

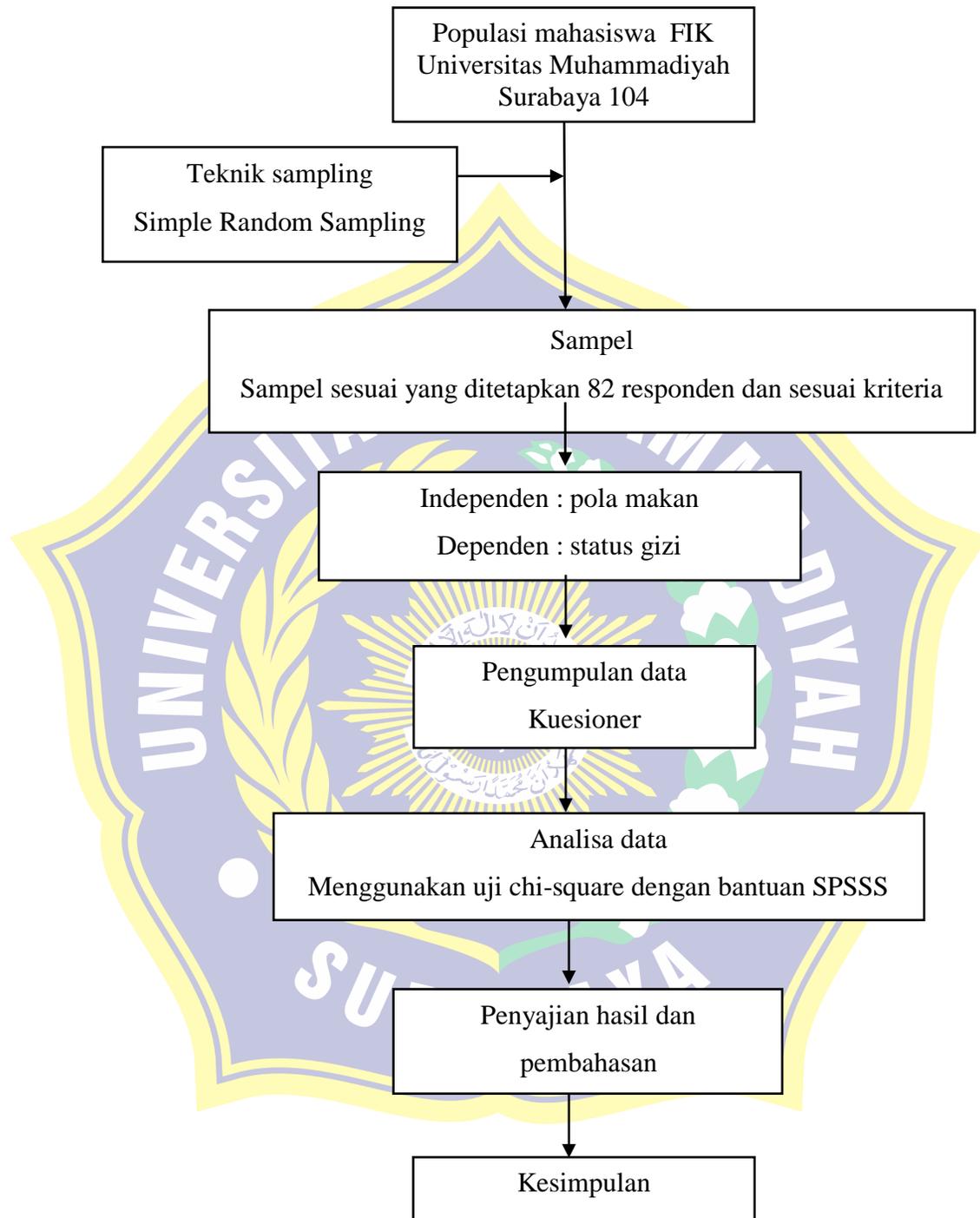
BAB III

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, 2008). Berdasarkan tujuan penelitian desain yang digunakan adalah penelitian korelasional 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 (A. Aziz, 2017). Peneliti akan melakukan pengamatan antara variabel independen yaitu pola makan dengan variabel dependen yaitu status gizi dalam waktu yang sama.

