

BAB 3

METODE PENELITIAN

3.1 Jenis Dan Rancangan Penelitian

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian deskriptif kuantitatif ,desain penelitian ini adalah desain deskriptif, menggunakan pendekatan observasi, yaitu pengumpulan data dilakukan pada satu waktu tertentu untuk memberikan gambaran mengenai variabel yang diteliti (Notoatmodjo, 2012; Siregar, 2013).

3.2 Alat Penelitian dan Cara Pengumpulan Data

3.2.1 Alat penelitian

Penelitian ini menggunakan alat ukur berupa timbangan digital dan stadiometer untuk mengukur berat badan dan tinggi badan pada siswa. Hasil pengukuran digunakan untuk menghitung indeks massa tubuh (IMT) dengan rumus $IMT = \text{berat badan (kg)} / \text{tinggi badan}^2 \text{ (m}^2\text{)}$. Nilai IMT yang diperoleh kemudian dikategorikan berdasarkan *z-score* IMT menurut umur (IMT/u) sesuai standar WHO (2007). Kategori status gizi berdasarkan *z-score* terdiri dari: (Kemenkes RI, 2011). Status gizi dikatakan Gizi Kurang ($Z < -2 \text{ SD}$), Normal, ($Z -2 \text{ s/d } -1 \text{ SD}$)-($Z 0 -1 \text{ s/d } +1 \text{ SD}$) Gizi Lebih, ($Z +1 \text{ s/d } +2 \text{ SD}$) Obesitas, ($Z > +2 \text{ SD}$).

3.2.2 Cara pengumpulan data

3.2.2.1 Tahap persiapan

Peneliti Pada tahapan persiapan melakukan bimbingan judul, pada awal januari 2025 melakukan konsultasi judul. Peneliti mengambil judul tentang gambaran status gizi pada siswa SMP Muhammadiyah Lebaksiu, Setelah judul dikonsultasikan diterima oleh dosen pembimbing peneliti melanjutkan menyusun bab satu, selama menyusun bab satu peneliti juga meminta surat permohonan studi pendahuluan pada asisten program studi Si Ilmu Keperawatan Universitas Bhamada Slawi. Setelah surat permohonan studi pendahuluan telah diserahkan pada peneliti, kemudian peneliti mencari sasaran sekolah yang sesuai dengan variabel untuk dilakukan studi pendahuluan.

Peneliti melakukan revisi bab satu. Pada tanggal 13 Februari 2025, peneliti melakukan studi pendahuluan di SMP Muhammadiyah Lebaksiu. Peneliti menanyakan beberapa hal kepada kepala sekolah mengenai berapa banyak siswi tingkat 7,8 dan 9, dan siswa yang mengalami gizi kurang, gizi lebih dan obesitas., peneliti mewawancarai beberapa siswi SMP tentang BB dan TB, dan bagaimana pola makan dan aktivitas di SMP Muhammadiyah Lebaksiu. Setelah itu peneliti melakukan revisi bab 2 dan 3. Peneliti melaksanakan sidang proposal skripsi pada tanggal 27 Mei 2025 menyelesaikan revisi dan membuat EC.

Enumerator Dalam tim enumerator terdiri dari 1 orang yang bertugas untuk mengumpulkan data dengan meninmbang dan mencatat tinggi badan. Dalam tugasnya peneliti meminta enumerator untuk mengukur setiap anak dari BB dan TB setiap siswa lalu mencatat hasil tersebut setelah di catat hasil diberikan atau dikumpulkan ke peneliti untuk dianalisis, peneliti juga mengukur setiap anak dengan mengukur BB dan TB, menggunakan 2 timbangan dan 2 meteran.

3.2.2.2 Tahap pelaksanaan

Setelah surat EC keluar pada tanggal 21 Agustus 2025, peneliti menyerahkan surat izin penelitian ke SMP Muhammadiyah Lebaksiu untuk dilakukan koordinasi dengan pihak sekolah untuk menentukan jadwal pelaksanaan penelitian, dalam penelitian ini peneliti di bantu oleh 1 enumerator semester delapan dari Universitas Bhamada turut membantu dalam proses pengumpulan data, sebelum itu peneliti memberi arahan dan persamaan persepsi terkait penggunaan timbangan dan meteran dicatat ke dalam lembar observasi. Setelah itu Kepala Sekolah menyetujui penelitian di SMP Muhammadiyah Lebaksiu yang di lakukan pada tanggal 18-19 Agustus 2025. Sebelum melakukan penelitian peneliti meminta izin untuk dilakukan pembagian surat izin menjadi responden pada tanggal 16 Agustus 2025, setelah disetujui oleh pihak sekolah peneiti melakukan pembagian Pada tanggal 16 untuk membagikan surat izin menjadi responden, *inform consent* kepada siswa untuk diberikan kepada orang tua dan dibawa pada saat penelitian berlangsung.

