

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan di SMA Swasta RK Serdang Murni Lubuk Pakam. Adapun rangkaian penelitian ini meliputi survey pendahuluan, pengamatan visual, pengurusan perizinan penelitian, serta pengumpulan data. Pengumpulan data dilakukan pada 27 Januari s/d 03 Februari 2024.

B. Jenis Dan Rancangan penelitian

Jenis penelitian kuantitatif deskriptif dengan menggunakan pengamatan sesaat karena hanya sampai taraf menggambarkan keadaan objek. Dalam penelitian ini dilakukan observasi dalam konsumsi *fast food* dan *soft drink* pada siswa/i *overweight* pada siswa SMA Swasta RK Serdang Murni Lubuk Pakam.

C. Populasi Dan Sampel

1. Populasi

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

2. Sampel

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

1. Siswa/i kelas X dan XI SMA Swasta RK Serdang Murni Lubuk Pakam
2. Bersedia menjadi sampel dalam penelitian.
3. Memiliki IMT
 - Overweight : 23-24,9 Kg/m²
 - Obesitas tingkat I : 25-29,9 Kg/m²
 - Obesitas tingkat II >30 Kg/m²

Sesuai dengan kriteria diatas jumlah sampel yang didapatkan sebanyak 66 orang terdiri dari 26 orang siswa mengalami *overweight*, 29 Orang siswa mengalami obesitas tingkat I, dan 11 orang siswa mengalami obesitas tingkat II.

D. Jenis Dan Cara Pengumpulan Data

1. Jenis Data

Jenis data yang diambil dalam penelitian ini meliputi data primer dan data sekunder.

a. Data Primer

Data primer diperoleh dari wawancara secara langsung meliputi:

- 1) Identitas sampel meliputi : nama siswa, kelas siswa, jenis kelamin, tanggal lahir, umur, pekerjaan orang tua, alamat, tinggi badan, dan berat badan dengan alat bantu form identitas.
- 2) Data konsumsi *fast food* dan *soft drink* dengan alat bantu kuesioner FFQ.

b. Data Sekunder

Data sekunder diperoleh dari gambaran lokasi penelitian dan gambaran umum populasi penelitian.

2. Cara Pengumpulan Data

Adapun cara kerja yang dilakukan selama penelitian berlangsung yaitu:

a. Pra Penelitian

1. Mencari bahan-bahan literatur yang berkaitan dengan masalah yang hendak di teliti.
2. Mencari sampel yang akan diteliti
3. Melakukan tinjauan pendahuluan dengan melihat lokasi penelitian
4. Melakukan pertemuan untuk minta izin kepada Wakil Kepala Sekolah SMA Swasta RK Serdang Murni Lubuk Pakam.
5. Melakukan *Screening* pada siswa/i kelas X dan XI SMA Swasta RK Serdang Murni Lubuk Pakam meliputi penimbangan berat badan dan pengukuran tinggi badan.
6. Melakukan perhitungan untuk mendapatkan IMT sampel.
7. Siswa yang memiliki IMT
 - Overweight : 23-24,9 Kg/m²
 - Obesitas tingkat I : 25-29,9 Kg/m²
 - Obesitas tingkat II >30 Kg/m²

telah memenuhi kriteria sampel yang telah ditetapkan akan menjadi sampel penelitian ini.

8. Menjadwalkan pelaksanaan penelitian.

b. Penelitian

Pada saat penelitian, jenis data yang di kumpul kan meliputi data primer dan data sekunder. Adapun data-data yang akan dikumpulkan meliputi:

1. Data Primer

- a. Data Karakteristik responden (nama, umur, jenis kelamin, pekerjaan orang tua) diperoleh dengan cara wawancara langsung dengan alat bantu form identitas.
- b. Data pola konsumsi *fast food* dan *soft drink* dengan alat bantu kuesioner diperoleh dengan teknik wawancara menggunakan kuesioner FFQ.
- c. Data kategori *Overweight* responden diperoleh dengan cara pengukuran berat badan dan tinggi badan. Pengukuran menggunakan *microtoise* dan timbangan berat badan. Kemudian dilakukan perhitungan untuk memperoleh IMT. Pengukuran Berat badan diperoleh data dengan melakukan penimbangan menggunakan timbangan digital merek Gea yang memiliki ketelitian 0,1 kg.

