

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan di sekolah swasta, yang terletak di Kabupaten Deli Serdang Tahun 2025. Peneliti memilih 2 sekolah swasta sebagai lokus penelitian yaitu SMAS Nusantara Lubuk Pakam dan SMA Methodist Lubuk Pakam. Pengumpulan data dilakukan pada tanggal 08- 20 Mei 2025.

B. Jenis dan Rancangan Penelitian

Untuk mengetahui hubungan antara variabel bebas (kebiasaan membaca label informasi gizi pada makanan dan minuman kemasan) dengan variabel terikat (kejadian gizi lebih), penelitian ini menggunakan desain cross-sectional dan analisis kuantitatif. Sampel diambil dari SMAS Nusantara dan SMA Methodist Lubuk Pakam.

C. Populasi dan Sampel

1) Populasi

Populasi dalam penelitian ini mencakup seluruh siswa Kelas X dan XI di SMA Nusantara dan SMA Swasta Methodist. Jumlah siswa SMAS Nusantara adalah 385 siswa, dan SMA Swasta Methodist adalah 322 orang. Sehingga populasi untuk 2 sekolah adalah 707 siswa.

2) Sampel

Sampel adalah suatu bagian yang diambil dari populasi. Pengambilan sampel berdasarkan Simple Random Sampling (secara acak). Untuk menentukan jumlah sampel minimal menggunakan rumus slovin.

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

Dimana :

n = Ukuran sampel/Jumlah responden

N = Jumlah Populasi

e = Tingkat Kesalahan (error)

Maka

$$n = \frac{707}{1 + (707 \times 0,1^2)}$$

$$n = \frac{707}{1 + (707 \times 0,01)}$$

$$n = \frac{707}{1 + (7,07)}$$

$$n = \frac{707}{8,07}$$

n = 88 Orang

Sesuai dengan perhitungan yang dilakukan, jumlah sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah 88 siswa.

3. Teknik Pengambilan Sampel

a). Mendapatkan jumlah sampel per kelas

Cara penarikan sampel di setiap ruangan yaitu dengan cara teknik Staratified Random Sampling.

Dengan rumus: $\frac{N_i}{N} \times n$

N_i = Jumlah siswa tiap kelas
 N = Jumlah populasi
 n = Jumlah sampel

Tabel 4. Teknik Pengambilan Sampel pada SMA Nusantara dan SMA Methodist

SMAS Nusantara			
Nama Kelas	Jumlah Siswa Tiap Kelas (Ni)	Rumus (N I) (Ni/N X n)	Sampel
X-1	34	34/707X88	4
X-2	35	35/707X88	4
X-3	31	31/707X88	4
X-4	34	34/707X88	4
X-5	31	31/707X88	4
XI-1	36	36/707X88	4
XI-2	37	37/707X88	5
XI-3	38	38/707X88	5
XI-4	37	37/707X88	5
XI-5	37	37/707X88	5
XI-6	35	35/707X88	4
JUMLAH			48
SMA Swasta Methodist			
X-1	40	40/707X88	5
X-2	40	40/707X88	5
X-3	40	40/707X88	5
X-4	40	40/707X88	5
XI-1	40	40/707X88	5
XI-2	39	39/707X88	5
XI-3	42	42/707X88	5
XI-4	41	41/707X88	5
JUMLAH			40
Total Keseluruhan sampel			88

Penentuan sampel dilakukan menggunakan teknik simple random sampling atau acak sederhana, yang disesuaikan dengan jumlah siswa disetiap sekolah. Dengan menghemat waktu bisa menggunakan handphone melalui aplikasi spin, untuk pengambilan sampel pada masing-masing kelas, diketik dalam aplikasi tersebut nomor sesuai dengan jumlah siswa pada kelas tersebut kemudian diambil secara acak sesuai jumlah sampel yang telah ditentukan pada masing-masing kelas.

Adapun Kriteria Sampel :

Kriteria inklusi :

- Siswa dari kelas X dan XI
- Siswa yang bersedia menjadi sampel
- Hadir pada saat pengukuran dan pengisian kuesioner.

D. Jenis dan Cara Pengumpulan Data

1. Jenis Data

Jenis data primer dan sekunder yang dikumpulkan untuk penelitian ini adalah :

a. Data Primer

- 1) Contoh data identitas sampel adalah nama siswa, kelas, usia, dan jenis kelamin.
- 2) Pengukuran Antropometri Data yang dimasukkan adalah pengukuran berat badan dan tinggi badan.
- 3) Data dari kuesioner dengan 18 pertanyaan tentang praktik membaca label informasi gizi pada makanan dan minuman kemasan.

b. Data Sekunder

Deskripsi umum lokasi penelitian merupakan salah satu jenis data sekunder yang dikumpulkan salah satunya adalah terkait jajanan makanan dan minuman kemasan disekolah.

