

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Lokasi dan Waktu Penelitian

Lokasi penelitian dilakukan di SMP Negeri 2 Percut Sei Tuan. Waktu penelitian dilakukan pada bulan Oktober 2023 sampai dengan bulan Maret 2024. Pengumpulan serta pengolahan data dilakukan pada bulan Mei 2024.

B. Jenis dan Rancangan Penelitian

Jenis penelitian ini adalah *deskriptif observasional* dengan menggunakan rancangan penelitian *Cross Sectional* (pengamatan sesaat), yaitu mendeskripsikan atau menggambarkan pemilihan makanan dan frekuensi konsumsi makanan dan minuman manis pada remaja.

C. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi dalam penelitian ini adalah siswa/i kelas VIII SMP Negeri 2 Percut Sei Tuan dengan kelebihan berat badan (*overweight* dan *obesitas*) berjumlah 48 orang.

2. Sampel

Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini dilakukan dengan cara *total sampling*, dimana pengambilan sampel diambil secara keseluruhan dari populasi yaitu siswa/i kelas VIII SMP Negeri 2 Percut Sei Tuan yang kelebihan berat badan (*overweight* dan *obesitas*) berjumlah 48 orang.

D. Jenis dan Cara Pengumpulan Data

1. Jenis Data

Pada penelitian ini jenis data yang dikumpulkan meliputi data primer dan data sekunder baik yang diperoleh secara langsung maupun melalui pencatatan data.

2. Cara Pengumpulan Data

Pada saat penelitian, peneliti dibantu oleh enumerator berjumlah 1 orang yang merupakan mahasiswa semester V Prodi D3 Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Medan. Sebelum dilakukan pengumpulan data, seluruh enumerator terlebih dahulu diberi pengarahan tentang penelitian.

Adapun data-data yang dikumpulkan berhubungan dengan penelitian yang meliputi :

1) Data Primer

a. Data Identitas

Data Identitas sampel meliputi : nama, kelas, jenis kelamin, tempat/tanggal lahir, umur, alamat, agama, suku, uang jajan, pendidikan orang tua, pekerjaan orang tua, melalui wawancara langsung dengan mengisi form identitas sampel. Data diperoleh dengan menggunakan alat bantu kuesioner. Setelah terisi dicek kembali untuk melihat kelengkapan data.

b. Data Frekuensi Konsumsi Makanan manis

Data Frekuensi mengkonsumsi makanan manis meliputi jenis makanan yang dikonsumsi oleh siswa/i baik yang dibeli dikantin ataupun diluar sekolah. Data dikumpulkan dengan alat bantu kuesioner Semi Quantitative Food Frequency Questionnaire (SQ-FFQ).

c. Data Frekuensi Konsumsi Minuman manis

Data Frekuensi mengkonsumsi minuman manis meliputi jenis makanan yang dikonsumsi oleh siswa/i baik yang dibeli dikantin ataupun diluar sekolah. Data dikumpulkan dengan alat bantu kuesioner Semi Quantitative Food Frequency Questionnaire (SQ-FFQ).

d. Data Kelebihan Berat Badan (Antropometri)

Pengambilan data kelebihan berat badan (overweight dan obesitas) dilakukan dengan cara pengukuran menggunakan timbangan berat badan digital dan microtoise. Kemudian dilakukan perhitungan untuk memperoleh Indeks Massa Tubuh

(IMT). Pengukuran berat badan diperoleh data dengan melakukan penimbangan menggunakan timbangan digital yang memiliki ketelitian 0,1 kg. Pengukuran tinggi badan diperoleh data dengan menggunakan microtoise yang memiliki ketelitian 0,1 cm.

- Overweight : 23 - 24,9
- Obesitas I : 25 - 29,9
- Obesitas II : ≥ 30

Langkah - Langkah pengukuran berat badan dengan menggunakan timbangan digital :

1. Siapkan timbangan, lalu letakkan timbangan pada lantai yang datar.
2. Pada saat akan melakukan penimbangan upayakan menggunakan pakaian seminimal mungkin serta melepaskan segala aksesoris dan alas kaki yang digunakan.
3. Sampel diukur dengan cara naik keatas timbangan lalu pandangan lurus kedepan, bersikap tegap, dan tenang.
4. Kemudian catat berat badan dengan cara membaca angka hasil penimbangan.

