BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Jenis dan Desain Penelitian

Untuk mengetahui hubungan antara *emotional eating* dan prevalensi obesitas pada mahasiswi gizi di Poltekkes Kemenkes Medan, penelitian ini menggunakan desain observasional dengan metodologi *cross-sectional*. Pengumpulan data untuk variabel independent (*emotional eating*) dan variabel dependent (kejadian obesitas) dilakukan secara bersamaan selama priode penelitian.

B. Lokasi dan Waktu Penelitian

Mahasiswi Poltekkes Kemenkes Medan akan berpartisipasi dalam penelitian ini dengan subjek mahasiswi semester 2 dan 4 Prodi Str.Gz Jurusan Gizi. Penelitian ini dimulai dari Januari sampai Juli 2026.

C. Populasi dan Sampel Penelitian

1. Populasi

Sebanyak 264 mahasiswi semester dua dan empat dari Jurusan Gizi menjadi populasi penelitian ini, yaitu Mahasiswi yang memenuhi Kriteria penelitian di Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Medan.

2. Sampel

Sampel dalam penelitian ini yang memenuhi kriteria inklusi dimasukkan ke dalam sampel penelitian yang dipilih secara acak. Peserta dalam penelitian ini haruslah mahasiswa dari Jurusan Gizi yang bersedia berpartisipasi dan menanda tangani surat persetujuan tanpa adanya keterpaksaan.Yang dimana sampel diambil menggunakan rumus slovin, dengan rumus:

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

Keterangan:

n : jumlah sampel

N: jumlah populasi

e : tingkat kesalahan

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

$$n = \frac{264}{1 + 264\,(0{,}1)^2}$$

$$n = \frac{264}{1 + 2{,}64}$$

$$n = \frac{264}{3{,}64}$$

$$n = 72{,}5 = 73\ mahasiswi$$

3. Tehnik Sampling

Sampel acak berstrata proporsional merupakan metode pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini. Populasi dikelompokkan berdasarkan tingkatan semester (2 dan 4).

Kemudian sampel secara Proportional dari setiap strata. Pemilihan individu sampel di tiap srtata dilakukan secara acak (random) menggunakan daftar absensi sebagai kerangka sampel.

Cara menentukan sampel setiap tingkat:

$$ni = \frac{Ni}{N}\ \text{X}\ \text{n}$$

ni = Jumlah sampel yang dicari untuk kelas tertentu

Ni = Total seluruh mahasiswi kelas tersebut

N = Total seluruh mahasiswi

n = Total sampel yang sudah dihitung

Tabel 3. Jumlah Sampel Perkelas

Tingkat	**Jumlah**	**Perhitungan Sampel**	**Sampel**
2a	39	(39/264) x 73 = 10,7	11
2b	39	(37/264) x 73 = 10,2	10
2c	37	(37/264) x 73 = 10,2	10
2d	39	(39/264) x 73 = 10,7	11
4a	38	(38/264) x 73 = 10,5	11
4b	38	(38/264) x 73 = 10,5	11
4c	34	(34/264) x 73 = 9,4	9
Total	**264**		**73**

Selanjutnya yaitu mengumpulkan sampel perkelas berdasarkan nomor urut absen, digunakan rumus :

$$K = N/n\text{^}$$

K = Interval sampling (jarak antara anggota populasi yang dipilih sebagai sampel)

N = jumlah total populasi

n = jumlah sampel yang dinutuhkan

$$K = \frac{264}{73} = 3{,}6 \text{ (dibulatkan menjadi 4)}$$

Sehingga angka 1,2,3 dan 4 dipilih secara acak dengan aplikasi spin well.Setelah dilakukan pengundian secara acak menggunakan aplikasi spin well didapatkan hasil nomor undian nomor 3.

Penentuan sampel pada penelitian tersebut didasarkan pada dua kriteria, yaitu inklusi dan eksklusi, dengan rincian sebagai berikut:

a. Kriteria inklusi
   1. Mahasiswi yang berusia 18-20 tahun.
   2. Mahasiswi yang bersedia untuk menjadi responden dalam penelitian.
b. Kriteria eksklusi
   1. Mahasiswi yang sedang dalam kondisi sakit saat pengambilan data.

D. Tehnik dan Instrumen Pengumpulan Data

1. Teknik Pengumpulan Data

a. Data Primer

Data yang dikumpulkan oleh peneliti disebut sebagai data primer. Sebelum dilakukan pengambilan data primer yang dilakukan oleh peneliti sendiri. Berikut jenis dari data primer yang harus dikumpulkan oleh peneliti:

1) Data Identitas

Formulir identitas digunakan selama wawancara tatap muka untuk mengumpulkan informasi mengenai identitas peserta, termasuk nama, nomor induk mahasiswa, kelas, usia, tempat tinggal, dan nomor telepon seluler. Dengan ketentuan bahwa nama samaran digunakan dan materi tidak dipublikasikan, data tersebut diperiksa kelengkapannya setelah dicatat.

