

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Jenis dan Desain Penelitian

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan desain *Quasi-experiment* dengan jenis rancangan *pre test-post test duo group desain*. Penelitian ini melibatkan kelompok remaja putri yang akan diberikan intervensi yaitu penayangan film “Imperfect”, pretest akan dilakukan sebelum intervensi untuk mengetahui persepsi remaja putri terkait body image dan kebiasaan makan. Setelah penayangan film, responden akan diberikan post test yang bertujuan untuk mengetahui perubahan yang terjadi pada persepsi remaja putri terkait body image dan kebiasaan makan. Kemudian diberi jeda kurang lebih 2 minggu responden akan diberi post test kembali untuk mengukur terdapat perubahan lagi atau tidak terhadap persepsi *body image*. Dan diberi jarak 1 bulan untuk mengukur perubahan pada kebiasaan makan.

3.2 Waktu Kegiatan

Penelitian ini dilaksanakan pada bulan April- Mei 2025

3.3 Lokasi dan Tempat Kegiatan

Kegiatan ini dilaksanakan di SMPN 3 GRESIK yang terletak di Jl. PB. Sudirman No.90, Sidokumpul, Kramatandap, Gapurosukolilo, Kecamatan Gresik, Kabupaten Gresik.

3.4 Populasi dan Sampel Penelitian

3.4.1 Populasi

Populasi dalam penelitian ini adalah sebanyak 163 orang siswi putri kelas 7 SMPN 3 Gresik.

3.4.2 Sampel

Sampel merupakan bagian dari populasi yang dipilih menurut karakteristik yang sesuai (Asrulla, 2023). Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik purposive sampling berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi berikut:

- a. Kriteria Inklusi
 1. Bersedia menjadi subjek penelitian

2. Siswi Putri kelas 7 di SMPN 3 Gresik
3. Mampu berkomunikasi dengan baik
4. Siswi yang sehat secara fisik

b. Kriteria Eksklusi

1. Siswa yang sedang sakit ketika penelitian dilakukan.
2. Siswa tidak bersedia menjadi subjek penelitian.

Jumlah sampel penelitian dihitung menggunakan rumus federar:

$$(n-1)(t-1) \geq 15$$

Keterangan:

n = Jumlah perkelompok perlakuan

t = kelompok perlakuan

maka perhitungannya sebagai berikut :

Diketahui :

t : 2, maka,

$$(n-1)(2-1) \geq 15$$

$$n-1 \geq 15$$

$$n \geq 16$$

Jadi jumlah responden adalah 32 dengan masing-masing perlakuan terdapat 16 responden yang akan diambil dari 2 kelas di kelas 7.

3.5 Teknik dan Instrument Pengumpulan Data

3.5.1 Teknik Pengumpulan Data

a. Data Primer

Data Primer dalam penelitian ini terdiri dari status gizi yang diperoleh dari pengukuran berat badan dan tinggi badan

menggunakan timbangan berat badan dan alat ukur tinggi badan , kemudian juga dari kuisioner yang diberikan pada responden. Kuisioner tersebut berisi pernyataan sesuai dengan indikator yaitu persepsi tentang body image dan kebiasaan makan yang diberikan sebelum dan sesudah intervensi.

b. Data Sekunder

Data sekunder dari penelitian ini dikumpulkan dari jumlah siswa putri kelas di SMPN 3 Gresik.