3.2 kerangka Kerja



3.3 Populasi Sampel dan Sampling

3.3.1 Populasi

Populasi dalam penelitian adalah subjek yang memenuhi kriteria yang telah diterapkan (Nursalam, 2008) Pada penelitian ini, populasinya adalah seluruh mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan (FIK) di Universitas Muhammadiyah Surabaya sebanyak 104.

3.3.2 Sampel

Sampel merupakan bagian populasi terjangkau yang dapat dipergunakan sebagai subjek penelitian melalui sampling (Nursalam, 2008). Pada penelitian ini, sampelnya adalah sebagian mahasiswa FIK Universitas Muhammadiyah Surabaya. Untuk menghomogenkan dan karakteristik sampel maka peneliti menggunakan kriteria inklusi dan eksklusi sebagai berikut :

Kriteria Inklusi sebagai berikut :

- a. Mahasiswa semester 8 angkatan 2016 - 2020
- b. Berstatus sebagai mahasiswa aktif di Universitas Muhammadiyah Surabaya.
- c. Bersedia menjadi sampel dalam penelitian ini.
- d. Mahasiswa yang bertinggal dirumah sendiri ataupun kos

Adapun kriteria eksklusi adalah sebagai berikut :

- a. Mahasiswa atau mahasiswi dalam keadaan sakit atau baru pulih dari sakit.
- b. Mahasiswa yang tidak mengisi data secara lengkap.
- c. Mahasiswa yang tidak ada di tempat saat pengambilan sampel.

3.3.3 Besar Sampling

Penelitian ini menggunakan rumus slovin sebagai berikut :

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

$$n = \frac{104}{1+104(0,05)^2}$$

$$n = 82,5 = 82$$

Keterangan :

n : Besar Sampel

N : Besar Populasi

d : Tingkat kepercayaan / ketepatan yang diinginkan (0,05)

Dengan demikian banyaknya sampel yang akan diambil dalam penelitian ini adalah 82 responden.

3.3.4 Teknik Sampling

Sampling adalah proses menyelediki posri untuk dapat mewakili populasi (Nursalam, 2016). Sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Simple Random Sampling*. *Simple Random Sampling* digunakan jika populasi tidak terlalu bervariasi (homogeny) dan secara geografis tidak terlalu menyebar, dan terdapat daftar populasi (sampling frame) (Nursalam,2008).

