

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Ruang Lingkup Penelitian

Ruang lingkup penelitian ini yaitu gizi masyarakat yang bertujuan untuk mengetahui gambaran pengetahuan tentang gizi seimbang serta asupan energi dan protein pada remaja putri *underweight* di SMA Katingan Tengah.

B. Jenis dan Desain Penelitian

Penelitian ini yaitu penelitian deskriptif yang bertujuan untuk mengetahui gambaran pengetahuan tentang gizi seimbang serta asupan energi dan protein pada remaja putri *underweight* di SMA Katingan Tengah.

C. Waktu dan Lokasi Penelitian

1. Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 17 Januari-26 Januari 2024.

2. Lokasi Penelitian

Lokasi tempat pelaksanaan penelitian ini adalah di SMA Negeri 1 Katingan Tengah dan SMA Swasta Muhammadiyah Katingan Tengah.

D. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi adalah semua remaja putri *underweight* yang ada di SMA Katingan Tengah.

2. Sampel

Sampel penelitian ini yaitu remaja putri *underweight* yang ada di SMA Negeri 1 Katingan Tengah dan SMA Swasta Muhammadiyah Katingan Tengah yaitu 12 orang.

a. Cara pengambilan sampel

Pengambilan sampel dilakukan dengan cara melakukan skrining status gizi terlebih dahulu menggunakan indeks IMT/U pada 338 remaja putri di SMA 1 Katingan Tengah dan SMA Swasta Muhammadiyah Katingan Tengah. Hasil skrining diperoleh 12 remaja putri yang termasuk kategori *underweight* dan telah memenuhi kriteria sampel.

1) Kriteria sampel :

a) Kriteria Inklusi

(1) Bersedia untuk menjadi sampel

b) Kriteria Eksklusi

(1) Sedang sakit.

(2) Tidak mengikuti penelitian sampai akhir.

E. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data

1. Jenis Data

a. Data Primer

1) Data berat badan dan tinggi badan semua remaja putri di SMA Negeri 1 Katingan Tengah dan SMA Swasta Muhammadiyah Katingan Tengah diukur dengan menggunakan timbangan digital dan

microtoice, hasil pengukuran berat badan dan tinggi badan selanjutnya akan diskruining untuk mengidentifikasi remaja putri dengan status gizi *underweight*.

- 2) Data umur remaja putri *underweight* diperoleh dari wawancara menggunakan formulir karakteristik dan dibuktikan dengan kartu pelajar.
- 3) Data berat badan remaja putri *underweight* diperoleh dengan menggunakan formulir karakteristik dan dibuktikan dengan penimbangan menggunakan alat timbangan digital dengan tingkat ketelitian 0,1 kg.
- 4) Data tinggi badan remaja putri *underweight* diperoleh dengan menggunakan formulir karakteristik dan dibuktikan dengan pengukuran menggunakan alat *microtoice* dengan tingkat ketelitian 0,1 cm.
- 5) Data pengetahuan tentang gizi seimbang pada remaja putri *underweight* diperoleh melalui kuesioner berupa angket.
- 6) Data asupan energi remaja putri *underweight* diperoleh dari wawancara menggunakan *form food recall* 24 jam yang dilakukan sebanyak 2 (dua) kali dan dianalisis menggunakan Nutrisurvey serta hasil perhitungan dibandingkan dengan angka kecukupan gizi (AKG) remaja putri.
- 7) Data asupan protein remaja putri *underweight* diperoleh dari wawancara menggunakan *form food recall* 24 jam yang dilakukan sebanyak 2 (dua) kali dan dianalisis menggunakan Nutrisurvey serta hasil perhitungan dibandingkan dengan angka kecukupan gizi (AKG) remaja putri.

b. Data Sekunder

Data gambaran profil sekolah SMA Negeri 1 Katingan Tengah dan profil sekolah SMA Swasta Katingan Tengah.

2. Teknik Pengumpulan Data

Pada saat penelitian remaja putri *underweight* akan diberikan *informed consent* sebagai bukti bahwa setuju untuk dijadikan sebagai sampel, setelah itu peneliti akan menjelaskan apa tujuan dari pengumpulan data dan semua data yang diperoleh akan dirahasiakan. Teknik pengumpulan data ini menggunakan teknik wawancara *food recall* 24 jam dan pengisian kuesioner berupa angket oleh sampel sendiri. Data yang diperoleh meliputi :

