

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Penelitian yang dilakukan merupakan penelitian dengan rancangan *cross sectional study* yaitu suatu pendekatan yang sifatnya sesaat pada suatu waktu dan tidak diikuti terus menerus dalam kurun waktu tertentu (Notoatmodjo, 2010). Kegiatan yang dilakukan meliputi pengumpulan data terhadap variabel dependen dan independen akan dikumpulkan dalam waktu bersamaan.

B. Waktu dan Tempat Pelaksanaan

Penelitian ini dilakukan pada siswi kelas X di SMK Nahyada Global. Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 12 dan 13 Maret 2020.

C. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri dari atas obyek atau subyek yang mempunyai kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Sedangkan sampel adalah sebagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut (Sugiyono, 2010).

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswi kelas X di SMK Nahyada Global.

2. Sampel

Sampel pada penelitian ini adalah seluruh siswi kelas X, pada penelitian ini pengambilan sampel berdasarkan kriteria yaitu sebagai berikut :

a. Kriteria Inklusi

- 1) Bersedia menjadi responden.
- 2) Responden seorang siswi yang berada dikelas X.
- 3) Responden sehat rohani dan jasmani.

b. Kriteria Eksklusi

- 1) Siswi yang tidak hadir saat dilakukan penelitian.

3. Teknik Sampling

Pada penelitian ini teknik sampling yang digunakan adalah purposive sampling yaitu pengambilan sampel berdasarkan ciri-ciri populasi yang sudah diketahui sebelumnya, seperti dalam kriteria sampel yaitu sebanyak 32 sampel.

D. Variabel Penelitian

1. Variabel Independen

Variabel Independen dalam penelitian ini adalah *body image*.

2. Variabel Dependen

Variabel Dependen dalam penelitian ini adalah pola makan.

E. Definisi Operasional Variabel

Tabel 1. Definisi Operasional Penelitian

No	Variabel	Definisi	Alat Ukur	Cara Ukur	Skala Ukur
1.	<i>Body Image</i>	Suatu gambaran/ persepsi individu terhadap bentuk tubuhnya yang diliputi perasaan puas maupun tidak puas terhadap bentuk dan ukuran tubuh secara keseluruhan	Kuesioner	- <i>body image</i> positif (skor < 38) - <i>body image</i> negatif (≥ 38) Sumber: Hastuti, 2013	Nominal

No	Variabel	Definisi	Alat Ukur	Cara Ukur	Skala Ukur
2	Pola Makan	Kesesuaian jumlah, jenis makanan dan frekuensi yang dikonsumsi setiap hari atau setiap kali makan oleh responden yang terdiri dari jenis makanan pokok, lauk pauk (lauk hewani dan nabati) serta sayur dan buah.	Food Frequency	<ul style="list-style-type: none"> - Baik (344-452) - Cukup (236-343) - Kurang (128-235) <p>Sumber : Suhardjo dalam Agnes (2017)</p>	Ordinal

G. Instrumen Penelitian

1. Formulir persetujuan menjadi responden.
2. Satu paket form kuesioner, terdiri dari :
 - a. Kuesioner *body image*.
 - b. Form *Food Frequency*.
3. Microsoft Excel.
4. SPSS 16,0.

H. Metode Pengumpulan Data

1. Data Primer

- a. Data identitas responden

Data identitas yang meliputi nama, umur, tempat tanggal lahir, diperoleh dari alat bantu kuesioner.

b. Data *Body Image*

Data *Body Image* diperoleh dari alat bantu kuesioner atau angket yang di bagikan kepada responden.

c. Data Pola Makan

Data Pola makan diperoleh dengan wawancara menggunakan form *food frequency* untuk mengetahui pola makan responden.

2. Data Sekunder

Data sekunder diperoleh dari pihak sekolah tentang profil dan jumlah siswa.

