

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan di SMA Negeri 2 Tanjung Morawa, Kabupaten Deli Serdang. Waktu penelitian dilakukan pada tanggal 10-12 Juni 2025.

B. Jenis dan Rancangan Penelitian

Jenis penelitian ini bersifat deskriptif dengan menggunakan rancangan observasional yaitu untuk mempelajari gambaran pengetahuan dan sikap tentang obesitas di SMA Negeri 2 Tanjung Morawa.

C. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi merupakan keseluruhan objek penelitian atau objek yang diteliti (Notoadmodjo, 2010). Dalam penelitian ini populasi yang diambil adalah seluruh siswa kelas X dan XI di SMA Negeri 2 Tanjung Morawa, dengan jumlah keseluruhan 488 orang.

2. Sampel

Sampel adalah bagian dari populasi yang dianggap mewakili keseluruhan populasi (Notoadmodjo, 2010). Sampel dalam penelitian ini adalah bagian dari populasi siswa SMA Negeri 2 Tanjung Morawa. Sedangkan penentuan sampel pada penelitian ini dilakukan dengan teknik *Simple Random Sampling*. Teknik pemilihan perkelas menggunakan rumus *Slovin* (Kusuma & Muhsin, 2016).

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

Keterangan :

n = Besar sampel yang dibutuhkan

N = Jumlah populasi

e = Persentase kesalahan pengambilan sampel yang dapat ditolerir
10% (e=0,1)

Hasil :

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

$$n = \frac{488}{1 + 488(0,1)^2}$$

$$n = \frac{488}{1+4,88}$$

$$n = \frac{488}{5,88}$$

$$n = 82,993197 \quad \text{digenapkan menjadi } n \approx 83$$

Jadi, jumlah sampel adalah 83 orang.

Setelah diperoleh rumus sebagai berikut, jumlah sampel ini ditentukan dari 14 kelas dengan stratifikasi. Tiap-tiap kelas diperoleh antara 5 sampai 6 orang.

$$\text{Sampel Kelas} = \frac{\text{Jumlah siswa di kelas } X-1}{\text{Total seluruh siswa}} \times 83$$

$$\text{Contoh kelas X-1} = \frac{36}{488} \times 83$$

$$= 6,1229$$

D. Jenis dan Cara Pengumpulan Data

1. Jenis Pengumpulan Data

Adapun jenis data yang dikumpulkan dalam penelitian ini terdiri dari data primer dan data sekunder.

a. Data Primer

- I. Data identitas sampel meliputi: nama, umur, kelas, pendidikan ayah, pekerjaan ayah, pendidikan ibu dan pekerjaan ibu yang diperoleh dari pengisian formulir identitas sampel.
- II. Status gizi berat badan (kg) dan tinggi badan (cm) sampel yaitu Siswa SMA Negeri 2 Tanjung Morawa.
- III. Data pengetahuan dan sikap tentang obesitas diperoleh dengan alat bantu kuesioner dalam bentuk 20 pertanyaan untuk pengetahuan dan 15 pernyataan untuk sikap.

2. Instrument Penelitian

Instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah:

- a. Formulir identitas Siswa
- b. Timbangan injak digital dengan ketelitian 0,1 kg
- c. Alat pengukur tinggi badan (*microtoise*) dengan ketelitian 0,1 cm
- d. Kuesioner

3. Cara Pengumpulan Data

Adapun cara kerja yang dilakukan selama penelitian berlangsung yaitu:

a. Saat Penelitian

Peneliti dibantu oleh enumerator berjumlah 3 orang yang merupakan mahasiswa semester V Prodi D-III Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Medan. Sebelum dilakukan pengumpulan data, seluruh enumerator terlebih dahulu dilakukan preview (mengingatkan kembali) mengenai prosedur pengukuran yang akan dilakukan selama penelitian berlangsung.

1. Data identitas responden, dikumpulkan melalui wawancara yang dilakukan peneliti dengan mengisi formulir data identitas pada lembar kuesioner yang telah disediakan.
2. Data Status Gizi dikumpulkan dengan menggunakan pengukuran antropometri yaitu menimbang berat badan dan mengukur tinggi badan.

a) Berat Badan

Langkah-langkah penimbangan berat badan dengan timbangan digital:

