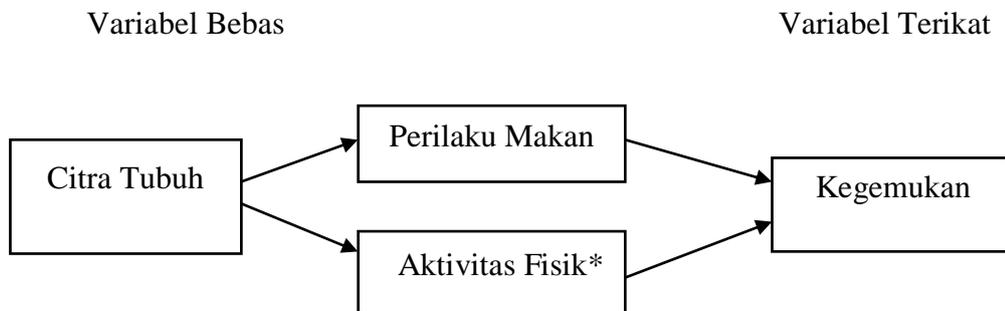


### BAB III

#### METODE PENELITIAN

##### A. Kerangka Konsep



Gambar 3. 1 Kerangka Konsep

Keterangan :

1. \*Variabel yang tidak diteliti.

##### B. Hipotesis

1.  $H_a$  : Ada hubungan antara perilaku makan dengan kejadian kegemukan remaja putri siswi SMA Negeri 1 Kedungreja Kabupaten Cilacap tahun 2022.

$H_0$  : Tidak ada hubungan antara perilaku makan dengan kejadian kegemukan remaja putri siswi SMA Negeri 1 Kedungreja Kabupaten Cilacap tahun 2022.

2.  $H_a$  : Ada hubungan antara citra tubuh dengan kejadian kegemukan remaja putri siswi SMA Negeri 1 Kedungreja Kabupaten Cilacap tahun 2022.

$H_0$  : Tidak ada hubungan antara citra tubuh dengan kejadian kegemukan remaja putri siswi SMA Negeri 1 Kedungreja Kabupaten Cilacap tahun 2022.

## C. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional

### 1. Variabel Penelitian

#### a. Variabel Bebas

Variabel bebas dalam penelitian ini adalah perilaku makan dan citra tubuh.

#### b. Variabel Terikat

Variabel terikat dalam penelitian ini adalah kegemukan.

### 2. Definisi Operasional

Tabel 3. 1  
Definisi Operasional

No.	Variabel	Definisi	Alat Ukur	Hasil Ukur	Skala Data
1.	Kegemukan	Akumulasi lemak berlebihan yang dinyatakan dengan nilai <i>z-score</i> IMT/U	1) Timbangan injak digital merek Lunalife dengan ketelitian 0,1 kg. 2) <i>Microtoise</i> merek General Care dengan ketelitian 0,1 cm	1) Gemuk $> +1$ SD 2) Tidak gemuk $\leq +1$ SD	Nominal
2.	Perilaku Makan	Perilaku memilih dan mengonsumsi makanan untuk memenuhi kebutuhan asupan zat gizi.	Kuesioner <i>Adolescent Food Habits Checklist</i> (AFHC) yang berisi 23 pertanyaan dengan skor maksimal 23 dan skor minimal 0.	1) Perilaku makan baik (nilai $\geq$ <i>mean</i> ) 2) Perilaku makan tidak baik (nilai $<$ <i>mean</i> )	Nominal

No.	Variabel	Definisi	Alat Ukur	Hasil Ukur	Skala Data
3.	Citra Tubuh	Persepsi terhadap bentuk tubuh.	Kuesioner <i>Body Shape Questionnaire</i> (BSQ) yang berisi 16 pertanyaan dengan skor maksimal 96 dan skor minimal 16.	1) Citra tubuh positif jika skor <38 2) Citra tubuh negatif jika skor $\geq$ 38	Nominal

#### D. Desain Penelitian

Penelitian yang dilakukan merupakan penelitian observasional analitik dengan rancangan *cross sectional*. Rancangan *cross sectional* merupakan rancangan penelitian yang mempelajari hubungan paparan dan penyakit secara bersamaan dari kumpulan populasi tunggal pada satu waktu atau periode (Rachmat, 2016). Pada penelitian ini pengumpulan data variabel bebas dan terikat yang dilakukan dalam waktu yang bersamaan.

