

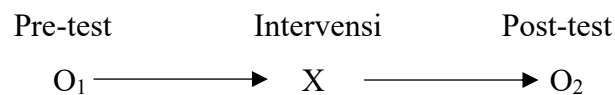
BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Penelitian "Pengaruh Penyuluhan tentang Anemia dengan Media Booklet terhadap Pengetahuan dan Asupan Zat Besi Remaja Putri di SMK Negeri 1 Beringin" menggunakan metode pendekatan kuantitatif. Perubahan tingkat pengetahuan responden dinilai melalui instrumen kuesioner, sedangkan perubahan asupan zat besi dievaluasi menggunakan formulir food recall 24 jam.

Untuk penelitian ini, desain yang digunakan adalah satu grup sebelum dan setelah intervensi atau satu grup sebelum dan setelah tes. Desain ini termasuk dalam rancangan quasi eksperimen atau eksperimental semu yang digambarkan di bawah ini.



Keterangan:

- O_1 : Pengukuran tingkat pengetahuan dan asupan zat besi pada remaja putri sebelum pemberian edukasi mengenai anemia menggunakan media booklet sebagai tahap awal (pre-test).
- X : Memberikan intervensi berupa penyuluhan tentang anemia dengan media booklet setelah dilakukan pre-test.
- O_2 : Pengukuran pengetahuan dan asupan zat besi remaja putri setelah dilakukan penyuluhan tentang anemia dengan media booklet (post-test).

B. Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian dilaksanakan di SMK Negeri 1 Beringin yang berlokasi di Jalan Pendidikan No.3, Emplasemen Kualanamu, Kecamatan Beringin, Kabupaten Deli Serdang, Sumatera Utara. Pelaksanaan penelitian berlangsung pada tanggal 30 Juli hingga 29 Agustus 2025.

C. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Adapun Populasi yang digunakan dalam penelitian ini mencakup seluruh siswi remaja putri kelas XI Jurusan Pariwisata yang tercatat sebagai peserta didik di SMK Negeri 1 Beringin, dengan jumlah keseluruhan sebanyak 216 orang.

2. Sampel

Sampel yang digunakan pada penelitian ini adalah Sebagian dari populasi remaja putri Jurusan Pariwisata SMK Negeri 1 Beringin. Penetapan jumlah sampel dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan rumus Slovin pada tingkat kesalahan sebesar 10%. Perhitungan jumlah sampel berdasarkan rumus tersebut disajikan sebagai berikut. :

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

Keterangan :

n = Ukuran sampel/jumlah responden yang dibutuhkan

N = Jumlah populasi

e = Persentase tingkat toleransi terhadap kesalahan dalam pengambilan sampel yang masih dapat diterima dalam suatu penelitian, dengan menentukan batas ketelitian sampel yang akan digunakan. Teknik slovin diterapkan dengan tingkat kesalahan sebesar 10% sebagai dasar dalam menentukan jumlah sampel penelitian .

$$\begin{aligned} n &= \frac{216}{1 + 216(0,10)^2} \\ &= \frac{216}{3,16} \\ &= 68,35 \text{ orang (dibuatkan menjadi 69 orang)} \end{aligned}$$

Untuk mengumpulkan data yang lebih baik, peneliti melakukan pembulatan sampel menjadi 69 orang. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah proporsional (proportional sampling), yaitu metode pemilihan sampel yang dilakukan dengan memberikan kesempatan yang sama kepada

masing-masing populasi agar terpilih menjadi sampel, dengan total jumlah sampel yang disesuaikan secara proporsional pada setiap strata dalam populasi.

Tabel 4. Distribusi Sampel

Kelas	Jumlah Siswi	Sampel
XI Perhotelan 1	14	8
XI Perhotelan 2	23	8
XI Busana 1	36	8
XI Busana 2	35	9
XI ULP	34	10
XI Kecantikan	32	9
XI Kuliner 1	31	9
XI Kuliner 2	31	8
Jumlah	216	69

D. Tahapan Penyuluhan

1. Persiapan

Sebelum penyuluhan, persiapan dilakukan untuk membuat booklet yang akan digunakan saat penyuluhan. Buku ini berisi informasi yang disampaikan dalam bentuk kalimat, gambar, atau kombinasi keduanya. Selanjutnya, kuesioner dibuat berdasarkan materi yang akan dibahas selama penyuluhan. Kuesioner digunakan sebagai instrumen untuk mengidentifikasi perubahan tingkat pengetahuan pada remaja putri sebelum dan setelah diberikan intervensi berupa penyuluhan. Selanjutnya adalah menyiapkan formulir untuk recall makanan selama 24 jam.