3.4 Identifikasi Variabel

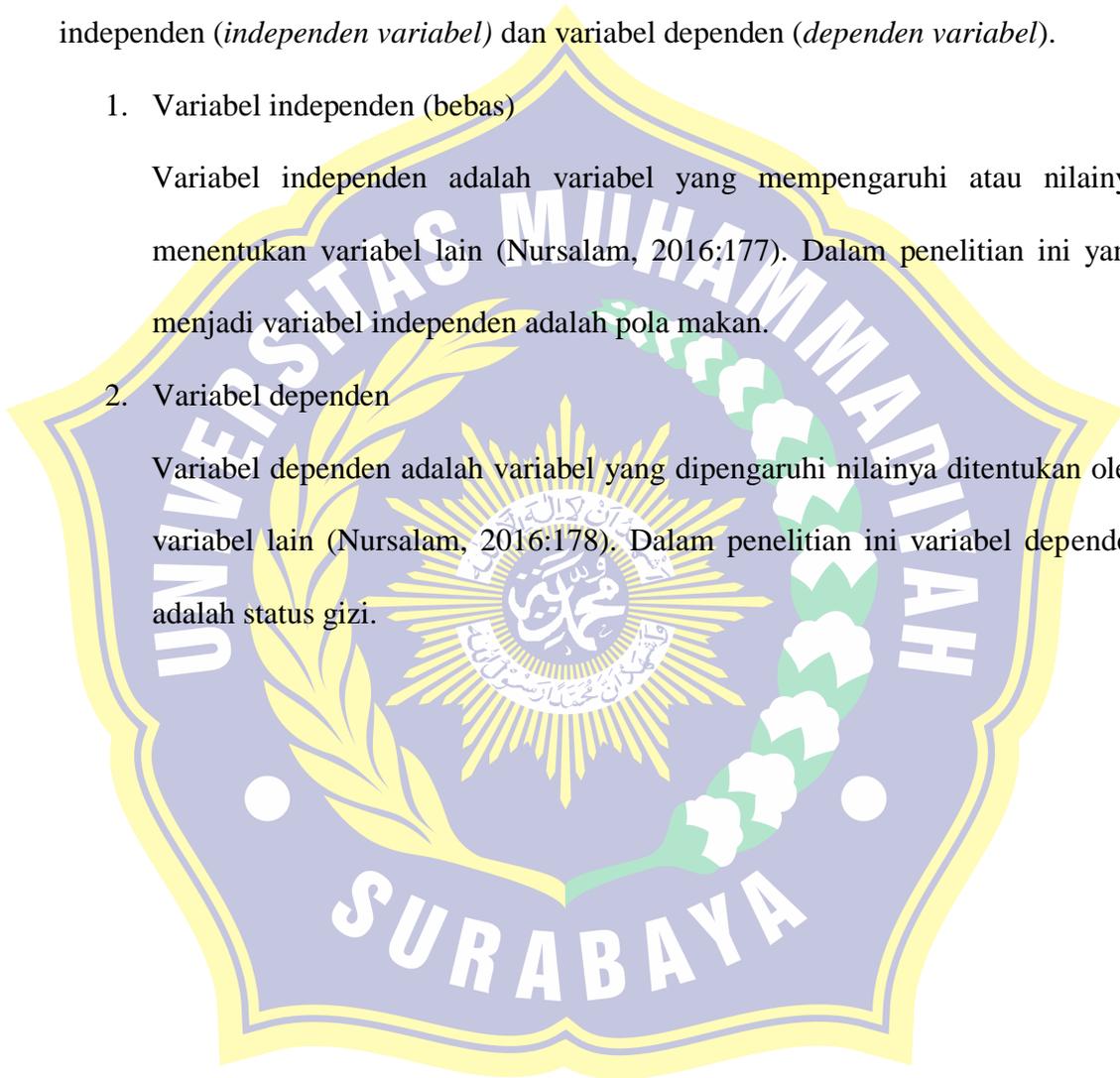
Variabel merupakan konsep dari berbagai level anstrak yang didefinisikan sebagai suatu fasilitas untuk pengukuran dan atau manipulasi suatu penelitian (Nursalam,2016). Identifikasi variabel dibagi menjadi 2 (dua) macam yaitu variabel independen (*independen variabel*) dan variabel dependen (*dependen variabel*).

1. Variabel independen (bebas)

Variabel independen adalah variabel yang mempengaruhi atau nilainya menentukan variabel lain (Nursalam, 2016:177). Dalam penelitian ini yang menjadi variabel independen adalah pola makan.

2. Variabel dependen

Variabel dependen adalah variabel yang dipengaruhi nilainya ditentukan oleh variabel lain (Nursalam, 2016:178). Dalam penelitian ini variabel dependen adalah status gizi.



3.5 Definisi Operasional

Tabel 3.5 Definisi Operasional Penelitian

Variabel independen dan dependen	Definisi Operasional	Indicator	Alat Ukur	Skala	Skor
Variabel independen : Pola makan	Kebiasaan mengkonsumsi makanan sehari-hari	1. Jenis makan 2. Frekuensi makan 3. Jumlah makan	Kuisoner	Ordinal	1. Baik >1x/hari 2. Cukup : 1-2x seminggu 3. Kurang : <1x seminggu sekali dan tidak pernah
Variabel dependen: Status gizi	Keseimbangan antara asupan dan kebutuhan gizi	Pengukuran - TB - BB	Kuisoner	Ordinal	1.Sangat kurus : <17,0 2.Kurus : 17,0-<18,5 3.Normal : 18,5-25,0 4.Gemuk : >25,0-27,0 5.Obesitas : >27,0

