

## **BAB III**

### **METODOLOGI PENELITIAN**

#### **A. Lokasi dan Waktu Penelitian**

Penelitian ini telah dilakukan di SMA Swasta RK Serdang Murni. Adapun rangkaian penelitian meliputi penjajakan lokasi ,pengurusan perizinan penelitian, serta pengumpulan data yang dimulai pada 27 Januari sampai 03 Februari 2024.

#### **B. Jenis dan Rancangan Penelitian**

Jenis penelitian ini merupakan penelitian bersifat observasional dengan rancangan penelitian menggunakan pendekatan cross-sectional yaitu menekankan pada waktu pengukuran atau pengamatan data dari variabel independen dan variabel dependen yang dilakukan dilakukan secara bersamaan pada satu waktu. Penelitian ini umumnya dilakukan untuk memperoleh pembuktian tentang hubungan antar variabel kebiasaan sarapan pagi dengan obesitas .

#### **C. Populasi dan Sampel**

##### **1. Populasi**

Populasi dalam penelitian ini adalah siswa/i kelas 10 dan 11 di SMA Swasta RK Serdang Murni Lubuk Pakam yang berjumlah 229 orang.

##### **2. Sampel**

Jumlah sampel dalam penelitian ini diambil bila memenuhi kriteria sebagai berikut:

- a. Siswa/i kelas 10 dan 11 SMA Swasta RK Serdang Murni
- b. Bersedia menjadi sampel dalam penelitian
- c. Memiliki IMT  $>25$

Sesuai dengan kriteria diatas jumlah sampel yang didapatkan siswa yang memiliki IMT  $> 25$  sebanyak 41 orang terdiri dari 22 orang siswa kelas X dan 19 orang siswa kelas XI.

## **D. Jenis dan Cara Pengumpulan Data**

### **1. Jenis Data**

Adapun data data yang dikumpulkan berhubungan dengan penelitian yang meliputi

#### **1) Data Primer**

- a. Identitas sampel (Nama,Umur,Jenis Kelamin)
- b. Berat badan dan tinggi badan
- c. Kebiasaan sarapan pagi melalui wawancara dengan alat bantu kuesioner.

#### **2) Data Sekunder**

Data sekunder merupakan data yang diperoleh dari sumber lain yang sudah ada. Informasi yang diperoleh meliputi data umum mengenai gambaran umum lokasi penelitian, serta jumlah sampel di SMA Swasta RK Serdang Murni Lubuk Pakam.

### **2. Cara Pengumpulan Data**

#### **Tahapan Pelaksanaan Penelitian**

##### **1) Sebelum Penelitian**

- a) Pertama-tama mencari jurnal jurnal yang berkaitan dengan masalah yang akan diteliti
- b) Melakukan observasi ke tiga sekolah yaitu di SMA N 1 Lubuk Pakam, SMA Trisakti Lubuk Pakam dan SMA RK Serdang Murni Lubuk Pakam.
- c) Berdasarkan observasi di tiga sekolah SMA ditemukan siswa yang mengalami obesitas di SMA RK lebih banyak dibandingkan di SMA N 1 Lubuk Pakam dan SMA Trisakti Lubuk Pakam
- d) Menentukan lokasi penelitian di SMA Swasta RK Serdang Murni
- e) Memberitahu tujuan penelitian yang akan dilaksanakan meminta izin kepada Kepala Tata Usaha di SMA Swasta RK Serdang Murni untuk menjadikan siswa/I kelas 10 dan 11 sebagai sampel penelitian.

- f) Menentukan kriteria sampel penelitian yaitu yang setelah dilakukan pengukuran memiliki  $IMT > 25$
- g) Melakukan survei pendahuluan pada tanggal 30-31 Oktober 2023 yang dibantu 4 orang enumerator (mahasiswa semester 5 Jurusan Gizi Lubuk Pakam yang sudah lulus Mata Kuliah Penilaian Status Gizi (PSG) dengan membawa 5 timbangan dan 5 microtoise.
- h) Meminta izin kepada guru yang mengajar dikelas dengan memberitahu tujuan penelitian yang akan dilaksanakan lalu pengukuran dimulai pada pukul 09.00 WIB dan dilakukan di dalam ruangan kelas
- i) Microtoise dipasang pada dinding yang datar dan timbangan diletakkan pada lantai yang datar
- j) Memanggil satu persatu nama siswa/l untuk diukur tinggi badan dan berat badannya.
- k) Pada hari pertama terdapat 109 siswa/l yang diukur dan pada hari kedua terdapat 120 siswa/l yang diukur
- l) Setelah selesai melakukan pengukuran mengucapkan terimakasih kepada siswa/l , guru dan kepala sekolah atas kesempatan waktu yang diberikan
- m) Meninggalkan tempat.

## 2) Saat Penelitian

### 1) Data Primer

- a) Data identitas sampel (Nama,Umur,Jenis Kelamin) dan karakteristik responden yang diperoleh dari hasil wawancara .
- b) Data kebiasaan sarapan pagi diperoleh melalui hasil wawancara dengan subjek menggunakan alat bantu kuesioner .
- c) Data obesitas diperoleh dari pengukuran berat badan menggunakan timbangan digital sedangkan pengukuran tinggi badan menggunakan microtoice. Kemudian dilakukan perhitungan untuk memperoleh IMT. Pengumpulan data dilakukan oleh Peneliti dan dibantu 4 orang

enumerator (mahasiswa semester 5 Jurusan Gizi Lubuk Pakam yang sudah lulus Mata Kuliah Penilaian Status Gizi (PSG).