#### E. Populasi dan Sampel

##### 1. Populasi

Populasi adalah keseluruhan objek penelitian yang karakteristiknya mungkin diteliti (Rachmat, 2016). Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswi kelas 10, 11 dan 12 SMA Negeri 1 Kedungreja yang berjumlah 608 siswi yang disajikan pada Tabel 3.2.

Tabel 3. 2  
Populasi Penelitian

No.	Kelas	Populasi
1.	Kelas X 1	26 Siswi
2.	Kelas X 2	28 Siswi
3.	Kelas X 3	24 Siswi
4.	Kelas X 4	25 Siswi
5.	Kelas X 5	26 Siswi
6.	Kelas X 6	28 Siswi
7.	Kelas X 7	24 Siswi
8.	Kelas X 8	26 Siswi
9.	Kelas X 9	28 Siswi
10.	Kelas XI MIPA 1	26 Siswi
11.	Kelas XI MIPA 2	24 Siswi
12.	Kelas XI MIPA 3	23 Siswi
13.	Kelas XI MIPA 4	24 Siswi
14.	Kelas XI MIPA 5	25 Siswi
15.	Kelas XI IPS 1	22 Siswi
16.	Kelas XI IPS 2	24 Siswi
17.	Kelas XI IPS 3	22 Siswi
18.	Kelas XII MIPA 1	25 Siswi
19.	Kelas XII MIPA 2	24 Siswi
20.	Kelas XII MIPA 3	25 Siswi
21.	Kelas XII MIPA 4	25 Siswi
22.	Kelas XII MIPA 5	27 Siswi
23.	Kelas XII IPS 1	20 Siswi
24.	Kelas XII IPS 2	19 Siswi
25.	Kelas XII IPS 3	18 Siswi
Jumlah		608 Siswi

## 2. Sampel

### a. Jumlah Sampel

Jumlah sampel dalam penelitian ini dihitung dengan menggunakan rumus Lemeshow yaitu :

$$n = \frac{(Z_{1-\alpha/2})^2 PqN}{d^2(N-1) + (Z_{1-\alpha/2})^2 Pq}$$

Keterangan :

- P : Proporsi subyek yang sakit dari penelitian sebelumnya.  
 Peneliti menggunakan data dari penelitian Agustini, et.al., (2021) yang memiliki perilaku makan tidak baik dan mengalami gangguan gizi 17,2%.
- q :  $1 - P = 1 - 0,17 = 0,83$
- d : Tingkat presisi yang digunakan  $5\% = 0,05$
- Z : Tingkat kepercayaan sebesar  $95\% = 1,96$
- n : Banyaknya sampel
- N : Banyaknya populasi

Besar sampel penelitian yaitu :

$$n = \frac{(Z_{1-\alpha/2})^2 PqN}{d^2(N-1) + (Z_{1-\alpha/2})^2 Pq}$$

$$n = \frac{(1,96)^2 \times 0,17 \times 0,83 \times 608}{(0,05)^2 \times (608-1) + (1,96)^2 \times 0,17 \times 0,83}$$

$$n = \frac{329,57}{2,06} = 160,02 \longrightarrow \text{dibulatkan menjadi 161 sampel}$$

b. Cara Pengambilan Sampel

Cara pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan *proportionate random sampling*. Jumlah sampel masing-masing kelas dihitung dengan menggunakan rumus yaitu :

$$n_i = \frac{N_i}{N} \times n$$

Keterangan :

- $n_i$  : Jumlah sampel di setiap kelas
- n : Total sampel penelitian
- $N_i$  : Jumlah populasi masing-masing kelas
- N : Total populasi penelitian