3.5.2 Instrument Pengumpulan Data

Responden penelitian akan dibagi menjadi 2 kelompok yaitu kelompok kontrol (*K0*) dan kelompok eksperimen (*K1*), kedua kelompok diberikan intervensi namun berbeda, kelompok kontrol diberikan intervensi berupa ppt, hal ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh dari film tersebut dibandingkan dengan intervensi berupa ppt dalam mengubah persepsi *body image* dan kebiasaan makan. Pengumpulan data meliputi data tentang identitas diri (nama, jenis kelamin, umur), dan status gizi dilakukan dengan pengukuran menggunakan timbangan berat badan dan alat ukur tinggi badan. Sedangkan data pengetahuan, sikap dan tindakan responden yang dikumpulkan dengan menggunakan kuisioner dengan pengukuran *Body Shape Questionnaire* (BSQ) dengan 16 pertanyaan mengenai bentuk tubuh dan penampilan seseorang . Skor diperoleh dari hasil penjumlahan seluruh pertanyaan, kemudian dikategorikan menjadi persepsi body image positif jika skor < 38 dan persepsi body image negatif jika skor ≥ 38 (Merita & Djayusmantoko, 2022). Sedangkan pengukuran kebiasaan makan menggunakan kuisioner semi *Food Frequency Quistionnare* (FFQ) dengan cara responden diminta untuk memberi centang (tidak pernah, pernah, jarang, sering, sangat sering) pada setiap kelompok makanan sesuai dengan kebiasaan makan sehari-hari selama 1 bulan terakhir. Hasil dari kuisioner semi FFQ ini

akan diolah dengan software nutrisurvey untuk mendapatkan nilai kecukupan zat gizi makro, yaitu karbohidrat, protein, dan lemak. Hasil pengukuran tersebut kemudian dibandingkan dengan Angka Kecukupan Gizi (AKG). Nilai kecukupan zat gizi makro menurut Depkes 1996 dibedakan menjadi 5 kategori, yaitu Defisit berat ($< 70\%$), defisit sedang ($70- 79,99\%$), defisit ringan ($80- 89,99\%$), normal ($90- 119,99\%$) dan lebih ($\geq 120\%$) (Atika & Nur, 2024). Selain itu juga dinilai tingkat keseringan konsumsi sumber makanan yang dikategorikan > 1 kali per hari, 1 kali per hari, 3-6 kali per minggu, 1-2 kali per minggu, 2 minggu sekali, sebulan sekali, dan tidak pernah. Pengambilan data kuisioner ini dilakukan sebelum dan sesudah penayangan film “Imperfect”. Kemudian pengukuran untuk mengetahui pemahaman siswi terhadap isi film akan diukur dengan menggunakan post test yang nantinya para responden diminta menuliskan pada sebuah kertas tentang pesan yang disampaikan pada film tersebut.

3.6 Variabel Penelitian dan Definisi Operasional

3.6.1 Variabel Penelitian

1. Variabel *Independen* (Bebas)

Variabel bebas diartikan sebagai variabel yang memberi pengaruh pada variabel lain. Variabel bebas dari penelitian ini adalah penayangan film “Imperfect”. Penayangan film ini merupakan intervensi atau perlakuan yang diberikan kepada responden.

