

BAB IV

METODE PENELITIAN

4.1 Rancangan Penelitian

Penelitian ini bersifat kuantitatif dan jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah analitik observasional dengan metode *cross sectional*. Penelitian ini akan mengobservasi kedua variabel, yaitu variabel *independent* dan variabel *dependent* dalam waktu yang sama. Peneliti tidak akan memberikan perlakuan atau intervensi pada sampel dan hanya akan mencari korelasi antara kebiasaan *sedentari* dengan kejadian status gizi lebih (*overweight* dan obesitas) pada anak usia 10-12 tahun di SD Muhammadiyah Manyar Gresik dan melakukan analisis terhadap data yang dikumpulkan untuk menguji hipotesis.

4.2 Populasi, Sampel, Besar Sampel, dan Teknik Pengambilan Sampel

4.2.1 Populasi

Populasi target secara keseluruhan dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas IV–VI di SD Muhammadiyah Manyar Gresik yaitu berjumlah 230 siswa.

4.2.2 Sampel

Sampel dalam penelitian ini adalah seluruh siswa yang berusia siswa kelas IV–VI yang berusia 10-12 tahun di SD Muhammadiyah Manyar Gresik yang merupakan bagian dari populasi dan memenuhi persyaratan inklusi dan eksklusi sebagai berikut:

a. Kriteria Inklusi :

- Siswa SD Muhammadiyah Manyar Gresik usia 10-12 tahun.
- Siswa SD Muhammadiyah Manyar Gresik kelas IV-VI.
- Bersedia menjadi responden dengan mengisi *informed consent*.
- Sehat jasmani dan rohani.
- Siswa dapat berkomunikasi dengan baik.

- Mendapat izin tertulis dari sekolah untuk mengikuti penelitian
- b. Kriteria Eksklusi :
- Siswi SD Muhammadiyah Manyar Gresik perempuan yang sudah menstruasi.
 - Siswa SD Muhammadiyah Manyar Gresik yang memiliki orang tua dengan status gizi lebih.
 - Mengundurkan diri dalam penelitian.
 - Pindah sekolah.

4.2.3 Besar Sampel

Penelitian ini menggunakan metode pengambilan data *total sampling*, maka besar sampel yang digunakan sama dengan besar populasi. Menurut (Arikunto, 2017) *total sampling* digunakan apabila populasi kurang dari 100, apabila jumlah populasi melebihi 100, maka bisa menggunakan minimal 10-15% dari jumlah populasi.

4.2.4 Teknik Pengambilan Sampel

Pengambilan sampel pada penelitian ini dilakukan dengan metode *total sampling*, yaitu pengambilan sampel dengan jumlah yang sama dengan populasi (Notoatmodjo, 2012). Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini adalah dengan mengumpulkan data primer dan data sekunder, data sekunder adalah data yang dikumpulkan dari dokumen serta website mengenai SD Muhammadiyah Manyar Gresik, seperti jumlah murid dan kegiatan di sekolah. Pengambilan data primer dilakukan melalui kuesioner yang diisi langsung oleh anak setelah dijelaskan cara pengisiannya yaitu identitas anak (usia dan jenis kelamin) dan kebiasaan *sedentari*. Status gizi anak diambil melalui pengukuran berat badan dan tinggi badan yang dimasukkan ke dalam grow chart z-score WHO. Siswa yang datanya diambil harus memenuhi kriteria populasi dan sampel.

