

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis dan Desain Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian deskriptif dengan menggunakan metode pendekatan *cross sectional* yaitu variabel sebab dan variabel akibat pada objek penelitian diukur atau dikumpulkan secara simultan (dalam waktu yang bersamaan) (Hadi Sutrisno, 2021).

B. Subyek Penelitian

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswi putri kelas XI di SMK N Saptosari Gunungkidul yang berjumlah 110 siswi.

1. Kriteria Inklusi

- a. Siswi kelas XI SMK N 1 Saptosari Gunungkidul
- b. Siswi yang bersedia menjadi responden dalam penelitian

2. Kriteria Eksklusi

Siswi yang mengundurkan diri ketika penelitian dan tidak bersedia menjadi responden penelitian. Pada penelitian ini terdapat 5 siswi yang tidak bersedia mengikuti penelitian karena tidak bersedia mengikuti penelitian.

C. Waktu dan Tempat

Penyusunan Karya Tulis Ilmiah dimulai pada bulan Desember 2024 dan pengambilan data penelitian dilakukan pada 04 Juni 2025 bertempat di SMK N Saptosari Gunungkidul.

D. Variabel Penelitian

Variabel penelitian menurut Sugiyono 2017, variabel adalah suatu konsep yang diubah menjadi elemen-elemen yang dapat diukur atau dihitung dalam penelitian. Variabel dalam penelitian ini adalah tingkat pengetahuan, persepsi *body image*, dan kejadian KEK.

E. Definisi Operasional

Tabel 3.1 Definisi Operasional

Variabel	Definisi Operasional	Alat Ukur	Skala Ukur	Hasil Ukur
Tingkat Pengetahuan	Ukuran atau level dari pemahaman seseorang atau suatu sistem terhadap suatu topik atau bidang tertentu. Data didapat dari pengisian kuesioner	Kuesioner	Ordinal	1. Baik >76% 2. Cukup 56-75% 3. Kurang <55%
Persepsi <i>body image</i>	Pikiran, perasaan, dan sikap individu terhadap penampilan tubuhnya	Kuesioner	Ordinal	1. Persepsi positif (Skor >79%) 2. Persepsi negatif (Skor <79%)
Kejadian KEK	Kekurangan energi kronik (KEK) adalah kondisi tubuh kekurangan asupan energi dan protein yang berlangsung terus menerus yang didapatkan dengan cara mengukur LILA	Pita LILA	Nominal	1. Non KEK:> 23,5 cm 2. KEK:< 23,5 cm

Variabel	Definisi Operasional	Alat Ukur	Skala Ukur	Hasil Ukur
Status Sosial ekonomi	Keadaan sosial ekonomi keluarga responden, apakah menjadi keluarga penerima bantuan negara atau tidak.	Kuesioner	Nominal	<ol style="list-style-type: none"> 1. Tidak menerima bantuan PKH (Program Keluarga Harapan). 2. Penerima bantuan PKH (Program Keluarga Harapan).
Sumber informasi	Sumber informasi mengenai Kekurangan Energi Kronik (KEK) yang responden dapatkan.	Kuesioner	Ordinal	<ol style="list-style-type: none"> 1. Sosial media instagram 2. Sosial media tiktok 3. Sosial media facebook 4. Sosial media telegram 5. Leaflet atau brosur yang dibagikan petugas kesehatan. 6. Edukasi atau konseling yang diberikan petugas kesehatan.
Aktivitas fisik	Kegiatan yang dilakukan sehari-hari dan rutin dilakukan selama 7 hari.	Kuesioner	Ordinal	<ol style="list-style-type: none"> 1. Aktivitas ringan <600METs/menit/minggu 2. Aktivitas sedang 600-1500 METs/menit/minggu 3. Aktivitas berat >1500-3000 METs/menit/minggu
Pola makan	Pola makan yang teratur dan jenis makanan yang dikonsumsi responden	Kuesioner	Nominal	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ya seimbang bila makan sehari <3 kali dan tidak terdapat sayur dan lauk (ikan, ayam, atau telur) 2. Tidak seimbang bila makan sehari 3 kali dan terdapat sayur dan lauk (ikan, ayam, atau telur)