3.6 Pengumpulan Data

3.6.1 Pengumpulan Data

Pada penelitian ini peneliti mengambil studi awal dengan melakukan wawancara peneliti melakukan pendekatan pada responden. Peneliti menjelaskan tujuan penelitian kepada responden dan kerahasiaan data responden. Responden memiliki hak untuk menolak dan peneliti tidak dapat memaksakan. Pengumpulan data pada variabel Independen menggunakan kuisioner Metode *food frequency* dan variabel dependen menggunakan Antropometri. Peneliti mengumpulkan data melalui via online dengan mengisi kuisioner lewat google form waktu yang dibutuhkan kurang lebih 3 hari . Setelah kuisioner diisi oleh responden peneliti melakukan pengolahan data. Berikut link kuisioner: https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSdZeJMSUU9hySi1NJahDP1YWas8Pan40pIH9Ecd3-AxrMtcw/viewform?usp=sf_link

3.6.2 Instrumen Data

Instrumen penelitian pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan instrument lembar kuisioner dalam bentuk *check list* (√) dan mengisi Berat badan dan Tinggi badan untuk mengukur status gizi.

Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini antara lain :

1. Pengukuran Pola Makan

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode formulir *food frequency questionnaire* (FFQ) yang diberikan kepada mahasiswa. Daftar isian digunakan untuk mengungkapkan pola makan yang dilihat dari frekuensi terhadap beberapa jenis makanan yang dikonsumsi. Daftar isian, yang berisi nama bahan makanan dan skala diambil dari contoh I Dewa Nyoman

Supariasa,dkk.,(2014). Kuisoner FFQ sudah dimodifikasi oleh Agnes Grace (2017). Penilaian dilakukan dengan menjumlahkan seluruh hasil dari pemilihan responden terhadap fomulir *food frequency*, kemudian data *food frequency* mahasiswa yang diperoleh dari tahap penelitian dikode dan diubah menjadi data presentase.

Tabel 3.6.2 Penilaian Pola Konsumsi

Kategori	Skor	Keterangan
A	50	>1x/hari (setiap hari)
B	25	1x/hari (4-6x/seminggu)
C	15	3x / minggu
D	10	1-2x seminggu
E	1	<1x seminggu sekali
F	0	Tidak pernah

Sumber : Suhardjo dalam Dewi (2013)

Cara menghitung skor tiap rata-rata masing-masing bahan makanan :

$$\frac{\sum \text{skor tiap kategori} \times \text{jumlah responden pada kategori}}{\text{Jumlah seluruh responden}}$$

Selanjutnya, hasil dari pengukuran pola konsumsi akan dibagi menjadi tiga kategori yaitu baik, cukup, dan kurang. Kategori baik bila skor 344-452, cukup bila skor 236-343, dan kurang bila skor 128-235 (Suhardjo dalam Dewi,2013)

2. Status gizi

Kategori status gizi dihitung berdasarkan Indeks Masa Tubuh (IMT) yang kemudian hasilnya akan disesuaikan dengan tabel status gizi :

Tabel 3.6.2 Penilaian Status Gizi

	Kategori	IMT
Sangat kurus	Kekurangan berat badan tingkat berat	<17,0
Kurus	Kekurangan berat badan tingkat ringan	17,0-<18,5
Normal		18,5-25,0
Gemuk	Kelebihan berat badan tingkat ringan	>25,0-27,0
Obesitas	Kelebihan berat badan tingkat berat	>27,0

3.6.3 Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian dilakukan di Universitas Muhammadiyah Surabaya.

3.7 Pengolahan Data dan Analisa Data

3.7.1 Pengolahan Data

Tahapan dalam pengolahan data dapat dilakukan sebagai berikut :

1. *Editing* merupakan pengecekan kembali kebenaran data yang telah diperoleh kemudian diteliti apakah terdapat kesalahan atau kekeliruan dalam pengisisannya dan kemudian diperbaiki.
2. *Coding* merupakan pemberian kode tertentu pada setiap jawaban dari responden untuk memudahkan analisis dari jawaban responden.