4.3 Definisi Operasional Variabel

Tabel 4.3, Definisi Operasional Variabel

4.3.1 Klasifikasi Variabel

N o	Variabel	Definisi operasional	Cara ukur	Hasil ukur	Skala data
1.	Kebiasaan <i>Sedentari</i>	Aktivitas Fisik Pasif (<i>Sedentari</i>): Semua aktivitas yang mengeluarkan energi >1,5METs berupa aktivitas berbasis duduk dan berbasis <i>screentime</i> Aktivitas Fisik Aktif : Setiap gerakan tubuh yang meningkatkan pengeluaran energi dan pembakaran energi termasuk olahraga	Menjelaskan mengenai cara pengisian kuesioner kepada wali kelas. Kemudian, kuesioner diisi langsung oleh responden.	Memiliki Kebiasaan <i>Sedentari</i> = Melakukan aktivitas <i>sedentari</i> ≥ 5 jam perhari dan tidak diimbangi olahraga minimal 3 kali seminggu. Tidak Memiliki Kebiasaan <i>Sedentari</i> = < 5 jam perhari atau ≥ 5 jam dan diimbangi olahraga minimal 3 kali seminggu.	Nominal
2.	Status Gizi Lebih pada Anak	Keadaan keseimbangan antara asupan dan kebutuhan status gizi yang ditentukan dari antropometri dan indeks massa tubuh (IMT/U).	Mengukur tinggi badan dan berat badan anak lalu menghitung IMT dan memasukan ke kurva grow chart WHO.	Hasil ukur: <ul style="list-style-type: none"> • $> +2SD =$ Obesitas • $> +1 SD =$ <i>Overweight</i> • $+1 < z$ <i>score</i> $< -1 =$ Normal 	Ordinal

4.3.1.1 Variabel Independent

Variabel independent atau variabel bebas pada penelitian ini adalah faktor resiko yang dapat menyebabkan gizi lebih pada anak, yaitu kebiasaan *sedentari*.

4.3.1.2 Variabel Dependent

Variabel dependent atau variabel terikat pada penelitian ini adalah status gizi lebih pada anak.

4.4 Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian yang digunakan adalah pengisian kuesioner langsung oleh anak untuk mengumpulkan data identitas anak (usia dan jenis kelamin), kebiasaan *sedentari* anak. Sebelum dilakukan pengisian kuesioner, peneliti akan menjelaskan mengenai cara pengisian kuesioner kepada wali kelas, kemudian wali kelas menjelaskan ke siswa dan peneliti hadir di tempat penelitian untuk memastikan penelitian berjalan dengan lancar. Peneliti juga akan mengukur tinggi badan serta berat badan responden lalu memasukan ke kurva grow chart z-score WHO. Penelitian ini membutuhkan IMT orang tua dan status menstruasi anak untuk memenuhi kriteria eksklusi.

4.5 Lokasi dan Waktu Penelitian

Lokasi yang akan menjadi tempat penelitian ini berlangsung adalah di SD Muhammadiyah Manyar Gresik. Waktu penelitian akan dilaksanakan pada bulan Mei 2023 dan pengambilan sampel akan dilakukan dalam satu waktu.

4.6 Prosedur Pengambilan atau Pengumpulan Data

Prosedur pengambilan atau pengumpulan data dalam penelitian ini adalah dengan mengumpulkan data menggunakan kuesioner dan mengukur IMT responden yang memenuhi kriteria populasi dan sampel.