Adapun cara untuk mendapatkan data identitas sampel yaitu:

1. Enumerator mempersiapkan formulir identitas
2. Memberikan *informed consent* (halaman persetujuan) kepada sampel
3. Mengumpulkan data identitas sampel melalui wawancara dengan menggunakan formulir identitas.

2) Data *Emotional Eating*

Data *Emotional eating* dikumpulkan melalui pengisian kuesioner dengan menggunakan 13 soal, yang skor tertingginya 65, dan skor terendahnya 13.

3) Data Obesitas

Data Obesitas dikumpulkan dengan melakukan metode pengukur-an dengan alat bantu timbangan digital dan mikrotoa yang meliputi Tingkat obesitas ditentukan dengan mengukur tinggi dan berat badan, kemudian menghitung Indeks Massa Tubuh (IMT).

b. Data Sekunder

Informasi yang diperoleh peneliti dari Ketua Program Studi Gizi Poltekkes Kemenkes Medan termasuk rincian seperti gambaran umum lokasi penelitian disebut sebagai data sekunder

2. Instrumen Pengumpulan Data

Sejumlah teknologi pengumpulan data yang ditujukan untuk memperoleh data primer secara langsung menjadi instrumen yang digunakan dalam penelitian ini. Instrumen tersebut meliputi kuesiner untuk mengidentifikasi kejadian *Emotional eating* serta timbangan digital dan mikrotois untuk mengukur status gizi responden. Instrumen pengumpulan data dalam penelitian ini mencakup sejumlah pendekatan untuk mengumpulkan data primer, antara lain:

a. Formulir Kuesiner *Emotional Eating*

Kuesiner ini digunakan untuk mengumpulkan data mengenai kejadian *emotional eating* pada responden. Instrumen ini membuat pertanyaan terkait gejala – gejala *emotional eating*. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan, hasil kuesioner digunakan untuk mengategorikan tingkat *emotional eating*.

b. Timbangan Digital dan Stadiometer

Timbangan digital dan Stadiometer digunakan untuk menentukan status gizi responden secara langsung. Pengukuran dilakukan tanpa menggunakan alas kaki sesuai prosedur yang diketetapan. Data dinilai menggunakan klasifikasi IMT sesuai dengan SKI 2023, dan hasil pengukuran dilaporkan dalam satuan kilogram (kg) dan sentimeter (cm).

E. Pengolahan Data

1. Data *Emotional Eating*

Data dikumpulkan melalui pengisian kuesioner dijumlahkan yang skor tertingginya 65 dan skor terendahnya 13, selanjutnya menentukan interval, hasil diperoleh menggunakan rumus:

$$\textbf{Kategori} = \frac{\textbf{skor yang di peroleh}}{\textbf{Jumlah soal}}$$

Keterangan:

Total skor = jumlah skor jawaban responden

Jumlah soal = banyak pertanyaan dalam kuesioner

Selanjutnya dikategorikan berdasarkan jumlah skor yang diperoleh menjadi 3 kategori:

1) *Emotional eating* ringan, apabila skor < 3
2) *Emotional eating* sedang, apabila skor = 3
3) *Emotional eating* berat, apabila skor > 3

2. Data Obesitas

Data dikumpulkan dengan melakukan metode pengukuran dengan alat bantu timbangan digital dan stadiometer yang meliputi Obesitas ditentukan dengan mengukur tinggi dan berat badan, kemudian menghitung Indeks Massa Tubuh (IMT). Menurut Modifikasi Survei Kesehatan Indonesia (2023) kategori IMT adalah sebagai berikut:

1) Tidak Obesitas : < 25,0 kg/m²
2) Obesitas : > 25,0 kg/m²

F. Analisis Data

1. Analisis Univariat

Analisis univariat dilakukan untuk menggambarkan masing-masing setiap variabel secara terpisah, baik variabel independent (Emotional Eating) maupun variabel dependent (Kejadian Obesitas).

2. Analisis Bivariat

Hubungan antara *emotional eating* dan prevalensi obesitas pada mahasiswi gizi diteliti menggunakan analisis bivariat dengan uji *Chisquare*. Hasil pengujian dianalisis Hipotesis nol (Ho) ditolak berdasarkan nilai probabilitas (p) jika $p < 0,05$, yang menunjukkan adanya hubungan antara *emotional eating* dan prevalensi obesitas pada mahasiswi jurusan gizi di Poltekkes Kemenkes Medan. Sebaliknya, jika $p > 0,05$, hipotesis nol (Ho) diterima, yang mengindikasikan tidak adanya hubungan antara prevalensi obesitas pada mahasiswi jurusan gizi di Poltekkes Kemenkes Medan dan *emotional eating*.