2. Proses Pengumpulan Data

Adapun cara kerja yang dilakukan selama penelitian berlangsung yaitu :

a. Pra Penelitian

- 1) Mencari lokasi dengan populasi gizi lebih pada siswa SMA di Kabupaten Deli Serdang
- 2) Meminta persetujuan pelaksanaan penelitian dengan bertemu langsung dengan Kepala Sekolah SMA Nusantara dan SMA Methodist.
- 3) Memberikan surat izin survei pendahuluan kepada Kepala sekolah SMA Nusantara dan SMA Methodist dan meminta daftar absen untuk keperluan sampel per kelas.
- 4) Melaksanakan pengukuran antropometri yaitu mengukur tinggi badan dan berat badan pada siswa yang memiliki absen ganjil untuk mendapatkan persentase gizi lebih sehingga bisa ditentukan berapa sampel yang diperlukan.
- 5) Setelah penentuan sampel, informasi mengenai penelitian akan dijelaskan kepada pihak sekolah, dan peneliti meminta bantuan untuk menyediakan waktu di jam pelajaran untuk dipakai melakukan antropometri dan mengisi kuesioner kepada siswa yang ditetapkan menjadi sampel.

b. Penelitian

- 1) Mengurus surat Ethical clearance kepada Direktorat Poltekkes Medan, lalu meminta surat penelitian kepada pihak akademik.
- 2) Konfirmasi ulang ke pihak sekolah SMA Nusantara dan SMA Methodist Lubuk Pakam untuk memulai proses penelitian.
- 3) Setelah diberikan izin pelaksanaan penelitian, peneliti memberitahukan bahwa sampel yang akan diteliti di SMA Nusantara sebanyak 48 siswa dan SMA Methodist Lubuk Pakam sebanyak 40 Orang (sampel diambil dari kelas X dan XI).
- 4) Selanjutnya peneliti meminta bantuan kepada sekolah agar pengumpulan data dilakukan untuk meluangkan waktu di jam pelajaran. Selanjutnya kepala sekolah memberikan izin pada saat

pelajaran P5 dengan waktu 45 menit. Peneliti meminta bantuan sekolah untuk menyediakan 1 ruangan kelas dalam melakukan pengumpulan data. Pengumpulan data dibantu oleh 2 enumerator dan waktu pengumpulan data kuesioner digunakan adalah 15 menit untuk satu sesi. Satu sesi mendapatkan data 16 siswa dengan cara kuesioner terpimpin yaitu kuesioner yang diisi oleh responden dengan bantuan langsung dari peneliti atau enumerator. Peneliti menjelaskan pertanyaan satu per satu.

5. Proses Sampling

- a) Setelah diberikan izin meneliti, peneliti meminta daftar hadir siswa untuk melakukan proses sampling. Untuk proses sampling menggunakan aplikasi spin.
- b) Aplikasi spin dilakukan di depan kelas agar ketika sampel yang tidak dapat hadir pada hari itu bisa diganti dengan sampel lain.. Pada aplikasi spin diisi kerangka sampel berupa daftar hadir siswa sesuai dengan kelas. Sesudah dimasukkan diaplikasi spin, maka keluar nomor absen yang terpilih menjadi sampel.

6. Setelah pemilihan sampel, peneliti menjelaskan tujuan dari penelitian yang dilaksanakan dan memberikan informed consent/meminta persetujuan bahwa siswa tersebut bersedia dijadikan sampel dalam penelitian.

7. Pengukuran Antropometri

Pengukuran antropometri dilakukan selama 2 hari pada tanggal 8 Mei 2025 dan 9 Mei 2025 di sekolah SMA Nusantara dan pada tanggal 10 Mei 2025 dan 13 Mei 2025 di sekolah SMA Methodist Lubuk Pakam. Dengan cara siswa yang dijadikan sampel di kumpulkan dalam 1 ruangan kelas.

- 1) Tinggi badan diukur menggunakan alat stadiometer dengan tingkat ketelitian sebesar 0,1 cm. Ada pun langkah-langkah pengukuran tinggi badan:
 - a) Siswa diminta untuk membuka sepatu
 - b) Posisi kaki lurus tegak secara horizontal