1. Pastikan timbangan digital dalam kondisi nol sebelum digunakan. Jika tidak, tekan tombol reset.
2. Letakkan alat timbangan berat badan di tempat yang datar, permukaan harus rata, keras dan tidak miring.
3. Setelah alat siap. Pastikan siswa memakai pakaian ringan. Mintalah subjek untuk melepaskan pakaian luar seperti jaket, dasi dan topi serta alas kaki (sepatu dan kaos kaki), asesoris

yang digunakan (jam tangan, cincin, gelang, kalung, kacamata, dan yang lain-lain yang memiliki berat)

4. Mintalah subjek berdiri tepat di tengah-tengah timbangan, kedua kaki dibuka sejajar dengan bahu, badan tegak dan pandangan lurus ke depan, tidak berbicara atau bergerak selama penimbangan.
5. Tunggu hingga angka stabil, biasanya akan berhenti berkedip di layer.
6. Catat hasil berat badan siswa.

b) Tinggi Badan

Pengukuran tinggi badan dilakukan oleh 2 enumerator, yaitu satu orang bertugas untuk mengukur tinggi badan dan satu orang untuk mencatat hasil pengukuran. Prosedur pengukuran adalah sebagai berikut:

1. Gunakan *microtoise* (alat pengukur tinggi badan dinding) yang terpasang kuat di tembok.
2. Pastikan alat terpasang rata dan sejajar (tidak miring). Titi nol sejajar dengan lantai. Lantai harus datar dan tidak licin.
3. Lepas alas kaki (sepatu, sandal, dan kaos kaki)
4. Lepaskan aksesoris kepala (topi, ikat rambut tebal, jepit besar, sanggul atau rambut diikat rendah)
5. Minta siswa berdiri tegak menghadap ke depan, kaki rapat, lutut lurus, dan tumit, bokong, punggung serta kepala menempel pada dinding.
6. Tarik alat pengukur ke bawah hingga menyentuh puncak kepala, pastikan alat menekan sedikit namun tidak membebani kepala. Periksa dari samping untuk memastikan alat pengukur benar benar menyentuh ubun-ubun.
7. Enumerator pertama membacakan hasil tinggi badan, kemudian enumerator kedua mencatat hasil pengukuran tinggi badan dengan teliti.

3. Kuesioner pengetahuan dan sikap dikumpulkan dengan cara siswa mengisi sendiri kuesioner berikut langkah-langkahnya:
 1. Peneliti datang ke kelas sesuai jadwal yang telah disepakati dengan pihak sekolah
 2. Peneliti memperkenalkan diri kepada siswa dan menjelaskan tujuan pengisian kuesioner, yaitu untuk mengetahui pengetahuan dan sikap siswa tentang obesitas.
 3. Peneliti menjelaskan bahwa kuesioner terdiri dari dua bagian, yaitu:
 - Bagian pengetahuan: berisi 20 soal pilihan ganda, cukup memilih satu jawaban yang dianggap paling benar.
 - Bagian sikap: berisi 15 pernyataan, dijawab dengan memilih salah satu dari empat pilihan: Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Ragu-Ragu (RR), Tidak Setuju (TS), Sangat Tidak Setuju (STS).
 4. Peneliti meminta siswa mengisi identitas di bagian atas kuesioner.
 5. Kuesioner dibagikan kepada seluruh siswa secara langsung oleh peneliti di dalam kelas.
 6. Siswa diberi waktu selama 15 menit untuk mengisi kuesioner secara mandiri, tanpa berdiskusi dengan teman.
 7. Selama proses pengisian, peneliti dan enumerator berada di dalam kelas untuk mengawasi dan memastikan siswa menjawab dengan tertib dan sesuai instruksi.
 8. Setelah waktu habis, peneliti mengingatkan siswa untuk menyelesaikan jawaban dan segera mengumpulkan kuesioner.
 9. Kuesioner dikumpulkan kembali oleh peneliti dan disimpan untuk proses analisis data.

b. Data Sekunder

Data sekunder adalah beberapa data yang didapatkan dari pihak sekolah di SMA Negeri 2 Tanjung Morawa meliputi gambaran umum lokasi penelitian dan data siswa kelas X dan XI yang ada di sekolah tersebut.

E. Pengolahan dan Analisis Data

1. Pengolahan Data

Data yang dikumpulkan melalui kuesioner pengumpulan data, kemudian diolah secara manual selanjutnya dimasukkan ke dalam SPSS, data-datanya dengan tahapan sebagai berikut:

a. Obesitas

Data obesitas dikumpulkan dengan menimbang Berat Badan (BB) dan mengukur Tinggi Badan (TB) dengan menggunakan timbangan digital dan *microtoise* lalu dibandingkan dengan PMK RI No. 2 Tahun 2020, diolah menggunakan rumus IMT/U (Indeks Massa Tubuh menurut Umur).

