

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Rancangan Penelitian

Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif dengan menggunakan pendekatan Survey.

B. Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian ini telah dilaksanakan pada bulan Mei 2023 di SMA Negeri 1 Kendari.

C. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas X sampai XI SMA Negeri 1 kendari yang berjumlah 822 siswa (Dapodik SMA Negeri 1 kendari 2023).

2. Sampel Penelitian

Sampel dalam penelitian ini adalah siswa kelas X sampai XI yang Obesitas berdasarkan screening postur tubuh, tinggi badan dan berat badan dengan teknik pengambilan sampel pada penelitian ini yaitu total sampling (25 sampel).

3. Kriteria Sampel

Adapun yang menjadi kriteria sampel adalah sebagai berikut :

- a) Umur \leq 18 tahun
- b) Siswa kelas X dan kelas XI yang aktif
- c) Bersedia menjadi responden
- d) Dapat berkomunikasi dengan baik

D. Variabel Penelitian

Variabel yang digunakan dalam penelitian ini adalah pengetahuan gizi dan konsumsi fast food.

E. Jenis dan cara pengumpulan data

1. Data Primer

Data primer yang di kumpulkan adalah data yang di peroleh dari responden meliputi :

- a) Identitas responden yaitu nama, umur, jenis kelamin, tanggal lahir, diperoleh melalui wawancara dengan menggunakan kuesioner.
- b) Data berat badan (BB) dikumpulkan dengan cara menimbang berat badan siswa menggunakan timbangan digital dengan akurasi 0,1 kg yang dilakukan diruangan UKS SMA Negeri 1 Kendari. Ditimbang oleh peneliti dibantu oleh teman sesama peneliti.
- c) Data tinggi badan (TB) di kumpulkan dengan cara mengukur tinggi badan siswa menggunakan microtoice dengan akurasi 0,1 cm yang dilakukan di ruangan UKS SMA Negeri 1 Kendari. Diukur oleh peneliti dibantu teman sesama peneliti.
- d) Data pengetahuan gizi diperoleh melalui wawancara dengan menggunakan kuesioner.
- e) Data komsumsi fast food yang dikumpul dari responden yaitu diperoleh dari wawancara dengan menggunakan Food Frequency Questionnaire (kuesioner terlampil).

2. Data sekunder

Data sekunder meliputi data populasi dan keadaan umum serta lokasi penelitian daftar siswa kelas X dan XI SMA Negeri 1 Kendari yang bersumber dari Dapodik SMA Negeri 1 Kendari 2023.

F. Pengolahan, Analisis Data dan Penyajian Data

1. Pengolahan Data

a. Obesitas

Data obesitas, cara pengolahan berdasarkan (IMT/U) berdasarkan umur menggunakan software WHO AnthroPlus 2007.

- 1) Obesitas : $>+ 2SD$
- 2) Overweight : $+1 SD$ sd $+ 2 SD$

Sumber: (Kemenkes RI, 2020)

b. Pengetahuan gizi

Data pengetahuan gizi, diolah menggunakan kuesioner kemudian diolah menggunakan rumus :

$$P = F/N \times 100 \%$$

selanjutnya dikategorikan sebagai berikut :

1. Pengetahuan Baik : 76 % - 100 %
2. Pengetahuan Cukup : 56 % - 75 %
3. Pengetahuan Kurang : < 56 %

(N. K. Astuti, 2021)

c. Konsumsi fast food

Data konsumsi fast food, diolah menggunakan Food Frequency Questionnaire (FFQ) kemudian di hitung nilai yang diperoleh di bagi skor tertinggi (230) menggunakan rumus :

$$n = \frac{\text{Nilai}}{\text{skor tertinggi}} \times 100\%$$

selanjutnya dikategorikan sebagai berikut :

Sering : jika 67-100 %

Jarang : jika 0-66 %

(Casafranca Loayza, 2018)

2. Analisis data

Analisis dilakukan secara deskriptif yang bertujuan untuk mengetahui gambaran pengetahuan gizi dan frekuensi konsumsi fast food pada remaja obesitas di SMA Negeri 1 Kendari yang dinyatakan dalam bentuk presentase.

3. Penyajian Data

Data dari hasil penelitian ini akan disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi yang disertai dengan narasi untuk memperoleh gambaran pengetahuan gizi dan konsumsi fast food pada remaja obesitas di SMA Negeri 1 Kendari.

G. Definisi operasional

1. Definisi Operasional

a. Status obesitas

Status Obesitas adalah suatu keadaan dimana berat badan seseorang melebihi dari standar kesehatan yang telah ditentukan (Mardiana et al., 2022).

Pada penelitian ini status obesitas diketahui berdasarkan IMT/U yang berdasarkan interprestasinya prakemkes No 2 tahun 2020, yaitu :

Indeks Z-score yaitu :

Kriteria objektif

- a) Obesitas : $> + 2 SD$
- b) Overweight : $+1 SD$ sd $+ 2 SD$

Sumber : (Kemenkes RI, 2020)

Cara ukur : Antropometri

Alat ukur : Timbangan digital dan microtooice, ketelitian 0,1 kg dan 0,1 cm

b. Pengetahuan gizi

Pengetahuan remaja tentang pengetahuan gizi adalah pemahaman seseorang tentang ilmu gizi, zat gizi, serta interaksi antara zat gizi terhadap status gizi dan kesehatan (Pantaleon, 2019).

Cara ukur : wawancara

Alat ukur : kuisisioner

Hasil Ukur:

- a. Baik bila jawaban benar 76% -100%.
- b. Cukup bila jawaban benar 56%-75%.
- c. Kurang bila jawaban benar : $<56%$

(N. K. Astuti, 2021)

c. Konsumsi Fast Food

Fast Food merupakan makanan siap saji yang mengandung tinggi kalori dan lemak namun rendah serat (Casafranca Loayza, 2018)

Cara ukur : Wawancara dan Kuesioner.

Alat ukur : Form Food Frequency Questionnaire (FFQ)

Hasil ukur :

Sering : jika 67-100 %.

Jarang : jika 0-66 %

(Casafranca Loayza, 2018)