- c) Lengan berada disamping tubuh dengan posisi bahu rileks.
 - d) Posisi tubuh responden diatur sedemikian rupa agar bagian kepala, tulang belikat, bokong, dan tumit menyentuh permukaan stadiometer secara tegak lurus.
 - e) Selanjutnya, bagian papan kepala pada stadiometer digeser hingga menyentuh bagian paling atas dari kepala responden.
 - f) Baca angka pada batas
 - g) Hasil pengukuran tinggi badan siswa dicatat setelah pengukuran selesai dilakukan. Penimbangan Berat Badan
- 2) Timbangan digital yang telah dikalibrasi sebelumnya dan memiliki ketelitian hingga 0,1 kg digunakan untuk mengukur berat badan. Langkah-langkah untuk mengukur berat badan adalah sebagai berikut. Langkah-langkah untuk mengukur berat badan adalah sebagai berikut:
- a) Letakkan timbangan di atas permukaan yang datar.
 - b) Pastikan angka nol (0) muncul dengan melangkahkan satu langkah di atas timbangan.
 - c) Pastikan sampel tidak membawa apa pun dan tidak mengenakan sepatu, jaket, topi, atau jam tangan.
 - d) Pastikan sampel tidak membawa apa pun dan tidak mengenakan sepatu, jaket, topi, atau jam tangan.
 - e) Responden berdiri di atas timbangan. f) Perhatikan angka pada timbangan hingga berhenti.
 - f) Periksa angka yang tertera pada timbangan.
 - g) Catat angka berat yang tertera.

8. Kuesioner Kebiasaan Membaca Label Informasi Nilai Gizi Makanan dan Minuman Kemasan

Pengumpulan data mengenai kebiasaan membaca label informasi nilai gizi pada makanan dan minuman kemasan menggunakan kuesioner. Pengumpulan data ini dilakukan selama 2 hari pada tanggal 14 Mei 2025 dan 15 Mei 2025 di SMA Nusantara dan pada tanggal 19 Mei 2025 dan 20 Mei 2025 di SMA Methodist Lubuk

Pakam dengan bantuan 2 enumerator.

Cara Pengumpulan data :

- a) Peneliti meminta bantuan pihak sekolah menyediakan ruangan kelas dalam melakukan pengumpulan data.
- b) Peneliti mengumpulkan 16 siswa di dalam 1 ruangan kelas dengan jarak kurang lebih 1 meter sehingga sampel tidak saling bertanya satu sama lain.
- c) Peneliti menjelaskan cara pengisian kuesioner
- d) Peneliti menjelaskan isi dari setiap soal kemudian sampel menjawab soal sesuai yang dijelaskan peneliti.
- e) Enumerator yang lain mendampingi siswa dalam pengisian kuesioner.

E. Pengolahan dan Analisis Data

1. Pengolahan Data

Setelah semua data terkumpul, komputer akan mengolah data tersebut.

a. Sampel Data Identitas

- 1) Kelengkapan data identitas sampel diverifikasi.
- 2) Untuk memeriksa distribusi identitas sampel, termasuk frekuensi usia, jenis kelamin, golongan, berat badan, dan tinggi badan, data selanjutnya diimpor ke dalam perangkat lunak SPSS.

b. Antropometri

Data antropometri diolah menggunakan program WHO Antroplus.

Setelah pengukuran tinggi badan dan berat badan, hasilnya dibandingkan dengan Permenkes RI Nomor 2 Tahun 2020 untuk melihat status gizi.

Pengelompokan status gizi dapat dikategorikan menjadi 2 antara lain:

1. Tidak Gizi Lebih, yang terdiri dari :
 - z-score $< -3SD$ dikatakan gizi buruk
 - z-score $-3SD < -2SD$ dikatakan gizi kurang
 - z-score $-2SD + 1SD$ dikatakan gizi baik/normal

2. Gizi Lebih, Meliputi :

- z-score +1SD sd +2SD dikatakan gizi lebih
- z-score >+2SD dikatakan obesitas

c. Kebiasaan membaca label informasi nilai gizi

Data Kebiasaan diperoleh dengan kuesioner. Untuk menilai kebiasaan membaca informasi nilai gizi maka dinilai dengan :

Skor 1 jika siswa memilih tidak pernah

Skor 2 jika siswa memilih jarang

Skor 3 jika siswa memilih sering

Skor 4 jika siswa memilih selalu

Kebiasaan membaca informasi nilai gizi dikategorikan dengan :

Kurang : Skor < 36

Baik : Skor 36-54

Sangat Baik : Skor ≥ 54

2. Analisis Data

a. Analisis Univariat

Lakukan analisis masing-masing variabel independent dan variabel dependent untuk mendeskripsikan usia, jenis kelamin, kelas, status gizi, serta kebiasaan membaca label informasi nilai gizi makanan dan minuman kemasan.

b. Analisis Bivariat

Uji Statistik Chi-Square digunakan dalam analisis bivariat untuk mengetahui hubungan antara kebiasaan membaca label informasi gizi pada makanan dan minuman kemasan. Keputusan statistik berikut digunakan untuk menguji hubungan tersebut: jika $p \leq 0,05$, maka H_a diterima, yang menunjukkan adanya hubungan antara kejadian gizi lebih pada remaja di Kabupaten Deli Serdang tahun 2025 dengan kebiasaan membaca label informasi gizi pada makanan dan minuman kemasan.