

BAB III METODE PENELITIAN

A. Jenis dan Desain Penelitian

Jenis penelitian ini adalah observasional dengan rancangan *cross sectional*, yaitu peneliti mempelajari variabel independent dengan variabel dependent dan dilakukan pengamatan sewaktu pada saat yang sama.

B. Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Februari – Maret 2022, di Desa Pengambengan, Kabupataen Jembrana, Bali bertempat di SDN 3 Pengambengan.

C. Subyek Penelitian

Populasi penelitian ini adalah 50 anak sekolah di Desa Pengambengan, Negara, Jembrana, Bali. Subjek penelitian ini adalah anak sekolah usia 10-12 tahun yang memenuhi kriteria inklusi maupun eksklusi. Adapun kriteria inklusi dan eksklusi adalah sebagai berikut :

1. Kriteria inklusi, Kriteria inklusi pada penelitian ini adalah :
 - a. Anak usia 10-12 tahun
 - b. Bisa berkomunikasi dan menulis
 - c. Tidak absen pada saat penelitian di lakukan
 - d. Berdomisili di Desa Pengambengan, Kabupataen Jembrana, Bali.
 - e. Bersedia menjadi informan
2. Kriteria eksklusi
Tidak dalam keadaan sakit pada saat dilakukan penelitian

D. Definisi Operasional Variabel

1. Tingkat konsumsi zat gizi makro
Tingkat konsumsi zat gizi makro yang terdiri dari protein, lemak, karbohidrat yang dikonsumsi oleh anak sekolah dalam sehari dalam satuan gr/hari per orang, kemudian tingkat asupan diperoleh dengan membandingkan Angka Kecukupan Gizi (AKG) x 100

Table 1. Tingkat asupan zat gizi makro, Fe, Vitamin C

Kategori Tingkat Konsumsi Zat Gizi Makro, Fe, Vitamin C	
Defisit Tingkat Berat	<70%
Defisit Tingkat Sedang	70% - 79%
Defisit Tingkat Ringan	80% - 89%
Normal	90-119%
Kelebihan	>120%

Sumber. Depkes RI (1996)

2. Status gizi

Pengukuran status gizi anak sekolah sesuai usia dan jenis kelamin menggunakan indikator IMT/U sebagai berikut :

Table 2. Kategori status gizi TB/U, IMT/U

Indeks	Kategori Status Gizi	Ambang batas (Z-Score)
IMT/U	Gizi buruk (severely thinness)	<-3 sd
	Gizi kurang (thinness)	-3 SD sd <-2 SD
	Gizi baik (normal)	-2SD sd + 1SD
	Gizi lebih (overweight)	+1SD sd +2 SD
	Oesitas (obese)	>+2 SD

Sumber : PERMENKES NO 2 TAHUN 2020

E. Instrumen Penelitian

1. Lembar penjelasan dan persetujuan responden

Lembar penjelasan berisi tentang maksud dan tujuan penelitian dan lembar persetujuan berisi tentang bersedia tidaknya responden menjadi informan sekaligus menjadi responden dalam penelitian

2. Lembar kuesioner karakteristik

Lembar kuesioner yang berisi daftar pertanyaan yang harus diisi oleh responden sebagai sarana untuk mengumpulkan informasi tentang karakteristik anak sekolah (usia, jenis kelamin, alergi makanan, makanan tidak disukai)

3. Mikrotoa

Alat untuk mengukur tinggi badan (TB)

4. Timbangan digital

Alat untuk menimbang berat badan (BB)

5. Food model

6. Lembar kuesioner Food Recall 24 jam

Lembar kuesioner yang berisi daftar pertanyaan yang harus diisi oleh responden sebagai sarana untuk mengumpulkan informasi tentang asupan makan sehari

F. Teknik Pengumpulan Data

1. Pengumpulan data diawali dengan memberikan surat izin penelitian ke SDN 3 Pengambengan untuk menjelaskan tujuan, maksud dan proses dari penelitian yang akan dilakukan
2. Penyebaran form concern untuk mendapatkan persetujuan responden yang diawali dengan menjelaskan maksud, tujuan dan kegiatan apa saja yang akan dilakukan selama penelitian. Setelah itu responden mengisi lembar persetujuan untuk menjadi responden penelitian dan langsung mengisi kuesioner identitas responden. Peneliti bersedia merahasiakan data yang sudah didapat dari responden
3. Pengukuran antropometri terdiri dari TB dan BB untuk mengetahui status gizi responden. Setelah itu wawancara food recall 24 jam untuk mengetahui tingkat asupan zat gizi makro, Fe dan Vitamin C responden.

G. Pengolahan, penyajian dan analisis data

1. Pengolahan data diawali dengan :
 - a. *Editing*, Untuk mengecek kelengkapan data responden dan kuesioner yang telah diisi sebelumnya apakah masih ada yang belum diisi atau belum lengkap
 - b. *Coding* Pemberian kode pada lembar kuesioner,
 - c. *Cleaning* data atau pembersihan data, Pengecekan kembali semua data yang telah didapat agar tidak ada kesalahan dalam proses penginputan.
 - d. *Processing* atau entri data. Penginputan ke lembar kerja.
2. Penyajian data dilakukan dengan tekstular dan tabulasi.
3. Analisis data
Data yang dikumpulkan dalam bentuk data numerik. Data antropometri (berat badan dan tinggi badan) dianalisis menggunakan nilai Z-score dihitung menggunakan rumus IMT untuk anak laki-laki dan perempuan (Kemenkes, 2011).

- a. Menganalisis data IMT/U menggunakan acuan Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia No. 2 Tahun 2020 Tentang Standar Antropometri Anak dengan melihat Z-score IMT/U untuk mengetahui status gizi responden tergolong gizi kurang, gizi baik, gizi lebih atau obesitas
- b. Menganalisis asupan makanan menggunakan Nutrisurvey. Kemudian untuk mengetahui tingkat kecukupan zat gizi makro, Fe dan Vitamin C maka $\frac{\text{asupan sehari}}{\text{kebutuhan (AKG)}} \times 100\%$