

BAB III

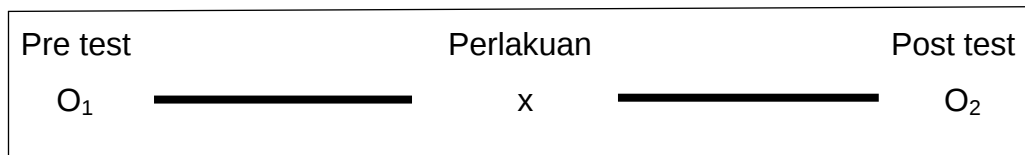
METODE PENELITIAN

A. Lokasi Dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan di SMP Negeri 1 Lubuk Pakam. Penelitian dilakukan mulai bulan Juli 2022 sampai bulan Juni 2023. Pengumpulan data dilaksanakan pada tanggal 31 Mei sampai 6 Juni 2023.

B. Jenis dan Rancangan Penelitian

Penelitian ini menggunakan rancangan yang biasa disebut sebagai *One Group Before After Intervention Design* atau *One Group Pre and Post Test design* yang merupakan bagian dari rancangan eksperimental semu. Desain *one group pre-post test* dapat digambarkan pada bagan berikut :



Keterangan :

O₁ = Pengukuran pertama (*pre test*) sebelum diberi intervensi

x = Intervensi berupa penyuluhan gizi dengan media animasi

O₂ = Pengukuran kedua (*post test*) setelah diberi intervensi

C. Populasi dan Sampel Penelitian

1. Populasi

Populasi adalah keseluruhan objek penelitian atau objek yang akan diteliti. Populasi dalam penelitian ini adalah semua siswa siswi kelas VIII di SMP Negeri 1 Lubuk Pakam yang berjumlah 319 orang

2. Sampel

Sampel merupakan bagian dari populasi yang diharapkan mampu mewakili populasi dalam penelitian secara representatif (Vina, 2018). Penentuan jumlah sampel pada penelitian ini menggunakan rumus slovin dengan tingkat kesalahan 10-20% sebagai berikut:

$$n = \frac{N}{1 + N (e)^2}$$

Keterangan :

n = Ukuran sampel/jumlah responden

N = Jumlah populasi

e = Presentasi kelonggaran ketelitian kesalahan pengambilan sampel yang masih bisa ditolerir, dengan rentang sampel yang dapat diambil dari teknik slovin adalah antara 10-20% dari hasil penelitian.

$$\begin{aligned}n &= \frac{319}{1 + 319 (0,15)^2} \\&= \frac{319}{8,17} \\&= 39,04 \text{ orang (dibulatkan menjadi 39 orang)} \\&= 39 \text{ orang}\end{aligned}$$

Berdasarkan hasil perhitungan, jumlah sampel adalah 39 orang. Dengan kriteria inklusi dan eksklusi sebagai berikut.

Kriteria inklusi:

1. Siswa siswi yang sedang duduk di bangku kelas VIII SMP Negeri 1 Lubuk Pakam pada tahun ajaran 2022/2023
2. Bersedia untuk diwawancarai dan bersedia diukur BB dan TB nya
3. Siswa siswi obesitas dengan IMT $>23 \text{ kg/m}^2$
4. Siswa siswi yang bersedia berpartisipasi aktif dalam seluruh kegiatan penyuluhan

Kriteria eksklusi:

1. Siswa siswi yang tidak sedang duduk di bangku kelas VIII SMP Negeri 1 Lubuk Pakam pada tahun ajaran 2022/2023
2. Tidak bersedia untuk diwawancarai dan diukur BB dan TB nya
3. Siswa siswi dengan IMT $<23 \text{ kg/m}^2$
4. Siswa siswi yang tidak bersedia berpartisipasi aktif dalam seluruh kegiatan penyuluhan

5. Tahap Pemberian Intervensi

Menurut Teori Vaus dalam (Blanchard, A 2019) pemberian jarak antara pretest dan intervensi sebaiknya tidak terlalu lama. Hal ini dilakukan untuk meminimalisasi adanya pengaruh dari luar sebelum intervensi dalam penelitian ini dilakukan pre test dilakukan pada hari pertama, kemudian diberikan intervensi dengan jeda waktu 3 hari, kemudian diberikan post test dengan jeda waktu 3 hari pula.

