

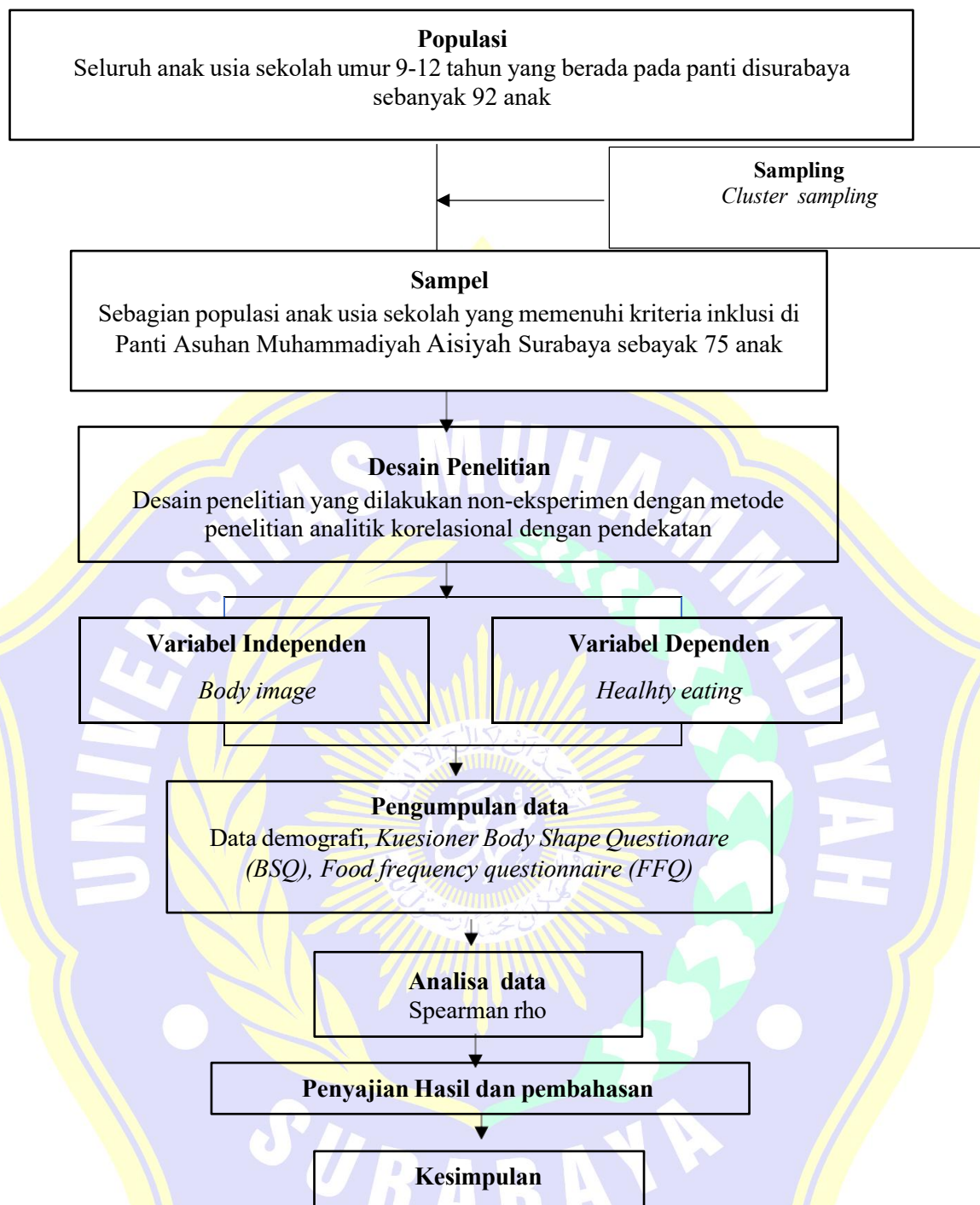
BAB 3

METODE PENELITIAN

3.1 Desain Penelitian

Desain penelitian atau rancangan penelitian merupakan hasil akhir dari suatu tahap keputusan yang dibuat oleh peneliti berhubungan dengan bagaimana suatu penelitian bisa diterapkan (Nursalam, 2016). Berdasarkan tujuan penelitian desain yang digunakan adalah penelitian analitik dengan pendekatan *cross sectional* suatu rancangan penelitian dengan melakukan pengukuran atau pengamatan pada saat bersamaan atau melakukan pemeriksaan status paparan dan status penyakit pada titik yang sama, penelitian ini dilakukan pada hubungan penyebab dan akibat (Hidayat & Alimul, 2017)

3.2 Kerangka kerja



Gambar 3. 1 Kerangka Kerja Penelitian Hubungan Body Image dengan Healty Eating Pada Anak Usia Sekolah di Panti Asuhan Muhammadiyah Surabaya

3.3 Populasi Sampel dan Sampling

3.3.1 *Populasi*

(Sugiyono, 2020) populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri dari objek atau subjek yang memiliki karakteristik yang telah ditetapkan. Populasi pada penelitian ini adalah 77 anak usia sekolah (9-12 tahun) disetiap Panti Asuhan Muhammadiyah Surabaya:

1. Panti Asuhan Muhammadiyah Surabaya timur (LKSA (panti Bayi) Muhammadiyah Medok Ayu 20 anak)
2. Panti Asuhan Muhammadiyah Surabaya utara (LKSA Muhammadiyah Yai Walidah 18 dan LKSA Muhammadiyah Kenjeran 7 anak)
3. Panti Asuhan Muhammadiyah Surabaya selatan(LKSA Panti Asuhan Putri' Aisiyyah II kota Surabaya kebonsari 12 anak)
4. Panti Asuhan Muhammadiyah Surabaya barat (LKSA Muhammadiyah Pakis 20 dan Panti Asuhan Putri'Aisiyyah Cabang Wiyung 15 anak)

