

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Desain penelitian yang digunakan adalah penelitian deskriptif korelasi, yaitu yang bertujuan untuk mengetahui gambaran fenomena yang terjadi di dalam suatu populasi dan hubungan antara dua variabel atau lebih. Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah *cross sectional* dimana data yang menyangkut variabel bebas atau risiko dan variabel terikat atau variabel akibat akan dikumpulkan dalam waktu yang bersamaan (Notoatmojo, 2018).

Pada penelitian ini, peneliti ingin mengetahui hubungan antara persepsi *body image* dengan asupan energi pada siswi di SMP Negeri 2 Purwareja Klampok Kabupaten Banjarnegara.

B. Lokasi dan Waktu Penelitian

1. Lokasi penelitian akan dilakukan di SMP Negeri 2 Purwareja Klampok Kabupaten Banjarnegara.
2. Waktu penelitian akan dilaksanakan pada bulan Juni 2019.

C. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik keseluruhannya (Sugiyono, 2011).

Populasi pada penelitian ini adalah seluruh siswa di SMP Negeri 2 Purwareja Klampok Kabupaten Banjarnegara yang berjumlah 227 siswa baik laki-laki dan perempuan.

2. Sampel

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Bila populasi besar dan peneliti tidak mungkin mempelajari semua yang ada pada populasi misalnya karena keterbatasan dana, tenaga dan waktu, maka peneliti dapat menggunakan sampel yang diambil dari populasi. Sampel yang diambil dari populasi harus betul-betul representative (mewakili) (Sugiyono, 2011).

Sampel dalam penelitian ini adalah seluruh kelas VII dan VIII di SMP Negeri 2 Purwareja Klampok Kabupaten Banjarnegara tahun ajaran 2018/2019 diambil seluruhnya untuk sampel penelitian.

a. Penetapan Jumlah Sampel

Jumlah populasi ini lebih dari 100, maka penentuan besar sampel dilakukan dengan rumus *slovin*, 1960 (Sugiyono, 2017) :

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

Keterangan :

N = ukuran populasi

n = ukuran sampel

e = persen ketidakteelitian

Perhitungan sampel :

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

$$n = \frac{227}{1+227(0,1)^2}$$

$$n = \frac{227}{1+2,27}$$

$$n = \frac{227}{3,27}$$

n = 69,41 responden → dibulatkan menjadi 69 responden

Jadi jumlah sampel minimal yang didapatkan berdasarkan perhitungan dengan menggunakan rumus *slovin* (1960) tersebut sebanyak 69 responden.

Untuk mengantisipasi *dorp out* maka perlu menambahkan sejumlah subjek agar besar sampel terpenuhi dengan menggunakan rumus sebagai berikut (Sastroasmoro & Ismael, 2008).

$$n' = n / (1-f)$$

Keterangan :

n = besar sampel

f = perkiraan proporsi *drop out* 0,1 (10%)

dengan hasil perhitungan sebagai berikut :

$$n' = 69 / (1-0,1)$$

$$= 69 / 0,9$$

$$= 76,66 \text{ subjek} \rightarrow \text{dibulatkan menjadi 77 subjek.}$$

3. Teknik Pengambilan Sampel

Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini adalah *simple random sampling* karena pengambilan anggota sampel dari populasi dilakukan secara acak tanpa memperhatikan strata yang ada dalam populasi itu, dan cara demikian dilakukan bila anggota populasi dianggap homogeny (Sugiyono, 2011).

4. Sampel dalam penelitian

Sampel yang digunakan dalam penelitian ini yaitu seluruh siswi remaja di SMP Negeri 2 Purwareja Klampok Kabupaten Banjarnegara kelas VII dan VIII. Adapun kriteria inklusi dan eksklusi dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

a. Kriteria inklusi

1) Siswi kelas VII dan VIII yang hadir saat pengambilan data penelitian di SMP Negeri 2 Purwareja Klampok Kabupaten Banjarnegara.