Tahapan penyuluhan ini dilakukan dengan langkah-langkah sebagai berikut:

1. Tahap Pra-intervensi

Tahap ini dimulai pada bulan Juni 2022, dimana peneliti melakukan observasi di SMP Negeri 1 Lubuk Pakam. Dimulai dari mengamati siswa/i dan lingkungan sekolah. Pada kunjungan berikutnya peneliti mengumpulkan remaja dan melakukan pengukuran berat badan dan tinggi badan. Peneliti mengidentifikasi beberapa permasalahan yang ada di sekolah. Sebagian siswa/siswi mengalami gizi kurang, overweight dan obesitas. Diketahui bahwa siswa/i yang memiliki berat badan lebih ini banyak mengonsumsi makanan cepat saji atau *junk food*. Dari hasil pengamatan tersebut peneliti tertarik memberikan penyuluhan gizi tentang junk food untuk menambah pengetahuan remaja di SMP Negeri 1 Lubuk Pakam melalui media video animasi.

2. Tahap Desain Video Animasi

Setelah melakukan observasi disekolah, peneliti mendesain Video Animasi. Desain dimulai dari menentukan tema, menyusun materi video animasi atau dialog video animasi, memilih karakter atau aktor yang akan memerankan video animasi dan menyesuaikan suara dari semua aktor yang berperan. Berikutnya mendesain video animasi sesuai dengan tema yang sudah ditentukan.

3. Tahap Pengumpulan Data Awal

Peneliti mengumpulkan sampel di ruangan aula, diberikan lembar pernyataan ketersediaan sebagai sampel, kemudian mengisi kuesioner pre test pengetahuan dan kebiasaan konsumsi makanan

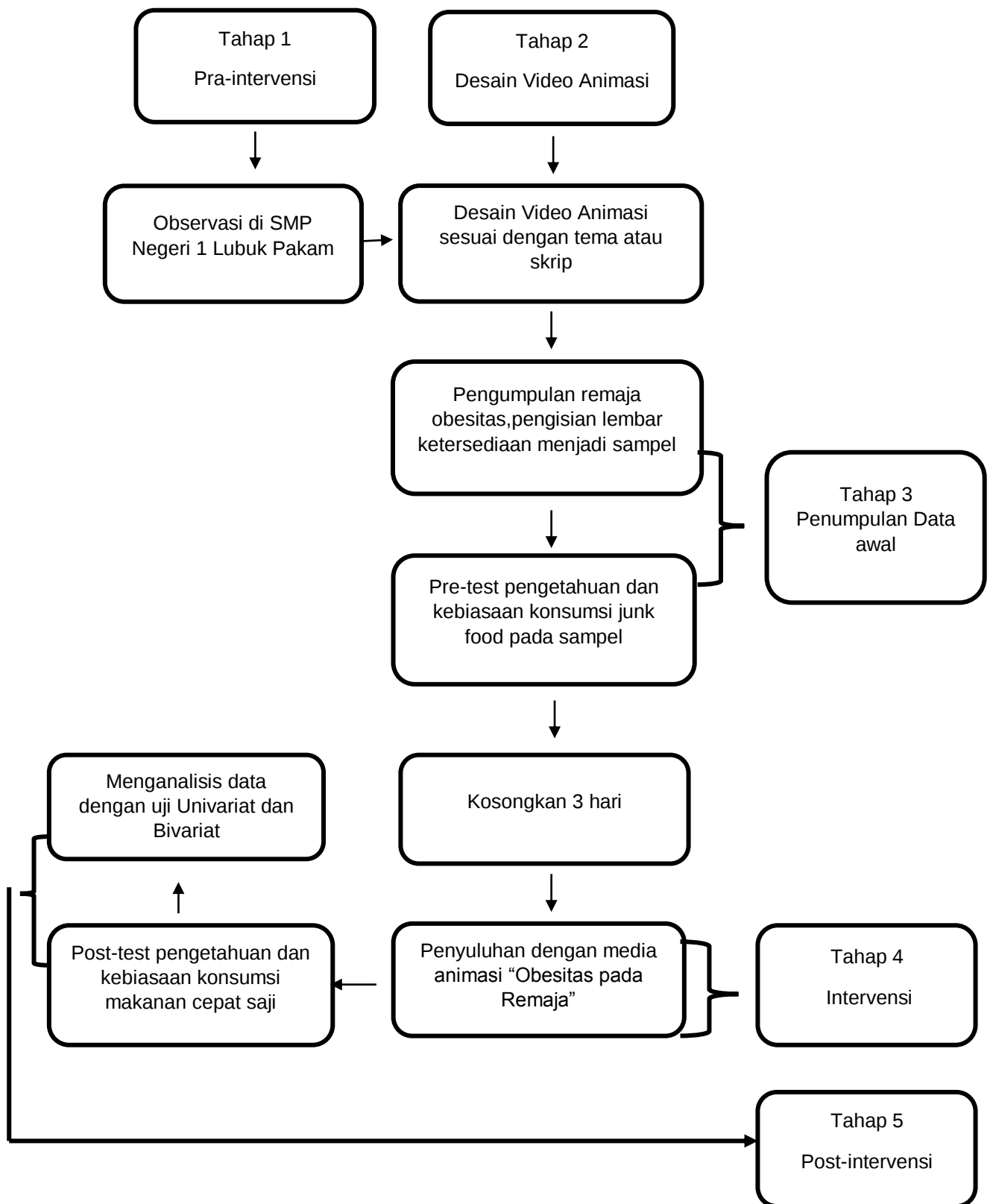
cepat saji. Setelah itu peneliti menjelaskan gambaran penyuluhan yang akan diberikan pada 3 hari berikutnya.

