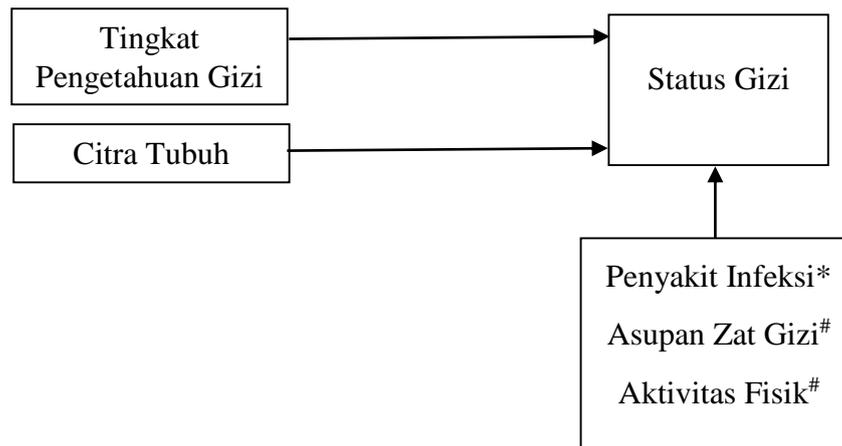


BAB III

METODE PENELITIAN

A. Kerangka Konsep



Keterangan:

1. Penyakit infeksi dikendalikan dengan cara memilih responden penelitian yang sehat*.
2. Asupan zat gizi dan aktivitas fisik dianggap homogen karena responden mukim di pesantren#.

Gambar 3.1 Kerangka Konsep

B. Hipotesis

1. Ho : Tidak ada hubungan tingkat pengetahuan gizi dengan status gizi remaja putri Pondok Pesantren Tahfidzul Qur'an Ibadurrohman Tasikmalaya tahun 2022.
Ha : Ada hubungan tingkat pengetahuan gizi dengan status gizi remaja putri Pondok Pesantren Tahfidzul Qur'an Ibadurrohman Tasikmalaya tahun 2022.

2. H_0 : Tidak ada hubungan citra tubuh dengan status gizi remaja putri Pondok Pesantren Tahfidzul Qur'an Ibadurrohman Tasikmalaya tahun 2022.

H_a : Ada hubungan citra tubuh dengan status gizi remaja putri Pondok Pesantren Tahfidzul Qur'an Ibadurrohman Tasikmalaya tahun 2022.

C. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional

1. Variabel Penelitian

Variabel bebas pada penelitian ini terdiri dari tingkat pengetahuan gizi dan citra tubuh. Variabel terikat pada penelitian yaitu status gizi remaja putri Pondok Pesantren Tahfidzul Qur'an Ibadurrohman Tasikmalaya.

2. Definisi Operasional

Definisi operasional penelitian ini dapat dilihat pada Tabel 3.1 berikut.

Tabel 3.1
Definisi Operasional

No.	Nama Variabel	Definisi Operasional	Cara Ukur	Hasil Ukur	Skala
1.	Tingkat Pengetahuan Gizi	Jenjang kemampuan kognitif yang diukur berdasarkan hasil menjawab dengan benar tes pengetahuan mengenai zat gizi makro dan mikro, gizi seimbang, konsumsi gula, garam dan lemak, konsumsi sayur dan buah.	Responden mengisi soal tes mengenai pengetahuan gizi sebanyak 20 soal dengan tipe <i>multiple choice</i> . Jika jawaban benar skor = 1, jika salah skor = 0.	Kategori 1. Kurang : skor < 12 2. Baik : skor \geq 12 (Khomsan, 2021)	Nominal

Lanjutan Tabel 3.1

No.	Nama Variabel	Definisi Operasional	Cara Ukur	Hasil Ukur	Skala
2.	Citra Tubuh	Persepsi responden mengenai gambaran tubuhnya (bentuk dan ukuran tubuhnya).	Responden mengisi kuesioner mengenai citra tubuh menggunakan <i>Body Shape Questionnaire</i> (BSQ) dengan jumlah 34 pertanyaan. Rentang skor 1 (tidak pernah) sampai dengan 6 (selalu).	Kategori 1. Negatif : skor ≥ 110 2. Positif : skor < 110 (Yusintha dan Adriyanto, 2018)	Nominal
3.	Status Gizi	Keadaan gizi yang disebabkan keseimbangan asupan zat gizi dengan kebutuhan tubuh, dan diukur berdasarkan indeks pengukuran antropometri IMT/U (<i>z-score</i>).	Melakukan Penimbangan berat badan dan pengukuran tinggi badan menggunakan timbangan digital dan <i>microtoice</i> .	Kategori 1. Malnutrisi : <i>z-score</i> < -2 SD dan <i>z-score</i> $> +1$ SD 2. Gizi baik: <i>z-score</i> -2 SD sampai dengan $+1$ SD (Kemenkes RI, 2020; Fitriani dkk, 2020)	Nominal

