

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Desain Penelitian

Desain atau rancangan penelitian merupakan rencana penelitian yang disusun sedemikian rupa sehingga peneliti dapat memperoleh jawaban dari pertanyaan penelitian (Setiadi, 2013). Rancangan yang digunakan dalam penelitian ini adalah studi kasus dengan desain penelitian deskriptif. Studi kasus merupakan salah satu penelitian yang dilakukan dengan cara meneliti suatu permasalahan melalui suatu kasus yang terdiri dari unit tunggal. Unit tunggal disini berarti satu orang dari sekelompok penduduk yang terkena suatu masalah atau sekelompok masyarakat disuatu daerah (Notoatmodjo, 2010). Penelitian deskriptif adalah suatu metode penelitian yang dilakukan dengan tujuan untuk membuat gambaran atau deskripsi tentang suatu keadaan secara objektif yang digunakan untuk memecahkan atau menjawab permasalahan yang sedang dihadapi pada situasi sekarang (Setiadi, 2013).

Penelitian ini menggunakan desain studi kasus untuk mengetahui gambaran pola makan anak usia sekolah yang mengalami obesitas.

3.2 Subyek Penelitian

Subyek penelitian adalah sesuatu yang diteliti, di dalam subjek penelitian ini terdapat objek penelitian yang menjadi pusat perhatian dan sasaran penelitian (Hidayat, 2007). Subyek penelitian pada studi kasus ini adalah ibu dari anak usia sekolah yang mengalami obesitas berjumlah 2 orang, sedangkan objek penelitian

pada studi kasus ini adalah anak usia sekolah yang mengalami obesitas berjumlah 2 orang anak. Adapun kriteria objek penelitian adalah:

1. Anak usia sekolah (6-12 tahun)
2. Mengalami obesitas (dengan perhitungan $IMT/U > 2 SD$)
3. Di dalam wilayah kerja Puskesmas Turen di Desa Talangsuko
4. Bersedia menjadi responden dalam studi kasus ini.
5. Kooperatif

3.3 Fokus Studi

Fokus studi adalah obyek penelitian atau apa yang menjadi titik perhatian suatu penelitian (Arikunto, 2006). Yang menjadi fokus studi penelitian ini adalah pola makan anak usia sekolah yang mengalami obesitas sebelum dan sesudah dilakukan pendidikan kesehatan tentang pola makan sehat pada keluarga.

3.4 Definisi Operasional

Definisi operasional adalah uraian tentang batasan variabel yang dimaksud, atau apa yang diukur oleh variabel yang bersangkutan (Notoatmodjo, 2010). Menurut Setiadi (2013), definisi operasional dapat menjelaskan secara padat suatu variable berdasarkan karakteristik yang diamati dalam melakukan pengukuran secara cermat terhadap suatu obyek atau fenomena dengan menggunakan parameter yang jelas.

Tabel 3.1 Definisi Operasional Variabel Penelitian

No	Variabel	Definisi Operasional	Parameter	Alat Ukur
1	Gambaran Pola Makan Anak Usia Sekolah Yang Mengalami Obesitas	Gambaran frekuensi, jumlah dan jenis makanan yang di konsumsi oleh subjek penelitian yang mengalami obesitas yang dilakukan menggunakan lembar wawancara dan lembar observasi berupa <i>food recall</i> , masing-masing sebelum dan sesudah dilakukan pendidikan kesehatan. 2x kunjungan sebelum dilakukan pendidikan kesehatan dan 5x kunjungan sesudah dilakukan pendidikan kesehatan selama 1 bulan untuk 2 objek penelitian	1) Frekuensi makan setiap hari 2) Jumlah makanan yang dikonsumsi setiap hari 3) Jenis makanan yang dikonsumsi setiap hari 4) Perilaku makan sehari-hari	Pedoman wawancara Lembar observasi berupa <i>food recall</i> yang telah dimodifikasi (Terlampir)

2	Pendidikan Kesehatan Pola Makan Sehat	Suatu tindakan pemberian pendidikan kesehatan kepada keluarga dari subjek yang mengalami obesitas dengan cara menjelaskan diit Rendah Kalori Gizi Seimbang (RKGS) yang sesuai dengan SAP dan <i>flipchart</i> RKGS. Pendidikan kesehatan dilakukan 1x kunjungan dalam 1 minggu untuk 2 subjek penelitian.	1) Frekuensi makan setiap hari 2) Jumlah makanan yang dikonsumsi setiap hari 3) Jenis makanan yang dikonsumsi setiap hari 4) Menu makanan setiap hari	Satuan Acara Penyuluhan (SAP) dan <i>flichart</i> (Terlampir)
---	---------------------------------------	---	--	---

3.5 Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di rumah responden yang berada dalam wilayah kerja Puskesmas Turen pada tanggal 22 Mei sampai dengan 17 Juni 2017.