Tabel 3. 3  
Jumlah Sampel

No.	Kelas	Sampel
1	Kelas X 1	7
2	Kelas X 2	7
3	Kelas X 3	6
4	Kelas X 4	7
5	Kelas X 5	7
6	Kelas X 6	7
7	Kelas X 7	6
8	Kelas X 8	7
9	Kelas X 9	7
10	Kelas XI MIPA 1	7
11	Kelas XI MIPA 2	6
12	Kelas XI MIPA 3	6
13	Kelas XI MIPA 4	6
14	Kelas XI MIPA 5	7
15	Kelas XI IPS 1	6
16	Kelas XI IPS 2	6
17	Kelas XI IPS 3	6
18	Kelas XII MIPA 1	7
19	Kelas XII MIPA 2	6
20	Kelas XII MIPA 3	7
21	Kelas XII MIPA 4	7
22	Kelas XII MIPA 5	7
23	Kelas XII IPS 1	6
24	Kelas XII IPS 2	5
25	Kelas XII IPS 3	5
Jumlah		161

c. Kriteria Inklusi dan Eksklusi

1) Kriteria Inklusi

- a) Responden remaja putri berusia 15-18 tahun.
- b) Responden tidak sedang menjalani diet tertentu.
- c) Responden tidak memiliki penyakit infeksi kronis.

2) Kriteria Eksklusi

- a) Tidak hadir saat penelitian

**F. Instrumen Penelitian**

**1. Timbangan Digital**

Timbangan digital digunakan untuk mengukur berat badan. Timbangan yang digunakan merek Lunalife memiliki ketelitian 0,1 kg.

**2. *Microtoise***

*Microtoise* digunakan untuk mengukur tinggi badan. *Microtoise* yang digunakan merek General Care memiliki ketelitian 0,1 cm.

**3. *Adolescent Food Habits Checklist (AFHC)***

Instrumen *Adolescent Food Habits Checklist (AFHC)* merupakan kuesioner yang dikembangkan oleh Johnson, et.al (2002) untuk mengukur kebiasaan makan sehat khusus pada kalangan remaja. AFHC mengacu pada situasi remaja yang cenderung memiliki kontrol pribadi dalam pemilihan makanan. Perilaku makan baik dalam penelitian ini yaitu perilaku seseorang terhadap makan dan makanan dengan memilih membatasi makanan tinggi lemak dan gula, meningkatkan konsumsi buah dan sayur, serta menerapkan pola makan sehat. AFHC memiliki 23 pertanyaan dengan pilihan jawaban ya, tidak, dan tidak berlaku. Jawaban yang terdapat pada kuesioner AFHC terdiri dari respon perilaku makan baik, tidak baik dan tidak berlaku.

a. Respon perilaku makan baik

Responden akan menerima skor 1 poin yaitu jika memilih jawaban tidak pada nomor 3, 8, 14, 18, 21 dan ya pada sisa pertanyaan dalam kuesioner.

b. Respon perilaku makan tidak baik

Responden akan menerima skor 0 poin jika memilih jawaban kebalikan dari respon kebiasaan makan sehat.

c. Pernyataan tidak berlaku pada saya

Kuesioner memiliki tambahan jawaban tidak berlaku pada saya terdapat pada pertanyaan nomor 1, 6, 7, 11, 17, 18, 19, 29, 21.

Skor akhir harus disesuaikan dengan respon yang menyatakan tidak berlaku pada saya dan pernyataan yang tidak diisi dengan menggunakan rumus skor AFHC. Setelah skor diperoleh dilakukan pengkategorian perilaku makan menjadi baik  $\geq mean$  dan tidak baik  $< mean$  (Johnson, et.al., 2002). Rumus skor AFHC yaitu :

$$\text{Skor AFHC} = \text{Jumlah respon baik} \times \frac{23}{\text{jumlah item yang diselesaikan}}$$

#### 4. *Body Shape Questionnaire (BSQ)*

Instrumen *Body Shape Questionnaire (BSQ)* digunakan untuk mengukur citra tubuh. Penelitian ini menggunakan kuesioner *BSQ short version* yang terdiri dari 16 butir pertanyaan yang sudah diterjemahkan ke dalam bahasa Indonesia. Hasil penelitian Hastuti (2013) pada sampel

penelitian dengan kuesioner BSQ dengan 16 butir pertanyaan valid dan memiliki nilai reliabilitas yang tinggi.