Selanjutnya, SAP atau satuan acara penyuluhan dibuat untuk membantu memberikan pedoman untuk penyuluhan. SAP dibuat berdasarkan jumlah pertemuan penyuluhan, yang mencakup topik atau judul materi yang akan disampaikan, tujuan penyuluhan, waktu penyuluhan, dan urutan kegiatan yang dilakukan oleh penyuluh dan peserta.

2. Pelaksanaan

a. Pengisian Informed consent

Sebelum dilakukannya penyuluhan di SMK Negeri 1 Beringin, peneliti harus memberikan informed consent terlebih dahulu kepada responden. Peneliti

harus memberikan penjelasan kepada responden terkait penelitian mengenai rencana pelaksanaan serta jenis kegiatan yang akan diselenggarakan. Setelah pemberian informasi, responden dapat mengisi informed consent atau lembar persetujuan sebagai bukti bahwa remaja putri bersedia untuk menjadi responden dan akan mengikuti jalannya penelitian.

b. Pre-test

Setelah mengisi lembar persetujuan, selanjutnya akan dilakukan pre-test pada responden dengan pengisian kuesioner untuk melihat pengetahuan sebelum dilakukannya penyuluhan, dan peneliti akan melakukan food recall 24 jam kepada setiap responden untuk melihat apa saja jenis makanan yang dikonsumsi responden selama 24 jam terakhir dengan menggunakan form food recall 24 jam yang akan dilakukan selama 3 kali tidak berurutan. Dalam melakukan food recall 24 jam peneliti dibantu oleh 3 enumerator lain yang merupakan mahasiswa Jurusan Gizi. Hasil food recall kemudian akan diolah menggunakan aplikasi Nutrisurvey untuk menilai asupan zat besi remaja putri.

c. Penyuluhan tahap 1

Penyuluhan akan dilakukan sebanyak 3 kali. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Ayu Syaaza Safira dan Nengah Tanu Komalya menyatakan Edukasi yang dilakukan 1 kali/minggu selama 3 minggu menunjukkan terdapat pengaruh edukasi terhadap pengetahuan, sikap, dan asupan energi, protein, Fe remaja (Ayu Syaaza Safira & Nengah Tanu Komalya, 2023).

Penyuluhan tahap 1 akan dilakukan 1 minggu setelah pre test. Dalam tahap pelaksanaan ini, aktivitas yang dilakukan mencakup proses pemberian penyuluhan tentang anemia kepada remaja putri dengan menggunakan media booklet. Seluruh remaja putri dikumpulkan dalam ruangan Aula SMK Negeri 1 Beringin. Durasi penyuluhan adalah selama 60 menit. Kegiatan ini terus berlanjut dengan selang waktu selama satu minggu dari penyuluhan tahap 1 ke penyuluhan tahap 2 hingga ke penyuluhan terakhir yaitu penyuluhan tahap 5. Metode yang digunakan pada penyuluhan ini adalah ceramah, diskusi, dan tanya jawab. Peneliti akan melibatkan bantuan dua orang enumerator yang merupakan mahasiswa jurusan gizi.

d. Penyuluhan Tahap 2

Penyuluhan tahap 2 dilakukan 1 minggu setelah penyuluhan tahap 1 dilaksanakan. Penyuluhan tahap dilakukan dengan memberikan materi tentang anemia dengan media booklet yang sama dengan penyuluhan tahap 1. Metode yang dilakukan pada penyuluhan ini adalah ceramah, diskusi dan tanya jawab. Peneliti akan melibatkan bantuan dua orang enumerator yang merupakan mahasiswa jurusan gizi. Sebelum dilakukan penyuluhan, peneliti akan melakukan evaluasi dengan memberikan pertanyaan kepada remaja putri untuk mengevaluasi tingkat pemahaman mereka terhadap materi disampaikan pada minggu sebelumnya.