- i. Data berat badan diperoleh dengan menimbang BB dengan menggunakan timbangan digital yang memiliki ketelitian 0,1 kg. Cara menimbang berat badan dengan timbangan digital adalah :

- Siapkan timbangan
- Letakkan timbangan pada lantai yang datar
- Upayakan penimbangan dilakukan dengan pakaian seminimal mungkin (tanpa sepatu, jaket, topi dan sebagainya)
- Sampel yang diukur berdiri pada tempat yang ditentukan, pandangan lurus kedepan dalam keadaan tenang dan sikap tegap
- Catat berat badan dengan seakurat mungkin, membaca angka hasil penimbangan

- ii. Data tinggi badan diperoleh dengan mengukur TB dengan menggunakan microtoice. Cara mengukur TB dengan menggunakan microtoice :

- Lepaskan sepatu/sendal atau aksesoris yang dikenakan dikepala
- Sampel berdiri tegak, kaki lurus, tumit, bokong, punggung dan bagian kepala belakang menempel pada dinding dan muka menghadap lurus dengan pandangan ke depan.
- Tarik *head slider* pada microtoice sampai menyentuh puncak kepala sampel
- Baca angka pada jendela baca dalam satuan cm
- Catat hasil pengukuran tinggi badan sampel.

- iii. Kuesioner kebiasaan sarapan pagi

Pengambilan data mengenai kebiasaan sarapan pada responden, maka melalui beberapa tahap diantaranya :

- a) Peneliti mewawancarai beberapa hal mengenai beberapa hal terkait dengan data responden serta menanyakan pertanyaan yang terdapat dalam kuesioner kebiasaan sarapan. digunakan untuk mewawancarai mengenai beberapa hal terkait dengan kebiasaan sarapan pagi sampel.

b) Kuesioner yang telah berisi jawaban, kemudian akan dinilai berdasarkan skor yang didapat. Hasil dari kuesioner yang telah diisi oleh responden akan dilakukan penilaian dengan setiap pilihan skor 3, skor 2, skor 1. Skor pada kuesioner tersebut dicatat dengan menjumlah sesuai dengan jawaban yang dipilih oleh responden, kemudian skor yang didapat dari kuesioner tersebut akan dibagi dengan jumlah pertanyaan dan akan dikali 100%. Dengan skor tertinggi 45 dan terendah 15.

Dalam kebiasaan sarapan terdapat beberapa kategori, yaitu (V. L. Anggraini, 2017) :

- a. Baik, dikatakan baik apabila hasil skor kuesioner responden mendapatkan skor  $\geq 80\%$
- b. Tidak baik, dikatakan kurang apabila hasil skor kuesioner responden mendapatkan skor  $< 80\%$ .

## 2) Data Sekunder

Pengambilan data secara dokumentasi mengenai data berupa catatan yang diambil dari SMA Swasta RK Serdang Murni Lubuk Pakam yaitu gambaran umum lokasi penelitian .

## **E. Metode Pengelolaan Data dan Analisis Data**

Data diperoleh dengan cara mempelajari data primer dan data sekunder pada remaja SMA

### 1. Pengolahan Data

#### a. Editing

Editing merupakan data dengan melihat kelengkapan hasil pengumpulan data. Data yang melalui proses editing adalah data identitas, pengisian kuesioner kebiasaan sarapan pagi, dan status gizi.

#### b. Coding

Coding adalah pemberian kode, yang dimaksudkan untuk mempermudah dalam pengolahan dan proses selanjutnya melalui tindakan pengklarifikasian data.

##### 1) Data identitas

Dinyatakan dalam : 1 = Laki laki  
2 = Perempuan

##### 2) Kebiasaan sarapan

Dinyatakan dalam : 1 = Baik (skor  $\geq 80\%$ )  
2 = Tidak baik (skor  $< 80\%$ )

##### 3) IMT/U

Dinyatakan dalam : 1 = 25-29,9 : Obesitas 1  
2 =  $> 30$  : Obesitas 2

#### c. Tabulasi

Data yang diperoleh dalam bentuk table adalah data kebiasaan sarapan pagi dan status gizi.

#### d. Entry data

Data yang dimasukkan pada proses entry data yaitu data kebiasaan sarapan pagi yang telah melalui proses coding ke dalam program SPSS. Data data yang terkumpul dianalisa dengan program SPSS.

#### 2. Analisis Data

Analisis data dalam penelitian ini menggunakan software SPSS yaitu aplikasi komputer yang menggunakan data statistik yang hasilnya disajikan dalam bentuk tabulasi dan narasi yang digunakan yaitu:

##### a) Analisis Univariat

Analisa univariat untuk menggambarkan persentase dan rata rata masing masing variabel yaitu tanggal lahir, jenis kelamin, status gizi (bb,tb), kebiasaan sarapan pagi siswa-siswi kelas 10 dan 11 SMA Swasta RK Serdang Murni Lubuk Pakam.

b) Analisis Bivariat

Analisis ini bertujuan untuk menjelaskan dan menghubungkan antara variabel dependen dengan variabel independen, yaitu kejadian obesitas pada siswa berdasarkan kebiasaan sarapan pagi. Pengujian data menggunakan uji statistic dengan SPSS. Peneliti menggunakan uji Spearman, jika  $p < 0,05$  maka  $H_a$  diterima artinya ada hubungan kebiasaan sarapan pagi dengan kejadian obesitas pada remaja di SMA Swasta RK Serdang Murni Lubuk Pakam. Dan sebaliknya jika  $p > 0,05$  maka  $H_o$  ditolak artinya tidak ada hubungan kebiasaan sarapan pagi dengan kejadian obesitas pada remaja di SMA Swasta RK Serdang Murni Lubuk Pakam.