Instrumen BSQ menggunakan skala 1 sampai 6 untuk menunjukkan tingkat kepuasan bentuk tubuh yang dimiliki. Skala tersebut terdiri dari: (1) Tidak Pernah, (2) Jarang, (3) Kadang-kadang, (4) Sering, (5) Sering sekali, dan (6) Selalu. Skor akhir diperoleh dari penjumlahan keseluruhan item pertanyaan dengan rentang skor 16-96. Hasil skor yang diperoleh diklasifikasikan menjadi 4 yaitu :

- a. Citra tubuh positif yaitu  $< 38$
- b. Citra tubuh negatif ringan yaitu 38 sampai 51
- c. Citra tubuh negatif sedang yaitu 52 sampai 66
- d. Citra tubuh negatif berat yaitu  $> 66$

Hasil skor tersebut kemudian dikategorikan ke dalam 2 kategori, yaitu citra tubuh positif  $< 38$  dan citra tubuh negatif  $\geq 38$  yang terdiri dari citra tubuh negatif ringan, sedang dan berat.

## **G. Prosedur Penelitian**

### 1. Persiapan

- a. Mengajukan *ethical clearance* kepada Komisi Etik Penelitian Kesehatan Politeknik Kesehatan Mataram dan mendapat *ethical clearance* dengan nomor LB.01.03/6/9549/2022.
- b. Mengurus surat pengantar dari Universitas Siliwangi.
- c. Mengajukan perizinan dan persetujuan pengambilan data penelitian kepada pihak SMA Negeri 1 Kedungreja.

- d. Peneliti memberikan *informed consent* kepada responden. *Informed consent* kemudian ditandatangani dan dikumpulkan kepada peneliti.

## 2. Pelaksanaan Penelitian

### a. Pengukuran Status Gizi

Pengukuran status gizi dilakukan dengan mengukur berat badan dan tinggi badan responden. Pengukuran berat badan dan tinggi badan dilakukan sebanyak satu kali oleh peneliti dan dibantu oleh dua orang mahasiswa gizi Universitas Siliwangi angkatan 2018.

Prosedur pengukuran berat badan yaitu :

- 1) Letakan timbangan digital pada permukaan lantai yang datar.
- 2) Responden diminta untuk melepas alas kaki, aksesoris dan pakaian luar yang berat seperti jaket.
- 3) Responden ditimbang secara bergantian.
- 4) Responden diminta untuk naik ke atas timbangan, dengan posisi tubuh yang tegap dan pandangan lurus ke depan.
- 5) Catat berat badan yang ada pada layar timbangan digital.

Prosedur pengukuran tinggi badan yaitu :

- 1) Pasang *microtoice* pada tembok dengan cara meletakkannya di dasar lantai yang datar, kemudian tarik ujung meteran hingga 2 meter ke atas secara vertikal sampai *microtoice* menunjukkan angka nol.
- 2) Pasang lakban pada ujung *microtoice* sebagai penguat agar posisi alat tidak bergeser.

- 3) Responden diminta untuk melepas alas kaki terlebih dahulu sebelum pengukuran. Semua responden memakai hijab.
- 4) Responden diminta untuk berdiri tepat di bawah *microtoice* dengan posisi tubuh yang tegap, pandangan lurus ke depan, kedua lengan berada di samping, posisi lutut tegak, telapak tangan menghadap ke paha (posisi siap), dan posisi kepala, punggung, bokong, betis dan tumit menempel pada tembok.
- 5) Turunkan *microtoice* hingga menyentuh kepala responden dalam posisi *microtoice* tegak lurus.
- 6) Catat hasil pengukuran tinggi badan.

b. Pengukuran Perilaku Makan

Pengukuran perilaku makan dilakukan dengan membagikan kuesioner AFHC kepada responden, kemudian peneliti memberikan penjelasan mengenai isi kuesioner. Responden diminta untuk mengisi kuesioner. Kuesioner yang telah diisi, kemudian dikumpulkan kepada peneliti.

c. Pengukuran Citra Tubuh

Pengukuran citra tubuh dilakukan dengan membagikan kuesioner BSQ kepada responden, kemudian peneliti memberikan penjelasan mengenai isi kuesioner. Responden diminta untuk mengisi kuesioner. Kuesioner yang telah diisi kemudian dikumpulkan kepada peneliti.