3.3.2 **Sampel**

Rumus Slovin adalah salah satu teori penarikan sampel yang paling populer untuk penelitian kuantitatif. Rumus Slovin biasa digunakan untuk pengambilan jumlah sampel yang harus representatif agar hasil penelitian dapat digeneralisasikan dan perhitungannya pun tidak memerlukan tabel jumlah sampel .

Penghitungan sampel dengan rumus slovin pun bisa digunakan dengan rumus yang sederhana.

Berikut rumus Slovin untuk menentukan sampel (Sugiyono, 2022)

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

n = Ukuran sampel/jumlah responden

N = Ukuran populasi

E = Persentase kelonggaran ketelitian kesalahan pengambilan sampel yang masih bisa ditolerir; e = 0,5

$$n = \frac{N}{1 + Ne^2}$$

$$n = \frac{92}{1 + 92 (0,05)^2}$$

$$n = \frac{92}{1 + 92 (0,0025)}$$

$$n = \frac{92}{1 + (0,23)}$$

$$n = \frac{92}{1.23}$$

$$n = 75$$

Kriteria inklusi :

1. Anak usia sekolah 9–12 tahun.
2. Berjenis kelamin perempuan maupun laki-laki.
3. Anak yang tinggal menetap di panti asuhan.
4. Anak yang tidak tinggal menetap di panti asuhan (anak binaan/asuh luar panti).

5. Anak yang bersedia menjadi responden penelitian dan mendapatkan izin dari pengasuh/wali yang bertanggung jawab.

Kriteria eksklusi :

1. Anak usia sekolah dengan keterbatasan mental, gangguan perkembangan, atau gangguan kognitif yang menghambat komunikasi dan pengisian kuesioner.
2. Anak yang sedang sakit atau tidak memungkinkan mengikuti penelitian saat pengambilan data.
3. Anak atau wali/pengasuh yang tidak bersedia berpartisipasi dalam penelitian.
4. Responden yang mengundurkan diri atau mengisi kuesioner tidak lengkap.

