

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Jenis penelitian**

Jenis penelitian ini adalah Deskriptif dengan pendekatan survei.

#### **B. Waktu dan Tempat Penelitian**

Penelitian ini telah dilaksanakan pada bulan Mei - Juni 2023 di Sekolah Dasar Negeri 84 Kendari.

#### **C. Populasi dan sampel**

##### **1. Populasi**

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa sekolah dasar kelas IV dan kelas V sebanyak 293 siswa SDN 84 Kendari.

##### **2. Sampel**

Sampel dalam penelitian ini adalah siswa SDN 84 Kendari yang berjumlah 75 siswa. Adapun kriteria untuk menjadi sampel dalam penelitian ini sebagai berikut :

- a) Siswa murid kelas IV dan kelas V
- b) Bersedia menjadi sampel penelitian
- c) Dalam keadaan sehat

##### **3. Besar Sampel**

Penentuan besar sampel di SDN 84 Kendari yang diambil dengan menggunakan rumus ((Sugiono, 2010) yaitu :

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

keterangan :

$n$  = Jumlah sampel

$N$  = Besar populasi

$d^2$  = Tingkat kekeliruan yang diinginkan (0,1)

**Jadi :**

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

$$n = \frac{293}{293(0,1)^2 + 1}$$

$$n = \frac{293}{293 (0,01)+1}$$

$$n = \frac{293}{3,93} = 74,6 \text{ Jadi, jumlah sampel sebesar yaitu } 75 \text{ siswa}$$

cara perhitungan sampel tiap kelas sebagai berikut :

1) Sampel Kelas IV SDN 84 Kendari :

$$\text{a) IV/A} = \frac{34}{293}75 = 9$$

$$\text{b) IV/B} = \frac{32}{293}75 = 8$$

$$\text{c) IV/C} = \frac{31}{293}75 = 8$$

$$\text{d) IV/D} = \frac{32}{293}75 = 8$$

$$\text{e) IV/E} = \frac{34}{293}75 = 9$$

2) Sampel Kelas V SDN 84 Kendari :

$$\text{a) V/A} = \frac{32}{293}75 = 8$$

$$\text{b) V/B} = \frac{32}{293}75 = 8$$

$$\text{c) V/C} = \frac{34}{293}75 = 9$$

$$\text{d) V/D} = \frac{32}{293}75 = 8$$

#### **4. Cara Pengambilan Sampel**

Alasan pemilihan siswa kelas IV dan V dilakukan dengan pertimbangan bahwa siswa kelas IV dan V sudah dapat diajak berkomunikasi dengan baik, mengerti tentang pertanyaan-pertanyaan yang diajukan dalam kuesioner, dan relatif lancar membaca dan menulis. Sementara kelas VI tidak diizinkan mengikuti penelitian karena sedang dalam persiapan ujian nasional.

Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini yaitu menggunakan metode *Stratified Proposional* dan *Simpel Random Sampling* dimana dilakukan dengan cara mengambil sampel dari beberapa tingkat kelas, setelah itu mengambil sebagian siswa dari kelas sesuai jumlah dan dilakukan secara acak dengan mengambil nama daftar siswa kemudian mengundi siapa yang akan terpilih menjadi sampel.

#### **D. Variabel Penelitian**

##### **1. Variabel bebas**

Variabel bebas dalam penelitian ini adalah asupan energi, protein, lemak serta kebiasaan sarapan pagi.

##### **2. Variabel terikat**

Variabel terikat dalam penelitian ini adalah status gizi siswa Sekolah Dasar.

#### **E. Jenis Data Dan Cara Pengumpulan Data**

##### **1. Data primer**

Data primer cara pengumpulannya meliputi :

- a. Identitas sampel yaitu nama, umur, jenis kelamin, tanggal lahir diperoleh melalui wawancara menggunakan kuisisioner.
- b. Data asupan energi, protein, dan lemak cara pengumpulannya yaitu melalui wawancara dengan menggunakan *Semi FFQ* (kuesioner terlampir).

- c. Kebiasaan sarapan pagi cara pengumpulanya yaitu melalui wawancara menggunakan kuisioner.
- d. Data antropometri yaitu berat badan (BB) di kumpulkan dengan cara menimbang berat badan siswa menggunakan timbangan digital merek GEA MEDICAL dengan akurasi 0,1 kg yang dilakukan di ruangan kelas SDN 84 Kendari. Ditimbang oleh peneliti dibantu oleh enumerator.
- e. Data antropometri yaitu tinggi badan (TB) di kumpulkan dengan cara mengukur tinggi badan menggunakan microtoise dengan akurasi 0,1 cm yang dilakukan di ruangan Kelas SDN 84 Kendari. Diukur oleh peneliti dan dibantu oleh enumerator.

## **2. Data Sekunder**

Data sekunder meliputi data populasi siswa kelas IV dan kelas V SDN 84 Kendari yang bersumber dari bagian pengelolah tata usaha Tahun 2022.