2. Variabel *Dependent* (Terikat)

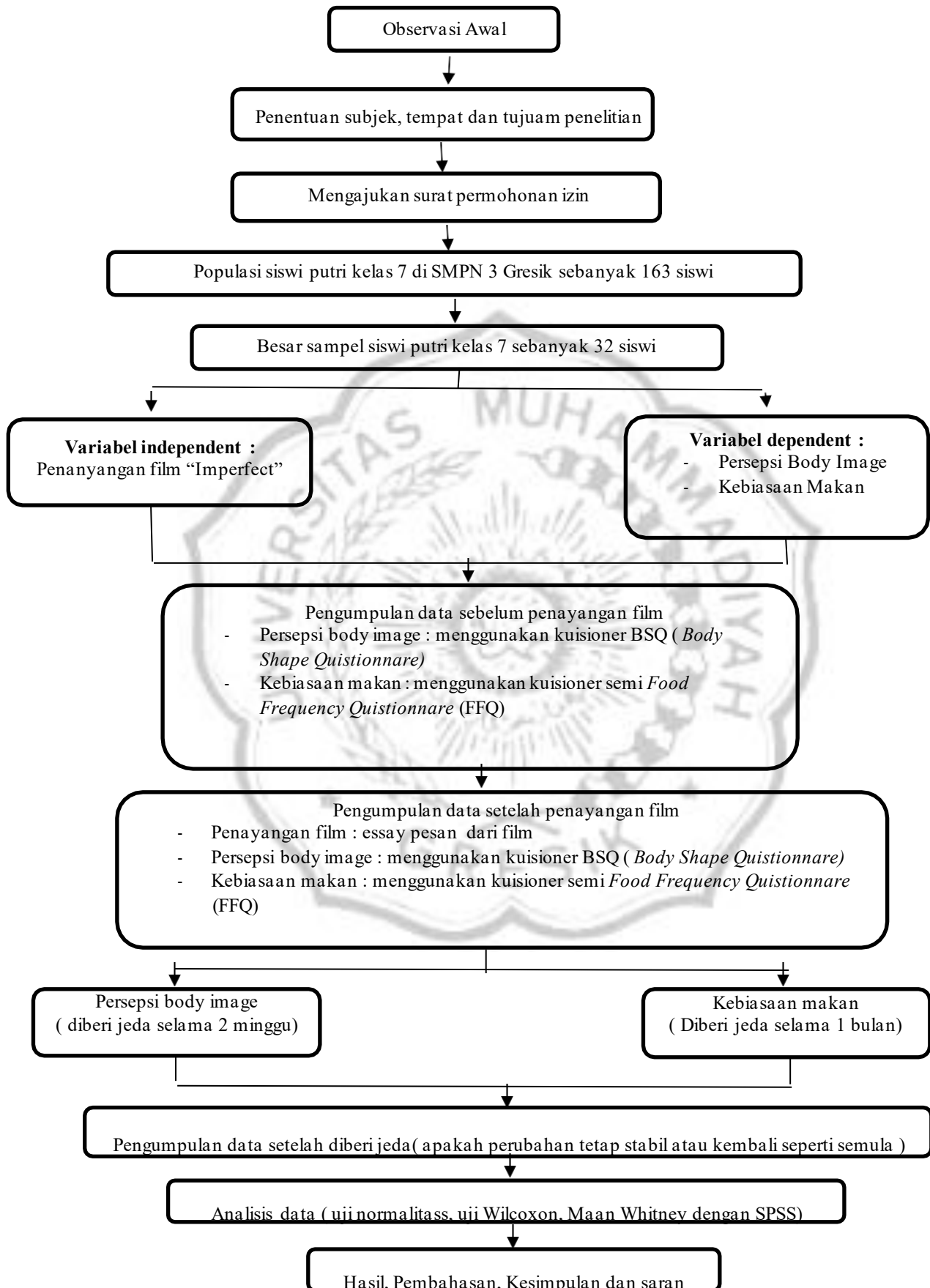
Variabel terikat merujuk pada variabel yang mendapat pengaruh pada variabel bebas. Variabel terikat dari penelitian ini adalah kesadaran tentang *body image* dan kebiasaan makan.

3.6.2 Definisi Operasional

No	Variabel	Definisi Operasional	Cara pengukuran	Alat ukur	Hasil ukur	Skala Data
1.	Penayangan Film “Imperfect”	Intervensi penayangan film “Imperfect” untuk mengubah pemahaman persepsi <i>body image</i> dan perubahan kebiasaan makan remaja putri	Partisipasi siswi, post test yang berisikan pesan yang disampaikan film tersebut untuk mengukur pengaruh penayangn film imperfect untuk mengedu-ka si siswi Tentang persepsi <i>body image</i> dan kebiasaan makan	Daftar hadir dan soal post test	Persentase kehadiran Dan hasil post test	-
2.	Body image	Persepsi, pikiran dan perasaan Responden tentang tubuhnya sendiri (Zahrah & Muniroh, 2020)	Mengisi pertanyaan Pada Kuisisioner	Kuisisioner BSQ (<i>Body Shape Quistionnaire</i>)	-Persepsi (-) : skor ≥ 38 -Persepi (+) : skor < 38	Nominal

