

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Lokasi dan Waktu Penelitian

Lokasi penelitian ini yaitu di UPT SPF SMP Negeri 1 Lubuk Pakam yang berada di Jl. Kartini Lubuk Pakam, Kab. Deli Serdang, Prov. Sumatera Utara. Rangkaian penelitian dimulai dari survei pendahuluan 23 November 2023 dan pengumpulan data yang dilakukan pada tanggal 3 juni – 15 juni 2024.

B. Jenis dan Rancangan Penelitian

Jenis penelitian ini bersifat deskriptif observasional untuk mengetahui adanya Gambaran Asupan Energi Pada Remaja *Underweight* Kelas VII dan VIII di UPT SPF SMP Negeri 1 Lubuk Pakam. Pada penelitian ini menggunakan desain *cross sectional* yaitu peneliti melakukan observasional dan mengukur variabel dalam kurun waktu penelitian yang sama.

C. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi pada penelitian ini adalah seluruh siswa kelas VII dan VIII di UPT SPF SMP Negeri 1 Lubuk Pakam sebanyak 652 siswa.

2. Sampel

Penentuan sampel pada penelitian ini menggunakan *Total Sampling* yaitu sebanyak 26 siswa yang *underweight* setelah dilakukan *screening* di UPT SPF SMP Negeri 1 Lubuk Pakam dengan kriteria inklusi dan eksklusi sebagai berikut :

a. Kriteria Inklusi

Kriteria inklusi merupakan persyaratan umum yang harus dipenuhi oleh subjek agar dapat diikutsertakan dalam penelitian. Kriteria inklusi pada penelitian ini adalah :

- 1) Tercatat sebagai siswa-siswi aktif di UPT SPF SMP Negeri 1 Lubuk Pakam,
- 2) Tidak dalam keadaan sakit,

- 3) Bersedia menjadi responden dibuktikan dengan kesediaan mengisi *informed consent*,
- 4) Siswa-siswi ketika di *screening* mengalami *underweight*.

b. Kriteria Eksklusi

Kriteria eksklusi disebut juga kriteria penolakan, adalah dimana keadaan yang menyebabkan subjek yang memenuhi kriteria inklusi tidak dapat diikutsertakan dalam penelitian. Kriteria eksklusi pada penelitian ini adalah :

- 1) Siswa-siswi yang tidak hadir selama penelitian berlangsung.

D. Jenis dan Cara Pengumpulan Data

1. Jenis Data

Data yang dikumpulkan dalam penelitian ini meliputi data primer yang diperoleh langsung dan data sekunder dengan pencatatan data dengan objek penelitian.

a. Data Primer

Data primer adalah data yang diperoleh sendiri melalui pengukuran langsung yang termasuk data primer adalah :

- 1) Identitas responden, meliputi nama, umur, tanggal lahir, dan alamat.
- 2) Asupan energi diperoleh dari hasil *Food Recall* 24 jam yang dilakukan dengan cara wawancara selama 3 hari tidak berturut-turut.
- 3) Data TB yang dilakukan menggunakan alat ukur *microtoise* untuk mengukur TB.
- 4) Data BB yang dilakukan menggunakan alat ukur timbangan digital badan untuk mengetahui BB.

b. Data Sekunder

Data sekunder adalah data yang diperoleh dari sumber data yang telah ada sebelumnya. Data sekunder diperoleh di UPT SPF SMP Negeri 1 Lubuk Pakam berupa gambaran umum, jumlah siswa dan data lain yang mendukung.

2. Cara pengumpulan data

Pada saat pengumpulan data, peneliti dibantu oleh enumerator yang berjumlah 7 orang mahasiswa semester VI D-III Jurusan Gizi Lubuk Pakam.

a. Identitas Sampel

Identitas responden yaitu mencakup nama, umur, tanggal lahir, dan alamat melalui wawancara secara langsung dengan sampel.

b. Asupan Energi

Data asupan energi yang didapatkan adalah data yang diperoleh dari hasil *food recall* 24 jam dengan melakukan wawancara selama 3 hari tidak berturut-turut. Langkah-langkah melakukan *food recall* 24 Jam :

- 1) Peneliti menanyakan konsumsi pangan sampel periode 24 jam yang lalu dan mencatat dalam URT
- 2) Peneliti mengestimasi URT ke dalam berat gram
- 3) Peneliti menganalisis energi dan zat-zat gizi sehari
- 4) Membandingkan asupan energi dan zat-zat gizi sehari dengan Angka Kecukupan Gizi (AKG 2019)

c. Data Tinggi Badan (TB)

