BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Penelitian ini bersifat kuantitatif dan menggunakan metodologi pretest-posttest satu kelompok dengan desain kuasi-eksperimental. Desain ini, dilakukan pengukuran sebelum dan sesudah diberikan perlakuan (intervensi edukasi gizi menggunakan media flash card) terhadap kelompok yang sama, tanpa kelompok kontrol.



Gambar 5. Bentuk Rancangan One Group Pre test – Post test Design

B. Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian akan dilaksanakan di Kelurahan Tualang Kecamatan Perbaungan. menggunakan pemantauan data atau survei awal tentang 2 9 Juni 2025 dan penelitian dilakukan pada 06-20 Februari 2026

C. Populasi Dan Sampel

1. Populasi

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu penderita obesitas yang berdomisili di Kelurahan Tualang yang berjumlah 52 orang.

2. Sampel

Ada 34 sampel dalam studi ini. Metode yang digunakan adalah purposive sampling, artinya setiap anggota populasi yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi dipilih sebagai sampel.

$$n = \frac{N}{1+Ne^2} = \frac{52}{1+52(10\%)^2} = \frac{52}{1+0,52} = 34,21$$

Jadi, dibulatkan menjadi 34.

Keterangan :

n = jumlah sampel

N = jumlah populasi

e = persentase kelonggaran ketelitian kesalahan pengambilan sampel yang bisa ditolerir 0,1.

Kriteria Inklusi :

a. Ibu-ibu di Kelurahan Tualang, Kecamatan Perbaungan.
b. Ibu-ibu yang mengalami obesitas berdasarkan indeks massa tubuh mereka (BMI > 25 kg/m2)
c. Ibu yang berusia 20 hingga 49 tahun
d. Bersedia mengikuti kegiatan edukasi gizi dan mengisi kuesioner pre-test dan post-tes.

Kriteria Eksklusi :

a. Seorang ibu yang tidak bisa ikut acara pendidikan
b. Ibu yang memiliki gangguan pendengaran atau gangguan pemahaman yang menghambat proses edukasi.

D. Tahap Pemberian Intervensi

Sebelum melakukan pemberian edukasi di Kelurahan Tualang Kecamatan Perbaungan, peneliti terlebih dahulu mengurus izin untuk melakukan penelitian di Kelurahan tersebut.

Persiapan pemberian edukasi gizi Ini melibatkan pembuatan media, khususnya kartu flash yang memberikan informasi tentang materi pelajaran dalam bentuk frasa, gambar, atau kombinasi keduanya. Selanjutnya, dibuat survei mengenai pandangan dan keahlian ibu-ibu terkait pasien obesitas. Materi konseling ini menjadi dasar untuk membuat kuesioner.

Selanjutnya adalah pembuatan satuan acara konseling (SAP), yang berfungsi sebagai panduan dalam memberikan konseling. Bagaimana SAP berjalan tergantung pada berapa banyak pertemuan yang diadakan dan apa yang dibahas di setiap pertemuan disiapkan. SAP mencakup tujuan konseling, urutan kegiatan dalam konseling, waktu dan durasi setiap pertemuan, serta judul atau topik materi yang akan diberikan.

Pelaksanaan :

a. Pemilihan Sampel

Sebelum memberikan edukasi gizi, peneliti melakukan pemilihan sampel sesuai dengan kriteria sampel yang dibutuhkan dari populasi yang ada.

b. Pre test

Sebelum diberikan intervensi, responden diminta mengisi kuesioner pengetahuan dan sikap mengenai obesitas sebagai data awal (pre-test).

c. Intervensi

Intervensi dilakukan melalui edukasi gizi menggunakan media flash card sebanyak 3 kali pertemuan selama 30 sampai 45 menit setiap kali, seminggu sekali. Materi yang diberikan meliputi pengertian obesitas, penyebab obesitas, dampak obesitas, prinsip gizi seimbang, pola makan sehat, pentingnya aktivitas fisik, dan perubahan perilaku hidup sehat. Selama proses edukasi, peneliti menggunakan media flash card sebagai alat bantu penyampaian materi agar responden lebih mudah memahami informasi yang diberikan.

d. Post-test

Para responden diundang untuk mengisi kuesioner pengetahuan dan sikap yang sama sekali lagi setelah menyelesaikan rangkaian pendidikan lengkap untuk melihat apakah ada perubahan dalam pengetahuan dan sikap mereka setelah intervensi.

E. Jenis Dan Cara Pengumpulan Data

1. Jenis Data

a. Data Primer

Data primer adalah informasi yang dikumpulkan langsung dari responden melalui pengukuran antropometri dan pengisian kuesioner. Ciri-ciri, sikap, dan pengetahuan responden tentang obesitas adalah contoh data primer. Sebuah kuesioner dengan lima belas pertanyaan digunakan untuk mengumpulkan informasi tentang pengetahuan dan sikap. Responden diberikan kuesioner baik sebelum maupun setelah intervensi (pre-test dan post-test) untuk melihat apakah pengetahuan dan sikap mereka telah berubah setelah menerima instruksi nutrisi melalui media kartu flash card.

b. Data Sekunder

Data sekunder diperoleh dari Kelurahan Tualang, yang mencakup gambaran umum wilayah, jumlah ibu dengan status obesitas, serta data pendukung lain yang relevan dengan pelaksanaan intervensi.

