

BAB III

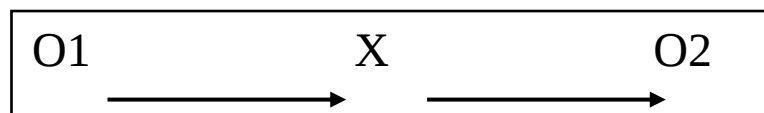
METODE PENELITIAN

3.1 Desain Penelitian

Desain penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah *pra eksperimen* dengan menggunakan pendekatan *one group pre test post test*. Dengan menggunakan desain ini, peneliti ingin mempelajari pengaruh pemberian intervensi skrining dan edukasi melalui aplikasi “Reaksi” dengan peningkatan efikasi diri dalam diet sehat pada remaja putri di SMK PGRI 3 Malang dengan melibatkan satu kelompok subyek tanpa adanya kelompok kontrol atau pembanding.

Dalam penelitian ini responden dinilai efikasi diri dalam diet sehatnya sebanyak 2 kali. Pada pertemuan pertama, akan dilakukan *pre test* pada responden, kemudian responden diberikan intervensi berupa skrining dan edukasi melalui aplikasi “Reaksi”. Selanjutnya, pada pertemuan kedua responden diberikan intervensi lanjutan berupa pemberian edukasi tentang diet sehat melalui aplikasi “Reaksi” dan diberikan *posttest*.

Adapun desain penelitian dalam bentuk gambar adalah sebagai berikut.



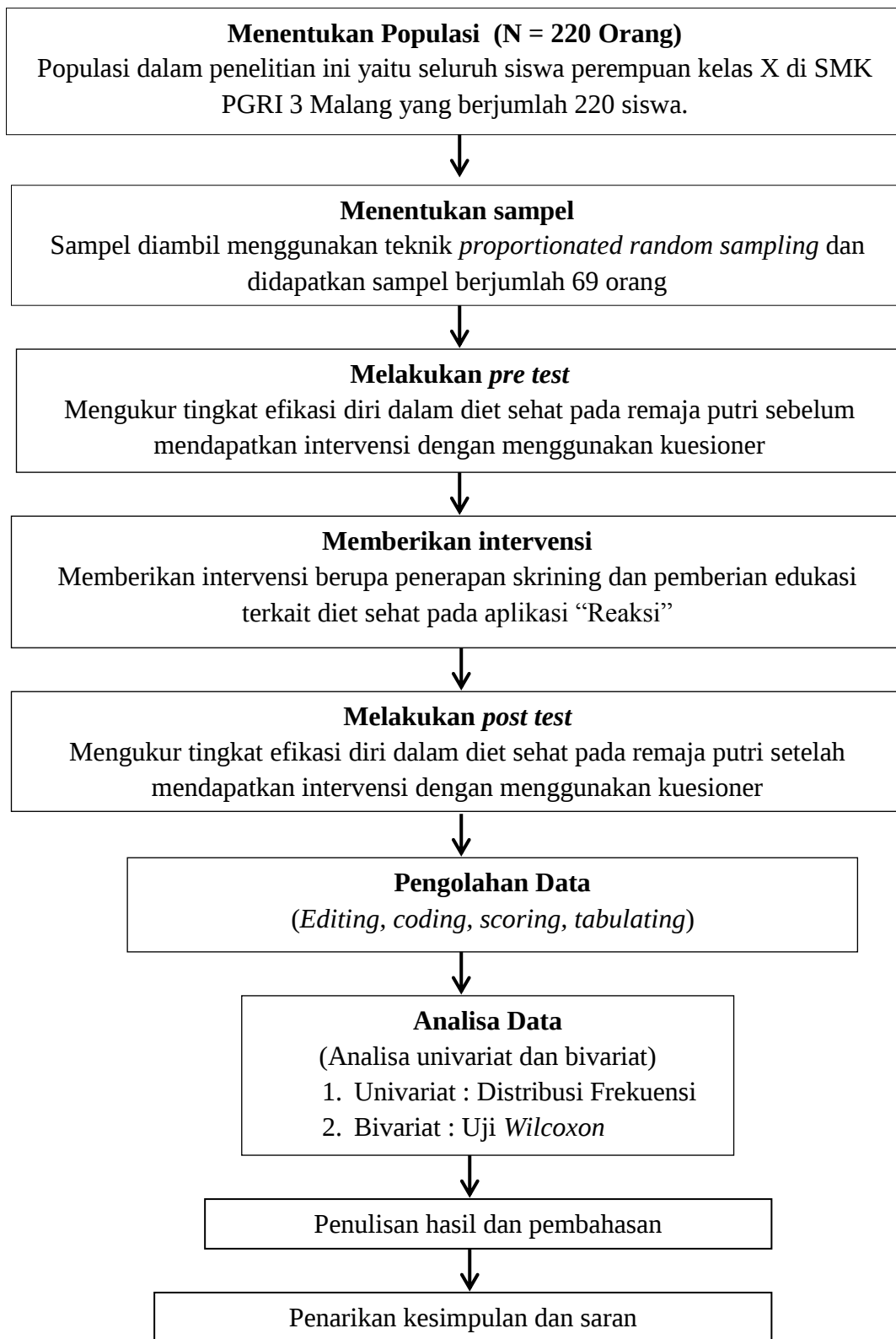
Keterangan :