3.3.3 Teknik Sampling

Menurut Sugiyono, *cluster sampling* merupakan teknik pengambilan sampel yang digunakan apabila populasi penelitian sangat luas dan tersebar, sehingga peneliti tidak memungkinkan untuk mengambil sampel langsung dari seluruh individu. Teknik ini dilakukan melalui dua tahap, yaitu menentukan sampel berdasarkan kelompok atau wilayah tertentu (cluster), kemudian menentukan subjek yang ada dalam cluster tersebut secara acak. Teknik *cluster sampling* termasuk dalam probability sampling karena setiap cluster memiliki peluang yang sama untuk terpilih sebagai sampel penelitian (Sugiyono, 2022). Teknik *cluster sampling* dilakukan melalui beberapa langkah sebagai berikut:

1. Peneliti terlebih dahulu menetapkan populasi penelitian, kemudian membagi populasi tersebut ke dalam beberapa

kelompok atau *cluster* berdasarkan wilayah atau unit tertentu.

2. Selanjutnya, peneliti memilih beberapa *cluster* yang akan dijadikan sampel penelitian. Pemilihan *cluster* dilakukan secara acak (*random*) sesuai dengan tujuan dan kebutuhan penelitian.
3. Setelah *cluster* terpilih, peneliti menentukan responden dari setiap wilayah atau *cluster* tersebut untuk dijadikan subjek penelitian, baik dengan mengambil seluruh anggota *cluster* maupun sebagian anggota yang dipilih secara acak.

Menentukan cluster random sampling dengan menggunakan rumus :

$$f_i = \frac{N_i}{N}$$

- 1) Panti LKSA Muhammadiyah Pakis Asuhan pakis

$$f_i = \frac{20}{92} = 0,217$$

- 2) Panti LKSA (panti Bayi) Muhammadiyah Medok.

$$f_i = \frac{20}{92} = 0,217$$

- 3) Panti LKSA Muhammadiyah Yai Walidah Asuhan

$$f_i = \frac{18}{92} = 0,195$$

- 4) Panti LKSA Muhammadiyah Kenjeran.

$$f_i = \frac{15}{92} = 0,163$$

5) Panti LKSA Panti Asuhan Putri' Aisiyyah II kota Surabaya

$$f_i = \frac{15}{92} = 0,163$$

6) Panti Panti Asuhan Putri' Aisiyyah Cabang Wiyung asuhan

$$f_i = \frac{15}{92} = 0,163$$

Keterangan :

Fi : Sampel pecahan *cluster*

Ni : Banyaknya individu dalam *cluster*

N : Banyak populasi

n : Banyak sampel

Kemudian didapatkan besar sampel per *cluster* dengan menggunakan rumus sebagai berikut :

$$N_i = f_i \times n$$

1. Panti Panti LKSA Muhammadiyah Pakis Asuhan pakis

$$N_i = 0,217 \times 75 = 16,275 = 16$$

2. Panti Panti LKSA (panti Bayi) Muhammadiyah Medok.

$$N_i = 0,217 \times 75 = 16,275 = 16$$

3. Panti Asuhan nyai walidah Muhammadiyah Surabaya

$$N_i = 0,195 \times 75 = 14,625 = 15$$

4. Panti LKSA Muhammadiyah Kenjeran.

$$N_i = 0,074 \times 75 = 5,55 = 6$$

5. Panti LKSA Panti Asuhan Putri' Aisiyyah II kota Surabaya

$$N_i = 0,163 \times 75 = 12,225 = 12$$

6. Panti Asuhan Putri' Aisiyyah Cabang Wiyung

$$N_i = 0,163 \times 75 = 12,225 = 12$$

3.4 Variabel Penelitian dan Definisi Oprasional

3.4.1 Variabel Independen

(Sugiyono, 2020) mendefinisikan variabel independen sebagai variabel yang mempengaruhi, menghasilkan, atau mengarah pada variabel terikat. Variabel ini tidak terkait dengan semua variabel lain dalam konteks penelitian. *Body image* merupakan variabel independen dalam penelitian ini

3.4.2 Variabel Dependen

Variabel dependen menurut (Sugiyono, 2020), adalah variabel yang dipengaruhi atau ditimbulkan oleh adanya variabel independen, karena Definisi operasional variabel independen tidak memiliki hubungan dengan variabel dependen. mempengaruhi perubahan atau variasinya, maka variabel ini menjadi subjek utama penelitian. Variabel dependen dalam penelitian ini adalah *healthy eating*.

