

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Lokasi dan Waktu Penelitian

Berlokasi di Kota Medan, Sumatera Utara, penelitian ini dilakukan di SMP Nasrani 5 Medan di Jl. Turi Ujung No. 108, Sudirejo I, Kecamatan Medan Kota. Pengumpulan data dilakukan pada tanggal 6-11 Mei 2024, dan survei pendahuluan dilakukan pada tanggal 4 November 2023.

B. Jenis dan Rancangan Penelitian

Untuk mempelajari hubungan antara kebiasaan makan remaja putri dengan status anemia gizi mereka, penelitian ini menggunakan metodologi penelitian *cross-sectional* dan bersifat observasional. Tim peneliti mengumpulkan data untuk variabel independen dan dependen secara bersamaan.

C. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Penelitian ini bertujuan untuk meneliti 47 siswi kelas 7 dan 8 di SMP Nasrani 5 Medan.

2. Sampel

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

a. Menentukan tujuan dan sampel penelitian

b. Menentukan kriteria sampel yang dibutuhkan

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

keterangan :

n = jumlah sampel

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

Menentukan populasi yang sesuai dengan penelitian dan layak di ambil sampelnya.

a. Menentukan sampel terendah yang layak untuk di jadikan sampel

Kelas	Jumlah siswi	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 datang langsung dari sumbernya; data dikumpulkan di lokasi penelitian melalui wawancara langsung dan pemeriksaan sampel dengan memanfaatkan observasi yang telah dilakukan sebelumnya dan di tempat serta pengisian formulir

- a. Data karakteristik sampel meliputi : nama, jenis kelamin, tanggal lahir, umur, alamat, kelas, hari/tanggal wawancara , kadar Hb
- b. Data Jenis Makanan

Pendekatan wawancara mengingat makanan selama 24 jam digunakan untuk mengumpulkan data tentang jenis makanan atau perilaku makan. Untuk mendapatkan hasil yang dapat diandalkan, data dikumpulkan selama tiga hari terpisah dengan menggunakan mengingat makanan selama 24 jam. Metode Food Recall ini di bantu oleh 3 orang dari Mahasiswa Gizi semester VI.

Langkah – langkah yang dilakukan dalam metode food recall 24 jam adalah :

- a) Melakukan pengenalan diri, penyampaian tujuan, dan meminta persetujuan responden untuk jadi sampel
- b) Menggunakan model makanan (buku bergambar makanan) untuk membantu sampel mengingat ukuran yang dimakan, peneliti bertanya dan menuliskan semua makanan yang dikonsumsi sampel dalam ukuran rumah tangga (URT) selama 24 jam sebelumnya sebagai langkah pertama wawancara
- c) Setelah ini, peneliti mencatat temuan wawancara pada formulir ingatan makanan 24 jam yang menyertakan bidang-bidang berikut: waktu makan, nama makanan, nama komponen, metode pemrosesan, jumlah URT, dan berat gram makanan

Makanan pokok, lauk daging dan sayur, buah dan sayur setiap hari dianggap sebagai makanan yang bervariasi. Jika satu saja tidak dimakan, maka kurang bervariasi (Djaeni, 2009).

c. Data jumlah zat gizi yang dikonsumsi

Jumlah zat gizi diperoleh dari hasil wawancara food recall 24 jam yang berisi jumlah Karbohidrat, Protein, dan lemak. Food recall dilakukan secara 3 hari tidak berturut-turut untuk mendapat data yang akurat/tepat. Menu yang dipakai 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) Wawancara dimulai dengan peneliti menanyakan kepada sampel berapa banyak makanan yang telah mereka makan dalam 24 jam terakhir, dipecah berdasarkan jumlah anggota rumah tangga (URT). Untuk membantu mengingat sampel, peneliti menggunakan buku bergambar makanan sebagai model

3) Peneliti mencatat waktu makan responden, nama makanan dan bahan, metode pengolahan, URT, dan berat gram pada formulir ingatan makanan 24 jam

- A. Baik : >100% AKG,
- B. Sedang : 80 - 99% AKG
- C. Kurang : 70 - 80% AKG
- D. Defisit : <70% AKG

d. Data Status Anemia

Status anemia remaja putri yang memiliki kadar Hb rendah < 12 gr/dl. Pengambilan darah di bantu oleh satu orang dari Ahli Teknologi Laboratorium Medik Langkah-langkah pengambilan pengambilan darah:

- a) Menyiapkan alat untuk pengambilan darah alat yang digunakan adalah alat digital cek Hb dan strip untuk peletakan darah dalam alat digital cek Hb
- b) Nyalakan alat digital cek Hb dengan memasangkan batre di susai tempatnya.
- c) Siapkan trip Hb kemudian masukkan strip kedalam alat digital cek hb di bagian tengah
- d) Buka jarum dari blood lancet kemudian masukkan ke pen blood lancet dan atur tingkat ketajamannya.
- e) Bersihkan jari sampel dengan menggunakan kapas yang sudah di beri alkohol
- f) Tusukkan jarum ke jari sampel dan tekan pen lancet supaya darah keluar
- g) Kemudian letakkan darah ke strip Hb yang telah di psang ke alat digital cek Hb
- h) Tunggu beberapa saat sampai muncul angka yang menunjukkan kadar hb atau nilai status anemia.

2. Data Sekunder

Data gambaran umum lokasi penelitian dan gambaran umum populasi remaja .

E. Pengolahan dan Analisis Data

1. Pengolahan Data

Dimulai dari penyuntingan, pengkodean, entri data, dan tabulasi, semua data diproses oleh komputer melalui beberapa langkah proses. Berikut rincian yang relevan:

a. Data Jenis Makanan

Data jenis makanan diperoleh dari hasil wawancara food recall 24 jam kemudian di entry ke program SPSS

b. Data Jumlah Zat Gizi yang Dikonsumsi

Data jumlah zat gizi yang dikonsumsi diperoleh dari metode food recall 24 jam dan di entry ke dalam program SPSS

c. Data status anemia

Di peroleh dari kadar hb normal > 12 mg/dl dan kadar Hb anemia < 12 mg/dl. Dientry kedalam program SPSS.

2. Analisis Data

a) Analisis Univariat

Analisis univariat digunakan untuk mengidentifikasi masing – masing variabel, baik variabel independent yaitu pola makan dan variabel dependent yaitu status anemia. Analisis univariat yang digunakan pada penelitian ini adalah distribusi frekuensi yang bertujuan untuk menggambarkan karakteristik setiap variabel penelitian.

b) Analisis Bivariat

Melalui uji chi-square yang didasarkan pada persyaratan nilai p, analisis ini digunakan untuk membuktikan hipotesis dalam penelitian ini, yaitu untuk mengetahui hubungan antara pola makan dengan status anemia gizi pada remaja putri di SMP Nasrani 5 Medan. Hubungan yang cukup berarti antar variabel ditunjukkan dengan penerimaan H_a pada nilai $p < 0,005$ dan penolakan H_a pada nilai $p > 0,005$ yang berarti tidak ada hubungan antara kedua variabel.