

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Jenis dan Desain Penelitian

Penelitian ini adalah studi observasional analitik dengan pendekatan Cross Sectional. Tujuannya adalah untuk mengkaji hubungan antara pengetahuan gizi dan persepsi citra tubuh dengan status gizi pada remaja putri di SMA Negeri 1 Kutalimbaru.



3.2 Lokasi dan Waktu

3.2.1 Lokasi

Penelitian ini dilakukan di Sekolah Menengah Atas (SMA) Negeri 1 Kutalimbaru, yang beralamat di Jalan Pendidikan Suka Rende, Kec. Kutalimbaru, Kab. Deli Serdang, Sumatera Utara.

3.2.2 Waktu

Penelitian ini dilakukan pada bulan April – Juli 2024.

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUMATERA UTARA MEDAN

3.3 Populasi dan Sampel

3.3.1 Populasi

Populasi dalam penelitian ini adalah siswi kelas X dan XI SMA Negeri 1 Kutalimbaru tahun 2024 yang berjumlah 319 siswi yang terbagi menjadi 9 kelas untuk kelas X dan 8 kelas untuk kelas XI.

3.3.2 Sampel

Metode pengambilan sampel dilakukan secara acak terstratifikasi (*proportional stratified random sampling*), untuk menentukan ukuran sampel menggunakan rumus Issac dan Michael (1981) sebagai berikut :

$$S = \frac{\lambda^2 \cdot N \cdot P \cdot Q}{d^2(N-1) + \lambda^2 \cdot P \cdot Q}$$

Keterangan :

S = ukuran sampel

λ^2 = dengan derajat kesalahan = 1, taraf kesalahan bisa 1%, 5% dan 10%

N = besar populasi

P = Q = 0,5

d = tingkat kepercayaan (0,05)

Berdasarkan rumus diatas, maka jumlah sampel yang diperlukan dalam penelitian ini adalah :

$$S = \frac{\lambda^2 \cdot N \cdot P \cdot Q}{d^2(N-1) + \lambda^2 \cdot P \cdot Q}$$

$$S = \frac{3,841 \times 319 \times 0,5 \times 0,5}{0,0025 (319 - 1) + 3,841 \times 0,5 \times 0,5}$$

$$S = \frac{306,31975}{1,75525}$$

$$S = 174,5$$

Dengan demikian, total sampel yang diperlukan dalam penelitian ini adalah 175 responden. Adapun syarat inklusi dan eksklusi dalam penelitian ini sebagai berikut:

a) Kriteria inklusi

- 1) Siswi yang berstatus aktif sebagai siswi di SMA Negeri 1 Kutalimbaru
- 2) Menyatakan kesediaan untuk berperan sebagai responden dalam penelitian
- 3) Bersedia untuk diukur
- 4) Berumur 15-18 tahun
- 5) Sehat jasmani dan rohani.

b) Kriteria Ekslusi

- 1) Siswi tidak berada di tempat saat penelitian berlangsung
- 2) Siswi dengan kondisi tertentu yang tidak memungkinkan pengukuran tinggi dan berat badan, misalnya ketika sakit dan tidak mampu berdiri.

3.3.3 Teknik Pengambilan Sampel

Penelitian ini menggunakan *Proportionate Stratified Random Sampling*, yaitu membagi populasi secara acak dan proporsional menjadi strata. Berikut rumus *Proportionate Stratified Random Sampling*.

$$\text{Jumlah Sampel} = \frac{\text{Jumlah sub populasi}}{\text{Jumlah populasi}} \times \text{Jumlah sampel yang diperlukan}$$

Jumlah populasi tingkatan :

1. Kelas X SMA = 179 siswi
2. Kelas XI SMA = 140 siswi

Tabel 3. 1 Sampel Penelitian

Kelas	Jumlah Siswi/kelas		Jumlah sampel
X-1	23	$(23/319) \times 175 = 12,6$	13
X-2	20	$(20/319) \times 175 = 10,9$	11
X-3	19	$(19/319) \times 175 = 10,4$	10

X-4	20	$(20/319) \times 175 = 10,9$	11
X-5	21	$(21/319) \times 175 = 11,5$	12
X-6	20	$(20/319) \times 175 = 10,9$	11
X-7	20	$(20/319) \times 175 = 10,9$	11
X-8	19	$(19/319) \times 175 = 10,4$	10
X-9	17	$(17/319) \times 175 = 9,3$	9
Jumlah	179		98
XI-1	8	$(8/319) \times 175 = 4,3$	5
XI-2	12	$(12/319) \times 175 = 6,5$	7
XI-3	24	$(24/319) \times 175 = 13,1$	13
XI-4	23	$(23/319) \times 175 = 12,6$	13
XI-5	19	$(19/319) \times 175 = 10,4$	10
XI-6	17	$(17/319) \times 175 = 9,3$	9
XI-7	17	$(17/319) \times 175 = 9,3$	9
XI-8	20	$(20/319) \times 175 = 10,9$	11
Jumlah	140		77

Sehingga diperoleh sampel dari masing-masing angkatan sebanyak 98 siswi dari kelas X dan 77 siswi dari kelas XI.