## H. Pengolahan dan Analisis Data

### 1. Pengolahan Data

#### a. Pemeriksaan (*Editing*)

Semua kuesioner yang telah dijawab oleh responden akan diperiksa dengan teliti, apabila terdapat kekeliruan akan segera diperbaiki sehingga tidak mengganggu pengolahan data.

#### b. Pemberian Skor (*Scoring*) dan Pengkategorian

Pemberian skor adalah memberi nilai atas jawaban yang diperoleh dari instrumen penelitian.

##### 1) Kuesioner AFHC

Skoring kuesioner AFHC dapat dilihat pada Tabel 3.4.

Tabel 3. 4  
Skoring Kuesioner AFHC

No	Jawaban	Skor
1	Respon perilaku makan baik	1
2	Respon perilaku makan tidak baik	0

Skor akhir kemudian disesuaikan dengan pertanyaan yang tidak dijawab dan pertanyaan yang tidak berlaku pada saya menggunakan rumus skor AFHC.

$$\text{Skor AFHC} = \text{Jumlah respon baik} \times \frac{23}{\text{jumlah item yang diselesaikan}}$$

Data kemudian dikategorikan menjadi perilaku makan baik dan perilaku makan tidak baik.

a) Perilaku makan tidak baik jika nilai  $< \text{mean}$ .

b) Perilaku makan baik jika nilai  $\geq \text{mean}$ .

## 2) Kuesioner BSQ

Skoring kuesioner BSQ dapat dilihat pada Tabel 3.5.

Tabel 3. 5  
Skoring Kuesioner BSQ

No	Jawaban	Skor
1	Tidak pernah	1
2	Jarang	2
3	Kadang-kadang	3
4	Sering	4
5	Sering sekali	5
6	Selalu	6

Skor akhir diperoleh dari penjumlahan skor keseluruhan item pertanyaan. Data kemudian dikategorikan menjadi citra tubuh negatif dan citra tubuh positif.

- a) Citra tubuh negatif jika memiliki skor  $\geq 38$ .
- b) Citra tubuh positif jika memiliki skor  $< 38$ .

c. Pemberian Kode (*Coding*)

Pemberian kode dilakukan dengan memberikan kode pada kategori data. Kode data ditunjukkan pada Tabel 3.6.

Tabel 3. 6  
Kode Data

No	Variabel	Kategori	Kode
1	Kegemukan	Gemuk	1
		Tidak Gemuk	2
2	Perilaku Makan	Tidak Baik	1
		Baik	2
3	Citra Tubuh	Negatif	1
		Positif	2

d. *Entering*

Memasukkan data hasil penelitian ke dalam program komputer. Program yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Statistical Program for Social Science (SPSS)* versi 25.0.

e. *Tabulating*

Data disusun dengan sedemikian rupa sehingga mudah untuk disusun dan disajikan dalam bentuk tabel.

f. *Cleaning*

Pengecekan data kembali agar tidak terjadi kesalahan. Apabila terjadi kesalahan akan dilakukan pembetulan atau koreksi.

## 2. Analisis Data

a. Analisis Univariat

Analisis univariat dilakukan untuk mengetahui gambaran distribusi dari masing-masing analisis variabel. Analisis univariat pada penelitian meliputi karakteristik usia, perilaku makan, citra tubuh dan kejadian kegemukan dengan menggunakan tabel distribusi frekuensi.

b. Analisis Bivariat

Analisis bivariat dilakukan untuk mengetahui hubungan antara perilaku makan dan citra tubuh dengan kejadian kegemukan pada remaja putri di SMA Negeri 1 Kedungreja. Analisis dilakukan dengan uji statistik menggunakan uji *chi square*. Data yang telah diperoleh akan diolah dengan menggunakan program SPSS.

Tabel 3. 7  
Uji Statistik

No	Variabel Bebas	Variabel Terikat	Uji Statistik
1	Perilaku Makan	Kegemukan	<i>Continuity correction</i>
2	Citra Tubuh		<i>Continuity correction</i>

Uji *continuity correction* dilakukan karena tabel silang adalah 2x2 dan tidak ditemukan nilai *expected* <5, signifikansi pada  $p < 0,05$ . Penelitian ini juga dilakukan perhitungan *Odds Ratio* (OR) dan 95% *Confidence Interval* (CI).