2) Bersedia menjadi subjek penelitian.

b. Kriteria eksklusi

1. Siswi perempuan yang tidak mengikuti secara lengkap pengambilan data saat penelitian.
2. Siswi yang menjalani diet tertentu (penurunan berat badan dan peningkatan berat badan).

D. Variabel Penelitian

1. Variabel *Independent* (Bebas)

Variabel *independent* (bebas) merupakan variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variabel *dependent* (terikat) (Sugiyono, 2011). Variabel bebas dalam penelitian ini adalah persepsi *body image*.

2. Variabel *Dependent* (Terikat)

Variabel *dependent* (terikat) merupakan variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat karena adanya variabel *independent* (bebas) (Sugiyono, 2011). Variabel terikat dalam penelitian ini adalah asupan energi pada siswi SMP Negeri 2 Purwareja Klampok Kabupaten Banjarnegara.

E. Definisi Operasional

Tabel 3.1 Definisi Operasional

No	Variabel	Definisi Operasional	Cara Dan Alat Ukur	Hasil Ukur	Skala
Variabel Bebas					
1	Persepsi <i>Body Image</i>	Kesesuaian antara persepsi tubuh dengan kepuasan tubuh subjek	Metode kuesioner a) MBRSQ (<i>Multidimensional Body – Self Relation</i>)	a) <i>Body image</i> negatif jika total skor < mean b) <i>Body image</i> positif jika total	Ordinal

Variabel Terikat		<i>Questionnaire</i>)	skor \geq mean
2	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 2013 dan dikalikan 100%	Pengukuran ke responden menggunakan formulir FFQ <i>semi kuantitatif</i> dalam satu bulan terakhir dihitung menggunakan program <i>nutrisurvey</i> 2008 Asupan energi dikategorikan menjadi : a) defisit <70% dari kebutuhan energi b) kurang <70% - 79% dari kebutuhan energi c) normal, 80% - 100% dari kebutuhan energi d) lebih, >100% dari kebutuhan energi (Kemenkes RI, 2013)

F. Prosedur Penelitian

1. Tahap Penelitian

a. Tahap Persiapan

- 1) Mengajukan surat permohonan ijin studi pendahuluan dari pihak Universitas Ngudi Waluyo Ungaran kepada Kesatuan Bangsa, Politik, dan Perlindungan Masyarakat (KESBANGPOLINMAS) Kabupaten Banjarnegara, Badan Perencanaan Penelitian dan Pengembangan (BAPERLITBANG) Kabupaten Banjarnegara, Dinas Pendidikan, Kepemudaan, dan Olahraga (DINDIKPORA) Kabupaten Banjarnegara, SMP Negeri 2 Purwareja Klampok Banjarnegara,

- 2) Melakukan kunjungan ke lokasi penelitian untuk meminta perijinan dan melaporkan rencana pengambilan data awal serta teknis pelaksanaan.
- 3) Melakukan studi pendahuluan untuk mengambil data awal sebagai identifikasi masalah.
- 4) Koordinasi dengan guru BK (Bimbingan Konseling) dan guru PMR (Palang Merah Remaja) untuk rencana teknis pelaksanaan penelitian dan kerja samanya dalam pengambilan data.
- 5) Menyiapkan instrument penelitian.

b. Tahap Pelaksanaan

- 1) Pengambilan data penelitian dilakukan pada siswi remaja putri kelas VII dan VIII pada saat jam istirahat dan jam pulang sekolah.
- 2) Peneliti melakukan koordinasi dengan pihak guru BK (Bimbingan Konseling) dan guru PMR (Palang Merah Remaja) untuk mengumpulkan siswi yang akan dijadikan subjek penelitian.
- 3) Peneliti menjelaskan prosedur pengambilan data kepada subjek penelitian.
- 4) Peneliti menyerahkan lembar persetujuan menjadi subjek penelitian kepada seluruh calon subjek penelitian yang telah memenuhi kriteria penelitian untuk bersedia menjadi subjek penelitian.
- 5) Peneliti melakukan survey konsumsi makanan pada semua siswi yang menjadi subjek penelitian dengan metode wawancara dan

cara pengambilan data melalui FFQ (*Food Frequency Questionnaires*) semi kuantitatif tentang kebiasaan makan untuk mengetahui asupan energinya yang dibantu oleh mahasiswi Progam Studi Gizi Universitas Ngudi Waluyo Ungaran.