3.3 Variabel Penelitian

Variabel penelitian dikelompokkan menjadi dua, yaitu variabel *independent* (bebas) dan variabel *dependent* (terikat). Variabel *independent* (bebas) dalam penelitian ini meliputi pengetahuan gizi dan persepsi citra tubuh. Variabel *dependent* (terikat) dalam penelitian ini yaitu status gizi remaja putri di SMA Negeri 1 Kutalimbaru.

3.4 Definisi Operasional

Definisi operasional memberikan batasan yang jelas untuk mengukur variabel penelitian dengan alat ukur, guna mencegah kesalahan penafsiran dan perbedaan interpretasi (Ripta, 2021).

Tabel 3. 2 Tabel Definisi Operasional

No	Variabel	Definisi Operasional	Cara Pengukuran dan Klasifikasi	Skala
1	Pengetahuan Gizi	Pemahaman siswi tentang zat-zat gizi, sumber-sumber zat gizi dan hubungannya dengan status gizi dan kesehatan.	Wawancara dengan kuesioner. Kuesioner berupa 15 pertanyaan tertutup (benar/salah). Jika benar skor 1, jika salah skor 0. Kriteria penilaian adalah sebagai berikut : 1. Baik = (9-12 dan >12) 2. Kurang = < 9 (Khomsan, 2021)	Ordinal
2	Persepsi Citra Tubuh	Penilaian dan perasaan siswi terhadap bentuk, ukuran dan penampilan tubuhnya.	Wawancara dengan kuesioner <i>Multidimensional Body Self Relation Questionnaire-Appearance Scales</i> (MBSRQ-AS), dengan klasifikasi : 1. <i>Body image</i> positif jika skor nilai ≥ 90 2. <i>Body image</i> negatif jika skor nilai < 90 (Tri Puji Lestari, 2022)	Ordinal
3	Status Gizi	Keadaan tubuh siswi yang disebabkan oleh asupan gizi sehari-hari.	Pengukuran berat badan menggunakan timbangan injak merk GEA BR 2015 dan tinggi badan menggunakan microtoice merk GEA SH-2A dengan ketelitian 0,1 cm. Klasifikasi status gizi berdasarkan IMT/U dengan Z-score menurut Kemenkes (2020) : 1. Malnutrisi : -3 SD sd <- 2 SD, +1 SD sd +2 SD dan > +2 SD 2. Gizi Baik : -2 SD sd + 1 SD (Heratama dkk., 2021)	Ordinal

3.5 Uji Validitas dan Reabilitas

3.5.1 Uji Validitas

Uji validitas instrumen merupakan upaya untuk menentukan seberapa tepat dan sesuai alat ukur atau instrumen dapat digunakan, dan untuk menilai apakah alat tersebut memenuhi standar yang telah ditetapkan. Uji validitas dapat dilihat melalui perbandingan antara nilai r hitung dan r tabel. Jika nilai r hitung lebih besar dari r tabel, item dinyatakan valid. Namun, jika r hitung lebih kecil dari r tabel, item dianggap tidak valid.

Dalam penelitian ini, peneliti hanya melakukan uji validitas untuk kuesioner variabel independent yaitu pengetahuan gizi. Dengan menggunakan skala Guttman dalam uji validitas variabel pengetahuan gizi yang melibatkan 20 soal, didapatkan bahwa 15 soal dianggap valid. Sedangkan untuk variabel independent yaitu persepsi citra tubuh tidak dilakukan uji validitas karena peneliti mengaplikasikan kuesioner *Multidimensional Body Self Relation Questionnaire-Appearance Scales* (MBSRQ-AS) oleh Cash (2002). Alat ukur ini telah baku, sehingga pengujian validitas tidak perlu diulangi.

3.5.2 Uji Reabilitas

Reliabilitas instrumen diuji untuk memastikan apakah alat ukur tersebut cocok dan dapat digunakan untuk menentukan tingkat keandalan hasil pengukuran. Jika didapatkan nilai Cronbach Alpha lebih besar dari nilai r tabel maka instrumen tersebut dinyatakan reliable. Untuk menguji reliabilitas, rumus koefisien Cronbach Alpha dapat diterapkan melalui bantuan perangkat lunak SPSS di komputer. Nilai $r > 0,60$ menunjukkan tingkat reliabilitas yang baik,

sedangkan nilai $r < 0,60$ menandakan ketidakreliabelan. Nilai Cronbach's Alpha yang diperoleh adalah $0,830 > 0,60$, maka pertanyaan pada variabel pengetahuan gizi dinyatakan reliabel.