O1 : Nilai *pretest* sebelum dilakukan intervensi

O2 : Nilai *posttest* sesudah dilakukan intervensi

X : Intervensi berupa skrining dan edukasi dengan aplikasi “Reaksi”

3.2 Kerangka Operasional



Gambar 3. Kerangka Operasional

3.3 Populasi, Sampel dan Sampling

3.3.1 Populasi

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh remaja putri kelas X di SMK

PGRI 3 Malang sebanyak 220 siswa, dengan rincian sebagai berikut :

Tabel 2. Jumlah siswa kelas X di SMK PGRI 3 Malang Tahun Ajaran 2023-2024

No.	Kelas	Jumlah Siswa
1.	X BPA	30
2.	X DKV (A)	40
3.	X DKV (B)	30
4.	X KJA	25
5.	X KJB	18
6.	X NIMA	25
7.	X RPA	32
8.	X RPB	20
Jumlah Populasi		220

Sumber : SMK PGRI 3 Malang

3.3.2 Sampel

Dalam penarikan sampel, penelitian ini menggunakan rumus slovin agar jumlah sampel dapat representatif. Adapun jumlah sampel penelitian ini ditentukan berdasarkan rumus slovin sebagai berikut :

$$n = \frac{N}{1 + N \cdot e^2}$$

Ketrangan :

N = jumlah populasi

n = jumlah sampel

e = margin kesalahan/toleransi ketidakteelitian karena kesalahan dalam pengambilan sampel

Berdasarkan rumus tersebut, maka jumlah sampel yang akan diambil peneliti adalah :

$$n = \frac{220}{1 + 220 (10\%)^2}$$

$$n = \frac{220}{1 + 220 (0,01)}$$

$$n = \frac{220}{1 + 2,2}$$

$$n = 68,75$$

$$= 69$$

Dari hasil perhitungan tersebut didapatkan hasil 68,75 maka dibulatkan menjadi 69 responden

3.3.3 Sampling

Dalam penelitian ini teknik sampling yang digunakan adalah *probability sampling* dengan jenis *proportional random sampling*, yakni teknik pengambilan sampel dimana semua anggota mempunyai kesempatan yang sama untuk dijadikan sampel sesuai dengan proporsinya.

Dari penghitungan menggunakan rumus slovin telah ditemukan jumlah sampel minimal, yakni 69 responden. Jumlah sampel masing-masing kelas/jurusan dengan teknik *proportional random sampling* didapatkan dengan menggunakan rumus sebagai berikut :

$$\text{Jumlah sampel} = \frac{\text{Jumlah sub populasi}}{\text{Jumlah populasi}} \times \text{Jumlah sampel yang diperlukan}$$

Berikut ini adalah perhitungan jumlah sampel yang diperlukan pada masing-masing jurusan dengan teknik *proportional random sampling*:

Tabel 3. Jumlah Sampel Penelitian

No.	Kelas/Jurusan	Jumlah Siswa	Sampel	Pembulatan
1.	X BPA	30	$30/220 \times 69 = 9,4$	9
2.	X DKV (A)	40	$40/220 \times 69 = 12,54$	13
3.	X DKV (B)	30	$30/220 \times 69 = 9,4$	9
4.	X KJA	25	$25/220 \times 69 = 7,84$	8
5.	X KJB	18	$18/220 \times 69 = 5,64$	6
6.	X NIMA	25	$25/220 \times 69 = 7,84$	8
7.	X RPA	32	$32/220 \times 69 = 10$	10
8.	X RPB	20	$20/220 \times 69 = 6,27$	6
Total		220	Total	69

Pengambilan sampel dilakukan secara acak menggunakan undian untuk masing-masing kelas, dan didapatkan sampel sebanyak 69 responden.