e. Penyuluhan tahap 3

Penyuluhan dilakukan 1 minggu setelah penyuluhan tahap 2 dilaksanakan. Penyuluhan dilakukan dengan memberikan materi penyuluhan yang sama seperti penyuluhan tahap 1 dan 2. Metode pelaksanaan kegiatan ini mencakup penyampaian materi melalui pendekatan ceramah, interkasi diskusi, serta tanya jawab. peneliti melibatkan bantuan dua orang enumerator yang berasal dari mahasiswa jurusan gizi. Setelah memberikan penyuluhan akan diadakan kuis berhadiah untuk melihat pemahaman remaja putri tentang materi yang telah diberikan.

f. Post-test

Setelah kegiatan penyuluhan mengenai anemia menggunakan media booklet selesai dilaksanakan, dilakukan pengukuran post-test pada remaja putri. Tahap ini bertujuan untuk mengevaluasi adanya peningkatan tingkat pengetahuan serta asupan zat besi setelah intervensi diberikan. Penilaian terhadap peningkatan pengetahuan dilakukan menggunakan kuesioner yang sama dengan instrumen yang digunakan pada tahap sebelumnya, sedangkan evaluasi asupan zat besi dilakukan melalui metode *food recall* 24 jam yang dilaksanakan sebanyak tiga kali pada hari yang tidak berurutan, yaitu Senin, Rabu, dan Jumat. Selama proses pengumpulan data tersebut, peneliti dibantu oleh tiga orang enumerator.

E. Jenis dan Cara Pengumpulan Data

1. Jenis Data

Data yang digunakan dalam penelitian ini terdiri atas data primer dan data sekunder. Data primer diperoleh secara langsung oleh peneliti dari sumber pertama melalui proses pengumpulan data yang dilakukan selama penelitian berlangsung. Sementara itu, data sekunder merupakan data yang diperoleh secara tidak langsung, yaitu melalui berbagai sumber yang telah tersedia sebelumnya, seperti dokumen, laporan, maupun sumber pendukung lainnya.

2. Cara Pengumpulan Data

1. Data Primer

Data identitas sampel yang diperoleh dengan wawancara langsung untuk mengetahui nama, tanggal lahir, alamat, usia.

1) Data Pengetahuan

Data mengenai tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah pelaksanaan penyuluhan diperoleh menggunakan kuesioner yang diisi secara mandiri oleh setiap responden. Pengumpulan data pengetahuan dilakukan melalui tahapan sebagai berikut :

- a. Responden diberikan kuesioner untuk diisi secara mandiri
- b. Peneliti memberikan penjelasan mengenai tata cara pengisian kuesioner kepada responden.
- c. Responden dipersilakan menjawab seluruh pertanyaan yang terdapat dalam kuesioner.
- d. Setelah seluruh pertanyaan selesai dijawab, kuesioner dikumpulkan kembali oleh peneliti
- e. Selanjutnya, peneliti melakukan pemeriksaan terhadap kelengkapan pengisian kuesioner.
- f. Pengisian kuesioner dilakukan sebanyak dua kali, yaitu sebelum pelaksanaan penyuluhan dan setelah penyuluhan selesai dilaksanakan.

2) Data Asupan zat besi

Data mengenai asupan zat besi diperoleh melalui metode wawancara dengan responden terkait jenis makanan dan minuman yang dikonsumsi selama periode 24 jam terakhir. Pengumpulan data dilakukan menggunakan formulir *food recall* 24 jam sebagai instrumen pencatatan konsumsi pangan.

Adapun tahapan dalam metode food recall 24 jam yaitu:

- a. Enumerator menyiapkan formulir food recall 24 jam.
- b. Enumerator menyiapkan ruangan khusus untuk melakukan recall kepada remaja putri.
- c. Enumerator mengumpulkan informasi tentang semua makanan yang dikonsumsi oleh remaja putri dalam periode 24 jam terakhir, menggunakan satuan ukuran rumah tangga (URT) yang dicatat dalam form recall 24 jam. Untuk membantu memori remaja putri, enumerator menggunakan penjelasan seperti “dari bangun pagi kemarin hingga sebelum tidur” untuk mengingat akurasi, proses recall ini dibantu dengan buku foto makanan yang dapat memudahkan remaja putri dalam mengingat ukuran porsi yang dikonsumsi.
- d. Data asupan yang terkumpul di input ke dalam program Nutrisurvey, kemudian analisis zat gizi dalam bahan makanan dilakukan menggunakan program yang sama.

