

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Jenis dan Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain studi *cross sectional*. Jenis penelitian ini menggunakan penelitian asosiatif. Penelitian asosiatif merupakan penelitian yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dua variabel atau lebih. Pada desain studi ini peneliti mengumpulkan data dalam waktu yang bersamaan untuk mengetahui variabel independen dan variabel dependen pada populasi. Dalam judul penelitian ini, peneliti menjelaskan apakah ada hubungan antara kebiasaan konsumsi *fast food* dan aktivitas fisik dengan kejadian obesitas pada siswa/i SDIT Ashabul Kahfi Deli Serdang.

3.2 Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian dilakukan di SDIT Ashabul Kahfi Deli Serdang dengan melakukan observasi dan analisis terhadap kuesioner responden. Penelitian ini dilakukan pada bulan April-Juli 2024.

3.3 Populasi dan Sampel

3.3.1 Populasi

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas: obyek/subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Jadi populasi bukan hanya orang, tetapi juga obyek dan benda-benda alam yang lain. Populasi juga bukan sekedar

jumlah yang ada pada obyek/subyek yang dipelajari, tetapi meliputi seluruh karakteristik sifat yang dimiliki oleh subyek atau obyek itu.

Dari penjelasan diatas dapat diketahui bahwa populasi dari penelitian ini adalah keseluruhan objek atau subjek yang akan diteliti oleh peneliti. Adapun yang menjadi populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa/i SDIT Ashabul Kahfi Deli Serdang tahun 2023/2024 yang berjumlah 277 siswa.

3.3.2 Sampel

Sampel merupakan sebagian data populasi yang akan diteliti atau sebagian jumlah dari karakteristik yang dimiliki oleh populasi. Dalam penelitian, kriteria sampel meliputi, kriteria inklusi dan eksklusi. Dimana kriteria tersebut menentukan dapat dan tidaknya sampel digunakan sebagai sampel.

Adapun sampel yang diambil harus memiliki kriteria sebagai berikut:

1. Kriteria Inklusi
 - a. Bersedia menjadi subjek penelitian
 - b. Siswa/i yang hadir saat pengukuran dan pengumpulan data
 - c. Siswa/i kelas 5 dan 6 yang sudah dapat membaca dan menulis
 - d. Sehat jasmani dan rohani
2. Kriteria Eksklusi
 - a. Siswa/i yang sakit atau tidak hadir pada saat penelitian dilakukan
 - b. Siswa/i kelas 1,2,3, dan 4 yang tidak lancar membaca dan menulis
 - c. Mengundurkan diri sebagai subjek penelitian

3.4 Teknik Pengambilan Sampel

Teknik sampling merupakan teknik pengambilan sampel. Pengambilan sampel dilakukan dengan menggunakan cara *Purposive Sampling*, yaitu teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu. Adapun besar sampel dalam penelitian ini ditentukan dengan rumus (Lameshow, 1997).

$$n = \frac{Z^2 \cdot N \cdot p \cdot q}{d^2 (N-1) + Z^2 \cdot p \cdot q}$$

$$n = \frac{1,96^2 \cdot 277 \cdot 0,5 \cdot 0,5}{0,1^2 (277-1) + 1,96^2 \cdot 0,5 \cdot 0,5}$$

$$n = \frac{265,989}{3,720}$$

$$n = 71$$



Keterangan :

n : Jumlah sampel

N : Besar populasi

d : Tingkat presisi yang diinginkan sebesar 10 % = 0,1

p : Proporsi dalam populasi

q : 1 – p = 0,5

Z : Tingkat kepercayaan sebesar (*Confidental Interval*) 95 % = 1,96

Berdasarkan perhitungan dengan rumus diatas maka diperoleh besar sampel dalam penelitian ini adalah 71 responden.

3.5 Variabel Penelitian

Menurut Hatch dan Farhady dalam bukunya Sugiyono, menyatakan bahwa variabel dapat didefinisikan sebagai atribut seseorang, atau obyek, yang mempunyai variasi antara satu orang dengan orang yang lain atau satu obyek

dengan obyek yang lain. Kerlinger dalam bukunya Sugiyono juga menyatakan bahwa variabel konstruk (*constructs*) atau sifat yang akan dipelajari. Berdasarkan pengertian-pengertian tersebut dapat disimpulkan bahwa variabel penelitian adalah suatu atribut atau sifat atau nilai orang, obyek ataupun kegiatan yang mempunyai variasi tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya.

Dalam penelitian ini terdapat tiga variabel penelitian, adapun variabel-variabel tersebut adalah:

3.5.1 Variabel Independen

Variabel ini sering disebut dengan variabel *stimulus*, *predictor*, *antecedent*. Menurut kamus besar bahasa Indonesia biasa disebut dengan variabel bebas. Variabel bebas merupakan variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variabel dependen (terikat). Adapun variabel bebas dalam penelitian ini adalah konsumsi *fast food* dan aktivitas fisik.

3.5.2 Variabel Dependen

Variabel ini sering disebut sebagai *variable output*, kriteria, konsekuen. Dalam bahasa Indonesia sering disebut sebagai variabel terikat. Variabel terikat merupakan variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat, karena adanya variabel bebas. Variabel terikat dalam penelitian ini adalah kejadian obesitas.