Variabel	Definisi Operasional	Alat Ukur	Skala Ukur	Hasil Ukur
Riwayat penyakit infeksi	Riwayat penyakit yang pernah/sedang diderita responden 1 tahun terakhir seperti TBC, malaria, dan <i>typhus</i> . Data diisi langsung oleh responden	Kuesioner	Nominal	1. Tidak pernah memiliki (bila terdapat salah satu atau lebih riwayat penyakit seperti TBC, malaria, dan <i>typhus</i> . 2. Pernah memiliki (bila tidak menderita riwayat penyakit seperti TBC, malaria, dan <i>typhus</i> .

F. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data

1. Jenis Data

Jenis data yang dikumpulkan pada penelitian adalah data primer yaitu tingkat pengetahuan, persepsi body image, dan angka kejadian remaja putri mengenai KEK yang didapat dari pemeriksaan LILA dan pengisian kuesioner. Pada penelitian ini menggunakan sumber data primer, pada data primer diperoleh sumber data dengan pengisian kuesioner dan pengukuran LiLA pada responden diruang aula SMKN 1 Saptosari.

2. Teknik Pengumpulan Data

Peneliti melakukan pengumpulan data dengan melakukan pengukuran LiLA dan memberikan kuesioner kepada siswi putri kelas XI di SMK N Saptosari. Peneliti yang dibantu tim peneliti datang langsung ke SMK N Saptosari. Pengisian kuesioner ini diisi langsung oleh responden, setelah peneliti menjelaskan cara pengisiannya lalu memberikan responden waktu 30 menit untuk menjawab pertanyaan.

Setelah responden selesai mengisi kuesioner maka dilakukan pengukuran LiLA pada saat menuju pintu keluar dan pengambilan souvenir.

G. Instrumen dan Bahan Penelitian

1. Alat Ukur

Dalam penelitian ini, alat ukur atau instrumen pengumpulan data yang digunakan untuk mengetahui angka kejadian dan pengetahuan mengenai KEK pada remaja putri kelas XI SMK N Saptosari adalah pita Lila dan kuesioner.

- a. Pita LILA untuk mengetahui ukuran lingkaran lengan atas sehingga dapat mendiagnosa KEK atau tidak KEK. Dikatakan KEK jika nilai pengukuran $<23,5$ cm. Pada penelitian ini menggunakan pita LiLA untuk mengukur lingkaran lengan atas responden.
- b. Kuesioner adalah teknik pengumpulan data yang dapat digunakan untuk mengumpulkan informasi terkait pendapat, perilaku, atau karakteristik responden yang relevan dengan tujuan penelitian (Hadi Sutrisno, 2021). Pada penelitian ini menggunakan kuesioner berupa kuesioner tingkat pengetahuan, kuesioner persepsi *body image* dan kuesioner aktivitas fisik IPAQ.
 - c. *International Physical Activity Questionnaire* (IPAQ)
 - 1) Low Intensity MET-menit/minggu = $3,3 \times$ waktu berjalan kaki (dalam menit) \times jumlah hari

- 2) Moderate MET-menit/minggu= 4 x waktu melakukan aktivitas fisik sedang (dalam menit) x jumlah hari
- 3) Vigorous MET-menit/minggu = 8 x waktu melakukan aktivitas fisik berat (dalam menit) x jumlah hari

d. *Body image assessment*

Penilaian *body image* atau citra tubuh ditetapkan dengan mengajukan 23 pertanyaan kepada responden. Skor jawaban 5 untuk yang menjawab tidak pernah, skor 4 untuk yang menjawab jarang, skor 3 untuk yang menjawab kadang – kadang, skor 2 untuk yang menjawab sering, dan skor 1 untuk yang menjawab sangat sering. Penilaian citra tubuh:

- 1) Persepsi body image positif apabila skor yang didapat >79%
- 2) Persepsi body image negatif apabila skor yang didapat <79%

Didapatkan penilaian tersebut berdasarkan uji normalitas menggunakan uji normalitas Kolmogorov-Smirnov Test dengan hasil sig >0,012 yang berarti distribusi normal. Dengan hasil tersebut maka peneliti menggunakan hasil *mean* yaitu 79.