4. Tahap Pelaksanaan Intervensi

Pada tahap ini, sampel mendapatkan penyuluhan tentang obesitas dan *junk food* dengan cara menonton video animasi dengan tema “Obesitas Pada Remaja” yang diperankan oleh 7 pemain berdurasi 15 menit. Adapun inti cerita didalam video animasi tersebut adalah menceritakan tentang seorang remaja yang obesitas dibully oleh teman sekolahnya. Remaja obesitas tersebut seringkali mengkonsumsi junk food berlebihan namun aktivitas fisiknya rendah. Pada pertengahan cerita remaja obesitas tersebut mendapatkan konseling gizi yang memberikan solusi kepada remaja tersebut yang menjelaskan pengertian obesitas, penyebab obesitas, gejala obesitas, akibat serta pencegahan obesitas. Akhir cerita video animasi ini remaja obesitas tersebut berhasil menurunkan berat badan nya serta rajin berolahraga dan menjaga pola makannya sesuai anjuran dari konselor gizi yang ia datangi. Penyuluhan gizi ini dilakukan 3 kali pertemuan dengan jarak 3 hari dengan waktu 45 menit setiap kali pertemuan dengan materi yang sama untuk tujuan dapat meningkatkan pemahaman atau pengetahuan remaja obesitas tentang *junk food*.

5. Tahap Post Intervensi

Setelah sampel selesai menonton video animasi “Obesitas pada Remaja”, sampel diberikan post-test dimana sampel mengisi kuesioner pengetahuan dan kebiasaan konsumsi makanan cepat saji yang sama pada saat diberikan di waktu pre-test. Lebih jelas dapat dilihat pada gambar berikut.