## **F. Pengolahan Data, Analisis Data dan Penyajian Data**

### **1. Pengolahan Data**

- a. Pengolahan data antropometri berdasarkan berat badan, tinggi badan, dan umur menggunakan aplikasi WHO Antro Plus 2007 sebagai indeks IMT/U dengan kriteria :

- 1) Gizi Buruk :  $< -3 \text{ SD}$
- 2) Gizi kurang :  $- 3\text{SD sd } <-2 \text{ SD}$
- 3) Gizi baik :  $-2 \text{ SD sd } + 1 \text{ SD}$
- 4) gizi lebih :  $+1 \text{ SD sd } + 2\text{SD}$
- 5) Obesitas :  $>+ 2\text{SD}$

Sumber:(Kemenkes RI, 2020)

b. Data asupan energi diolah menggunakan komputer dengan menggunakan sistem atau program nutrisurvey, hasilnya dibandingkan dengan koreksi berat badan. Dengan rumus sebagai berikut :

$$\% \text{ kebutuhan energi} = \frac{\text{Total Kebutuhan Energi}}{\text{kecukupan AKG energi}} \times 100\%$$

Kategori :

- 1) Lebih : > 110% dari standar AKG
  - 2) Baik : 90-110% dari standar AKG
  - 3) Kurang: < 90 % dari standar AKG(PMK No. 28-2019)
- (Kemenkes RI, 2019).

c. Data asupan protein diolah menggunakan komputer dengan menggunakan sistem atau program nutrisurvey, hasilnya dibandingkan dengan koreksi berat badan. Dengan rumus sebagai berikut:

$$\% \text{ kebutuhan protein} = \frac{\text{Total Kebutuhan Protein}}{\text{kecukupan AKG Protein}} \times 100\%$$

Kategori :

- 1) Lebih : > 110% dari standar AKG
  - 2) Baik : 90-110% dari standar AKG
  - 3) Kurang: < 90 % dari standar AKG(PMK No. 28-2019)
- (Kemenkes RI, 2019).

d. Data asupan Lemak diolah menggunakan komputer dengan menggunakan sistem atau program nutrisurvey, hasilnya dibandingkan dengan koreksi berat badan. Dengan rumus sebagai berikut:

$$\% \text{ kebutuhan protein} = \frac{\text{Total Kebutuhan Lemak}}{\text{Kecukupan AKG Lemak}} \times 100\%$$

Kategori :

- 1) Lebih : > 110% dari standar AKG
- 2) Baik : 90-110% dari standar AKG
- 3) Kurang: < 90 % dari standar AKG (PMK No. 28-2019)

(Kemenkes RI, 2019).

e. Kriteria skor untuk kebiasaan sarapan pagi dengan hasil penilaian dari kuesioner, yaitu :

- 1) 11-15 kategori baik
- 2) 6-10 kategori cukup
- 3) 1-5 kategori kurang

(Rahmah, 2018)

## **2. Analisis data**

Pada penelitian ini analisis data yang digunakan adalah analisis univariat. Analisis digunakan untuk gambaran status gizi, asupan energi, protein, lemak serta kebiasaan sarapan pagi pada siswa SDN 84 Kendari yang dinyatakan dalam bentuk presentase, selanjutnya di narasikan.

## **G. Penyajian Data**

Data disajikan dalam bentuk tabel dan narasi.

## H. Definisi Operasional

1. Status gizi adalah keadaan dimana tubuh sebagai akibat konsumsi dan penggunaan zat-zat gizi. Pengukuran antropometri yaitu berat badan, tinggi badan, dan umur yang dikenal dengan IMT/U, diklasifikasikan sebagai berikut :

- a. Gizi buruk :  $< -3$  SD
- b. Gizi kurang (*thinnes*) :  $- 3$  SD sd  $< -2$  SD
- c. Gizi Baik (normal) :  $-2$  SD sd  $+ 1$  SD
- d. Gizi Lebih (overweight) :  $+ 1$  SD sd  $+ 2$  SD
- e. Obesitas (*obese*) :  $> + 2$  SD

(Kementrian Kesehatan RI, 2020)

2. Asupan Energi adalah jumlah total energi yang bersumber dari makanan dan minuman yang dikonsumsi. Energi berfungsi sebagai zat tenaga untuk metabolisme, pertumbuhan, pengaturan suhu tubuh dan kegiatan fisik. Pengukuran asupan makanan yaitu dengan metode wawancara menggunakan *Semi FFQ*. Kriteria Objektif :

- Asupan energi lebih :  $> 110\%$  AKG 2019
- Asupan energi normal :  $\geq 90-110\%$  AKG 2019
- Asupan energi kurang :  $< 90\%$  AKG 2019 (PMK No. 28-2019)

(Kemenkes Kesehatan RI, 2019)

3. Asupan Protein adalah total protein yang bersumber dari makan dan yang dikonsumsi. Protein berfungsi sangat luas dari pembentukan jaringan dan pertumbuhan juga dalam pembentukan hormon, sampai daya tahan tubuh. Asupan makanan adalah jenis dan jumlah zat gizi tertentu yang dikonsumsi seseorang. Pengukuran asupan makanan yaitu dengan metode wawancara menggunakan *Semi FFQ*. Kriteria Objektif :

Asupan energi lebih : >110% AKG 2019  
Asupan energi normal :  $\geq$ 90-110% AKG 2019  
Asupan energi kurang : <90% AKG 2019 (PMK No. 28-2019)

(Kemenkes Kesehatan RI, 2019)

4. Asupan Lemak adalah zat gizi yang padat energi (9 kkal per gram) sehingga lemak penting untuk menjaga keseimbangan energi dan berat badan. Pengukuran asupan makanan yaitu dengan metode wawancara menggunakan *Semi FFQ*.

Kriteria Objektif :

Asupan energi lebih : >110% AKG 2019  
Asupan energi normal :  $\geq$ 90-110% AKG 2019  
Asupan energi kurang : <90% AKG 2019 (PMK No. 28-2019)

(Kemenkes Kesehatan RI, 2019)

5. Kebiasaan sarapan pagi merupakan kegiatan makan dan minum yang dilakukan pada pagi hari, dimulai dari pukul 06.00 sampai dengan pukul 09.00 pagi. Pengukuran kebiasaan sarapan pagi yaitu dengan metode wawancara menggunakan Kuisisioner terlampir, Kriteria skor dalam penelitian ini yaitu :
- 11-15 kategori baik
  - 6-10 kategori cukup
  - 1-5 kategori kurang (Rahmah, 2018).