

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan desain penelitian non eksperimental yaitu penelitian deskriptif. Pengambilan data dilakukan dengan cara membagikan kuesioner, kemudian dianalisis asupan zat gizi makro pada kejadian obesitas wanita dewasa.

B. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi dalam penelitian ini adalah wanita dewasa yang berusia 21-60 tahun yang berada di Universitas Muhammadiyah Yogyakarta sebanyak 139 orang.

2. Sampel

Sampel yang digunakan penelitian ini adalah wanita dewasa yang berusia 21-60 tahun di Universitas Muhammadiyah Yogyakarta. Kriteria inklusi dan kriteria eksklusi sampel yang digunakan adalah:

b. Kriteria Inklusi

- 1) Bersedia menjadi responden.
- 2) Kondisi sehat secara fisik saat penelitian.

c. Kriteria Eksklusi

- 1) Wanita dewasa dengan gastritis.
- 2) Wanita dewasa yang sedang hamil.

Pengambilan sampel dihitung menggunakan rumus perhitungan Slovin sebagai berikut :

$$n = \frac{N}{1 + Ne^2}$$

Keterangan:

n : jumlah sampel

N : jumlah populasi

e : batas toleransi kesalahan (*error tolerance*)

Berdasarkan rumus diatas maka besar sampel pada penelitian ini adalah

$$n = \frac{N}{1 + Ne^2}$$

$$n = \frac{139}{1 + 139(0,1)^2}$$

$$n = \frac{139}{2,39}$$

$$n = 59$$

Peneliti mengantisipasi bila terdapat data yang kurang lengkap atau responden tidak ingin ikut berpartisipasi dalam penelitian, maka jumlah sampel ditambah berdasarkan prediksi sampel *drop out* dari penelitian. Rumus antisipasi *drop out* sebagai berikut :

$$n' = \frac{n}{1 - f}$$

Keterangan :

n' = besar sampel setelah dikoreksi

n = jumlah sampel berdasarkan estimasi sebelumnya

f = prediksi presentase sampel *drop out*

Berdasarkan rumus diatas dapat dihitung antisipasi *drop out* sebagai berikut:

$$n' = \frac{n}{1-f}$$

$$n' = \frac{59}{1-0,1}$$

$$n' = \frac{59}{0,9}$$

$$n' = 66$$

C. Tempat dan Waktu

1. Tempat

Penelitian ini dilakukan di Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.

2. Waktu

Waktu penelitian dilakukan pada bulan Desember 2018-Maret 2019

D. Variabel Penelitian

Variabel dalam penelitian ini asupan zat gizi makro pada kejadian obesitas wanita dewasa.

E. Definisi Operasional variable

Tabel 1. Definisi Operasional Penelitian

No	Variabel	Definisi	Alat ukur	Cara ukur	Hasil ukur	Skala ukur
1.	Obesitas	Pengukuran obesitas wanita dewasa dengan melihat nilai IMT.	- Timbangan - Microtoise	Menimbang berat badan dan tinggi badan wanita. $IMT = \frac{BB}{TB^2}$	Hasil penghitungan IMT. Tidak obesitas (berat badan kurang, normal) < 29 Obesitas ≥ 30	Ordinal
2.	Kebiasaan sarapan	Kebiasaan mengkonsumsi sarapan	Kuesioner	Wawancara dengan responden	Hasil kategori dari kuesioner	Ordinal

		sebelum memulai aktifitas			Sering (4-7x/minggu) Jarang (\leq 3x/minggu)	
3.	Kebiasaan makan siang	Kebiasaan mengkonsumsi makanan pada siang hari	Kuesioner	Wawancara dengan responden	Hasil kategori dari kuesioner Sering (4-7x/minggu) Jarang (\leq 3x/minggu)	Ordinal
4.	Kebiasaan makan malam	Kebiasaan mengkonsumsi makanan pada siang hari	Kuesioner	Wawancara dengan responden	Hasil kategori dari kuesioner Sering (4-7x/minggu) Jarang (\leq 3x/minggu)	Ordinal
5.	Asupan Lemak	Total asupan lemak (gram) yang didapatkan dari makanan yang dikonsumsi selama 24 jam.	Food Record 24 jam	Wawancara asupan makan harian	Hasil dari Food record 24 jam, diolah dan dianalisis menggunakan Nutrisurvey	Ordinal
6.	Asupan karbohidrat	Total asupan karbohidrat (gram) yang didapatkan dari makanan yang dikonsumsi selama 24 jam.	Food Record 24 jam	Wawancara asupan makan harian	Hasil dari Food record 24 jam, diolah dan dianalisis menggunakan Nutrisurvey	Ordinal
7.	Asupan protein	Total asupan protein (gram) yang didapatkan dari	Food Record 24 jam	Wawancara asupan makan harian	Hasil dari Food record 24 jam, diolah dan dianalisis	Ordinal

makanan yang dikonsumsi selama 24 jam.	menggunakan Nutrisurvey
--	-------------------------

F. Instrumen Penelitian

Instrumen merupakan suatu alat yang digunakan peneliti untuk mengumpulkan data. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner. Alat pengumpulan data yang akan digunakan untuk melihat kebiasaan makan adalah kuesioner.