Pada tanggal 18 Agustus 2025 hari ke-1 dilakukannya penelitian, peneliti meminta izin ke pihak sekolah untuk dilakukannya penelitian dan peneliti menjelaskan kepada pihak sekolah untuk meminta bantuan dari kelas, 8a, dan 9a untuk dijadikan 1 ruangan, agar tidak memakan waktu terlalu banyak, setelah terkumpul peneliti meminta bantuan kepada siswa/ketua kelas untuk meminta mengkondisikan kelas karna akan diadakannya penelitian dibantu juga oleh guru kelas, sebelum dilanjutkan peneliti meminta surat yang telah diberikan, dan mewawancarai siswa apakah ada orang tua yang tidak setuju, mereka menjawab semua setuju untuk menjadi responden. Peneliti memberi salam dan menjelaskan tujuan pada penelitian ini setelah itu, peneliti menyiapkan 2 timbangan, 2 meteran dan lembar observasi, peneliti meminta satu persatu maju untuk diukur BB dan TB, jikapun siswa tahu peneliti tetap menyuruhnya untuk diukur, setelah diukur peneliti mencatat kedalam lembar observasi dalam penelitian pada hari ke-1 mendapat 82 siswa dari 3 tingkat. Setelah selesai peneliti berterima kasih kepada siswa yang telah bersedia menjadi responden.

pada hari ke-2 pada tanggal 19 Agustus 2025 peneliti kembali melakukan penelitian untuk melanjutkan pada kelas lain yang diisi dengan kelas tingkat b, 8b, 9b, dengan jumlah 82 siswa setelah itu peneliti memulai dengan salam dan menjelaskan tujuan, peneliti melakukan penelitian dengan mengukur BB Dan TB setiap siswa hasilnya akan dicatat kedalam lembar observasi, enumerator melakukan tugasnya dengan mengukur BB dan TB siswa hasilnya di catat ke dalam lembar observasi, setelah semua selesai enumerator mengumpulkan lembarnya kepada peneliti, peneliti meneliti apakah sudah tercantum semua. Setelah diteliti peneliti meminta enumerator mengemas barang dan peneliti mengucapkan terima kasih kepada siswa yang sudah bersedia menjadi responden.

3.3 Populasi dan Sampel

3.3.1 Populasi

Populasi merupakan daerah generalisasi dengan berisikan suatu obyek/subyek yang baik secara potensial dapat diukur (Sugiyono, 2022) Seluruh siswa SMP

Muhammadiyah Lebaksiu merupakan populasi dalam penelitian ini dengan jumlah 164.

3.3.2 Sampel

Sampel yaitu beberapa subjek yang diambil dari populasi serta dapat mewakili seluruh anggota didalam populasi. Teknik sampling yang dipakai dalam proses penelitian ini berupa metode *Total sampling* karena jumlah populasi yang ada relatif sedikit dengan demikian seluruh siswa SMP Muhammadiyah Lebaksiu dijadikan sampel dalam penelitian ini (Notoatmodjo, 2018).

3.3.3 Besar sampel

Jumlah total siswa yang menjadi populasi penelitian adalah 164 siswa. Pemilihan sampel akan dilakukan secara proporsional agar dapat mewakili setiap tingkat kelas secara adil. pengumpulan data dapat berjalan efektif serta menghasilkan informasi yang valid dan reliabel.

3.4 Tempat dan waktu penelitian

Pelaksanaan penelitian ini berlangsung di SMP Muhammadiyah Lebaksiu pada tanggal 18 – 19 Agustus 2025.

