

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SMP Nasrani 5 Medan Jl. Turi Ujung No. 108, Sudirejo I, Kec. Medan Kota, Medan Kota, Sumatera Utara. Penelitian ini akan dilaksanakan sejak bulan Oktober 2023 sampai bulan Juni 2024, dan pengumpulan data akan dilakukan pada bulan Mei 2024. Adapun rangkaian penelitian meliputi peninjauan lokasi, pengurusan perizinan penelitian, serta pengumpulan data. Survey pendahuluan dilakukan pada tanggal 4 November 2023, sedangkan pengumpulan data akan dilakukan pada bulan Mei 2024.

B. Jenis dan Rancangan Penelitian

Jenis penelitian ini bersifat observasional, dengan desain penelitian cross sectional, yaitu untuk mengetahui hubungan asupan protein dan zat besi pada remaja anemia. Pengumpulan data variabel bebas dan variabel terikat dilakuakn dalam waktu penelitian yang sama.

C. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswi kelas VII dan kelas VIII di SMP Nasrani 5 Medan yang berjumlah 47 orang.

2. Sampel

Sampel dalam penelitian ini merupakan bagian dari populasi yang di teliti. Cara penarikan sampel dengan Non probability sampling (Teknik sampling), dan besar sampel di hitung menggunakan rumus Purposive Sampling dengan langkah- langkah berikut :

a. Menentukan kriteria sampel yang di butuhkan

$$\begin{aligned}n &= \frac{N}{(1 + Ne^2)} \\&= \frac{47}{(1+(47 \times 10\%^2))} \\&= 31,9 = 32\end{aligned}$$

Keterangan:

n = jumlah sampel

N = jumlah populasi

e = error ketidak telitian karena kesalahan contoh, yang bisa ditoleransi adalah 10%)

- b. Menentukan populasi yang sesuai dengan penelitian dan layak di ambil sampelnya.
- c. Menentukan sampel terendah yang layak untuk di jadikan sampel

Kelas	Jumlahsiswi	Rumus $\frac{\text{jumlah orang}}{\text{jumlah angkatan}} \times \text{jumlah sampel}$
VII A	12	$12 : 47 \times 32 = 8$
VII B	12	$12 : 47 \times 32 = 9$
VIII A	11	$11 : 47 \times 32 = 7$
VIII B	12	$12 : 47 \times 32 = 8$

Kriteria inklusif sebagai berikut :

- 1) Remaja yang bersedia menjadi sampel dan bersedia di ambil darahnya
- 2) Remaja putri yang tidak mengalami menstruasi
- 3) tidak sedang sakit
- 4) dapat diajak berkomunikasi dengan baik.

D. Jenis dan Cara Pengumpulan Data

1. Data Primer

Data primer merupakan data yang diperoleh langsung dari lapangan dengan menggunakan teknik wawancara dan pemeriksaan dari sampel yang sudah di kumpulkan dengan mengisi formulir yang sudah di persiapkan dan diamati langsung ke lokasi penelitian

- a. Data Identitas sampel meliputi : nama, jenis kelamin,tanggal lahir, umur, alamat, kelas, hari/tanggal wawancara , kadar Hb
- b. Data Asupan Zat Gizi (Protein, Besi (fe))

Adapun data asupan protein, Zat besi diperoleh dengan menggunakan teknik wawancara recal 3 x 24 jam dengan hari yang berbeda dan tidak pada hari libur karena pola makan akan berubah.

c. Data Kadar Haemoglobin

Data kadar Haemoglobin darah diperoleh dengan menggunakan pengambilan darah sampel melalui jarum lancet adapun langkah-langkah pengambilannya darah yaitu :



1. Nyalakan alat easy touch GCHb dan pastikan sudah menyala dengan baik, kemudian pasang strip hb sticknya secara benar dan pastikan sudah muncul angka nol pada layar.
2. Pastikan pemeriksa sudah mengenakan handscoon.
3. Lakukan pemilihan jari untuk pemeriksaan yaitu jari telunjuk, tengah, atau manis. Usap ujung jari dengan kapas alcohol.
4. Tusuk ujung tangan responden secara hati – hati.
5. Tekan daerah sekitar tusukan dengan jari kita agar darah keluar, pastikan darah keluar secukupnya.
6. Tempelkan ujung stick pada alat easy touch GCHb tes ke darah pasien.
7. Setelah cukup, tunggulah beberapa detik untuk melihat hasilnya pada layar.
8. Setelah hasilnya keluar catat pada lembar catatan data identitas.
9. Bersihkan jari responden dan alat menggunakan kapas alcohol.
10. Pastikan jarum lancet dan strip stick yang digunakan berbeda – beda setiap responden.