Gambar 3. Tahap Pemberian Intervensi

Jenis dan Cara Pengumpulan Data

a. Data Primer

Data primer merupakan data yang dikumpulkan secara langsung oleh peneliti, yang terdiri dari:

1. Data identitas responden (diperoleh dengan pengisian kuesioner) meliputi nama, tanggal lahir, jenis kelamin, umur, alamat tempat tinggal yang diperoleh dari hasil wawancara.
2. Data pengetahuan (diperoleh dengan pembagian dan pengisian kuesioner) sebelum dan sesudah pemberian intervensi.
3. Data konsumsi makanan cepat saji (diperoleh dengan pengisian dan pembagian kuesioner) sebelum dan sesudah pemberian intervensi.

b. Data Sekunder

Data sekunder adalah data yang diperoleh dari SMP Negeri 1 Lubuk Pakam berupa data jumlah siswa/siswi kelas VIII yang obesitas dan gambaran umum lokasi penelitian.

D. Pengolahan dan Analisis Data

1. Pengolahan Data

a. Data Identitas Sampel

Data identitas sampel yang sudah dikumpulkan diolah secara manual menggunakan program computer dengan tahapan sebagai berikut :

- 1) Memeriksa kelengkapan data.
- 2) Memberikan kode yang sesuai dengan karakteristik data identitas.
- 3) Mengentri data ke dalam program computer.
- 4) Data seperti umur, kelas, ditabulasi sesuai kategorinya.

b. Data Pengetahuan

- 1) Kuesioner pengetahuan yang telah dikumpulkan diperiksa kelengkapan datanya.
- 2) Kuesioner terdiri dari 15 pertanyaan, pertanyaan diberikan 4 Option dengan skor jawaban benar diberi nilai 1 dan jawaban salah diberi nilai 0
- 3) Hasil kuesioner dianalisis dengan cara menjumlahkan skor yang telah didapatkan dari masing-masing pertanyaan, jawaban benar diberi nilai 1 dan salah diberi nilai 0
- 4) Jumlahkan total skor yang telah didapatkan sebelum dan sesudah penyuluhan gizi

c. Data konsumsi makanan cepat saji

- 1) Kuesioner terdiri dari 20 jenis makanan cepat saji, pada setiap kolom diberi option atau pilihan frekuensi konsumsi makanan cepat saji yaitu > 3 kali/hari, 1 kali/hari, 3-6 kali/hari, 1-2 kali/minggu, 2 kali sebulan, dan tidak pernah
- 2) Pada setiap option yang ada diberi skor yang berbeda yakni 50 untuk pilihan >3 kali/hari, 25 untuk pilihan 1 kali/hari, 15 untuk pilihan 3-6 kali/ minggu, 10 untuk pilihan 1-2 kali/minggu, 5 untuk pilihan 2 kali sebulan dan 0 untuk pilihan tidak pernah
- 3) Setelah selesai, hitung rata-rata frekuensi kebiasaan konsumsi sebelum dan sesudah dilakukan penyuluhan gizi

2. Analisis Data

1. Analisis Univariat

Analisis univariat, untuk menggambarkan masing-masing variabel yaitu, data pengetahuan remaja tentang obesitas dan kebiasaan konsumsi makanan cepat saji yang disajikan dalam distribusi frekuensi dan dianalisis berdasarkan persentase.

2. Analisis Bivariat

Untuk mengetahui pengaruh penyuluhan gizi dengan media animasi tentang obesitas terhadap pengetahuan dan kebiasaan konsumsi makanan cepat saji pada remaja obesitas kelas VIII di SMP Negeri 1 Lubuk Pakam dilakukan analisa dengan menggunakan uji T-dependent. Hasil dari uji statistik ini yaitu nilai rata-rata dan standar deviasi sebelum dan sesudah intervensi serta nilai p value <0,05 maka H_0 ditolak, artinya ada ada pengaruh penyuluhan gizi dengan media animasi terhadap pengetahuan dan kebiasaan konsumsi makanan cepat saji pada remaja obesitas kelas VIII di SMP Negeri 1 Lubuk Pakam. Uji statistik yang digunakan apabila tidak berdistribusi normal adalah uji Wilcoxon, jika nilai $p < 0,05$ maka H_0 ditolak, artinya ada ada pengaruh penyuluhan gizi dengan media animasi terhadap pengetahuan dan kebiasaan konsumsi makanan cepat saji pada remaja obesitas kelas VIII di SMP Negeri 1 Lubuk Pakam.