- 6) Peneliti melakukan pengukuran *body image* pada semua siswi yang menjadi responden dengan metode MBRSQ (*Multidimensional Body – Self Relation Questionnaire*) tentang persepsi tubuh responden untuk mengetahui persepsi tubuh subjek yang diteliti.
- 7) Melakukan pelaporan dari hasil penelitian.

c. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian adalah alat-alat yang digunakan untuk pengumpulan data (Notoatmojo, 2018). Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah :

- 1) Kuesioner pendahuluan untuk penjarangan subjek penelitian yang memenuhi kriteria dalam pengambilan sampel.
- 2) Lembar persetujuan menjadi subjek penelitian berkaitan dengan etika penelitian.
- 3) Lembar formulir FFQ (*Food Frequency Questionnaires*) semi kuantitatif untuk mengetahui asupan energi pada responden.
- 4) Timbangan digital berat badan untuk menegetahui berat badan subjek penelitian saat ini.
- 5) *Microtoice* untuk menegetahui tinggi badan subjek penelitian saat ini.

- 6) Kuesioner MBRSQ (*Multidimensional Body – Self Relation Questionnaire*) untuk mengetahui persepsi *body image* subjek penelitian saat ini.

d. Sumber Data

1. Data Primer

Data primer yaitu sumber data yang langsung memberikan data kepada pengumpul data (Sugiyono, 2012). Data primer berupa :

- 1) Identitas subjek penelitian meliputi : nama subjek yang diteliti, tanggal lahir, umur, jenis kelamin.
- 2) Kuesioner MBRSQ (*Multidimensional Body – Self Relation Questionnaire*) untuk mengetahui persepsi *body image* positif atau persepsi *body image* negatif.
- 3) Asupan Energi

Pengukuran asupan energi pada siswi perempuan SMP Negeri 2 Purwareja Klampok Kabupaten Banjarnegara dilakukan dengan cara wawancara menggunakan Form FFQ (*Food Frequency Questionnaire*) semi kuantitatif (Hardinsyah, 2016).

2. Data Sekunder

Data sekunder merupakan sumber data yang tidak langsung memberikan data kepada pengumpul data misalnya lewat orang lain atau lewat dokumen (Sugiyono, 2012). Data dari SMP seperti nama subjek penelitian dan jumlah subjek

penelitian kelas VII dan VIII di SMP Negeri 2 Purwareja Klampok Kabupaten Banjarnegara.

e. Teknik Pengambilan Data

a) Observasi

Observasi sebagai teknik pengumpulan data mempunyai ciri yang spesifik bila dibandingkan dengan teknik yang lain seperti wawancara dan kuesioner. Teknik pengumpulan data dengan observasi digunakan bila penelitian berkenaan dengan perilaku manusia, proses kerja, gejala-gejala alam dan bila responden yang diamati tidak terlalu besar. Dari segi proses pengumpulan data, observasi dapat dibedakan menjadi *participant observation* (observasi berperas serta) dan *non participant observation*, selanjutnya dari segi instrumentasi yang digunakan maka observasi dapat dibedakan menjadi observasi terstruktur dan tidak terstruktur (Sugiyono, 2011).