3.	Kebiasaan Makan	Pola perilaku yang berulang terkait dengan pemilihan, persiapan, dan konsumsi makanan (Azzumroh & Anwar, 2024)	Mengisi pertanyaan Pada Kuisisioner	Kuisisioner Semi <i>Food Frequency Quistionnar</i> e (FFQ)	Nilai TKG : -Defisit Berat (<70%) -Defisit Sedang (70-79,99%) -Defisit Ringan (80-89,99%) -Normal (90-119%) -Lebih (≥ 120%)	Ordinal
4.	Status gizi		Dilakukan pengukuran berat badan dan tinggi Badan	Form tinggi badan dan berat badan	IMT : - Gizi kurang (-3 SD sd <- 2 SD) - Gizi baik (-2 SD sd +1 SD) - Gizi lebih (+ 1 SD sd +2 SD) - Obesitas (>+2 SD)	Ordinal

3.7 Kerangka Operasional



3.8 Teknik Analisis Data

Data yang dikumpulkan dari kuisioner, pre test dan post test akan dilakukan pengolahan data dengan tahapan:

1. *Editing* (Penyuntingan data)

Dari hasil kuisioner yang telah dikumpulkan akan dilakukan pengecekan ulang, apabila data kurang lengkap akan dilakukan pendataan ulang.

2. *Coding* (Pengkodean data)

Coding merupakan pengklasifikasian yang dilakukan peneliti dengan cara merubah data berbentuk angka/bilangan untuk memudahkan pengolahan/analisis data menggunakan komputer.

3. *Entry* (memasukkan data)

Entry adalah sebutan untuk proses input data menggunakan program yang tersedia di komputer. Data yang berbentuk kode dimasukkan ke dalam program SPSS.

4. *Scoring*

Hasil kuisioner diberikan score atau nilai sesuai dengan kategori hasil yang ditetapkan.

5. Tabulasi data

Pada tahap ini, hasil penelitian ditata dan disusun rapi di aplikasi SPSS 26.0

Kemudian dianalisis menggunakan analisis univariat yaitu analisis deskriptif. Tujuan dari analisis deskriptif adalah untuk memberikan gambaran yang jelas dan ringkas tentang karakteristik data yang telah dikumpulkan dengan menghitung skor body image dan kebiasaan makan sebelum dan sesudah intervensi.

Analisis bivariat menggunakan uji non parametrik yaitu uji *Wilcoxon Signed- Rank Test* dan uji *Mann Whitney U*. Uji *Wilcoxon Signed- Rank Test* dilakukan untuk membandingkan persepsi *body image* dan kebiasaan makan pada responden sebelum dan sesudah perlakuan

yaitu penayangan film "Imperfect" dan uji *Mann Whitney U* untuk membandingkan persepsi *body image* dan kebiasaan makan responden sebelum intervensi antara kelompok kontrol dan eksperimen, persepsi *body image* dan kebiasaan makan responden sesudah intervensi antara kelompok kontrol dan eksperimen. Jika hasil menunjukkan bahwa nilai p kurang dari tingkat signifikansi (misalnya 0,05), maka hipotesis nol (H_0) ditolak, menunjukkan bahwa terdapat perbedaan signifikan antara dua kondisi yang diuji. Sebaliknya, jika nilai p lebih besar dari 0,05, maka tidak ada cukup bukti untuk menolak hipotesis nol. Uji ini dihitung menggunakan uji statistik pada aplikasi SPSS 26.0 untuk menentukan apakah ada perubahan sebelum dan sesudah penayangan film. Penelitian ini telah melewati uji etik dari komisi etik Universitas Muhammadiyah Gresik dengan nomor sertifikat : 021/KET/II.3.UMG/KEP/A/2025.