3.6 Defenisi Operasional

Tabel 3. 1 Definisi Operasional

No	Variabel	Definisi Operasional	Alat Ukur	Cara Ukur	Hasil Ukur	Skala Ukur
Variabel Dependen						
1.	Obesitas	Obesitas merupakan kelebihan berat badan karena penumpukan lemak yg berlebihan dan dapat menimbulkan risiko penyakit.	Timbangan injak digital dengan ketelitian 0,1 kg dan Microtoise dengan ketelitian 0,1 cm	Penimbangan berat badan dan Pengukuran tinggi badan	1. Obesitas IMT (>27,0) 2. Tidak obesitas IMT ($\leq 27,0$)	Ordinal
Variabel Independen						
2.	Kebiasaan konsumsi fast food	Frekuensi responden mengonsumsi <i>fast food</i> dalam waktu 1 bulan terakhir	FFQ (Kualitatif)	Pengisian Kuesioner	Dinyatakan dalam: 1. Sering; > mean skor penelitian 2. Jarang; < mean skor penelitian	Ordinal
3.	Aktivitas Fisik	Merupakan suatu gerakan tubuh yang dihasilkan oleh otot rangka yang membutuhkan pengeluaran energi.	PAQ-Children	Pengisian kuesioner	Dinyatakan dalam: 1. Aktivitas fisik rendah 2. Aktivitas fisik tinggi (PAQ-C)	Ordinal

3.7 Aspek Pengukuran

Dalam penelitian ini pembuatan kuesioner menggunakan skala likert untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial. Jawaban setiap item instrument yang menggunakan skala Likert mempunyai gradasi dari sangat positif sampai sangat negatif, dan instrumen penelitian ini dibuat dalam bentuk *checklist* dan pilihan ganda.

3.8 Teknik Pengumpulan Data



3.8.1 Jenis Data

a. Data Primer

1. Data karakteristik subjek penelitian yang berupa identitas subjek.
2. Data berat badan dan tinggi badan subjek melalui pengukuran langsung.
3. Data frekuensi konsumsi *fast food* diperoleh melalui wawancara dengan menggunakan metode *Food Frequency Questionnaire*.
4. Data aktivitas fisik diperoleh melalui wawancara dengan menggunakan formulir *The Physical Activity Questionnaire for Older Children (PAQ-C)*.

b. Data Sekunder

1. Data sekunder meliputi keadaan umum lokasi penelitian.

3.8.2 Alat atau Insrument Penelitian

Instrumen penelitian adalah alat-alat yang digunakan untuk pengumpulan data. Dalam penelitian ini instumen yang digunakan berupa kuesioner (daftar pertanyaan), dan formulir-formulir lain yang berkaitan dengan pencatatan data dan sebagainya.

Instrumen penelitian yang digunakan adalah sebagai berikut:

1. Formulir karakteristik subjek penelitian untuk mengetahui identitas subjek (nama, jenis kelamin, tanggal lahir, umur, alamat, nomor telepon, tinggi badan, dan berat badan).
2. Formulir *Food Frequency Questionnaire* untuk memperoleh data mengenai konsumsi *fast food* selama 1 bulan pada subjek. Cara yang digunakan adalah responden diwawancarai sesuai dengan kuesioner
3. Formulir *Physical Activity Questionnaire for Older Children* untuk mengukur aktivitas fisik subjek selama seminggu.
4. Timbangan digital dengan ketelitian 0,1 kg.
5. *Microtoise* dengan ketelitian 0,1 cm.

3.8.3 Prosedur Pengumpulan Data

3.8.3.1 Tahap Persiapan

1. Mengurus surat perizinan di Si Selma UINSU untuk melakukan penelitian pada siswa/i di SDIT Ashabul Kahfi Deli Serdang
2. Melakukan pengukuran antropometri yang meliputi tinggi badan dan berat badan.
3. Pengisian kuesioner FFQ konsumsi *fast food* dan aktivitas fisik

3.8.3.2 Tahap Pelaksanaan

1. Mencari sampel yang sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi.
2. Melakukan pengukuran berat badan dan tinggi badan.
3. Melakukan pengisian kuesioner untuk identitas diri terlebih dahulu
4. Melakukan pengisian kuesioner FFQ tentang konsumsi *fast food*.

5. Melakukan pengisian kuesioner aktivitas fisik menggunakan kuesioner aktivitas fisik PAQ-C.

3.9 Analisis Data

Untuk menganalisis data yang telah didapat dari responden dan telah dimasukkan ke dalam komputer, data di uji dengan menggunakan analisis univariat dan analisis bivariat.

3.9.1 Analisis Univariat

Analisis ini digunakan untuk menganalisis data serta variabel independen konsumsi *fast food* dan aktivitas fisik, dan dependen (obesitas). Analisis ini digunakan untuk memperoleh distribusi frekuensi dan persentase dengan menggunakan sistem komputer.

3.9.2 Analisis Bivariat

Analisis bivariat dilakukan untuk melihat antara dua variabel yang diduga berhubungan atau berkorelasi. Tujuan dari analisis ini mengetahui ada tidaknya hubungan yang bermakna antara variabel independen yaitu konsumsi *fast food* dan aktivitas fisik dengan variabel dependen yaitu obesitas. Setelah itu uji yang digunakan adalah uji *Chi-square*. Untuk melihat hasil kemaknaan perhitungan statistik maka digunakan batas kemaknaan yang digunakan adalah *p-value* = 0,05. Jika diperoleh nilai $p < 0,05$ berarti ada hubungan yang bermakna antara variabel independen dengan variabel dependen. Dan jika diperoleh nilai $p > 0,05$ berarti tidak ada hubungan yang bermakna antara variabel independen dengan variabel dependen.