3.5 Definisi Operasional Variabel dan Skala Pengukuran

Tabel 3.1 Definisi Operasional Variabel dan Skala Pengukuran

Variabel	Definisi operasional	Alat Ukur	Hasil ukur	Skala Ukur
Status Gizi	Status gizi pada remaja yang diukur menggunakan z-score	Timbangan, meteran, tabel z-score	Gizi Kurang: ($z < -2s$ SD) Gizi normal: ($-2 s/d -1$ SD): ($z0 \pm 1SD$) Gizi Lebih: ($z + 1s/d + 2SD$) Obesitas: ($z > +2SD$)	Ordinal

3.6 Teknik Pengolahan Data dan Analisa Data

Pengolahan data yang dilakukan pada penelitian ini melalui tiga tahap analisis, yaitu:

3.6.1 *Editing*

Peneliti telah meninjau seluruh data sebelum dikumpulkan, dan tidak ada kekurangan, data hasil penelitian dimasukkan dalam ceklist untuk dilakukan pengelompokkan sesuai dengan variabel dan nomor urut dari responden, kemudian dilakukan editing pada data yang sudah terkumpul, dari 164 responden didapat hasil semua lembar observasi terisi.

3.6.2 *Coding*

Pada tahap ini, data yang telah dikumpulkan dari 164 siswa SMP Muhammadiyah Lebaksiu di olah dan dianalisis sesuai dengan rancangan penelitian. Data primer meliputi variabel jenis kelamin, umur, berat badan (BB), tinggi badan (TB), serta *Z-score* Indeks Massa Tubuh menurut Umur (IMT/U) berdasarkan standar (WHO, 2007).

3.6.3 *Scoring*

Masing-masing item diberikan skor dengan memasukan data satu persatu ke dalam komputer. Jenis kelamin laki-laki 1 dan perempuan 2

3.7 Analisa Data

Analisa data akan dilakukan peneliti adalah analisa univariate, Analisa data ini dilakukan dengan program komputer SPSS versi 22.

3.7.1 Analisa Univariat

Analisis univariat merupakan analisa yang dilakukan menganalisis tiap variabel dari hasil penelitian. Karakteristik meliputi jenis kelamin di jelaskan dalam bentuk distribusi frequensi dan status gizi di jelaskan dalam distribusi frequensi. Dan usia disajikan dalam bentuk distribusi frekuensi dan tendansi sentral, median mean,modus.

3.8 Etika Penelitian

Etika dalam suatu penelitian berkaitan dengan berbagai macam prinsipnya sendiri, namun ada empat macam prinsip utama yang harus dipahami oleh para pembaca, diantaranya (Kurniawan et al., 2020):

3.8.1 Menghormati dan menghargai harkat serta martabat atau kedudukan manusia (*respect for human dignity*).

Pada penelitian ini responden telah menentukan hak dan kebebasan untuk menjadi responden. Responden mendapat informasi terkait penelitian yang meliputi tujuan penelitian dan proses penelitian. Responden yang bersedia mengikuti penelitian mengisi lembar persetujuan (*informed consent*) yang telah dibagikan oleh peneliti.

3.8.2 Menghormati privacy dan kerahasiaan individu penelitian (*respect for privacy and confidentiality*).

Dalam penelitian ini peneliti tidak menampilkan informasi mengenai nama responden dalam kuesioner untuk menjaga kerahasiaan. Untuk itu peneliti menggunakan koding untuk responden. Semua data yang diberikan peneliti dijamin kerahasiaannya oleh peneliti. Hal ini tidak dipublikasikan atau diberikan kepada orang lain tanpa seizin responden pada saat penelitian dalam pengambilan dokumentasi peneliti meminta izin kepada responden atas kesediaannya untuk didokumentasikan dengan cara pengambilan foto. Foto yang dilampirkan peneliti sebagai bukti penelitian dengan menjaga privasi responden untuk tidak memperlihatkan wajahnya.

3.8.3 Keadilan dan inklusivitas (*respect for justice and inclusiveness*)

Kepada responden untuk mengikuti prinsip keterbukaan tanpa membedakan agama, etnis, atau karakteristik lainnya. Selama proses penelitian, peneliti memberikan kesempatan kepada semua orang yang bersedia mengikutinya tanpa membedakan responden dengan memberi mereka kesempatan untuk bertanya apabila mereka menghadapi masalah.

3.8.4 Memperhitungkan secara matang tentang besarnya manfaat serta besarnya kerugian yang akan disebabkan (*balancing harms and benefits*).

Peneliti tidak melukai responden secara fisik, mental, atau materi dalam penelitian ini. Peneliti membuat penilaian dengan menggunakan kuesioner yang tidak membahayakan atau menguntungkan responden, seperti informasi tentang menarche yang diberikan kepada siswi. Peneliti juga memperhatikan jadwal pertemuan dengan responden dan tidak akan membayar responden untuk penelitian ini. Peneliti sudah mendapatkan *Ethical Clearance* dengan No.357/Univ.Bhamada. Kep/EC/VI/2025