3.4 Kriteria Sampel

3.4.1 Kriteria Inklusi

Kriteria inklusi yang akan diterapkan dalam penelitian ini adalah :

- Remaja Putri kelas X di SMK 3 PGRI Malang yang berusia 15-18 tahun
- Memiliki email aktif dan *smartphone*.
- Bersedia mengikuti penelitian dari awal hingga akhir.

3.4.2 Kriteria Eksklusi

Kriteria eksklusi (menghilangkan atau mengeluarkan subyek yang memenuhi kriteria inklusi dari studi karena berbagai sebab) dalam penelitian ini adalah :

- Responden yang sedang sakit sehingga tidak memungkinkan untuk mengikuti dan atau melanjutkan kegiatan penelitian.
- Responden yang tidak menghadiri salah satu tahapan penelitian, baik penelitian tahap pertama maupun kedua karena alasan apapun.

3.5 Variabel Penelitian

Variabel dalam penelitian ini terdiri dari variabel independen (variabel bebas) dan variabel dependen (variabel terikat).

a. Variabel bebas (Independen)

Variabel bebas dalam penelitian ini adalah penggunaan aplikasi “Reaksi”

b. Variabel terikat (Dependen)

Variabel dependen (terikat) dalam penelitian ini ini adalah efikasi diri dalam diet sehat.

3.6 Definisi Operasional

Definisi operasional dalam penelitian ini ditunjukkan pada tabel berikut :

Tabel 4. Definisi Operasional

Variabel	Definisi Operasional	Alat Ukur	Skala	Nilai
Variabel Independen				
Penggunaan Aplikasi “Reaksi”	Penerapan skrining (tahap perkembangan remaja, status gizi, dan potensi anemia, serta pemberian edukasi tentang diet sehat melalui fitur skrining dan edukasi pada aplikasi “Reaksi” yang diberikan sebanyak dua kali pertemuan.	-	-	-
Variabel Dependen				
Efikasi diri dalam diet sehat	Keyakinan seseorang bahwa ia dapat mengontrol asupan makanannya, yang diuji menggunakan kuesioner sebanyak dua kali, yakni sebelum dan sesudah intervensi.	Kuesioner	Ordinal	Penilaian: Untuk pertanyaan no. 1-22 Jawaban pertanyaannya, 1. SS (sangat setuju) = Skor 4 2. S (setuju) = Skor 3 3. TS (tidak setuju) = Skor 2 4. STS (sangat tidak setuju) = Skor 1 Dengan kriteria sebagai berikut: 1. Efikasi diri tinggi: 76-100% (Skor: 67-88) 2. Efikasi diri sedang: 56-75% (Skor: 49-66) 3. Efikasi diri rendah: $\leq 55\%$ (Skor: 22-48)

3.7 Lokasi dan Waktu Penelitian

3.7.1 Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SMK PGRI 3 Malang.

3.7.2 Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan mulai bulan Agustus 2023 sampai dengan bulan Juni 2024.

3.8 Instrumen Penelitian

Instrumen yang digunakan untuk mengukur efikasi diri dalam diet sehat pada remaja putri adalah *Self Efficacy to Regulate Eating Habits Questionnaire* dari Albert Bandura dalam bukunya yang berjudul *Self Efficacy Beliefs of Adolescents* yang telah diterjemahkan dan diuji validitas serta reliabilitasnya. Uji validitas dan reliabilitas kuesioner dilakukan pada 30 remaja putri kelas XI di SMK PGRI 3 Malang.

3.8.1 Validitas Instrumen

Pengujian validitas instrumen dalam penelitian ini menggunakan metode statistika dengan memanfaatkan program komputer *software* SPSS. Uji validitas yang telah dilakukan dari 26 item pertanyaan kuesioner efikasi diri dalam diet sehat, hasilnya 22 item pertanyaan dinyatakan valid dan untuk 4 item pertanyaan lainnya dinyatakan tidak valid yang kemudian dieliminasi oleh peneliti.

3.8.2 Reliabilitas Instrumen

Teknik pengujian reliabilitas kuesioner dilakukan menggunakan koefisien *cronbach's alpha* dengan tingkat signifikansi 0,05 pada *software*

SPSS. Adapun tolak ukur untuk menginterpretasikan derajat reliabilitas instrumen yang diperoleh dapat menggunakan tabel berikut ini.

