

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan di SMP Istiqlal Delitua pada bulan September 2023 – April 2024.

B. Jenis Penelitian

Jenis penelitian ini menggunakan metodologi cross-sectional dan bersifat observasional.

C. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas VII dan VIII yang bersekolah di SMP Istiqlal Delitua tahun ajaran 2023/2024 yang berjumlah 212 siswa.

2. Sampel

Sampel merupakan bagian yang dipilih untuk mencerminkan keseluruhan populasi yang diteliti. Ukuran sampel minimal yang diperlukan untuk penyelidikan ini ditentukan dengan menggunakan rumus Slovin.

$$n = \frac{N}{1 + Ne^2}$$

Penjelasan :

E = batas toleransi kesalahan

N = populasi

n = jumlah sampel minimal yang diperlukan

Jumlah sampel, yang diperoleh dari serangkaian rumus sebelumnya, adalah:

$$n = \frac{N}{1 + Ne^2}$$

$$n = \frac{212}{1 + 212 (0,1)^2}$$

$$n = \frac{212}{3,12}$$

$$n = 67,9 = 68$$

Secara keseluruhan, 68 siswa menjadi sampel penelitian ini.

Perhitungan sampel perkelas dengan menggunakan rumus ;

$$\frac{\text{Populasi kelas}}{\text{populasi dari seluruh kelas}} \times \text{Sampel}$$

Maka didapat :

Tabel 4. Sampel Setiap Kelas

Kelas	Perhitungan Jumlah Sampel	Jumlah Sampel
VII-1	(32 : 212) x 68	8
VII-2	(32 : 212) x 68	8
VII-3	(26 : 212) x 68	9
VII-4	(27 : 212) x 68	8
VIII-1	(28 : 212) x 68	9
VIII-2	(29 : 212) x 68	9
VIII-3	(27 : 212) x 68	8
VIII-4	(27 : 212) x 68	9
Jumlah		68

Setelah didapat jumlah sampel di setiap kelas, setelahnya menentukan sampel menggunakan aplikasi pada *gadget* yaitu *Random Number Generator*. Angka-angka yang dihasilkan oleh aplikasi tersebut akan menjadi sampel dilihat dari nomor absen siswa.

D. Jenis dan Cara Pengumpulan Data

1. Jenis Data

a) Data Primer

Data yang langsung dikumpulkan dari para partisipan sampel adalah pengertian data primer. Data penting yang dikumpulkan untuk penelitian terdiri dari:

1) Data identitas siswa

Data meliputi : nama, kelas, jenis kelamin, tanggal lahir, umur, dan alamat.

2) Data Tingkat penggunaan *gadget*

Data dikumpulkan dengan alat bantu kuesioner aktivitas fisik berkaitan dengan kecanduan *gadget*.

3) Data pengetahuan gizi seimbang

Data dikumpulkan dengan instrument soal pilihan berganda untuk memperoleh pengetahuan gizi seimbang.

4) Data antropometri

Dikumpulkan melalui ukuran berat badan dan tinggi badan

b) Data Sekunder

Data sekunder mengacu pada informasi yang melengkapi data primer yang dikumpulkan dari penelitian SMP Istiqlal Delitua. Untuk penelitian ini, data sekunder meliputi identitas siswa SMP Istiqlal Delitua, yang diperoleh dari departemen akademik sekolah, beserta deskripsi umum lokasi penelitian. Data ini dikumpulkan sebelum menentukan populasi penelitian.

2. Cara Pengumpulan Data

Peralatan antropometri, panduan penggunaan gawai, soal pengetahuan gizi seimbang, dan kuesioner untuk mengumpulkan karakteristik sampel merupakan bagian dari alat bantu penelitian. Namun, data yang relevan dengan tujuan penelitian adalah sebagai yang tertera di bawah ini:

a) Tingkat Penggunaan Gadget

Data ini diperoleh dengan pengisian kuesioner oleh sampel dengan peneliti menanyakan identitas sampel terlebih dahulu.

b) Pengetahuan Gizi Seimbang

Data ini diperoleh dengan pengisian kertas yang berisikan soal pilihan berganda oleh sampel.

c) Status Gizi

Timbangan digital digunakan untuk mengukur berat badan, dan timbangan microtoice digunakan untuk mengukur tinggi badan. Setelah itu, kondisi gizi sampel dievaluasi. Metode pengukuran:

1) Cara Mengukur Berat Badan

Prosedur berikut digunakan untuk mengukur berat badan responden secara akurat:

- a. Pastikan timbangan dikalibrasi dengan benar hingga nol dan diposisikan pada permukaan yang stabil dan rata.
- b. Responden melepas semua pakaian dan sepatu, berdiri tegak di atas timbangan, menghadap ke depan, dan tetap diam hingga hasil pembacaan berat stabil.
- c. Temuan pengukuran yang ditampilkan pada alat dicatat oleh petugas.