I. Pengolahan dan Analisis Data

1. Data Identitas Responden

Data identitas responden meliputi nama dan kelas/jurusan. Disajikan dalam bentuk diagram, dijelaskan secara deskriptif untuk mengetahui penyebarannya.

2. Data *Body Image*

Hasil tesis Hastuti (2013), data *body image* diolah dengan menggunakan BSQ. *Body Shape Questionnaire* (BSQ) merupakan salah satu skala yang biasa digunakan untuk menilai persepsi tubuh. Data *body image* diperoleh dari kuesioner *Body Shape Questionnaire* (BSQ) *short version* yang terdiri dari 16 butir pertanyaan.

Pengukuran BSQ dilakukan dengan pemberian pilihan kepada responden dengan skala nomor dari satu hingga enam sesuai dengan apa yang mereka rasakan.

1) Skala 1 = tidak pernah

2) Skala 2 = jarang

- 3) Skala 3 = kadang-kadang
- 4) Skala 4 = sering
- 5) Skala 5 = sangat sering
- 6) Skala 6= selalu

Variabel *body image* dikategorikan menjadi mengalami *body image* positif (skor < 38) dan *body image* negatif (skor ≥ 38).

Semakin tinggi nilai skor pada BSQ menunjukkan adanya persepsi tubuh yang semakin buruk setelah data diberi kriteria, kemudian disajikan dalam bentuk tabel dan dianalisa secara deskriptif untuk mengetahui hasilnya.

3. Data Pola Makan

Data pola makan FFQ diolah menggunakan program SPSS.

Data pola makan dianalisis dan dikategorikan menurut (Suhardjo *et al.* 1989 dalam Agnes, 2017) :

- 1) Sering sekali dikonsumsi : ≤ 2 x / hari (skor 50)
- 2) Sering dikonsumsi : 1 x / hari (5-6 x / minggu) (skor 25)
- 3) Biasa dikonsumsi : 3-4 x minggu (skor 15)
- 4) Kadang-kadang dikonsumsi : < 3 x / minggu (1-2 x minggu) (skor 10)
- 5) Jarang Dikonsumsi : < 1 x /minggu (1-3 x / bulan) (skor 1)
- 6) Tidak pernah dikonsumsi : (skor 0)

Kemudian skor yang didapat dijumlahkan dan dikategorikan sebagai berikut :

- 1. Baik : 344 - 452
- 2. Cukup : 236 - 343

3. Kurang : 128 – 235

Sumber : Suhardjo dalam Agnes (2017)

Setelah dilakukan perhitungan skor pada pola makan, maka selanjutnya dilakukan proses koding terhadap skor pola makan, yakni :

1. Pola Makan Baik : 1
2. Pola Makan Cukup : 2
3. Pola Makan Kurang : 3

4. Analisis Uji Hubungan

Untuk mengetahui hubungan antara kedua variabel dengan menggunakan tabel distribusi frekuensi sehingga menghasilkan distribusi dan frekuensi setiap variabel penelitian.

Untuk analisis bivariat dilakukan untuk mengetahui hubungan variabel dependen dan independen dalam bentuk tabulasi silang (crosstab) dengan menggunakan program SPSS dengan uji statistik *chi-square* dengan $\alpha = 0,05$, adapun hipotesis yang diuji adalah sebagai berikut :

H0 = Tidak terdapat hubungan antara *body image* dan Makan pada remaja putri di SMK Nahyada Global.

H1 = Terdapat hubungan antara *body image* dan pola makan pada remaja putri di SMK Nahyada Global.

Penarikan kesimpulan :

Jika $p\text{-value} \leq \alpha$ maka H0 ditolak, berarti terdapat hubungan antara *body image* dan pola makan pada remaja putri di SMK Nahyada Global.

Jika $p\text{-value} > \alpha$ maka H1 diterima, berarti tidak terdapat hubungan antara *body image* dan pola makan pada remaja putri di SMK Nahyada Global.