- a. Data umur remaja putri *underweight* diperoleh dari wawancara dengan menggunakan formulir karakteristik dan dibuktikan dengan kartu pelajar.
- b. Data berat badan remaja putri *underweight* diperoleh dengan menggunakan formulir karakteristik dan dibuktikan dengan penimbangan menggunakan alat timbangan digital dengan tingkat ketelitian 0,1 kg.
- c. Data karakteristik tinggi badan remaja putri *underweight* diperoleh dengan menggunakan formulir karakteristik dan dibuktikan dengan pengukuran menggunakan alat *microtoice* dengan tingkat ketelitian 0,1 cm.
- d. Data pengetahuan tentang gizi seimbang pada remaja putri *underweight* diperoleh melalui kuesioner berupa angket.
- e. Data asupan energi remaja putri *underweight* diperoleh dari wawancara menggunakan *form food recall* 24 jam yang dilakukan sebanyak 2 (dua)

kali dan dianalisis menggunakan Nutrisurvey serta hasil perhitungan dibandingkan dengan angka kecukupan gizi (AKG) remaja putri.

- f. Data asupan protein remaja putri *underweight* diperoleh dari wawancara menggunakan *form food recall* 24 jam yang dilakukan sebanyak 2 (dua) kali dan dianalisis menggunakan Nutrisurvey serta hasil perhitungan dibandingkan dengan angka kecukupan gizi (AKG) remaja putri.

F. Pengolahan dan Analisis Data

1. Pengolahan Data

a. Editing

Pengecekan terkait data-data yang telah diperoleh meliputi kelengkapan, konsistensi dan relevansi jawaban terhadap pertanyaan yang diberikan kepada remaja putri *underweight*. Jika terdapat jawaban kuesioner yang masih diragukan maka peneliti akan melakukan *editing* dan menanyakan kembali kepada remaja putri *underweight* tentang kebenarannya. Data yang sudah benar akan diproses lebih lanjut.

b. Coding

Setelah semua data diperiksa, selanjutnya dilakukan pengkodean untuk memudahkan proses pemasukan data. Data-data tersebut meliputi:

- 1) Data pengetahuan tentang gizi seimbang, pengkodean dilakukan dengan cara memberikan kode apabila hasil yang diperoleh 76-100% maka diberikan kode 1 artinya pengetahuan baik, dan jika <76% maka diberikan kode 2 artinya pengetahuan kurang.

- 2) Data asupan energi, pengkodean dilakukan dengan cara apabila hasil perhitungan *form food recall* 24 jam remaja putri *underweight* $\leq 89\%$ maka diberi kode 1 artinya asupan defisit, 90-119% diberi kode 2 artinya asupan normal, dan apabila $\geq 120\%$ diberi kode 3 artinya asupan kelebihan.
- 3) Data asupan protein, pengkodean dilakukan dengan cara apabila hasil perhitungan *form food recall* 24 jam remaja putri *underweight* $\leq 89\%$ diberi kode 1 artinya asupan defisit, 90-119% diberi kode 2 artinya asupan normal, dan apabila $\geq 120\%$ diberi kode 3 artinya asupan kelebihan.

c. Processing

Memasukan semua data yang sudah disederhanakan dalam program komputer yaitu SPSS (*Statistical Program for Social Science*). Data-data tersebut meliputi:

- 1) Data kode sampel dan inisial sampel
- 2) Data karakteristik remaja putri *underweight* yang meliputi umur, berat badan, dan tinggi badan.
- 3) Data pengetahuan tentang gizi seimbang yang diperoleh melalui kuesioner berupa angket, apabila hasil yang diperoleh $< 76\%$ maka masukan data dengan kode 2 artinya pengetahuan kurang, dan jika hasil yang diperoleh 76-100% maka masukan data dengan kode 1 artinya pengetahuan baik.
- 4) Data asupan energi yang diperoleh dari wawancara menggunakan *form food recall* 24 jam, apabila hasil $\leq 89\%$ maka masukan data 1 artinya asupan defisit, 90-119% masukan data 2 artinya asupan normal, dan jika hasil $\geq 120\%$ maka masukan data 3 artinya asupan kelebihan.

5) Data asupan protein yang diperoleh dari wawancara menggunakan *form food recall* 24 jam, apabila hasil $\leq 89\%$ maka masukan data 1 artinya asupan defisit, 90-119% masukan data 2 artinya asupan normal, dan jika hasil ≥ 120 maka masukan data 3 artinya asupan kelebihan.

d. Cleaning

Melakukan pengecekan kembali terkait data-data yang sudah dimasukan untuk menghindarkan terjadinya kesalahan.

2. Analisis Data

Analisis data yang digunakan yaitu analisis *univariat* dan disajikan dalam bentuk tabel tunggal, data-datanya meliputi:

- a. Data karakteristik remaja putri *underweight* meliputi umur, berat badan, dan tinggi badan.
- b. Data pengetahuan tentang gizi seimbang remaja putri *underweight*.
- c. Data asupan energi remaja putri *underweight*.
- d. Data asupan protein remaja putri *underweight*.