1) Penimbangan Berat Badan

Cara menimbang berat badan dengan timbangan digital adalah sebagai berikut:

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

2) Pengukuran Tinggi Badan

Cara mengukur tinggi badan menggunakan Alat stadiometer:

1. Alat harus dipastikan dalam kondisi baik dan lengkap, alat penunjuk ukuran (meteran) dapat terbaca jelas dan tidak terkelupas atau tertutup.
 2. Alat ditempatkan pada tempat yang datar, rata dan keras,
 3. Lepaskan sepatu/alas kaki, kaus kaki, hiasan rambut, tutup kepala, dan aksesoris lainnya.
 4. Pengukur utama memposisikan sample berdiri tegak membelakangi tiang ukur.
 5. Sampel berdiri tegak, kaki lurus, tumit, bokong, punggung dan bagian kepala belakang menempel pada tiang ukur dan muka menghadap lurus dengan pandangan ke depan.
 6. Pengukur menarik *head slider* (papan geser kepala) pada stadiometer sampai menyentuh puncak kepala.
 7. Pengukur membaca angka pada jendela baca dalam satuan cm dengan ketelitian satu angka di belakang koma (ketelitian 1 mm).
 8. Catat hasil pengukuran tinggi badan sampel.
2. Data Sekunder

Data tentang gambaran umum lokasi penelitian yaitu SMA Swasta RK Serdang Murni Lubuk Pakam Deli Serdang, Sumatera Utara yang didapat dari pihak sekolah SMA Swasta RK Serdang Murni Lubuk Pakam Deli Serdang, Sumatera.

E. Pengolahan Dan Analisis Data

1. Pengolahan Data

Seluruh data diolah secara manual melalui tahapan-tahapan proses yang dimulai secara editing, coding, entry data, dan tabulasi kemudian di analisis dengan alat bantu komputer. Tabulasi yaitu menyusun data hasil penelitian yang sudah dimasukkan dalam komputer yang telah di

kategorikan untuk disajikan dalam bentuk tabel frekuensi atau diagram sehingga data lebih mudah dianalisis dan dibaca. Adapun data yang akan diolah meliputi:

a) Kategori *Overweight*

Data *overweight* diperoleh dengan pengukuran *Body Mass Indeks* yaitu perbandingan berat badan dengan kuadrat tinggi badan. Hasil pengukuran diolah dengan menggunakan antropometri plus.

1 = 23-24,9 *Overweight*

2 = 25-29,9: Obesitas I

3 = ≥ 30 : Obesitas II

b) Pola Konsumsi *Soft Drink*

Data pola konsumsi *Soft Drink* diperoleh dengan wawancara dengan kuesioner FFQ. Pengolahan dan analisis data menggunakan analisis univariat. Frekuensi *soft drink* berkarbonasi dan non-karbonasi.

Kategori :

- Jarang : Jika konsumsi *soft drink* < 4 kali/minggu
- Sering : Jika konsumsi *soft drink* ≥ 4 kali/minggu

c) Pola Konsumsi *Fast Food*

Kebiasaan makan cepat saji diperoleh menggunakan formulir *food frequency questionnaire* (FFQ) semi kuantitatif dan di kategorikan dengan skor sebagai berikut:

- Jarang : Jika konsumsi *fast food* < 4 kali/minggu
- Sering : Jika konsumsi *fast food* ≥ 4 kali/minggu

2. Analisis Data

Data dianalisis secara deskriptif dengan menggambarkan persentase dan rata-rata masing-masing variabel yaitu: umur, jenis kelamin, kategori *overweight* Siswa/I kelas X dan XISMA Swasta RK Serdang Murni Lubuk Pakam. Dengan menggunakan tabel distribusi frekuensi dan menggunakan program komputer yang kemudian disajikan dalam grafik distribusi frekuensi dan di analisis berdasarkan persentase.