Tabel 2. Kisi-Kisi Kuesioner

No	Item Pertanyaan	Nomer Pertanyaan	Favorable	Unfavorable
1	Konsumsi makanan pokok	Nomor 6	6	
2	Kebiasaan konsumsi sarapan	Nomor 7 dan 8	7	8
3	Kebiasaan konsumsi makan siang	Nomor 9, 10, 11	9, 10, 11	
4	Kebiasaan konsumsi makan malam	Nomor 12, 13, 14, 15, 16, 17	12, 13, 14	15, 16, 17
5	Jarak makan dengan tidur	Nomor 18	18	
6	Konsumsi cemilan dan jajanan	Nomer 19 dan 20	20	19

G. Teknik Pengumpulan Data

1. Tahap Persiapan

a) Asisten Peneliti

Peneliti dibantu oleh dua asisten peneliti yang merupakan mahasiswa keperawatan semester 8 dalam pengumpulan data. Selanjutnya,

peneliti dan asisten peneliti menyamakan persepsi yang berhubungan dengan pengisian kuesioner.

b) Penyusunan proposal

Menyusun proposal penelitian di BAB I pendahuluan, BAB II tinjauan pustaka, dan BAB III metode penelitian. Penyusunan proposal dilakukan dari bulan April-September 2018.

c) Perijinan

Meminta surat izin di pengajaran FKIK UMY untuk melakukan studi pendahuluan dan uji etik di UMY dengan nomor 601/EP-FKIK-UMY/XII/2018, selanjutnya meminta izin di Biro Sumber Daya Manusia (SDM) Universitas Muhammadiyah Yogyakarta untuk melakukan penelitian.

d) Persiapan alat penelitian

Mempersiapkan alat yang dibutuhkan untuk melakukan penelitian seperti bolpoin, kertas, dan kuesioner.

2. Tahap Pelaksanaan

a) Pemberian *informed consent*

Peneliti melakukan pendekatan untuk memberikan penjelasan kepada TU dan penandatanganan lembar persetujuan atau *Informed consent* yang selanjutnya akan disampaikan kepada responden.

b) Penjelasan penelitian

Peneliti melakukan penjelasan terkait tujuan, cara pengisian, dan prosedur pengambilan data kepada TU jika peneliti tidak dapat

bertemu langsung dengan responden lalu TU akan menyampaikannya kepada responden yang sudah ditentukan oleh peneliti. Jika peneliti dapat bertemu langsung dengan responden, peneliti akan menjelaskan terjait tujuan, cara pengisian dan prosedurnya.

c) Penjelasan kuesioner

Sebelum kuesioner dibagikan dan diisi oleh responden, peneliti dan asisten peneliti menjelaskan cara pengisian kuesioner yang benar kepada TU yang selanjutnya akan dijelaskan kepada responden.

d) Pembagian kuesioner

Peneliti dan asisten peneliti menitipkan kuesioner kepada TU dan membagikan ke beberapa responden yang terdapat di setiap fakultas di UMY dan apabila kurang jelas TU maupun responden dapat bertanya kepada peneliti atau asisten peneliti.

e) Pengumpulan data hasil penelitian

Setelah selesai melakukan pengisian kuesioner dan food record, peneliti mengambil kuesioner di setiap fakultas dan dilakukan cek pada kuesioner tersebut apakah sudah terisi lengkap atau belum.

3. Tahap Penyelesaian

Menyusun laporan penelitian di BAB IV hasil penelitian dan pembahasan dan BAB V kesimpulan dan saran. Dilakukan pada bulan Maret-Mei 2019.

H. Uji Validitas dan Reliabilitas

1. Uji Validitas

Uji validitas instrument akan dilakukan pada staff atau karyawan di UMY bagian selatan yang berjumlah 30 orang, waktu pelaksanaan pada 14 Januari 2019.

Uji validitas item soal pada kuesioner menggunakan rumus korelasi *pearson product moment* sebagai berikut :

$$r_{xy} = \frac{n \sum xy - (\sum x)(\sum y)}{\sqrt{(n \sum x^2 - (\sum x)^2)(n \sum y^2 - (\sum y)^2)}}$$

Keterangan :

r_{xy} = Koefisien korelasi antara x dan y

n = Jumlah responden

x = Jumlah skor butir

y = Jumlah skor total

Valid dan tidaknya item soal pada kuesioner dilakukan dengan membandingkan angka korelasi dengan melihat nilai signifikan adalah $p=0,05$. Jika nilai $p \geq 0,05$ maka dikatakan tidak valid, sebaliknya jika nilai $p \leq 0,05$ maka dikatakan valid. Validitas instrumen dilakukan pada wanita dewasa di UMY bagian selatan yang berjumlah 30 orang, waktu pelaksanaan pada 14 Januari 2019. Dari 15 item pertanyaan didapatkan semua item pertanyaan valid, dimana r hitung lebih besar dari r table (0,361).

2. Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas pada penelitian ini menggunakan *alpha cronbach*

$$r_{11} = \left(\frac{k}{(k-1)} \right) \left(1 - \frac{\sum \sigma_b^2}{\sigma_t^2} \right)$$

Keterangan:

r_{11} = Reliabilitas instrumen

$\sum \sigma_b^2$ = Jumlah varian butir

σ_t^2 = Varian skor total

k = Banyaknya butir pertanyaan atau banyaknya soal

Uji reliabilitas pada 30 responden didapatkan hasil semua reliabilitas dengan nilai r Alpha (0,805) lebih besar dari r table (0,361).

I. Pengolahan dan Analisis Data

1. Pengumpulan Data

Hasil pengisian kuesioner dan pengukuran yang diperoleh dikumpulkan menjadi satu dan dicek kelengkapan data.

2. Coding

Coding merupakan proses penyusunan secara sistematis data dari kuesioner ke dalam data berbentuk simbol dan kode bagi tiap data yang termasuk dalam kategori yang sama.

a) Obesitas

Tidak obesitas (berat badan kurang, kurus, normal) < 29 diberi kode 1

Obesitas \geq 30 diberi kode 2

b) Asupan karbohidrat

Kurang bila asupan < 50% asupan energi total diberi kode 1

Cukup bila asupan \geq 50% asupan energi total diberi kode 2

c) Asupan protein

Kurang bila asupan $< 15\%$ asupan energi total diberi kode 1

Cukup bila asupan $\geq 15\%$ asupan energi total diberi kode 2

d) Asupan lemak

Kurang bila asupan $< 20\%$ asupan energi total diberi kode 1

Cukup bila asupan $\geq 20\%$ asupan energi total diberi kode 2

3. *Entry Data*

Memasukkan data yang telah di coding ke dalam pengolahan data yaitu SPSS.

4. *Cleaning*

Memeriksa ketelitian dan keakuratan kembali data-data yang telah dimasukkan. Setelah itu dilakukan perbaikan pada data tersebut.

5. Analisis Data

Setelah data dikumpulkan dan telah diolah menggunakan SPSS kemudian dilakukan analisis data. Analisis univariat dilakukan untuk melihat distribusi frekuensi dari setiap variabel yang diteliti, baik variabel bebas yaitu asupan zat gizi makro, variabel terikat yaitu obesitas pada wanita dewasa.

J. Etika Penelitian

Etik penelitian akan dilakukan di komisi etik Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan UMY. Peneliti terlebih dahulu meminta izin dengan pihak Biro SDM UMY Setelah mendapat izin dari pihak Biro SDM UMY, penulis

meminta izin dengan calon responden dan mengkonfirmasi bahwa data yang diambil dan disajikan bersifat rahasia. Prinsip etik dalam penelitian menurut Nursalam (2013) dibedakan menjadi 3 bagian yang harus diperhatikan antara lain sebagai berikut:

1. Prinsip manfaat

a) Bebas dari penderitaan

Peneliti harus benar-benar dalam melakukan penelitian agar responden tidak merasakan penderitaan, terutama pada tindakan khusus.

b) Bebas dari eksploitasi

Meyakinkan responden bahwa informasi data yang diambil tidak digunakan untuk hal-hal yang dapat merugikan responden.

c) Resiko

Dalam mempertimbangkan resiko dan keuntungan yang akan didapat responden maka peneliti harus berhati-hati.

2. Prinsip menghargai hak asasi manusia

a) Hak untuk ikut atau tidak menjadi responden

Responden diperlakukan secara manusiawi dan memiliki hak untuk memilih apakah bersedia atau tidak.

b) Lembar persetujuan (*Informed Consent*)

Merupakan bentuk persetujuan antara peneliti dengan responden penelitian agar mengerti maksud dan tujuan penelitian. *Informed consent* diberikan sebelum penelitian dengan memberikan lembar

persetujuan menjadi responden. Jika responden bersedia, maka harus menandatangani lembar persetujuan.

3. Prinsip Keadilan

a) Hak untuk mendapatkan pengobatan yang adil.

Sebelum, selama, dan sesudah dilakukan penelitian responden harus diperlakukan secara adil tanpa membeda-bedakan jika tidak menjadi responden.

b) Hak Dijaga Kerahasiaan

Kerahasiaan merupakan masalah yang memberikan jaminan lainnya. Semua informasi yang sudah dikumpulkan harus dijamin kerahasiaannya oleh peneliti baik hasil penelitian, baik informasi, maupun masalah-masalah, sehingga dalam penelitian ini responden hanya perlu menuliskan inisial namanya.