- e. Lembar *informed consent*, digunakan sebagai persetujuan tertulis dari responden.

H. Uji Validitas dan Reliabilitas

1. Uji Validitas

Kuesioner yang digunakan dalam penelitian ini telah dilakukan uji validitas oleh peneliti yaitu di SMK Negeri 1 Tepus dengan 38

responden. Pernyataan yang valid yaitu pernyataan yang memiliki nilai r hitung lebih dari nilai r tabel. Dalam penelitian ini, kuesioner dikatakan valid apabila nilai r hitung lebih besar dari 0,320. Dari kuesioner pengetahuan KEK yang berjumlah 20 item terdapat 3 pertanyaan yang memiliki nilai $r < 0,320$. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa dari 20 item pertanyaan yang dikatakan valid hanya 17 item pertanyaan. Kuesioner Body Image dari 25 item terdapat 2 item pertanyaan yang nilai $r < 0,320$. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa item pertanyaan yang dikatakan valid untuk kuesioner pengetahuan KEK terdapat 17 item sedangkan kuesioner body image terdapat 23 item pertanyaan yang dapat digunakan sebagai alat ukur penelitian ini.

2. Uji Reliabilitas

Dalam pengujian ini, penelitian mengukur reliabelnya suatu variable dengan cara melihat Cronbach Alpha dengan signifikasi yang digunakan lebih besar dari 0,60. Suatu konstruk atau variabel dikatakan reliabel jika nilai Cronbach Alpha $> 0,60$. Uji reliabilitas menggunakan metode Alpha Cronbach dengan cara membandingkan nilai alpha dengan r - tabel. Hasil pengujian reliabilitas kuesioner pengetahuan KEK dapat ditunjukkan pada tabel berikut:

Tabel 3. 2 Uji Reliabilitas Kuesioner Pengetahuan

Variabel	N	Cronbach Alpha	Nilai Kritis	Keterangan
Variabel	20	0,670	0,6	Reliabel

Hasil pengujian reliabilitas kuesioner Persepsi Body Image dapat ditunjukkan pada tabel berikut:

Tabel 3. 3 Uji Reliabilitas Kuesioner Persepsi *Body Image*

Variabel	N	Cronbach Alpha	Nilai Kritis	Keterangan
Variabel	25	0,913	0,6	Reliabel

Berdasarkan ringkasan hasil uji reliabilitas seperti yang terangkum dalam tabel di atas, dapat diketahui bahwa nilai koefisien Cronbach Alpha seluruh variabel penelitian lebih besar dari 0,6. Dengan mengacu pada pendapat yang dikemukakan oleh maka semua butir pertanyaan dalam variabel penelitian adalah handal.

I. Prosedur Penelitian

1. Tahap Persiapan Penelitian
 - a. Mengumpulkan topik dan menentukan masalah penelitian.
 - b. Mengajukan surat izin studi pendahuluan dari bagian administrasi Politeknik Kesehatan Kementerian Yogyakarta Jurusan Kebidanan.
 - c. Mengajukan surat izin studi pendahuluan ke Dinas Kesehatan Gunungkidul untuk mengetahui kejadian KEK tertinggi tiap puskesmas.
 - d. Penyusunan proposal dilanjutkan diskusi dan konsultasi dengan pembimbing mengenai teknis pelaksanaan penelitian.
 - e. Melakukan ujian proposal penelitian dan mendapatkan persetujuan dari pembimbing dan penguji.

- f. Mengajukan permohonan surat izin uji validitas dan surat izin penelitian dari bagian administrasi Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Yogyakarta Jurusan Kebidanan.
- g. Mengajukan surat izin uji validitas kepada SMK Negeri 1 Tepus
- h. Melakukan uji validitas di SMK Negeri 1 Tepus dengan 38 responden siswi kelas XI