Dalam penelitian ini, observasi yang digunakan adalah observasi terstruktur. Observasi terstruktur adalah observasi yang telah dirancang secara sistematis tentang apa yang akan diamati, kapan dan dimana tempatnya. Dalam melakukan pengamatan peneliti menggunakan instrument penelitian yang teruji validitasnya dan reabilitasnya. Pedoman wawancara terstruktur atau angket tertutup dapat juga digunakan sebagai pedoman untuk melakukan observasi (Sugiyono, 2011).

b) Wawancara

Wawancara digunakan sebagai teknik pengumpulan data apabila peneliti ingin melakukan studi pendahuluan untuk menemukan permasalahan yang harus diteliti dan juga apabila peneliti ingin mengetahui hal-hal dari responden yang lebih mendalam dan jumlah responden sedikit/kecil. Teknik pengumpulan data ini mendasarkan diri pada laporan tentang diri sendiri atau *self-report*, atau setidaknya pada pengetahuan dan atau keyakinan pribadi. Wawancara dapat dilakukan secara terstruktur maupun tidak terstruktur dan dapat dilakukan melalui tatap muka (*face to face*) maupun dengan menggunakan telepon (Sugiyono, 2011).

Wawancara yang dilakukan dalam penelitian ini yaitu menanyakan secara langsung kepada siswi mengenai makanan apa saja yang dikonsumsi dalam waktu satu bulan terakhir.

G. Etika Penelitian

Kode etik penelitian adalah suatu pedoman etika yang berlaku untuk setiap kegiatan penelitian yang melibatkan antara pihak peneliti, pihak yang diteliti (subjek penelitian) dan masyarakat yang akan memperoleh dampak dari hasil penelitian tersebut. Etika penelitian ini juga mencakup perilaku peneliti atau perlakuan peneliti terhadap subjek penelitian serta sesuatu yang dihasilkan oleh peneliti bagi masyarakat (Notoatmojo, 2018).

Kegiatan penelitian yang dilakukan tidak boleh bertentangan dengan etika, harus dapat menjaga hak responden dan hendaknya tidak bertentangan dengan norma di masyarakat setempat. Penelitian dilaksanakan telah mendapatkan persetujuan dari berbagai pihak yang berwenang, pengajuan permohonan ijin kepada Universitas Ngudi Waluyo Ungaran atau instansi terkait dan kepala sekolah/pihak sekolah. Peneliti mendatangi responden untuk wawancara langsung, menyampaikan dan menjelaskan etika penelitian kepada responden yang meliputi :

1. Lembar Persetujuan Responden (*Informed Consent*)

Lembar persetujuan responden merupakan cara persetujuan antara peneliti dengan responden penelitian. Tujuan dari lembar persetujuan adalah agar responden mengerti maksud dan tujuan penelitian. Responden diberikan waktu untuk membaca isi lembar persetujuan terlebih dahulu. Apabila responden menyetujui maka diminta untuk menandatangani lembar persetujuan yang telah disiapkan. Peneliti seyogianya mempersiapkan formulir persetujuan yang mencakup :

- a) Penjelasan kemungkinan resiko dan ketidaknyamanan yang ditimbulkan
- b) Persetujuan subjek dapat mengundurkan diri sebagai subjek penelitian kapan saja

c) Jaminan anonimitas dan kerahasiaan terhadap identitas dan informasi yang diberikan responden

2. Tanpa Nama (*Anonimity*)

Dalam penelitian dan pengolahan data tidak perlu disebutkan nama responden akan tetapi menggunakan inisial atau nomer responden. Hal ini tersebut bertujuan menjaga kerahasiaan identitas responden.

3. Kerahasiaan (*Confidentiality*)

Informasi yang diberikan oleh responden atau hal-hal yang terkait dengan responden harus dijaga kerahasiaannya. Peneliti atau pewawancara tidak dibenarkan untuk menyampaikan kepada orang lain tentang apa pun yang diketahui oleh peneliti tentang responden di luar untuk kepentingan atau mencapai tujuan penelitian (Notoatmojo, 2010).