Ukur berat badan (kg) dan tinggi badan (m), lalu masukkan ke dalam rumus $IMT = \text{Berat Badan (kg)} / (\text{Tinggi badan (m)} \times \text{Tinggi Badan (m)})$. Hasil perhitungan kemudian dibandingkan dengan tabel standar *Indeks Massa Tubuh* menurut umur berdasarkan Peraturan Menteri Kesehatan RI No. 2 Tahun 2020.

Tabel 3. Klasifikasi IMT/U menurut PMK RI No. 2 Tahun 2020

Kategori Status Gizi	Ambang Batas (Z-Score)
Gizi buruk	<-3 SD
Gizi kurang	-3 SD sd <-2 SD
Gizi baik	-2 SD sd +1 SD
Gizi lebih	+1 SD sd +2 SD
Obesitas	>+2 SD

b. Data Pengetahuan

Data pengetahuan dapat dinilai dengan alat bantu kuesioner sebanyak 20 pertanyaan. Setiap pertanyaan yang benar akan diberikan skor 1, dan pertanyaan yang salah akan diberikan skor 0, sehingga dapat diketahui skor pengetahuan masing masing sampel.

Langkah-Langkah Pengolahan Data Pengetahuan:

1. Pemeriksaan Jawaban Kuesioner

- Kuesioner pengetahuan terdiri dari 20 soal pilihan ganda
- Setiap soal memiliki 1 jawaban benar
- Setiap jawaban benar diberi skor 1, dan jawaban salah diberi skor 0

2. Menjumlahkan Skor

- Hitung total skor setiap siswa (jumlah jawaban benar)
- Skor maksimum = 20, skor minimum = 0

3. Mengubah ke Presentase

Gunakan rumus:

$$\text{Nilai Presentase} = \left(\frac{\text{Jumlah Skor}}{20} \right) \times 100$$

4. Berdasarkan skor yang diperoleh tersebut, maka kriteria pengukuran tingkat pengetahuan dibagi menjadi 3 yaitu: baik, cukup, kurang, sehingga kategori penilaiannya sebagai berikut (Notoatmodjo, 2016).

- Kategori Baik : 76-100% (Skor 16-20)
- Kategori Cukup : 56-75% (Skor 12-15)
- Kategori Kurang : ≤55% (Skor 0-11)

5. Rekapitulasi Kategori

Dari 83 siswa:

- Baik: 61 siswa (73.5%)
- Cukup: 8 siswa (9.6%)
- Kurang: 14 siswa (16.9%)

6. Input Data ke SPSS

- Buat variable di SPSS

- Masukkan data di data view
- Analisis deskriptif

c. Data Sikap

Data sikap dapat dinilai dengan alat bantu kuesioner sebanyak 15 pernyataan.

Langkah-Langkah Pengolahan Data Sikap:

1. Kuesioner Sikap

- Terdiri dari 15 pernyataan
- Masing-masing pernyataan memiliki 5 pilihan jawaban, menggunakan skala Likert:
 - Sangat Setuju (SS)
 - Setuju (S)
 - Ragu-Ragu (RR)
 - Tidak Setuju (TS)
 - Sangat Tidak Setuju (STS)

2. Penilaian Skor

- Pernyataan positif:
SS = 5, S = 4, RR = 3, TS = 2, STS = 1
- Pernyataan negative;
SS = 1, S = 2, RR = 3, TS = 4, STS = 5

3. Hitung Total Skor Sikap

- Skor maximum = 75
- Skor minimum = 15

4. Mengubah ke Persentase

Gunakan rumus:

$$\text{Persentase Sikap} = \left(\frac{\text{Jumlah Skor}}{75} \right) \times 100$$

5. Kategorisasi Sikap

- Positif : $\geq 60\%$
- Negatif : $< 60\%$

6. Rekapitulasi Hasil

Dari 83 siswa:

- Sikap Positif: 83 siswa (100%)
- Sikap Negatif: 0 siswa (0%)

7. Input Data ke SPSS

- Buat variable di SPSS
- Masukkan data di data view
- Analisis deskriptif

2. Analisis Data

Data dianalisis secara deskriptif. Analisis ini digunakan untuk melihat gambaran pengetahuan dan sikap tentang obesitas pada siswa kelas X dan XI. Kemudian disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi untuk menjelaskan bagaimana gambaran pengetahuan dan sikap tentang obesitas pada siswa di SMA Negeri 2 Tanjung Morawa.