3.4.3 Variabel Oprasional

Tabel 3. 1 Definisi Oprasional Hubungan *Body Image* dengan *Healthy Eating* pada Anak Usia Sekolah diPanti asuhan Aisiyah Muhammadiyah Surabaya.

Variabel	Definisi	Indikator	Alat ukur	Skala	Skor
Independen (<i>body image</i>)	Gambaran seseorang mengenai persepsi bentuk, penampilan, dan ukuran tubuhnya yang akan diukur dengan menggunakan kuesioner.	Indikator yang di gunakan pada kuesioner mengacu kepada: 1) Evaluasi penampilan 2) Orientasi penampilan 3) Kepuasan area tubuh 4) Kecemasan kelebihan berat badan 5) Persepsi ukuran tubuh Cash & Prunzinsky (2000)	Kuesioner Body Shape Questionare (BSQ) (Cooper et al., 1987)	Liket	Skoring : tidak pernah :1, jarang:2, kadang-kadang : 3, sering:4, sangatsering:5, selalu:6 Kategori Skor Total : a.32-38:body image positif b.39-51 : gangguan body image ringan c.52-66 : gangguan body image sedang d.≥ 67 : gangguan body image berat
Dependent (<i>healthy eating</i> , (pola makan))	Pola makan adalah perilaku yang dilakukan seseorang dalam menentukan bahan makan dan frekuensi makan untuk dikonsumsi setiap harinya. Komponen yang termasuk	Indikator Pola Makan: 1. frekuensi makan 2. jenis makan 3. jumlah makanan	Kuisisioner FFQ <i>Food Frequency Questionnaire</i> (Willett & C., 2013)	Ordinal	Skoring : 1. (sering sekali dikonsumsi) = lebih dari 1 kali sehari (tiap kali makan), skor = 5 2. (sering dikonsumsi) = 1 kali sehari (4-6 kali seminggu), skor = 4 3. (biasa dikonsumsi) = tiga kali perminggu, skor = 3 4. (kadang-kadang dikonsumsi) = kurang dari tiga kali perminggu (1-2 kali perminggu), skor = 2 5. (jarang dikonsumsi) = kurang dari satu kali perminggu, skor = 1 6. (tidak pernah), skor = 0 . Kriteria: a. Baik, bila skor ≥ median b. Kurang , bila skor < median

3.5 Pengumpulan dan Pengolahan Data

3.5.1 Instrumen

Instrumen penelitian adalah alat-alat yang akan digunakan untuk mengumpulkan data, instrumen penelitian dapat berupa kuesioner yang berkaitan dengan pencatatan data dan sebagainya. Pada penelitian ini instrumen yang digunakan yaitu 2 kuesioner instrumen sebagai pedoman dalam mengumpulkan data yaitu

1. *Body image*

Dalam penelitian ini, body image (citra tubuh) diukur menggunakan kuesioner *Body Shape Questionnaire (BSQ)*. *BSQ* merupakan instrumen laporan diri yang dikembangkan untuk menilai persepsi individu terhadap bentuk tubuh dan penampilannya, baik pada populasi umum maupun klinis. pertanyaan menggunakan skala likert 6 poin : tidak pernah = 1, jarang = 2, kadang-kadang = 3, sering = 4, sangat sering = 5, selalu = 6 (Cooper et al., 1987).