2. Data Sekunder

Data gambaran umum lokasi penelitian dan gambaran umum populasi remaja .

E. Pengolahan dan Analisis Data

1. Pengolahan Data

Pengolahan keseluruhan data diolah melalui komputer melalui tahap proses yang dimulai dengan Editing, Coding, Data Entry dan Tabulasi. Data – data yang dimaksud adalah :

a. Data *Food Recal* 24 jam

Data *food recal* diperoleh dari hasil wawancara food recall 24 jam kemudian di entry ke program SPSS

di pakai adalah menu hari selasa, menu hari kamis dan menu hari sabtu.

Langkah – langkah food recall 24 jam :

- 1) Melakukan pengenalan diri, penyampaian tujuan, dan meminta persetujuan responden untuk jadi sampel
 - 2) Peneliti memulai wawancara dengan cara menanyakan dan menuliskan semua makanan yang di konsumsi sampel dalam ukuran rumah tanggan (URT) selama 24 jam yang lalu dengan bantuan food model (buku foto makanan) untuk mempermudah sampel mengingat ukuran yang di konsumsi
 - 3) Kemudian peneliti menuliskan hasil wawancara pada folmulir food recal 24 jam yang terdiri atas waktu makan, nama makanan, nama bahan makanan, cara pengolahan, banyaknya ukuran rumah tangga (URT), dan berat makanan dalam satuan gram .
- A. Baik : jika mengonsumsi karbohidrat 4P, protein hewani dan protein nabati 3 P, sayuran 3P, dan buah 4P perhari
- B. Kurang baik : jika tidak memenuhi anjuran porsi perhari.

b. Data Asupan Protein

Data pola makan diperoleh dari wawancara food recal 24 jam selama 3 hari tidak berturut-turut. Kemudian dientri menggunakan computer kedalam program *Nutrisurvey* dari hasil pengolahan data maka dikategorikan menjadi:

- 1). Baik : >100% AKG
- 2). Sedang : 80-99% AKG
- 3). Kurang : 70-80 % AKG

4) Defisit <70% AKG

c. Data Asupan Zat Besi

Data pola makan diperoleh dari wawancara food recall 24 jam selama 3 hari tidak berturut-turut. Kemudian diinput menggunakan komputer ke dalam program *Nutrisurvey* dari hasil pengolahan data maka dikategorikan menjadi:

1. Baik : ≥ 100 % AKG
2. Sedang : 80 – 99 % AKG
3. Kurang : < 80 % AKG
4. Defisit : <70% AKG

d. Data Kadar Hb anemia

Di peroleh dari kadar hb normal > 12 mg/dl dan kadar Hb anemia <12 mg/dl Diinput ke dalam program SPSS.

2. Analisis Data

a) Analisis Univariat

Analisis univariat digunakan untuk mengidentifikasi masing — masing variabel , baik variabel independent yaitu asupan protein dan zat besi dan variabel dependent yaitu kejadian anemia remaja putri. Analisis univariat yang digunakan pada penelitian ini adalah distribusi frekuensi yang bertujuan untuk menggambarkan karakteristik setiap variabel penelitian.

b) Analisis Bivariat

Analisis ini digunakan untuk membuktikan hipotesis dalam penelitian ini yaitu untuk mengetahui hubungan asupan protein, zat besi terhadap kejadian anemia remaja putri SMP Nasrani 5 Medan menggunakan uji chi- Square, berdasarkan ketentuan nilai p. jika $p < 0.005$ maka H_a di terima artinya ada hubungan bermakna antara variabel tersebut dan jika $p > 0.005$ maka H_a di tolak artinya, tidak ada hubungan antara kedua variabel tersebut