H. Pengolahan Data

Pengolahan data pada penelitian menurut (Notoatmojo, 2018) menggunakan langkah-langkah sebagai berikut :

1. *Editing*

Hasil wawancara atau angket yang diperoleh atau dikumpulkan melalui kuesioner perlu diedit terlebih dahulu. Kalau ternyata masih ada data atau informasi yang tidak lengkap dan tidak mungkin dilakukan wawancara ulang maka kuesioner tersebut dikeluarkan (*drop out*).

2. *Coding*

Lembaran atau kartu kode adalah instrumen berupa kolom-kolom untuk merekam data secara manual. Memberi kode dan

mengklasifikasikan data untuk mempermudah pengolahan data. Setiap item jawaban pada lembar kuesioner diberi kode sesuai dengan karakter masing-masing. Adapun pengkodean yang dilakukan adalah sebagai berikut :

Kategori Asupan Energi :

- a. <70% = deficit (di beri kode 1)
- b. <70% - 79% = kurang (di beri kode 2)
- c. 80% - 100% = normal (di beri kode 3)
- d. >100% = lebih (di beri kode 4)

Persepsi *body image* dibagi menjadi dua yaitu :

- 1. Persepsi *body image* negatif (di beri kode 1)
- 2. Persepsi *body image* positif (di beri kode 2)

3. *Tabulating*

Tabulating adalah membuat tabel-tabel data sesuai dengan tujuan penelitian atau yang diinginkan oleh peneliti.

4. *Entry Data*

Entry data adalah memasukan atau mengisi kolom-kolom lembar kode atau kartu kode sesuai dengan jawaban masing-masing pertanyaan.

5. *Cleaning*

Cleaning adalah pengecekan semua data dari setiap sumber data atau responden selesai dimasukkan perlu dilakukan pengecekan ulang dalam

program aplikasi SPSS untuk melihat kemungkinan yang terjadi karena adanya kesalahan kode, ketidaklengkapan dan sebagainya.

I. Analisis Data

Analisis data dilakukan menggunakan komputer dengan program SPSS.

Analisis data yang dilakukan meliputi analisis univariat dan bivariat :

1. Analisis Univariat

Analisis univariat bertujuan untuk menjelaskan atau mendeskripsikan karakteristik setiap variabel penelitian. Bentuk analisis univariat tergantung dari jenis datanya (Notoatmodjo, 2018). Pada penelitian ini karakteristik setiap variabel penelitian meliputi nilai minimum, maksimum, rata-rata dan standar deviasi yang mencakup *body image* dengan asupan energi.

2. Analisis Bivariat

Analisis bivariat untuk mengetahui hubungan antara masing-masing variabel bebas dengan variabel terikat (Notoatmojo, 2018). Pada penelitian ini variabel bebas mempunyai skala ordinal dan variabel terikat mempunyai skala ordinal. Analisis data yang digunakan yaitu uji korelasi *Kendall Tau*. uji korelasi *Kendall Tau* digunakan untuk mencari hubungan dan menguji hipotesis antara dua variabel atau lebih, bila datanya berbentuk ordinal atau nominal (Sugiyono, 2016). Pada penelitian ini seluruh variabel memiliki skala ordinal, untuk mengetahui koefisien suatu

hubungan dan besar tingkat suatu hubungan menggunakan tingkat signifikansi 5%.

Penentuan ada hubungan dan tidaknya dapat dilihat dari uji statistik dengan cara membandingkan nilai p. Jika nilai $p < \alpha$ ($\alpha=0,05$) maka dapat diinterpretasikan ada hubungan yang bermakna antara body image dengan asupan energi pada siswi di SMP Negeri 2 Purwareja Klampok Kabupaten Banjarnegara. Sebaliknya jika nilai $p \geq \alpha$ ($\alpha=0,05$) maka dapat diinterpretasikan tidak ada hubungan yang bermakna antara body image dengan asupan energi pada siswi di SMP Negeri 2 Purwareja Klampok Kabupaten Banjarnegara.

J. Jadwal Penelitian

Terlampir