

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Lokasi dan Waktu Penelitian

Lokasi penelitian ini dilaksanakan di sekolah MTSN 2 DELI SERDANG. Penelitian ini berlangsung dari Desember 2024 - Juni 2025 dan pengumpulan data dilaksanakan pada tanggal 28-31 Mei 2025.

B. Jenis dan Rancangan Penelitian

Jenis penelitian ini menggunakan pendekatan observasional dengan desain deskriptif.

C. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi dalam penelitian ini adalah, seluruh siswi putri kelas VIII sebanyak 218 orang di MTSN 2 Deli Serdang

2. Sampel

Sampel dalam penelitian ini merupakan bagian dari populasi yang di teliti. Besar sampel dihitung dengan rumus (Notoatmojo,2005).

$$\begin{aligned}n &= \frac{1 + \frac{(\quad)^2}{218}}{1 + \frac{218 (0,1)^2}{218}} \\n &= \frac{1 + 2,18}{3,18} \\n &= 68,55 = 69 \text{ siswi}\end{aligned}$$

Keterangan :

N = Jumlah Populasi

n = Jumlah Sampel

d = Tingkat ketepatan yaitu 10% (0,1)

Dari hasil perhitungan yang diperoleh sampel 69 siswa. Teknik pengambilan sampel dilakukan secara acak (systemic random sampling).

3. Teknik Pengambilan Sampel

Teknik pengambilan sampel yang di gunakan dalam penelitian ini adalah *proportional stratified random sampling*. Yaitu dengan rumus :

$$\frac{\text{Jumlah sampel}}{\text{Jumlah kelas}}$$

$$\frac{69}{12} = 5,75$$

6 orang per kelas

cara penentuan sampel setiap kelas menggunakan teknik sampling acak sederhana yaitu :

- a. Membuat gulungan kertas sebanyak 18 dan tulis angka 1-18, karena dalam satu kelas jumlah perempuan sebanyak 18 orang.
- b. Masukkan gulungan kertas kedalam kotak acak
- c. Ambil gulungan kertas sebanyak 6 buah
- d. Nomor yang terambil dijadikan sampel

D. Jenis dan Cara Pengumpulan Data

Pada penelitian ini jenis data yang di kumpulkan meliputi data primer dan data sekunder.

1. Data Primer

- a. Identitas sampel
- b. Gambaran sarapan pagi
- c. Status anemia remaja

2. Data Sekunder

Data sekunder dalam penelitian ini merupakan gambaran umum MTSN 2 Deli Serdang, dengan mencatat alamat sekolah, tahun berdiri, dan jumlah siswa tahun ini yang ada di sekolah.

3. Pengumpulan Data

a. Langkah – langkah pengumpulan data

- Hari pertama pengumpulan di bantu oleh 2 orang enumerator yang merupakan mahasiswa gizi semester 6 prodi D3.
- Kemudian menjelaskan penelitian yang akan di lakukan kepada siswi perempuan.
- Membagikan dan Mengisi informad consent.
- Mengecek kadar hemoglobine siswi perempuan.
- Kegiatan ini dilakukan dengan mendatangi setiap kelas.
- Hari kedua dan ketiga melaksanakan pengumpulan data sarapan pagi.
- Menjelaskan apa yang akan di kumpulkan.
- Memanggil satu persatu siswi kedepan untuk di wawancarai.
- Melakukan recall sarapan pagi kepada setiap siswi.
- Kegiatan ini dilakukan dengan mendatangi setiap kelas.

b. Data yang diperoleh

- Identitas Responden

Data identitas responden meliputi, nama, umur, jenis kelamin, alamat. Data di peroleh dengan metode wawancara.

- **Gambaran Sarapan Pagi**

Data gambaran sarapan pagi dikumpulkan dengan metode wawancara dengan menggunakan kuisisioner dan metode food recall.

- **Status anemia remaja**

Status anemia remaja di kumpulkan dengan metode digital test, menggunakan alat easy touch. Langkah Langkah mengukur anemia :

- Siapkan easy touch, nyalakan, pastikan menyala dengan baik dan strip HB sudah terpasang dengan benar.
- Lalu bersihkan ujung jari yang akan digunakan untuk pengambilan sampel darah dengan alcohol.
- Tusuk jari menggunakan jarum lancet, dengan hati hati dan keluarkan tetesan darah yang cukup untuk di ambil dan di letakkan di strip HB.
- Setelah itu biarkan beberapa detik hingga hasil terdeteksi pada alat easy touch.

E. Pengolahan dan Analisis Data

1. Pengolahan Data

a. Data dan Identitas sampel

Data identitas sampel meliputi nama, umur, jenis kelamin, alamat. Data identitas sampel di peroleh dengan metode wawancara dan diolah secara manual dengan program komputer.

b. Pengolahan Asupan Sarapan Pagi

Data wawancara menggunakan kuisisioner meliputi :

1. pola makan atau pola konsumsi:

- Memeriksa kuisisioner
- Mengkategorikan pola konsumsi :

Baik : minimal 3 jenis makanan (nasi, ikan, sayur)

Tidak Baik : apabila < 3 jenis makanan.

2. Berdasarkan frekuensi :

- Baik : apabila ≥ 4 kali dalam seminggu sarapan.
- Tidak Baik : apabila < 4 kali dalam seminggu sarapan.

3. Asupan zat gizi (energi) ;

- Baik : apabila ≥ 20 % dari AKG
(Angka Kecukupan Gizi).
- Tidak baik : apabila $< 20\%$ dari AKG
(Angka Kecukupan Gizi).

c. Status Anemia Remaja

Status remaja anemia diolah dengan langkah – Langkah :

- Memeriksa kusioner sarapan pagi.
- Mengkategorikan kadar HB normal pada
Wanita: Normal : apabila kadar HB $\geq 12-15$
gr/dl Anemia
: apabila kadar HB < 12 gr/dl

2. Analisis Data

Analisis data univariat di lakukan untuk mendeskripsikan setiap variable penelitian guna memperoleh gambaran dan status anemia yang di sajikan dalam distribusi frekuensi dan grafik.