3.6 Teknik Pengumpulan Data

3.6.1 Jenis Data

1. Data Primer

Data primer adalah informasi yang dapat peneliti dapatkan langsung dari sumbernya. Informasi karakteristik sampel dikumpulkan menggunakan angket identitas pribadi, sementara data pengetahuan gizi siswa didapat melalui angket dengan 15 pertanyaan terkait 3 pertanyaan tentang masalah gizi pada remaja, 4 pertanyaan tentang status gizi, 3 pertanyaan tentang kebutuhan dan zat gizi, 5 pertanyaan tentang pesan gizi seimbang. Data persepsi citra tubuh siswa diperoleh melalui kuesioner *Multidimensional Body Self Relation Questionnaire-Appearance Scales* (MBSRQ-AS) sebanyak 30 pertanyaan. Kuesioner tersebut diisi dalam waktu kurang lebih selama 25 menit. Antropometri digunakan sebagai metode untuk mengukur status gizi siswa, yaitu Berat Badan (BB) menggunakan timbangan injak GEA BR 2015 dan Tinggi Badan (TB) menggunakan microtoise GEA SH-2A dengan akurasi 0,1 cm. Pengukuran status gizi dilakukan sebanyak 1 kali pengukuran. Dalam pengumpulan data ini, peneliti dibantu oleh 5 orang yang sudah dilatih dan mempunyai pengalaman dalam melakukan pengukuran status gizi.

2. Data Sekunder

Data sekunder adalah sumber data yang diperoleh dari sumber data lain secara tidak langsung. Data sekunder dalam penelitian ini yaitu bagian dari tata usaha sekolah yang diteliti di SMA Negeri 1 Kutalimbaru, berupa data jumlah siswi.

3.6.2 Alat atau Instrumen Penelitian

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini yaitu,

1) Kuesioner

Kuesioner adalah metode pengumpulan data yang mengajukan beberapa pertanyaan tertulis kepada responden. Kuesioner yang digunakan dalam penelitian ini yaitu karakteristik responden, kuesioner persepsi citra tubuh yaitu *Multidimensional Body Self Relation Questionnaire-Appearance Scales* (MBSRQ-AS) dan kuesioner pengetahuan gizi yang terkait dengan masalah gizi, status gizi, kebutuhan dan zat gizi serta pesan gizi seimbang.

2) Timbangan dan Microtoise

Timbangan dan microtoise digunakan untuk mengukur berat badan dan tinggi badan siswi SMA Negeri 1 Kutalimbaru untuk menentukan status gizi siswa.

3.6.3 Prosedur Pengumpulan Data

Prosedur dalam melakukan penelitian ini sebagai berikut :

1. Peneliti mendapatkan izin untuk melakukan penelitian dengan menyerahkan surat dari UIN Sumatera Utara kepada kepala sekolah SMA Negeri 1 Kutalimbaru.
2. Setelah mendapatkan persetujuan dari Kepala Sekolah SMA Negeri 1 Kutalimbaru, maka peneliti akan memilih siswa yang memenuhi kriteria dalam penelitian.
3. Peneliti meminta persetujuan kepada responden untuk melibatkan responden dalam melakukan penelitian dengan memaparkan prosedur penelitian
4. Setiap responden berhak memilih untuk menyetujui atau tidak menjadi subjek dalam penelitian. Calon responden diminta menandatangani formulir *informed consent* yang telah disediakan peneliti.
5. Peneliti mempersiapkan alat penelitian yaitu timbangan dan microtoise untuk mengukur responden dan membagikan kuesioner untuk diisi oleh responden.
6. Responden dipanggil secara bergantian untuk diukur berat dan tinggi badannya secara langsung.
7. Kuesioner penelitian diisi selama kurang lebih 25 menit dan dikembalikan kepada peneliti untuk dilakukan analisis data.

3.7 Analisis Data

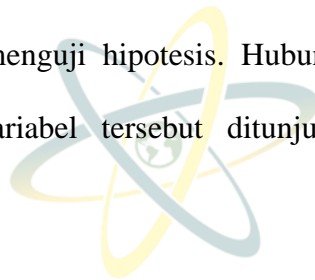
3.7.1 Analisis Univariat

Analisis univariat bertujuan untuk menampilkan karakteristik dari setiap variabel yang diteliti, yaitu karakteristik responden, variabel pengetahuan gizi, variabel persepsi citra tubuh dan variabel status gizi. Hasil data diolah dan

ditampilkan dalam tabel distribusi frekuensi, yang mencakup kategori variabel dan persentasenya.

3.7.2 Analisis Bivariat

Untuk melihat hubungan antara variabel independen dan dependen, digunakan analisis bivariat. Mengingat data penelitian bersifat kategorik, uji Chi-Square diterapkan untuk menguji hipotesis. Hubungan yang signifikan secara statistik antara variabel-variabel tersebut ditunjukkan jika $p\text{-value} < 0,05$



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUMATERA UTARA MEDAN