Uji validitas dilakukan di 2 Panti Asuhan Muhammaadiyah Surabaya yaitu LKSA Muhammadiyah Barata jaya dan LKSA Muhammadiyah Surabaya semampir pada tanggal 20 desember 2025. Uji validitas instrumen body image dilakukan untuk mengetahui kemampuan setiap item pernyataan dalam mengukur konsep body image pada anak usia sekolah. Pengujian dilakukan menggunakan korelasi Product Moment Pearson dengan bantuan program SPSS pada taraf

signifikansi 5%, dengan nilai r tabel sebesar 0,388. Suatu item dinyatakan valid apabila nilai r hitung lebih besar dari r tabel (r hitung $>$ 0,388). uji reliabilitas dilakukan menggunakan metode *Cronbach's Alpha* untuk mengetahui konsistensi internal instrumen. Hasil uji menunjukkan nilai *Cronbach's Alpha* sebesar 0,902, yang berarti lebih besar dari 0,60. Dengan demikian, kuesioner body image dinyatakan reliabel dengan tingkat reliabilitas sangat tinggi dan layak digunakan sebagai alat ukur dalam penelitian ini.

2. *Healthy eating*

Instrumen pengukuran pola makan pada penelitian ini menggunakan kuesioner dengan 3 pertanyaan, meliputi :frekuensi makan, jenis makan, jumlah makan. Setelah itu kuesioner pola makan dinilai memakai rumus sebagai berikut: Menjumlahkan semua skor konsumsi pangan subjek berdasarkan jumlah skor kolom konsumsi untuk setiap pangan yang pernah dikonsumsi. Total skor ditulis pada baris paling bawah (skor konsumsi pangan). Interpretasi skor ini harus didasarkan pada nilai rerata skor konsumsi pangan pada populasi. Jika nilai ini berada diatas median populasi maka skor konsumsi pangan baik. Keterangan Skor menurut (Widajanti, 2014) adalah:

- 1) A (sering sekali dikonsumsi) = lebih dari 1 kali sehari (tiap kali makan), skor = 5
- 2) B (sering dikonsumsi) = 1 kali sehari (4-6 kali seminggu), skor = 4
- 3) C (biasa dikonsumsi) = tiga kali seminggu, skor = 3

- 4) D (kadang-kadang dikonsumsi) = kurang dari tiga kali perminggu (1 2 kali perminggu), skor = 2
- 5) E (jarang dikonsumsi) = kurang dari satu kali perminggu, skor = 1
- 6) F (tidak pernah), skor = 0 .

Keterangan Hasil:

1. Baik, bila skor $\geq$ median
2. Kurang, bila skor $<$ median

Uji validitas dilakukan di 2 Panti Asuhan Aisiyah Muhammaadiyah Surabaya yaitu LKSA Aisiyah Barata jaya dan LKSA Muhammadiyah Surabaya semampir pada tanggal 20 Desember 2025. Uji validitas instrumen healthy eating dilakukan untuk menilai sejauh mana setiap item pernyataan mampu mengukur perilaku healthy eating pada anak usia sekolah. Pengujian menggunakan korelasi Product Moment Pearson dengan nilai r tabel sebesar 0,388 pada taraf signifikansi 5%. Item dinyatakan valid apabila r hitung lebih besar dari r tabel. Uji reliabilitas dilakukan dengan metode Cronbach's Alpha dan diperoleh nilai sebesar 0,734. Nilai tersebut lebih besar dari 0,60, sehingga instrumen healthy eating dinyatakan reliabel. Hal ini menunjukkan bahwa kuesioner memiliki konsistensi internal yang baik dan dapat digunakan untuk mengukur variabel healthy eating dalam penelitian mengenai hubungan body image dengan healthy eating pada anak usia sekolah.

3.5.2 Teknik Pengumpulan Data

1. Persiapan

- 1) Peneliti menyiapkan lembar permohonan menjadi responden dan lembar persetujuan menjadi responden (*informed consent*) dalam bentuk pertanyaan melalui Google Form.
- 2) penelitian serta mengajukan surat rekomendasi izin penelitian yang telah ditandatangani oleh pihak berwenang.
- 3) Peneliti menyerahkan surat rekomendasi penelitian kepada kepala panti asuhan dan melakukan koordinasi dengan pihak panti terkait pelaksanaan penelitian.
- 4) Peneliti mempersiapkan lembar kuesioner dan pelaksanaan penelitian dilakukan secara offline dengan bantuan pihak panti asuhan serta beberapa teman peneliti dalam proses distribusi dan pengumpulan kuesioner.

