mengidentifikasi pola, tema, atau kategori dalam data. Adapun pengkodeaan yang dilakukan adalah sebagai berikut:

a. Status gizi (IMT) :

- 1) Gizi kurang
- 2) Normal
- 3) Gizi lebih

b. Tabulating

Data pola makan dan status gizi dalam bentuk tabel data.

Data pola makan terdiri atas :

- 1) Pola makan
 - a) Baik
 - b) Kurang baik

c. *Entry Data*

Entry data penelitian adalah proses memasukkan atau merekam data yang diperoleh dari penelitian ke dalam sistem atau perangkat lunak tertentu, seperti Excel, SPSS, atau database lainnya. Proses ini penting untuk memastikan data tersimpan dengan rapi, akurat, dan siap untuk dianalisis.

E. Analisis Data

Analisis data dalam penelitian "Gambaran Pola Makan dan Status Gizi Mahasiswa dari Papua di Universitas Kristen Satya Wacana Salatiga" dilakukan melalui tahapan pengolahan data yang mencakup analisis deskriptif untuk mengetahui pola makan dan status gizi mahasiswa. Data pola makan diperoleh dari kuesioner pola makan, yang dianalisis untuk melihat frekuensi konsumsi, kecukupan zat gizi, serta pengaruh ketersediaan dan akses makanan di area kampus terhadap pola konsumsi mahasiswa. Status gizi dikaji dengan memakai indeks massa tubuh (IMT) berbasis berat badan dan tinggi badan, kemudian diklasifikasikan berdasarkan Pedoman Gizi Nasional (PGN) 2014 ke dalam kategori gizi kurang, normal, dan gizi lebih. Pola makan mahasiswa dikategorikan sebagai baik atau kurang baik berdasarkan hasil analisis kuesioner. Hasil analisis disajikan dalam bentuk rata-rata, persentase, dan

distribusi frekuensi, sehingga dapat memberikan gambaran apakah terjadi perubahan pola makan akibat adaptasi terhadap lingkungan baru dan bagaimana dampaknya terhadap status gizi mahasiswa.