2) Cara Mengukur Tinggi Badan

Prosedur berikut digunakan untuk mengukur tinggi responden secara akurat:

- a. Atur alat pengukur tinggi badan (mikrotoise) ke ketinggian dua meter.
- b. Responden, tanpa sepatu, topi, atau aksesoris rambut apa pun, berdiri tegak dengan punggung menempel pada alat pengukur tinggi badan (mikrotoise).
- c. Pastikan tumit, betis, bokong, dan bagian belakang kepala responden menyentuh dinding.
- d. Responden harus melihat lurus ke depan.
- e. Pastikan alat pengukur tegak lurus, lalu turunkan mikrotoise hingga kepala tempat tidur menyentuh bagian atas kepala responden dan menekan rambutnya.
- f. Temuan pengukuran yang ditampilkan pada alat dicatat oleh petugas.

E. Pengolahan dan Analisis Data

1. Pengolahan Data

a. Data Identitas Sampel

Melakukan pemeriksaan data identitas pada sampel sehingga tidak terjadi kesalahan data.

b. Data Tingkat Penggunaan *Gadget*

Kuesioner yang telah diperbarui oleh Meirianto (2018), digunakan untuk mengumpulkan data tentang jumlah penggunaan gadget, dan diadaptasi dari penelitian Kwon (2013), disebut Smartphone Addiction Scale (SAS). Item skala Likert pada kuesioner SAS dibagi menjadi beberapa kategori sebagai berikut:

- e. Sangat setuju (5)
- d. Kurang setuju (4)
- c. Setuju (3)
- b. Tidak setuju (2)
- a. Sangat tidak setuju (1)

Dari perhitungan skor tersebut dapat diklasifikasikan sebagai berikut:

- 1) Tinggi = Skor $\geq$ M+SD
- 2) Sedang = M-SD $\leq$ Skor < M+SD
- 3) Rendah = Skor < M-SD

M = Mean, SD = Standar Deviasi

Sumber Kwon et al, 2013

Hasil : Mean = 82, SD = 14

- 1) Tinggi = Skor $\geq$ 96
- 2) Sedang = 68 $\leq$ Skor < 96
- 3) Rendah = Skor < 68

c. Data Pengetahuan Gizi Seimbang

Kuesioner pilihan ganda berguna untuk mengambil informasi tingkat pengetahuan. Responden menerima skor 1 apabila benar dan skor 0 apabila tidak tepat.

(Arikunto, 2010) menyatakan bahwa rumus berikut ini digunakan untuk menghitung proporsi jawaban responden terhadap kuesioner:

$$\text{Persentase} = \frac{\text{Jumlah nilai yang benar}}{\text{Jumlah soal}} \times 100\%$$

Setelah itu, evaluasi skor pengetahuan gizi responden dibagi ke dalam beberapa kategori berikut:

Tabel 5. Kategori Pengetahuan Gizi

Kategori Pengetahuan Gizi	Skor
Baik	$\geq 75\%$
Sedang	56-74%
Kurang	$\leq 55\%$

(Arikunto, 2010)

d. Data Status Gizi Remaja

Z-score untuk indeks IMT/U diperoleh dengan menganalisis data status gizi remaja menggunakan perangkat lunak WHO Anthroplus 2007, berdasarkan pengukuran antropometri. Untuk menyederhanakan pemrosesan data, setiap z-score diberi kode yang sesuai. Proses ini mencerminkan status gizi berdasarkan indeks antropometri (IMT/U).

3 = gemuk (gizi lebih), apabila IMT/U $+1SD$ sd $+2SD$

2 = normal (gizi baik), apabila IMT/U $-2SD$ sd $+1SD$

1 = kurus (gizi kurang), apabila IMT/U $-3SD$ sd $< -2SD$

2. Analisis Data

a. Analisis Univariat

Untuk menampilkan distribusi frekuensi dan proporsi dari setiap variabel, digunakan analisis univariat. Pengetahuan gizi seimbang status gizi, dan tingkat penggunaan gawai remaja di SMP Istiqlal Delitua dilihat gambaran dan distribusi frekuensinya pada penelitian ini dengan menggunakan analisis univariat.

b. Analisis Bivariat

Untuk menentukan penilai hipotesis penelitian dan kolerasi antara variabel, analisis bivariat dilakukan. Uji statistik Chi-Square digunakan untuk melihat kolerasi antara penggunaan gawai, status gizi, dan pengetahuan gizi seimbang.