2. Tahap Penelitian

- a. Mengajukan surat izin penelitian kepada SMK Negeri 1 Saptosari untuk penelitian
- b. Peneliti menjelaskan kepada kepala sekolah SMK N 1 Saptosari mekanisme pengambilan data primer melalui kuesioner dan pengukuran Lingkar Lengan Atas (LLA).
- c. Penelitian dilakukan di SMK N 1 Saptosari setelah mendapat ijin penelitian dari Kepala Sekolah SMK N 1 Saptosari.
- d. Pengambilan data dilakukan di aula SMK N 1 Saptosari menggunakan instrument kuesioner dan pengukuran LLA.
- e. Setelah pengukuran LiLA responden mengambil souvenir.
- f. Setelah pengambilan data selesai peneliti melakukan sesi dokumentasi dan penyerahan kenang-kenangan bersama pihak SMK Negeri 1 Saptosari.
- g. Setelah mendapatkan data peneliti mengolah data yang didapatkan.

3. Tahap Penyelesaian Penelitian

- A. Melakukan pengolahan dan analisis data.

- B. Melakukan penyusunan laporan keseluruhan Karya Tulis Ilmiah dan penyajian hasil penelitian.
- C. Melakukan bimbingan dan konseling mengenai olah data dan penyusunan BAB 4 dan BAB 5 kepada dosen pembimbing.

J. Manajemen Data

Setelah memperoleh data responden kelas XI di SMK N 1 Saptosari Gunungkidul maka dapat dilakukan pengolahan data dengan langkah langkah sebagai berikut:

1. Sumber Data

Variabel yang diamati menggunakan data primer yang diperoleh dari kuesioner pengetahuan, , *Body image asesment*, kuesioner IPAQ dan pengukuran LILA menggunakan pita LILA.

2. Pegolahan Data

a. *Editing* (pemeriksaan)

Pada tahap ini peneliti melakukan pengecekan terhadap data yang diperoleh. Pada proses *editing* ini dilakukan agar diperoleh data yang lengkap dan semua data tercatat secara lengkap pula.

b. Pemberian skor (*Skoring*)

Skoring merupakan kegiatan pemberian pemberian skor pada variabel.

- 1) Pemberian nilai pada kuesioner pengetahuan dengan nilai 1 jika jawaban benar dan 0 jika jawaban salah. Dengan rumus:
$$\text{Persentase (\%)} = (\text{jumlah nilai benar}) / (\text{jumlah soal}) \times 100\%.$$

2) Pemberian skor pada *body image assessment* dengan memberikan nilai 5 “Tidak pernah”, nilai 4 “Jarang”, nilai 3 “Kadang-kadang”, nilai 2 “Sering”, dan nilai 1 “sangat sering”. Dengan rumus:

$$\text{Persentase (\%)} = (\text{jumlah nilai benar}) / (\text{skor tertinggi}) \times 100\%$$

3) Pemberian skor aktivitas fisik dengan rumus

a) Low Intensity MET-menit/minggu = $3,3 \times$ waktu berjalan kaki (dalam menit) x jumlah hari

b) Moderate MET-menit/minggu = $4 \times$ waktu melakukan aktivitas fisik sedang (dalam menit) x jumlah hari

c) Vigorous MET-menit/minggu = $8 \times$ waktu melakukan aktivitas fisik berat (dalam menit) x jumlah hari

c. Coding

Coding merupakan langkah pemberian kode numerik (angka) pada data yang sudah dikumpulkan yang terdiri atas beberapa kategori. Pemberian kode ini memudahkan peneliti dalam pengolahan dan menganalisis data. Pada penelitian ini peneliti memberi kode pada kejadian KEK, pola makan, pengetahuan gizi, penyakit infeksi, aktifitas fisik, dan persepsi *body image*.

1) Pengetahuan gizi

a) Kode 1 jika skor baik $>76\%$

b) Kode 2 jika skor cukup $56-75\%$

c) Kode 3 jika skor kurang $<55\%$

- 2) Persepsi Body Image
 - a) Kode 1 jika persepsi positif
 - b) Kode 2 jika persepsi negatif
- 3) Kejadian KEK
 - a) Kode 1 jika >23.5 cm
 - b) Kode 2 jika $<23,5$ cm
- 4) Sosial ekonomi
 - a) Kode 1 jika bukan penerima bantuan PKH (Program Keluarga Harapan).
 - b) Kode 2 jika penerima bantuan PKH (Program Keluarga Harapan).
- 5) Sumber informasi
 - a) Kode 1 jika sosial media instagram
 - b) Kode 2 jika sosial media tiktok
 - c) Kode 3 jika sosial media facebook
 - d) Kode 4 jika media sosial telegram
 - e) Kode 5 jika leaflet atau brosur yang dibagikan petugas kesehatan.
 - f) Kode 6 jika edukasi atau konseling yang diberikan petugas kesehatan.
- 6) Aktivitas fisik
 - a) Kode 1 jika aktivitas ringan <600 METs/menit/minggu.