3.6 Pengumpulan Data

Pengumpulan data adalah suatu proses pendekatan kepada subjek dan objek dalam proses pengumpulan karakteristik subjek yang digunakan dalam penelitian (Nursalam, 2008). Pengumpulan data diperlukan agar peneliti bisa mendapatkan data yang ingin diteliti secara nyata dengan menggunakan instrument yang tepat.

3.6.1 Langkah-langkah Pengumpulan Data

1. Tahap Persiapan

Tahap persiapan meliputi kegiatan pendahuluan sebelum melakukan pengambilan data di lapangan. Adapun kegiatan tersebut adalah:

- a. Persetujuan proposal penelitian dari pihak institusi Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Malang untuk pengambilan data.
- b. Peneliti mengurus surat ijin dari institusi untuk penelitian yang ditujukan pada Dinas Kesehatan Kabupaten Malang.
- c. Peneliti mengurus surat ke kantor Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Kabupaten Malang untuk mendapatkan surat ijin ke Dinas Kesehatan Kabupaten Malang.
- d. Setelah mendapatkan ijin dari Dinas Kesehatan Kabupaten Malang, peneliti memberikan surat ijin kepada Puskesmas Turen untuk mendapatkan ijin pengambilan data penelitian dengan menjelaskan maksud dan tujuan pengambilan data penelitian.
- e. Peneliti memilih subjek penelitian sesuai kriteria, kemudian dilakukan penimbangan berat badan dan pengukuran tinggi badan.

- f. Peneliti memberikan penjelasan kepada subjek penelitian tentang tujuan, teknik pelaksanaan, kerahasiaan data, manfaat dari penelitian yang akan dilakukan kepada subjek.
- g. Setelah mendapatkan penjelasan subjek menandatangani *informed consent* sebagai bukti persetujuan sebagai responden.
- h. Peneliti melakukan kontrak waktu kepada subjek penelitian yang meliputi kapan subjek dapat dikunjungi untuk melakukan pengambilan data.
- i. Peneliti membuat Satuan Acara Penyuluhan (SAP) dan *flipchart* Diet Rendah Kalori Gizi Seimbang (RKGS) untuk pedoman melakukan pendidikan kesehatan.

2. Tahap Pengumpulan Data

Setelah tahap persiapan telah dilakukan maka, kegiatan selanjutnya adalah tahap pengumpulan data. Adapun kegiatan tersebut adalah:

- a. Peneliti mengunjungi rumah subjek pada bulan Mei di minggu pertama untuk subjek 1 dan subjek 2.
- b. Peneliti menjelaskan kepada subjek tentang cara pengisian kuesioner terbuka *food recall* tentang daftar makanan yang dikonsumsi selama 24 jam disertai dengan menyertakan ukuran rumah tangga (URT) seperti (piring, gelas, sendok, dan lain-lain).
- c. Peneliti mengambil data pola makan sebelum di berikan pendidikan kesehatan selama 2 hari dengan 2x kunjungan di minggu pertama dengan cara menanyakan dan mencatat semua makanan yang dikonsumsi responden selama kurun waktu 24 jam yang lalu dalam ukuran rumah

tangga (URT). Peneliti melakukan konversi dari URT kedalam ukuran berat (gram). Dalam menaksir/ memperkirakan kedalam ukuran berat (gram) menggunakan berbagai alat bantu seperti contoh ukuran rumah tangga (piring, gelas, sendok, dan lain-lain). Lalu menganalisis bahan makanan menggunakan program *nutr survey*, sehingga dapat mengetahui jumlah kalori pada makanan yang dikonsumsi. Selanjutnya membandingkan jumlah kalori yang diperoleh dengan jumlah kebutuhan kalori responden.

- d. Melakukan pendidikan kesehatan kepada keluarga subjek selama 1 hari dengan cara menjelaskan diet obesitas pada anak yaitu dengan menggunakan prinsip Rendah Kalori Gizi Seimbang (RKGS) yang sesuai dengan materi pada Satuan Acara Penyuluhan (SAP) dan *flipchart*, yang meliputi pengertian RKGS, jenis, jumlah, menu, dan frekuensi yang harus dikonsumsi setiap hari.
- e. Peneliti mengambil data pola makan sesudah di berikan pendidikan kesehatan selama 5x kunjungan dalam 3 minggu terakhir. Menganalisis bahan makanan menggunakan program *nutr survey*. Selanjutnya membandingkan adanya perubahan kalori atau tidak sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan tentang diet RKGS.
- f. Peneliti melengkapi dan menyempurnakan hasil pengambilan data dan data-data yang kurang dari ibu/ subjek penelitian.

3.6.2 Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian ini antara lain:

1. Meteran Mikrotoa

Untuk mengukur tinggi badan pada objek penelitian.