2. Data Sekunder

Data sekunder dalam penelitian ini berupa informasi mengenai gambaran umum SMK Negeri 1 Beringin yang diperoleh melalui bagian tata usaha sekolah. Data tersebut mencakup profil umum sekolah, kondisi geografis, serta jumlah siswa yang tersedia. Pengumpulan data dilakukan dengan cara menelaah dan mengambil informasi dasar yang terdapat dalam dokumen arsip SMK Negeri 1 Beringin.

F. Pengolahan Data

1. Data Identitas Sampel

Data idensitas sampel yang telah diperoleh selanjutnya dilakukan pengolahan data secara manual dengan bantuan program komputer melalui beberapa tahapan, yaitu :

- 1) Memeriksa pemeriksaan terhadap kelengkapan data secara menyeluruh untuk memastikan seluruh informasi yang diperlukan telah tersedia.
- 2) Memberikan kode (coding) pada setiap data berdasarkan karakteristik masing-masing sampel
- 3) Mengentri data ke aplikasi pengolahan data dan kemudian melakukan proses tabulasi berdasarkan kategori variabel yang diteliti meliputi umur dan kelas.

2. Data Pengetahuan

- 1) Kuesioner yang telah terkumpul selanjutnya dilakukan pemeriksaan untuk memastikan kelengkapan dan kesesuaian data yang diperoleh.
- 2) Instrumen kuesioner terdiri atas 20 butir pertanyaan. Setiap item pertanyaan diberikan skor 1 apabila responden memilih jawaban yang benar dan skor 0 apabila jawaban yang dipilih tidak tepat. Selanjutnya, seluruh skor dari jawaban benar dijumlahkan untuk memperoleh total skor akhir tingkat pengetahuan responden.
- 3) Nilai pengetahuan kemudian di klasifikasikan. Menurut Arikunto (2006) tingkat pengetahuan seseorang dapat dinilai dan dikategorikan menggunakan skala interoretasu kualitatif. Klasifikasi tingkat pengetahuan tersebut terdiri atas tiga kategori yaitu: (1) kategori baik apabila memperoleh persentase nilai sebesar 76-100%, (2) kategori cukup apabila memperoleh persentase nilai sebesar 56-75%, dan (3) kategori kurang apabila memperoleh persentase nilai <56%.
- 4) Melakukan pengujian kenormalan data dengan menggunakan aplikasi pengolahan data
- 5) Menganalisis data menggunakan aplikasi computer SPSS.

3. Data Asupan Zat Besi

- 1) Formulir food recall 24 jam yang telah diisi melalui hasil wawancara dikumpulkan, kemudian diperiksa kelengkapan datanya.
- 2) Menjumlahkan atau menghitung jumlah food recall yang diperoleh
- 3) Data food recall yang diperoleh kemudian di entry ke dalam aplikasi nutrisurvey, dan melihat jumlah asupan zat besinya.
- 4) Selanjutnya dilakukan pengelompokan data yaitu baik dan kurang, kemudian data dimasukkan ke dalam tabel untuk di analisis.

G. Analisis Data

a. Analisis Univariat

Karakteristik setiap variabel yang diteliti disajikan melalui analisis deskriptif. Penyajian tersebut mencakup variabel usia, kelas, tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah pemberian penyuluhan, serta asupan zat besi sebelum dan sesudah penyuluhan. Seluruh data diolah menggunakan program SPSS.

b. Analisis Bivariat

Analisis terhadap pengaruh penyuluhan mengenai anemia dengan menggunakan media booklet terhadap tingkat pengetahuan dan asupan zat besi remaja putri di SMK Negeri 1 Beringin dilakukan melalui serangkaian uji statistik. Sebelum pengujian hipotesis, data terlebih dahulu dianalisis menggunakan uji normalitas Kolmogorov–Smirnov untuk mengetahui pola distribusinya. Hasil uji normalitas menjadi dasar dalam menentukan metode analisis yang digunakan. Apabila data berdistribusi normal, maka pengujian dilakukan menggunakan uji paired t-test (dependent t-test), sedangkan apabila data tidak memenuhi asumsi normalitas, analisis dilanjutkan dengan uji Wilcoxon. Seluruh pengujian dilakukan pada tingkat kepercayaan 95% dengan nilai signifikansi (α) sebesar 0,05. Hipotesis alternatif (H_a) dinyatakan diterima apabila diperoleh nilai $p \leq 0,05$, yang menunjukkan bahwa penyuluhan tentang anemia melalui media booklet memberikan pengaruh yang signifikan terhadap pengetahuan dan asupan zat besi pada remaja putri di SMK Negeri 1 Beringin.