Tabel 5. Interpretasi Reliabilitas

Kategori Reliabilitas	
Nilai Alpha	Kategori
> 0,9	Sempurna/Sangat tinggi
0,7 - 0,9	Tinggi
0,5 - 0,7	Sedang
<0,5	Rendah

Sumber: Arikunto, 2008

Hasil uji coba instrumen yang telah dilakukan pada 22 item pertanyaan kuesioner efikasi diri dalam diet sehat diperoleh harga reliabilitas sebesar 0,914 yang artinya derajat keterandalan instrumen yang digunakan sangat tinggi dan dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpul data.

3.9 Metode Pengumpulan Data

Adapun langkah-langkah dalam pengambilan data penelitian adalah sebagai berikut:

a. Tahap Persiapan

1.) Studi Pendahuluan dan Penelusuran Populasi:

- a) Melakukan observasi awal di lokasi penelitian untuk memahami karakteristik populasi yang akan diteliti.
- b) Mengidentifikasi dan catat jumlah remaja putri kelas X di SMK PGRI 3 Malang serta kondisi lingkungan yang relevan untuk penelitian.
- c) Mewawancarai beberapa individu kunci (Guru BK SMK PGRI 3 Malang) untuk mendapatkan wawasan lebih dalam tentang populasi yang diteliti.

2.) Pengurusan Surat Izin Penelitian:

- a) Menyiapkan dokumen yang diperlukan untuk pengajuan izin, termasuk proposal penelitian dan tujuan penelitian.
- b) Mengajukan surat izin penelitian kepada Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang dan Dinas Pendidikan Kota Malang, serta pastikan untuk mengikuti prosedur yang ditetapkan oleh masing-masing instansi.
- c) Melakukan follow-up untuk memastikan bahwa izin telah diterima dan tidak ada persyaratan tambahan yang perlu dipenuhi.

3.) Persiapan Instrumen Penelitian:

- a) Merancang kuesioner dengan jelas dan sistematis, dan memastikan pertanyaan relevan dengan tujuan penelitian.
- b) Melakukan uji coba kuesioner (*pre-test*) pada sekelompok kecil responden untuk memastikan kejelasan dan efektivitas pertanyaan.
- c) Mencetak kuesioner dalam jumlah yang cukup untuk kebutuhan pengumpulan data.

4.) Dokumen Persetujuan Responden:

- a) Menyiapkan lembar permohonan menjadi responden yang menjelaskan tujuan penelitian dan manfaatnya.
- b) Membuat lembar Penjelasan Sebelum Persetujuan (PSP) yang menjelaskan prosedur penelitian secara rinci.
- c) Menyiapkan lembar *Informed Consent* yang harus ditandatangani oleh responden.

5.) Kontrak Waktu Pelaksanaan Penelitian:

- a) Menentukan jadwal yang jelas untuk pelaksanaan penelitian, termasuk tanggal dan waktu pengumpulan data. Tanggal yang ditetapkan yakni 28 dan 31 Mei 2024.
- b) Membuat kontrak atau kesepakatan tertulis dengan pihak sekolah (Guru BK SMK PGRI 3 Malang) mengenai waktu dan prosedur penelitian.
- c) Memastikan semua pihak yang terlibat memahami dan menyetujui jadwal yang telah ditentukan.

6.) Pengarahan (Briefing) untuk Enumerator dan Guru BK:

Mengadakan sesi pengarahan untuk enumerator dan Guru BK untuk menjelaskan tujuan penelitian, metode pengumpulan data, dan peran masing-masing.

b. Tahap Pelaksanaan

- 1) Memperkenalkan diri, melakukan pendekatan kepada responden yang terpilih serta menjelaskan prosedur dan tujuan penelitian sesuai dengan PSP.
- 2) Memberikan *informed consent* kepada 69 responden.
- 3) Memberikan intervensi berupa skrining dan edukasi dengan aplikasi “Reaksi” sebanyak 2x pertemuan dengan rincian pertemuan sebagai berikut:

Pertemuan Pertama, tanggal 28 Mei 2024

No.	Kegiatan	Waktu
1.	Pembukaan dan pengenalan	11.00 – 11.05
2.	Menjelaskan tujuan, manfaat, dan langkah dari penelitian serta memberikan lembar persetujuan (<i>informed consent</i>)	11.05-11.15
3.	Membagikan kuesioner <i>pre test self efficacy</i> dalam diet sehat	11.15 - 11.20
4.	Menjelaskan cara pengisian kuesioner dan pendampingan pengisian kuesioner.	11.20 - 11.25
5.	Mengecek kembali hasil pengisian kuesioner <i>pre test</i> .	11.25 - 11.30
6.	Pembagian link web aplikasi “Reaksi” dan mendampingi responden untuk membuat akun dalam aplikasi “Reaksi”	11.30 - 11.40
7.	Mengarahkan responden untuk melakukan skrining pada fitur “skrining” aplikasi reaksi yang meliputi skrining Tahap perkembangan remaja, status gizi, dan potensi anemia, serta mengevaluasi hasilnya.	11.40 - 11.55
8.	Mengajak responden untuk membuka fitur edukasi pada aplikasi “Reaksi” dan menonton video edukasi tentang gizi remaja dan diet sehat, yang berjudul : a. Diet sehat vs Diet tidak sehat b. Makanan dan minuman tidak sehat c. Akibat konsumsi makanan dan minuman tidak sehat d. Sayur dan Buah itu Penting	11.55-12.30

Pertemuan Kedua tanggal 31 Mei 2024

No.	Kegiatan	Waktu
1.	Pembukaan dan penjelasan alur kegiatan	11.00 – 11.05
2.	Mengajak responden untuk membuka kembali aplikasi “Reaksi” dan melihat kembali hasil skrining yang telah dilakukan 1 hari yang lalu.	11.05-11.10
3.	Mengarahkan responden untuk membuka fitur edukasi pada aplikasi “Reaksi” dan menonton video edukasi berjudul: - Bijak dalam memilih makanan - Kandungan gula dalam bahan makanan - Kandungan lemak dan kolesterol dalam bahan makanan - Kandungan natrium dalam bahan makanan - Tips memasak sehat di rumah	11.10 - 11.45
4.	Membagikan kuesioner <i>post test</i> dan mengajarkan cara pengisiannya.	11.45 – 12.00
5.	Mengecek kembali hasil pengisian kuesioner <i>post test</i> .	12.00 – 12.05

c. Tahap akhir

Tahap akhir pada penelitian ini adalah mengolah dan menganalisa data setelah semua data terkumpul menggunakan perhitungan secara statistik. Hasil perhitungan tersebut digunakan untuk menjawab hipotesis diterima atau ditolak.

3.10 Metode Pengolahan Data

Berikut langkah-langkah pengolahan data dalam penelitian ini :

3.10.1 *Editing*

Proses *editing* pada penelitian ini yaitu mengecek kembali lembar kuesioner yang telah diisi, pengecekan yang dilakukan meliputi kelengkapan, kejelasan, dan konsistensi jawaban responden.

3.10.2 *Coding*

Coding pada penelitian ini dilakukan dengan cara memberikan kode angka pada setiap data yang telah didapatkan untuk mempermudah peneliti dalam pengolahan dan analisa data. Adapun coding yang diberlakukan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

a. *Coding* karakteristik umum responden

1) Tahap perkembangan remaja

1 = Remaja awal

2 = Remaja madya

3 = Remaja akhir

2) Status gizi

1 = *Underweight*

2 = Normal

3 = *Overweight*

4 = Obesitas

3) Potensi Anemia

1 = Berpotensi anemia

2 = Tidak berpotensi anemia

b. *Coding* Efikasi Diri Dalam Diet Sehat

1 = rendah

2 = sedang

3 = tinggi

3.10.3 *Scoring*

Scoring dilakukan untuk memberikan skor atau nilai pada jawaban responden. Dalam pemberian skor efikasi diri dalam diet sehat, digunakan skala likert untuk penentuan skor. Kriteria penilaian ini digolongkan dalam empat tingkatan dengan penilaian sebagai berikut:

- a. Jawaban SS, diberi skor 4
- b. Jawaban S, diberi skor 3
- c. Jawaban TS, diberi skor 2
- d. Jawaban STS, diberi skor 1

Setelah diberikan skor atau nilai, data efikasi diri dalam diet sehat diubah ke dalam bentuk presentase dengan menggunakan rumus (Arikunto, 2008) :

$$P = \frac{Sp}{Sn} \times 100\%$$

Keterangan : P = Persentase

Sp = Nilai yang didapat

Sn = Nilai dari keseluruhan

Hasil dari perhitungan tersebut diinterpretasikan dengan tiga kategori (Arikunto, 2008), yaitu :

- 1) Kategori tinggi (76-100%)
- 2) Kategori sedang (56-75%)

3) Kategori rendah ($\leq 55\%$)

Setelah nilai sudah diubah dalam skala presentase, maka dicocokkan dengan nilai yang akan dikategorikan untuk mengelompokkan data.