2. Tahap pelaksanaan

- 1) Peneliti menentukan populasi dan sampel penelitian sesuai dengan kriteria yang telah ditetapkan.
- 2) Peneliti meminta izin kepada kepala panti asuhan untuk melakukan pengambilan data. Dengan bantuan pihak panti asuhan dan beberapa teman peneliti, responden diberikan lembar kuesioner

yang berisi penjelasan mengenai tujuan penelitian, permohonan menjadi responden, serta lembar persetujuan (*informed consent*).

- 3) Peneliti, dengan bantuan pihak panti asuhan dan beberapa teman peneliti, mendampingi responden selama proses pengisian kuesioner guna memastikan kuesioner terisi dengan lengkap dan sesuai.
- 4) Setelah seluruh kuesioner terkumpul, peneliti melakukan proses *editing, coding, entry data*, dan analisis data menggunakan Statistical Program for Social Science (SPSS).

3.5.3 Lokasi penelitian

Penelitian ini dilakukan di 6 Panti Asuhan Muhammadiyah Surabaya yang terdiri dari :

1. Panti Asuhan Muhammadiyah Surabaya timur (LKSA (panti Bayi) Muhammadiyah Medok Ayu)
2. Panti Asuhan Muhammadiyah Surabaya utara (LKSA Muhammadiyah Yai Walidah dan LKSA Muhammadiyah Kenjeran)
3. Panti Asuhan Muhammadiyah Surabaya selatan(LKSA Panti Asuhan Putri' Aisiyyah II kota Surabaya kebonsari)
4. Panti Asuhan Muhammadiyah Surabaya barat (LKSA Muhammadiyah Pakis dan Panti Asuhan Putri'Aisiyyah Cabang Wiyung)

3.5.4 Teknik Analisi Data

1. Analisi data

Analisis data adalah proses mengolah data mentah menjadi informasi yang bermakna untuk menjawab masalah penelitian. Proses ini bertujuan untuk menguji hipotesis dan melakukan estimasi parameter melalui uji statistik yang relevan dengan skala data. Dengan demikian, analisis data berfungsi sebagai jembatan untuk menarik kesimpulan dari sampel agar dapat digeneralisasikan pada populasi yang lebih luas (Dahlan M.S, 2020).

1) Analisis univariat

Analisis univariat digunakan untuk menggambarkan karakteristik responden dan distribusi masing-masing variabel penelitian. Analisis bivariat dilakukan untuk mengetahui hubungan antara body image dengan healthy eating pada anak usia sekolah di panti asuhan menggunakan uji korelasi Spearman Rank (Spearman's rho) dengan tingkat kemaknaan $\alpha = 0,05$. Hubungan dinyatakan bermakna apabila nilai $p < 0,05$.

2) Analisis bivariat

Analisis bivariat dilakukan untuk mengetahui hubungan antara body image dengan healthy eating pada anak usia sekolah di Panti Asuhan Muhammadiyah Aisyiyah Surabaya. Sebelum dilakukan analisis bivariat, dilakukan uji normalitas menggunakan Kolmogorov-Smirnov. Selanjutnya, hubungan antara kedua variabel dianalisis menggunakan uji Spearman Rank dengan tingkat kemaknaan $\alpha =$

0,05. Apabila diperoleh nilai $p < 0,05$, maka terdapat hubungan yang signifikan antara body image dengan healthy eating pada anak usia sekolah.