3. *Processing* merupakan pemrosesan data dengan cara mengentry data kedalam kuesioner ke program SPSS.
4. *Cleaning* proses memeriksa kembali data yang telah dimasukkan untuk melihat kemungkinan kesalahan, ketidaklengkapan dan sebagainya untuk dilakukan koreksi (Notoatmodjo,2012).

3.7.2 Analisa Data

1. Analisa Univariat

Analisa Univariat adalah analisa yang dilakukan menganalisis tiap variabel dari penelitian (Notoadmodjo,2015). Pada analisis univariat ini akan mendeskripsikan variabel bebas yaitu pola makan, sedangkan variabel terikat yang akan dideskripsikan yaitu status gizi.

2. Analisa Bivariat

Analisis bivariat merupakan dua variabel yang diduga berhubungan dengan korelasi. Analisa bivariat pada penelitian ini menghubungkan antara pola makan dengan status gizi pada mahasiswa. Analisis penelitian ini menggunakan uji korelasi Spearman yaitu untuk mencari hubungan atau untuk membuktikan hipotesis korelatif jika variabel dependen dan independennya berskala ordinal dan sumber data antar variabel adalah homogen. Dengan menggunakan SPSS 16 dengan nilai $p < 0,05$. Maka apabila nilai uji statistik menghasilkan $p < 0,05$ maka H_0 dan H_1 diterima. Hal ini berarti ada hubungan pola makan dengan status gizi mahasiswa fakultas ilmu kesehatan Universitas Muhammadiyah Surabaya.

3.8 Etika Penelitian

Penelitian ini menggunakan mahasiswa sebagai objek penelitian. Maka setelah mendapatkan persetujuan dari Rektor Universitas Muhammadiyah Surabaya. Peneliti memperhatikan dan menekankan etik yang meliputi sebagai berikut :

1. *Informed consent* (Lembar persetujuan)

Lembar persetujuan diberikan kepada responden yang diteliti, melalui GoogleForm lewat online.

2. *Anonimity* (tanpa nama)

Untuk menjaga kerahasiaan peneliti tidak mencantumkan nama responden cukup diberi kode tertentu pada masing-masing lembar tersebut.

3. *Confidentiality* (kerahasiaan)

Kerahasiaan informasi responden dijamin peneliti. Hanya kelompok data tertentu yang dilaporkan oleh peneliti.

4. *Benfience and non-nalafiience*

Penelitian yang dilakukan memberikan keuntungan atau manfaat dari penelitian. Proses penelitian yang dilakukan juga tidak menimbulkan kerugian yang mungkin ditimbulkan. Manfaat penelitian bagi responden dapat mengetahui pola makan dan status gizi responden. Responden merasa nyaman dengan adanya peneliti mendampingi ketika responden mengisi data kuisioner.

5. Justice

Dalam penelitian yang dilakukan harus bersifat adil tanpa membedakan subyek maupun perlakuan yang diberikan. Peneliti memberikan penjelasan kepada subyek responden (sampel penelitian).

3.9 Keterbatasan Penelitian

Tidak ada jalan yang tak berlubang, pepatah ini mengatakan setiap hal atau sesuatu pasti memiliki kekurangan atau kelemahan. Maka dari itu, meskipun penelitian sudah dilakukan sebaik – baiknya, tetapi masih akan terdapat kekurangan yaitu

1. Penelitian hanya dilakukan untuk mengetahui Jenis, jumlah makan dan frekuensi pola makan.
2. Penelitian tidak dapat mengetahui kandungan gizi makanan yang dikonsumsi responden setiap hari.
3. Dan keterbatasan penelitian karena adanya pandemi Covid-19 sehingga peneliti tidak bisa bertemu langsung dengan responden dan harus tetap dirumah saja.