Data TB diperoleh dari pengukuran tinggi badan responden dengan syarat alat *microtoise* dengan panjang 200 cm yang harus memiliki ketelitian 0,1 cm. Langkah-langkah pengukuran tinggi badan :

- 1) Memasang *microtoise* serta memilih bidang yang datar seperti tembok atau dinding pada tempat penelitian.
- 2) Tarik ujung *microtoise* hingga 2 meter ke bawah secara vertikal hingga *microtoise* menunjukkan angka nol.
- 3) Pasang paku sebagai penguat agar alat (*microtoise*) tidak bergeser.
- 4) Mempersilahkan sampel untuk melepas alas kaki, topi, aksesoris rambut dan melonggarkan ikat rambut, sebelum pengukuran.

- 5) Sampel berdiri tegak, posisikan kaki lurus, punggung, tumit, pantat dan kepala bagian belakang harus menempel pada dinding tempat pengukuran, serta muka menghadap lurus dengan pandangan ke depan.
- 6) Posisikan kedua tangan berada disamping dengan telapak tangan posisi siap, serta kedua lutut dan tumit sampel rapat.
- 7) Menurunkan *microtoise* sampai rapat menyentuh pada kepala bagian atas sampel, posisi *microtoise* tegak lurus.
- 8) Membaca angka pada jendela angka dengan ketelitian 0,1 cm dan mata harus sejajar dengan segitiga hasil pengukuran.
- 9) Catat hasil pengukuran tinggi badan.

d. Data Berat Badan (BB)

Data BB diukur dengan menggunakan timbangan digital merk GEA dengan syarat ketelitian 0,1 kg (100 gram) dan alat sudah dikalibrasi. Langkah-langkah pengukuran berat badan :

- 1) Meletakkan alat timbangan digital berat badan di tempat yang rata, datar dan keras.
- 2) Sebelum melakukan penimbangan, timbangan digital dikalibrasi terlebih dahulu dengan menggunakan air mineral 1,5 liter sebanyak 4 buah.
- 3) Pastikan sampel memakai pakaian seminimal mungkin dan melepaskan segala macam aksesoris dan alas kaki terlebih dahulu.
- 4) Meminta sampel menaiki timbangan digital untuk melakukan pengukuran dengan berdiri tegak, pandangan lurus ke depan di atas timbangan sampai angka berat badannya muncul.
- 5) Mencatat hasil pengukuran dalam satuan kilogram (kg).

E. Pengolahan Dan Analisis Data

1. Pengolahan data

Data yang didapat kemudian diolah secara komputerisasi dengan program editing (pemeriksaan data), *coding* (pengkodean data), *entry*, *cleaning*, tabulasi data untuk mempermudah pengolahan data.

a. Pengolahan Data Asupan Energi

Setelah melakukan *food recall*, langkah selanjutnya adalah pengolahan data. Adapun langkah-langkah pengolahan data asupan energi yaitu :

- a) Memeriksa kelengkapan data *food recall* 3x24 jam,
- b) Mengubah URT ke gr,
- c) Mengentry hasil *food recall* ke program *nutrisurvey*,
- d) Membandingkan hasil analisis *nutrisurvey* meliputi asupan energi, karbohidrat, protein dan lemak dengan AKG 2019.

Klasifikasi tingkat konsumsi dibagi menjadi 4 menurut Depkes RI, yaitu:

- 1) Baik : $\geq 100\%$ AKG
- 2) Sedang : 80-99% AKG
- 3) Kurang : 70-80% AKG
- 4) Defisit : $< 70\%$ AKG

b. Pengolahan Data Untuk Indeks IMT/U Remaja

Langkah-langkah pengolahan data indeks IMT/U :

- a) Memeriksa kelengkapan data meliputi, TB dan BB.
- b) Mengentry data TB dan BB pada program WHO Anthroplus.
- c) Menentukan *z-score* dengan indeks IMT/U.
- d) Mengkategorikan status gizi responden sesuai hasil *z-score* dengan indeks IMT/U.

2. Analisis Data

Pada penelitian ini, analisa data yang digunakan adalah analisis univariat. Analisa ini digunakan untuk mendapatkan gambaran distribusi frekuensi masing-masing variabel penelitian yaitu asupan energi. Kemudian data tersebut diolah secara deskriptif dan disajikan dalam bentuk tabel frekuensi untuk menentukan jumlah dan persentasi variabel (Notoatmodjo, 2018).