Langkah - langkah pengukuran tinggi badan dengan menggunakan microtoise :

1. Tempelkan microtoise pada dinding yang datar setinggi 2 meter. Angka 0 pada lantai yang datar.
2. Pada saat akan melakukan pengukuran tinggi badan lepaskan alas kaki yang digunakan.
3. Sampel diukur dengan cara berdiri tegak, kaki lurus, tumit, pantat, punggung, dan kepala bagian belakang menempel pada dinding serta muka menghadap lurus dengan pandangan ke depan.
4. Turunkan microtoise sampai rapat pada kepala bagian atas, dan siku - siku harus lurus menempel pada dinding.
5. Kemudian catat tinggi badan dengan cara membaca angka pada skala microtoise.

2) Data Sekunder

Data sekunder diperoleh berdasarkan arsip atau data-data yang sudah ada. Data tersebut didapat dari pihak sekolah SMP Negeri 2 Percut Sei Tuan.

E. Pengolahan dan Analisis Data

1. Pengolahan Data

- a. Data identitas sampel yang sudah terkumpul, diperiksa dan dilengkapi, dientry menggunakan komputer.

- b. Data identitas

Data identitas dihitung frekuensinya antara lain :

- i. Jenis Kelamin : Laki-laki dan Perempuan
 - ii. Umur : 11-14 Tahun
 - iii. Pendidikan Ayah : SD, SMP, SMA, D3/S1 dan lainnya
 - iv. Pendidikan Ibu : SD, SMP, SMA, D3/S1 dan lainnya
 - v. Pekerjaan Ayah : PNS/Polri/TNI, Wiraswasta, Wirausaha/Pedagang, Petani, dan lainnya
 - vi. Pekerjaan Ibu : PNS/Polri/TNI, Wiraswasta, Wirausaha/Pedagang, Petani, Ibu Rumah Tangga dan lainnya
 - vii. Uang Jajan : <Rp. 5.000
Rp. 5.000 - Rp. 10.000
>Rp. 10.000 - Rp. 20.000
>Rp. 20.000
 - viii. Suku
- c. Data jumlah konsumsi makanan manis yang sudah diperoleh dalam 1 bulan terakhir melalui wawancara dengan menggunakan kuesioner Semi Quantitative Food Frequency Questionnaire (SQ-FFQ) diukur dengan skor dan pilihan jawaban :
0 = Tidak Pernah
5 = 2x/bulan

10 = 1-2x/minggu

15 = 3-6x/minggu

25 = 1x/hari

50 = >3x/hari

Kemudian dikategorikan menjadi :

- Tidak Sering : < median skor penelitian
- Sering : $\geq$ median skor penelitian

Sumber (Sirajuddin et al., 2018)

- d. Data jumlah konsumsi minuman manis yang sudah diperoleh dalam 1 bulan terakhir melalui wawancara dengan menggunakan kuesioner Semi Quantitative Food Frequency Questionnaire (SQ-FFQ) diukur dengan skor dan pilihan jawaban :

0 = Tidak Pernah

5 = 2x/bulan

10 = 1-2x/minggu

15 = 3-6x/minggu

25 = 1x/hari

50 = >3x/hari

Kemudian dikategorikan menjadi :

- Tidak Sering : < median skor penelitian
- Sering : $\geq$ median skor penelitian

Sumber (Sirajuddin et al., 2018)

2. Analisa Data

Analisis Univariat

Menggambarkan persentase dan rata-rata masing-masing variable yaitu : umur, jenis kelamin, pendidikan orang tua, pekerjaan orang tua, uang jajan, kategori kelebihan berat badan, dan kategori pemilihan jenis makanan dan minuman, kategori konsumsi makanan manis dan minuman manis pada remaja di SMP Negeri 2 Percut Sei

Tuan. Dengan menggunakan tabel dan gambar distribusi frekuensi mengkonsumsi dan menggunakan SPSS yang kemudian disajikan dalam bentuk kata-kata serta tabel distribusi frekuensi dan dianalisis berdasarkan persentase.