b) Kode 2 jika aktivitas sedang 600-1500 METs/menit/minggu.

c) Kode 3 jika aktivitas berat >1500-3000 METs/menit/minggu.

7) Pola makan

a) Kode 1 jika pola makan seimbang.

b) Kode 2 jika pola makan tidak seimbang.

8) Penyakit infeksi

a) Kode 1 jika tidak pernah mengalami penyakit infeksi.

b) Kode 2 jika pernah menderita penyakit infeksi.

d. *Transferring* (pemindahan data)

Data yang diperoleh dan telah melalui pemeriksaan oleh peneliti selanjutnya dilakukan rekapitulasi sehingga semua data tercatat ke dalam master table di ms excel.

e. *Tabulating* (tabulasi data)

Berdasarkan data yang telah direkap ke dalam master table maka selanjutnya peneliti mengklasifikasikan data dan disusun kedalam bentuk table distribusi frekuensi dan disajikan dalam laporan karya tulis ilmiah.

3. Analisis Data

Analisis data adalah proses penyederhanaan data kedalam bentuk yang lebih mudah dibaca dan diinterpretasikan. Analisis data yang dilakukan adalah analisis univariat. Analisis univariat yaitu analisis

yang dilakukan terhadap tiap variabel dari hasil penelitian. Pada umumnya, dalam analisis ini hanya menghasilkan distribusi dan persentase dari tiap variabel (Surahman dkk,2016).

Pemberian nilai pada kuesioner pengetahuan KEK dengan menggunakan rumus:

$$\text{Persentase (\%)} = (\text{jumlah nilai benar}) / (\text{jumlah soal}) \times 100\%.$$

Pemberian nilai pada kuesioner aktivitas fisik berdasarkan IPAQ

- a. Low Intensity MET-menit/minggu = 3,3 x waktu berjalan kaki (dalam menit) x jumlah hari
- b. Moderate MET-menit/minggu = 4 x waktu melakukan aktivitas fisik sedang (dalam menit) x jumlah hari
- c. Vigorous MET-menit/minggu = 8 x waktu melakukan aktivitas fisik berat (dalam menit) x jumlah hari

K. Etika Penelitian

Etika penelitian diperlukan untuk menghindari terjadinya tindakan yang tidak etis dalam melakukan penelitian, maka dilakukan prinsip-prinsip sebagai berikut:

1) Lembar Persetujuan (*Informed consent*)

Lembar persetujuan berisi penjelasan mengenai penelitian yang dilakukan, tujuan penelitian, tata cara penelitian, manfaat yang diperoleh responden, dan resiko yang mungkin terjadi. Pernyataan dalam lembar persetujuan jelas dan mudah dipahami sehingga responden tahu bagaimana penelitian ini dijalankan. Untuk

responden yang bersedia maka mengisi dan menandatangani lembar persetujuan secara sukarela. Pada penelitian ini peneliti memberikan surat persetujuan kepada responden untuk mendapatkan persetujuan pengambilan data.

2) Anonimitas

Untuk menjaga kerahasiaan peneliti tidak mencantumkan nama responden, tetapi lembar tersebut hanya diberi kode. Pada penelitian ini peneliti memasukkan nama responden menggunakan kode.

3) *Confidentiality* (Kerahasiaan)

Confidentiality yaitu tidak akan menginformasikan data dan hasil penelitian berdasarkan data individual, namun data dilaporkan berdasarkan kelompok.

4) Sukarela

Penelitian bersifat sukarela dan tidak ada unsur paksaan atau tekanan secara langsung maupun tidak langsung dari peneliti kepada calon responden atau sampel yang akan diteliti.