3.10.4 *Entry data*

Entry data dilakukan dengan memasukkan data yang telah dikumpulkan ke dalam master tabel atau data base komputer, kemudian membuat distribusi frekuensi sederhana.

3.10.5 *Tabulating*

Setelah data terkumpul dan memenuhi syarat, kemudian data ditabulasikan dan disajikan dalam bentuk tabel.

3.11 Analisa Data

3.11.1 Analisis Univariat

Analisis univariat dilakukan dengan menyajikan data dalam bentuk tabel distribusi frekuensi dan persentase setiap variabel penelitian, berupa data umum dan data khusus. Data umum yang disajikan meliputi karakteristik responden berdasarkan tahap perkembangan remaja, status gizi, dan potensi anemia. Adapun data khusus yang disajikan dalam penelitian ini berupa data efikasi diri dalam diet sehat responden sebelum dan sesudah diberikan intervensi berupa hasil *pretest* dan *posttest*.

Setelah dihitung nilai setiap item pada tabel frekuensi dan persentase jawaban responden, kemudian menentukan kategori menurut pedoman interpretasi sebagai berikut:

0% = Tidak seorangpun dari responden

1% - 25% = Sangat sedikit dari responden

26% - 49% = Sebagian kecil / hampir setengah dari responden

50% = Setengah dari responden

51% - 75% = Sebagian besar dari responden

76% - 99% = Hampir seluruh dari responden

100% = Seluruh responden

(Arikunto, 2008:246)

3.11.2 Analisis Bivariat

Analisis bivariat dalam penelitian ini digunakan untuk mengetahui adanya pengaruh penerapan skrining dan edukasi pada aplikasi “Reaksi” dengan efikasi diri dalam diet sehat pada remaja putri di SMK PGRI 3 Malang. Pada analisis bivariat dalam penelitian ini menggunakan program IBM SPSS statistic 25. Karena jenis data dalam penelitian ini adalah ordinal, maka diperlukan analisis non parametrik untuk menganalisis data dalam penelitian ini. Adapun analisis non parametrik yang digunakan adalah uji Wilcoxon.

Dasar pengambilan keputusan dalam uji wilcoxon adalah sebagai berikut :

- a. Ketika nilai probabilitas *Asym.sig 2 failed* $< 0,05$ maka terdapat perbedaan rata-rata.
- b. Ketika nilai probabilitas *Asym.sig 2 failed* $> 0,05$ maka tidak terdapat perbedaan rata-rata.

Kemudian, dari hasil analisis uji tersebut akan dilakukan pembahasan dengan membandingkan nilai antara sebelum dan sesudah intervensi,

sehingga diperoleh suatu gambaran dan pengertian yang lengkap tentang hasil penelitian.

3.12 Etika Penelitian

3.12.1 *Ethical Clearance*

Penelitian ini sudah mendapatkan *ethical approval* dari komisi etik penelitian kesehatan Poltekkes Kemenkes Malang dengan nomor DP.04.03/F.XXI.31/0718/2024.

3.12.2 *Informed Consent*

Informed consent merupakan bentuk persetujuan antara peneliti dan responden. *Informed consent* tersebut diberikan sebelum penelitian dilakukan dengan memberikan lembar persetujuan untuk menjadi responden. Dalam penelitian ini, *informed consent* diisi dan ditandatangani oleh siswi kelas X SMK PGRI 3 Malang yang terpilih menjadi responden.

3.12.4 Kerahasiaan (*Confidentiality*)

Peneliti bisa menjamin atas keamanan dan kerahasiaan informasi data responden yang telah dikumpulkan.

3.12.7 Keadilan (*Justice*)

Pada saat penelitian berlangsung, peneliti tidak membedakan dalam memberikan intervensi pada responden.

3.12.5 Manfaat (*Beneficience*)

Peneliti berusaha memberikan manfaat semaksimal mungkin pada responden dan tidak membahayakan responden.

3.12.6 Kejujuran (*Veracity*)

Setelah lembar persetujuan dibagikan pada responden, peneliti menjelaskan tujuan penelitian dan apa hubungannya dengan responden. Hal ini dilakukan karena penelitian yang dilakukan berkaitan dengan diri responden, sehingga responden harus mengetahui informasi terkait penelitian.