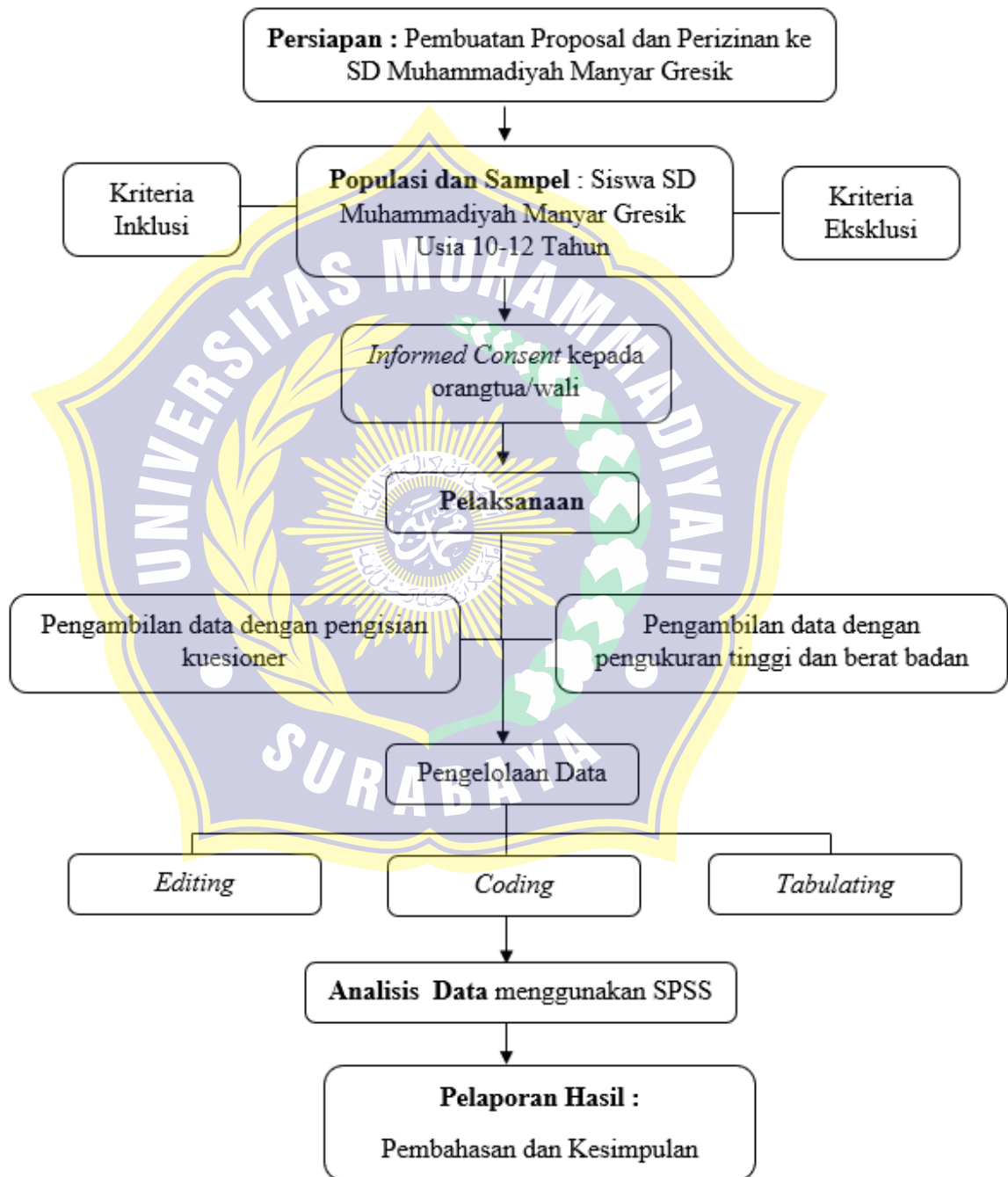
1. Data Primer

Data primer pada penelitian ini meliputi identitas anak, status gizi anak dan kebiasaan *sedentari* anak yang diambil datanya menggunakan kuesioner aktivitas *sedentari*, dan kuesioner aktivitas fisik.

2. Data Sekunder

Data sekunder pada penelitian ini meliputi data yang diambil dari data dokumen atau website mengenai sekolah SD Muhammadiyah Manyar Gresik meliputi jumlah siswa.

4.6.1 Bagan Alur Penelitian



4.7 Cara Pengolahan dan Analisis Data

4.7.1 Analisis Univariat

Analisis univariat menjelaskan karakteristik tiap-tiap variabel yang diteliti dalam penelitian ini, yaitu kebiasaan *sedentari* dan status gizi lebih pada anak.

4.7.2 Analisis Bivariat

Analisis bivariat menjelaskan atau menganalisa adanya hubungan atau korelasi antara variabel yang diteliti. Penelitian ini menganalisa adanya hubungan kebiasaan *sedentari* dengan kejadian gizi lebih pada anak dan akan dilakukan uji statistik variabel *Chi-Square* dengan menggunakan aplikasi SPSS (Statistical Program for Social Science).