D. Desain Penelitian

Jenis penelitian ini yaitu studi observasional dengan pendekatan *cross sectional*. Pada penelitian ini pengumpulan data (variabel bebas dan variabel terikat) dilakukan secara serentak dalam satu waktu. Desain penelitian ini digunakan untuk mencari hubungan tingkat pengetahuan gizi dan citra tubuh dengan status gizi remaja putri.

E. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi pada penelitian ini adalah seluruh remaja putri tingkat SMA di Pondok Pesantren Tahfidzul Qur'an Ibadurrohman Tasikmalaya yang berjumlah 64 orang.

2. Sampel

Sampel pada penelitian ini yaitu remaja putri tingkat SMA di Pondok Pesantren Tahfidzul Qur'an Ibadurrohman Tasikmalaya. Responden yang menjadi sampel telah sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi yang sudah ditetapkan oleh peneliti.

Cara pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik total sampling. Teknik total sampling merupakan cara pengambilan sampel dimana semua anggota populasi penelitian menjadi sampel (Masturoh, 2018). Jumlah sampel pada penelitian ini sebanyak 63 orang remaja putri yang memenuhi kriteria inklusi. Pada penelitian ini, dari 64 orang populasi satu orang sedang tidak sehat dan tidak menandatangani lembar persetujuan responden sehingga dikeluarkan dari penelitian.

Kriteria inklusi dari penelitian ini yaitu:

- a. Remaja putri merupakan santriwati Pondok Pesantren Tahfidzul Qur'an Ibadurrohman Tasikmalaya.
- b. Remaja putri tidak dalam keadaan sakit, ataupun dalam kondisi dapat berdiri untuk diukur tinggi badan maupun ditimbang.
- c. Remaja putri mukim di pesantren.

Kriteria eksklusi adalah sebagai berikut:

- a. Tidak bersedia menjadi responden dan tidak menandatangani lembar persetujuan responden.

F. Instrumen Penelitian

Instrumen yang digunakan pada penelitian ini terdiri dari soal tes pengetahuan gizi, kuesioner identitas responden, kuesioner citra tubuh, alat pengukur antropometri berupa timbangan digital dan *microtoice*.

1. Soal Tes Pengetahuan Gizi

Soal tes pengetahuan gizi yang digunakan berupa pilihan ganda. Uji coba instrumen soal pengetahuan gizi dilakukan terhadap 30 orang remaja putri tingkat SMA Pondok Pesantren Ibnu Sina Tasikmalaya. Remaja putri Pondok Pesantren Ibnu Sina Tasikmalaya dipilih menjadi responden untuk uji coba instrumen soal pengetahuan gizi dikarenakan memiliki karakteristik yang hampir mirip dengan remaja putri Pondok Pesantren Tahfidzul Qur'an Ibadurrohman Tasikmalaya.

Hasil uji validitas soal pengetahuan gizi didapatkan bahwa dari 25 soal terdapat 20 soal yang dinyatakan valid. Hasil uji reliabilitas dari 20 soal

pengetahuan gizi didapatkan nilai *cronbach's alpha* sebesar 0,860, sehingga diartikan bahwa soal tersebut reliabel dan dapat digunakan dalam penelitian. Hasil uji validitas dan reliabilitas soal tes pengetahuan gizi dapat dilihat pada Lampiran 6. Kisi-kisi soal tes pengetahuan gizi dapat dilihat pada Tabel 3.2 berikut.

Tabel 3.2
Kisi-Kisi Soal Tes Pengetahuan Gizi

Sub Materi	Kategori dan Nomor Urut Soal					Jumlah
	C1	C2	C3	C4	C5	
Zat Gizi Makro	1, 4, 5			17, 18		5
Zat Gizi Mikro	2, 3*			19		3
Gizi Seimbang		6, 7*, 8, 10	12*, 13, 14	16	22, 24*	10
Konsumsi Gula, Garam dan Lemak			11,		21, 23, 25	4
Konsumsi Sayur dan Buah		9*	15	20		3
Jumlah						25

Keterangan : *Nomor soal yang tidak valid berjumlah 5 soal.