3.5.5 Pengolahan data

Tahapan-tahapan dalam analisa data dapat dilakukan sebagai berikut:

1. Editing

Editing adalah tahap pemeriksaan kembali data yang telah dikumpulkan untuk memastikan kelengkapan, kejelasan, konsistensi, dan kebenaran data sebelum dilakukan pengolahan lebih lanjut. Pada tahap ini, peneliti mengecek apakah seluruh instrumen penelitian telah terisi dengan lengkap, jawaban responden dapat dibaca dengan jelas, serta tidak terdapat kesalahan pengisian (Sugiyono, 2020).

2. Cooding

Coding adalah proses pemberian kode atau simbol tertentu pada setiap jawaban responden dengan tujuan untuk mempermudah proses pengolahan dan analisis data. Kode dapat berupa angka atau simbol yang mewakili kategori jawaban tertentu sesuai dengan variabel penelitian (Sugiyono, 2023).

1) Usia

1. Kode 0 : umur 9 tahun
2. Kode 1: umur 10 tahun
3. Kode 2 : umur 11 tahun
4. Kode 3: umur 12 tahun

2) Jenis kelamin

Kode Y1 :Perempuan

Kode X1 : laki-laki

3) Tempat tinggal

Kode 1 :Menetap di panti

Kode 2: Tidak menetap dipanti

4) Body image

1. Kode 1: selalu

2. Kode 2: sangat sering

3. Kode 3: sering

4. Kode 4: jarang

5. Kode 5 : kadang-kadang

6. Kode 6 : tidak pernah

5) Healty eating

1. Kode X1 : Kode lebih dari 1 kali sehari (tiap kali makan)

2. Kode X2 : kali sehari (4-6 kali seminggu) tiga kali perminggu

3. kode X3 : kurang dari tiga kali perminggu (1 2 kali perminggu)

4. ode X4 kurang dari satu kali perminggu (tidak pernah)

3. Tabulating

Tabulating adalah proses penyusunan dan pengelompokan data ke dalam bentuk tabel sesuai dengan variabel penelitian yang telah ditentukan. Tahap ini bertujuan untuk menyajikan data secara

sistematis sehingga mudah dibaca, dipahami, dan dianalisis.

(Sugiyono, 2019)

3.6 Etika Penelitian

3.6.1 *Informed Consent*

Lembar persetujuan menjadi responden (*informed consent*) merupakan lembar pernyataan tertulis yang diberikan kepada calon responden sebagai bentuk persetujuan secara sadar dan sukarela untuk berpartisipasi dalam penelitian mengenai hubungan *body image* dengan *healthy eating* (pola makan) pada anak Panti Asuhan Muhammadiyah Surabaya, setelah responden memperoleh penjelasan yang lengkap dan jelas mengenai tujuan penelitian, prosedur pengumpulan data, manfaat penelitian, potensi risiko, serta hak dan kewajiban responden selama penelitian berlangsung.

3.6.2 *Anonymity*

Anonymity memiliki tujuan untuk menjaga kerahasiaan identitas dari subjek dengan cara peneliti tidak mencantumkan nama subjek dalam lembar pengumpulan data, akan tetapi cukup dengan memberikan kode pada lembar tersebut.

3.6.3 *Confidentiality*

Peneliti akan selalu menjaga kerahasiaan informasi yang diterimanya, dan hanya diungkapkan kepada kelompok tertentu yang terlibat dalam penelitian untuk menjaga kerahasiaan subjek penelitian selanjutnya.

3.6.4 *Beneficence dan Non Beneficence*

Pada saat penelitian, responden tidak mengalami kerugian karena dalam penelitian ini tidak menggunakan intervensi yang diaplikasikan secara langsung sehingga tidak menimbulkan penderitaan secara fisik kepada responden. Informasi yang telah diberikan oleh responden tidak akan digunakan dalam hal-hal yang akan dirugikan oleh responden.

3.6.5 *Justice*

Dalam penelitian ini, peneliti memberikan keadilan berupa perlakuan yang sama tanpa membedakan jenis kelamin, usia dan lain sebagainya. Setiap responden mendapatkan waktu, tempat penelitian yang sama sesuai dengan jadwal pengambilan obat responden.