2. Cara Pengumpulan Data

a. Data Karakteristik Responden

Data Dengan mengisi formulir identitas responden, karakteristik responden dikumpulkan dan pengukuran antropometri yang dilakukan oleh peneliti. Data yang dikumpulkan meliputi umur, pendidikan, pekerjaan, berat badan, dan tinggi badan.

b. Data Pengetahuan

Data pengetahuan diperoleh menggunakan kuesioner pengetahuan tentang obesitas yang terdiri dari 15 pertanyaan. Kuesioner diisi secara langsung oleh responden sebelum pemberian edukasi gizi (pre-test) dan setelah selesainya seluruh program pendidikan (post-test). Informasi yang diperoleh digunakan untuk menilai perubahan tingkat pengetahuan responden setelah diberikan edukasi gizi menggunakan media flash card.

b. Data Sikap

Data sikap diperoleh menggunakan kuesioner sikap tentang obesitas yang terdiri dari 15 pernyataan. Kuesioner diisi secara langsung oleh responden sebelum pemberian edukasi gizi (pre-test) dan setelah seluruh rangkaian edukasi selesai dilaksanakan (post-test). Data yang diperoleh digunakan untuk menilai perubahan sikap responden setelah diberikan edukasi gizi menggunakan media flash card.

F. Instrumen Penelitian

Pengetahuan dan sikap para ibu yang mengalami obesitas diukur dalam penelitian ini menggunakan kuesioner. Survei yang digunakan diadaptasi dari instrumen penelitian yang telah digunakan pada penelitian sebelumnya dan disesuaikan dengan kebutuhan penelitian ini.

a. Pemahaman

1. Kelengkapan data dari kuesioner yang diberikan diperiksa.
2. Setiap dari 15 pertanyaan pada kuesioner diberi skor 0 untuk jawaban yang salah dan 1 untuk yang benar.
3. Selanjutnya seluruh jawaban benar di jumlahkan untuk mendapatkan total skor.
4. Skor kemudian dihitung dalam bentuk persentase dengan rumus :

$$Persentase = \frac{Jumlah\ Nilai\ yang\ Benar}{Jumlah\ Soal} \times 100\ \%$$

Berdasrkan skor yang di peroleh tersebut, maka kriteria pengukuran pengetahuan menurut Miratunnisa (2023) adalah sebagai berikut.

a. Baik : hasil persentase 76-100%
b. Cukup : hasil persentase 56-75%
c. Kurang : hasil persentase < 56%

b. Sikap

1. Ada lima belas pertanyaan di kuesioner, dan pernyataan positif mendapat skor 1 untuk setuju dan 0 untuk tidak setuju.
2. Sebaliknya, pernyataan negatif mendapat skor 0 untuk setuju dan 1 untuk tidak setuju.
3. Metode ini kemudian digunakan untuk menentukan skor dalam bentuk persentase :

$$Persentase = \frac{Jumlah\ Nilai\ yang\ Benar}{Jumlah\ Soal} \times 100\ \%$$

a. Baik : hasil persentase 76-100%
b. Cukup : hasil persentase 56-75%
c. Kurang : hasil persentase < 56%

G. Analisis Data

1. Analisis Univariat

Analisis univariat bertujuan untuk menjelaskan Usia, pendidikan, pekerjaan, tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah intervensi, dan tingkat sikap sebelum dan sesudah intervensi hanyalah beberapa variabel yang ingin dijelaskan atau digambarkan oleh analisis univariat. Informasi ini ditampilkan dalam bentuk rata-rata, persentase, dan tabel distribusi frekuensi.

2. Analisis Bivariat

Analisis bivariat dilakukan untuk mengetahui pengaruh edukasi gizi menggunakan media flash card terhadap pengetahuan dan sikap penderita obesitas pada ibu di Kelurahan Tualang Kecamatan Perbaungan. Analisis ini dilakukan dengan membandingkan skor pengetahuan dan sikap responden sebelum (pretest) dan sesudah (postest) diberikan edukasi gizi menggunakan media flash card.

Tes Shapiro-Wilk digunakan untuk melakukan uji normalitas data sebelum melakukan uji hipotesis. Uji-t Sampel Berpasangan digunakan dalam analisis jika data terdistribusi secara normal (p-value > 0,05). Namun, jika data tidak terdistribusi normal (p-value < 0,05), maka yang digunakan dalam penelitian adalah Uji Wilcoxon Signed Rank. Pengambilan keputusan didasarkan pada tingkat kepercayaan 95% ($\alpha = 0,05$), dengan ketentuan :

1. Jika nilai $p \leq 0,05$, maka Ho ditolak dan Ha diterima, yang berarti terdapat pengaruh edukasi gizi menggunakan media flash card terhadap pengetahuan dan sikap penderita obesitas pada ibu di Kelurahan Tualang Kecamatan Perbaungan.
2. Jika nilai $p > 0,05$, maka Ho diterima dan Ha ditolak, yang berarti tidak terdapat pengaruh edukasi gizi menggunakan media flash card terhadap pengetahuan dan sikap penderita obesitas pada ibu di Kelurahan Tualang Kecamatan Perbaungan.