2. Kuesioner

Kuesioner yang digunakan pada penelitian ini terdiri dari kuesioner mengenai identitas responden penelitian serta kuesioner citra tubuh. Kuesioner citra tubuh menggunakan *Body Shape Questionnaire* (BSQ) yang dikembangkan oleh Cooper dkk (1987) dan terdiri dari 34 pertanyaan dengan rentang skor 1 (tidak pernah) sampai dengan 6 (selalu).

Hasil uji validitas *concurrent* dari BSQ-34 bahasa Indonesia yang dilakukan oleh Sitepu (2020), didapatkan nilai $r = 0,69$. Nilai *cronbach's alpha* dari BSQ-34 bahasa Indonesia sebesar 0,966, yang menunjukkan

bahwa kuesioner ini sah untuk digunakan. Hasil skor citra tubuh diinterpretasikan menjadi citra tubuh positif apabila total skor < 110 dan citra tubuh negatif apabila total skor ≥ 110 (Yusintha dan Adriyanto, 2018).

3. Alat Pengukur Antropometri

- a. Timbangan digital digunakan untuk mengukur berat badan responden. Timbangan digital yang digunakan bermerek GEA tipe EB-1622 dengan ketelitian sebesar 0,1 Kg.
- b. *Microtoice* bermerek GEA tipe SH-2A panjang 200 cm dengan ketelitian sebesar 0,1 cm digunakan untuk mengukur tinggi badan responden.

G. Prosedur Penelitian

1. Pemberian Penjelasan Sebelum Persetujuan (PSP)

Lembar Penjelasan Sebelum Persetujuan (PSP) diberikan kepada calon responden satu hari setelah peneliti mendapatkan izin penelitian dari pihak pesantren. Calon responden yang setuju dan bersedia mengikuti penelitian menandatangani lembar persetujuan.

2. Pengukuran Data Karakteristik, Tingkat Pengetahuan Gizi dan Citra Tubuh

Kuesioner terkait identitas diri, soal tes pengetahuan gizi, dan kuesioner citra tubuh dibagikan secara bersamaan kepada responden. Sebelum melakukan pengisian, peneliti menjelaskan terlebih dahulu terkait penelitian yang akan dilakukan kepada responden, dan menjelaskan cara pengisian kuesioner serta soal tes pengetahuan gizi yang telah dibagikan. Peneliti mendampingi responden selama pengisian kuesioner dan soal

pengetahuan gizi berlangsung. Responden diperbolehkan bertanya kepada peneliti apabila ada pertanyaan yang tidak dimengerti. Selama penelitian, peneliti dibantu oleh satu orang mahasiswi Gizi angkatan 2018 Universitas Siliwangi. Kuesioner dan soal tes pengetahuan gizi yang telah diisi dikumpulkan kepada peneliti.

3. Pengukuran Berat Badan

Pengukuran berat badan dilakukan setelah proses pengisian kuesioner dan soal tes pengetahuan selesai. Peneliti dibantu oleh satu orang mahasiswi Gizi angkatan 2018 Universitas Siliwangi untuk melakukan pengukuran berat badan, adapun langkah-langkah pengukuran berat badan sebagai berikut:

- a. Peneliti meletakkan timbangan digital di lantai yang datar dan rata
- b. Peneliti mempersilakan responden untuk melepas sepatu, jaket, ataupun perhiasan seperti jam tangan terlebih dahulu.
- c. Peneliti mempersilakan responden naik ke atas timbangan digital dengan posisi badan tegap dan pandangan lurus ke depan.
- d. Peneliti mencatat hasil ukur berat badan yang tertera pada layar timbangan digital, kemudian responden dipersilakan untuk turun dari timbangan dan lanjut untuk mengukur tinggi badan.
- e. Tidak dilakukan pengulangan pengukuran.