2. Timbangan Injak

Untuk mengukur berat badan pada objek penelitian

3. *Nutrisurvey*

Aplikasi atau program untuk menganalisis kandungan kalori dari makanan yang dikonsumsi subjek penelitian.

4. Kuesioner

a. Pedoman Wawancara

Pedoman wawancara digunakan untuk mengetahui kebiasaan makan pada subjek penelitian.

b. Angket/ Lembar *food recall*

Instrumen ini berupa lembar observasi dan digunakan untuk mencatat daftar makanan yang dikonsumsi subjek selama 24 jam.

5. Lembar Balik

Untuk sarana informasi dan edukasi kepada subjek maupun objek penelitian.

3.7 Cara Pengolahan Data

Setelah data dikumpulkan, maka langkah yang harus dilakukan selanjutnya adalah mengolah data yang ada, karena data yang diperoleh langsung dari subjek penelitian masih belum dapat disajikan.

Dalam analisa ini menggunakan analisa deskriptif yaitu suatu proses pengambilan data dengan menggambarkan data.

Untuk asupan pola makan menggunakan metode *food recall*. Data yang dikumpulkan di analisis dengan menggunakan program *nutr survey*. Jumlah makanan dinyatakan dalam satuan ukuran rumah tangga (URT) misalnya sendok, piring, gelas, dan lain-lain yang biasa digunakan sehari-hari, selanjutnya di konvensi dalam ukuran berat (gram) berdasarkan daftar bahan makanan penukar. Program *nutr survey* berfungsi untuk mengetahui nilai gizi (energi, protein, lemak, karbohidrat) dari bahan makanan secara praktis. Hasil pengukuran tersebut kemudian dibandingkan dengan daftar Angka Kecukupan Gizi (AKG) rata-rata yang dianjurkan berdasarkan golongan umur. Angka Kecukupan Gizi (AKG) energi untuk anak 7-9 tahun sebesar 1850 kkal, untuk anak laki-laki umur 10-12 tahun adalah 2100 kkal, sedangkan untuk anak perempuan umur 10-12 tahun 2000 kkal.

Untuk pengolahan data hasil wawancara yaitu dengan melakukan pemilihan dan pemusatan perhatian. Kemudian peneliti memaparkan secara kualitatif dan disajikan dalam bentuk naratif.

3.8 Penyajian Data

Penyajian data penelitian merupakan cara penyajian data penelitian yang dilakukan melakukan berbagai bentuk (Notoatmodjo, 2010). Data yang disajikan dalam bentuk yang mudah dibaca dan dimengerti untuk dapat memberikan informasi dan memudahkan interpretasi hasil (Setiadi, 2013). Data disajikan dalam bentuk:

a. *Textular*

Penyajian cara *textular* merupakan penyajian data hasil penelitian dalam bentuk uraian kalimat. Penelitian ini akan dijabarkan dalam bentuk narasi untuk mengetahui hasil penelitian.

b. Tabel

Penyajian dalam bentuk tabel merupakan suatu penyajian sistematis yang tersusun dalam kolom yang berisi data makanan yang dikonsumsi dan kolom yang berisi kalori yang terpenuhi setiap kunjungan. Selain dalam bentuk narasi hasil penelitian ini akan disajikan dalam bentuk tabel untuk melihat hasil penelitian lebih jelas.

3.9 Etika Penelitian

Dalam penelitian ini, peneliti menerapkan prinsip-prinsip etika dalam penelitian menurut Hidayat (2007) yaitu:

3.9.1 Lembar Persetujuan (*Informed Consent*)

Informed consent diberikan sebelum melakukan penelitian yaitu berupa lembar persetujuan menjadi responden. Dalam penelitian ini, peneliti menjelaskan maksud dan tujuan penelitian kepada calon responden, jika calon responden bersedia untuk menjadi responden maka peneliti memintanya untuk menandatangani *informed consent* dan jika tidak bersedia maka peneliti tidak memaksanya.

3.9.2 Tanpa Nama (*Anonymity*)

Anonymity berarti tidak perlu mencantumkan nama pada lembar pengumpulan data (kuisisioner). Peneliti tidak mencantumkan nama lengkap pada penyajian hasil penelitian ataupun untuk kepentingan publikasi hasil penelitian.

3.9.3 Kerahasiaan (*Confidentiallity*)

Hal ini menjelaskan masalah-masalah responden yang harus dirahasiakan dalam penelitian. Kerahasiaan informasi yang telah dikumpulkan dijamin kerahasiaan oleh peneliti dan hanya kelompok data tertentu yang akan dilaporkan dalam hasil penelitian. Dalam penelitian ini peneliti hanya menyajikan data-data tertentu yang relevan dengan tujuan penelitian.