4. Pengukuran Tinggi Badan

Pengukuran tinggi badan dilakukan setelah pengukuran berat badan. Peneliti dibantu oleh satu orang mahasiswi Gizi angkatan 2018 Universitas

Siliwangi untuk melakukan pengukuran tinggi badan responden, adapun langkah-langkahnya sebagai berikut:

- a. Peneliti memasang *microtoice* di dinding yang lurus dan datar setinggi tepat 200 cm. Angka nol dipastikan ada pada lantai yang datar dan rata.
- b. Peneliti terlebih dahulu mempersilakan responden untuk melepas sepatu, dan menurunkan kunciran apabila ada responden yang menguncir rambutnya.
- c. Peneliti mempersilakan responden berdiri di dinding tepat dibawah *microtoice* dengan posisi tubuh tegap, pandangan lurus ke depan, kaki lurus, tumit, pantat, punggung dan kepala bagian belakang menempel pada dinding.
- d. Peneliti menurunkan *microtoice* sampai rapat pada kepala bagian atas dengan posisi siku *microtoice* tegak lurus.
- e. Peneliti mencatat angka yang tertera pada *microtoice*, kemudian responden dipersilakan untuk kembali ketempat masing-masing.
- f. Tidak dilakukan pengulangan pengukuran.

5. Penghitungan Status Gizi IMT/U (*Z-Score*)

Penghitungan IMT/U (*Z-Score*) menggunakan *software* WHO Anthro Plus tahun 2007. Data responden yang telah didapatkan seperti tanggal lahir, jenis kelamin, data tinggi badan dan berat badan, diinput ke dalam fitur yang telah tersedia pada *software*. Hasil yang diinterpretasikan yaitu status gizi berdasarkan indikator IMT/U (*Z-Score*).

H. Pengolahan Data dan Analisis Data

1. Sumber Data

Sumber data yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari data sekunder dan data primer. Data sekunder yang dikumpulkan yaitu terkait jumlah remaja putri yang didapatkan dari pihak pesantren. Data primer yang dikumpulkan meliputi data karakteristik responden, data tingkat pengetahuan gizi, data citra tubuh, serta data berat badan dan tinggi badan.

2. Pengolahan Data

Pengolahan data penelitian dilakukan dengan menggunakan program komputer agar memudahkan dalam setiap prosesnya. Tahapan pengolahan data terdiri dari *editing*, *scoring*, *category*, *coding*, *entry*, *cleaning*, dan *tabulating*.

a. *Editing*

Editing data dilakukan untuk memastikan semua pertanyaan dalam soal tes pengetahuan gizi, kuesioner citra tubuh dan karakteristik responden telah terisi. Pada tahap ini dilakukan pengecekan kembali kejelasan serta kelengkapan jawaban soal tes pengetahuan gizi, kuesioner citra tubuh dan karakteristik responden penelitian. Apabila ditemukan kesalahan atau jawaban belum lengkap maka segera dilakukan perbaikan.

b. *Scoring*

Tahap ini merupakan tahap penilaian terhadap jawaban responden mengenai pengetahuan gizi dan citra tubuh.

1) Tingkat Pengetahuan Gizi

Pemberian skor dilakukan berdasarkan hasil ukur kemampuan remaja putri terkait pengetahuan gizi. Caranya dengan menjumlahkan skor jawaban benar. Skor jawaban soal pengetahuan gizi dapat dilihat pada Tabel 3.3 berikut.

Tabel 3.3
Skor Jawaban Soal Pengetahuan Gizi

Jawaban	Skor
Salah	0
Benar	1

Hasil perhitungan skor tingkat pengetahuan gizi didapatkan skor maksimal yaitu 20.

2) Citra Tubuh

Kuesioner citra tubuh menggunakan BSQ-34. Skor diperoleh dengan cara menjumlahkan hasil skor jawaban responden. Skor minimal yaitu 34 dan skor maksimal 204. Skor kuesioner citra tubuh dapat dilihat pada Tabel 3.4 berikut.

Tabel 3.4
Skor Kuesioner Citra Tubuh

Jawaban	Skor
Tidak Pernah	1
Jarang	2
Kadang-kadang	3
Sering	4
Sangat	5
Selalu	6

c. *Category*

Tahapan ini merupakan tahapan untuk mengategorikan atau mengelompokkan variabel tingkat pengetahuan gizi, citra tubuh dan status gizi. Kategori data tingkat pengetahuan gizi, citra tubuh dan status gizi dapat dilihat sebagai berikut.

1) Tingkat Pengetahuan Gizi

Kategori tingkat pengetahuan gizi menurut Khomsan (2021)

yaitu :

- a) Kurang : $< 60\%$ (skor maksimal)
- b) Sedang : $60\% - 80\%$ (skor maksimal)
- c) Baik : $> 80\%$ (skor maksimal)

Penggabungan sel dilakukan pada tingkat pengetahuan gizi sehingga dikategorikan menjadi dua kategori sebagai berikut.

- a) Kurang : $< 60\%$ (20) = skor < 12
- b) Baik : $\geq 60\%$ (20) = skor ≥ 12

2) Citra Tubuh

Kategori citra tubuh pada penelitian ini berdasarkan Yusintha dan Adriyanto (2018), dikategorikan menjadi dua kategori yaitu:

- a) Negatif : skor ≥ 110 atau (skor 110-204)
- b) Positif : skor < 110 atau (skor 34-109)

3) Status Gizi

Klasifikasi status gizi berdasarkan IMT/U (*z-score*) menurut Kemenkes RI (2020) sebagai berikut.

- a) Gizi buruk : < -3 SD
- b) Gizi kurang : -3 SD sampai < -2 SD
- c) Gizi baik : -2 SD sampai $+1$ SD
- d) Gizi lebih : $> +1$ SD sampai $+2$ SD
- e) Obesitas : $> +2$ SD

Pada penelitian ini status gizi remaja dikategorikan menjadi dua (Fitriani dkk, 2020).

- a) Malnutrisi : $z\text{-score} < -2$ SD dan $z\text{-score} > +1$ SD
- b) Gizi baik : $z\text{-score} -2$ SD sampai dengan $+1$ SD

d. Coding

Koding data yaitu tahapan memberi kode berupa angka atau bilangan. Pemberian koding dilakukan untuk mempermudah proses pengolahan data pada *software* SPSS.

Tabel 3.5
Koding Data

Variabel	Koding
Tingkat Pengetahuan Gizi	
Kurang	1
Baik	2
Citra Tubuh	
Negatif	1
Positif	2
Status Gizi	
Malnutrisi	1
Gizi baik	2

e. Entry

Pada tahap ini, peneliti memasukkan data tingkat pengetahuan gizi, citra tubuh dan status gizi ke dalam program komputer. Pada penelitian ini *software* SPSS 25 digunakan untuk menganalisis data.

f. *Cleaning*

Tahap ini dilakukan pengecekan kembali data, untuk memastikan data sudah lengkap dan tidak ada kesalahan. Perbaikan langsung dilakukan saat adanya kesalahan ataupun ditemukan data yang belum lengkap. Data yang telah diperbaiki disesuaikan kembali dengan data yang telah dikumpulkan.

g. *Tabulating*

Pada tahap ini data yang sudah lengkap disajikan dalam bentuk tabel dan diklasifikasikan ke dalam masing-masing variabel. Tabulasi dilakukan untuk mempermudah dalam menganalisis dan menarik kesimpulan.

3. Analisis Data

Analisis data statistik dilakukan menggunakan *software* SPSS 25. Pada penelitian ini analisis yang digunakan adalah analisis univariat dan bivariat.

a. Analisis Univariat

Analisis univariat pada penelitian ini digunakan untuk mengetahui gambaran setiap variabel yang diteliti. Data kategorik yang meliputi data tingkat pengetahuan gizi, citra tubuh, serta status gizi remaja putri disajikan dengan tabel distribusi frekuensi. Data kontinyu seperti usia disajikan dalam bentuk nilai tendensi sentral (mean, median, standar deviasi, minimum, dan maksimum).

b. Analisis Bivariat

Uji *chi-square* digunakan dalam penelitian ini untuk menganalisis hubungan antara tingkat pengetahuan gizi dan citra tubuh dengan status gizi remaja putri. Pada analisis hubungan tingkat pengetahuan gizi dengan status gizi menggunakan tabel 3x2 terdapat nilai $E < 5$ lebih dari 20%, sehingga tidak memenuhi syarat uji *chi-square*. Berdasarkan hal tersebut dilakukan penggabungan sel untuk kategori tingkat pengetahuan gizi. Pada penelitian ini *fisher's exact test* digunakan sebagai uji alternatif *chi-square* untuk menganalisis hubungan tingkat pengetahuan gizi dengan status gizi dan citra tubuh dengan status gizi. Signifikansi yang digunakan pada penelitian ini yaitu $p\text{-value} < 0,05$.