

BAB IV METODOLOGI PENELITIAN

4.1 Jenis dan Desain Penelitian

Jenis penelitian ini termasuk dalam penelitian analitik observasional. Analitik observasional atau survei analitik adalah survei atau penelitian yang menggali bagaimana dan mengapa fenomena kesehatan ini terjadi (Notoatmodjo, 2012). Penelitian ini bersifat deskriptif yang bertujuan untuk memperoleh data dan informasi secara deskripsi mengenai karakteristik responden, *emotional eating*, pola makan, aktivitas fisik, dan gambaran lokasi penelitian. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif karena data berupa koding, melakukan perhitungan skor dan besar skala persentase frekuensi.

Penelitian ini menggunakan rancangan penelitian survei dengan rancangan desain *cross sectional*, yaitu setiap objek hanya diamati satu kali saja dan pengukuran dilakukan secara bersamaan pada satu waktu (Notoatmodjo, 2012). Menurut Sugiyono (2016), penelitian survey adalah penelitian yang dilakukan pada populasi besar atau kecil, dengan metode pengambilan data menggunakan kuesioner atau wawancara.

4.2 Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian ini dimulai dari penyusunan proposal sampai penulisan laporan terakhir dilakukan pada bulan Maret 2020 sampai Agustus 2020. Penelitian ini dilakukan di Puskesmas Sukomulyo Kecamatan Manyar Kabupaten Gresik dilakukan pada tanggal 03 Agustus 2020 – 05 Agustus 2020. Penelitian di Puskesmas Manyar Kecamatan Manyar Kabupaten Gresik dilakukan pada tanggal 06 Agustus 2020 – 08 Agustus 2020.

4.3 Populasi dan Sampel Penelitian

4.3.1. Populasi

Populasi adalah keseluruhan dari suatu variabel yang menyangkut masalah yang akan diteliti (Nursalam, 2011). Populasi dalam

penelitian ini adalah seluruh petugas Puskesmas Manyar dan Puskesmas Sukomulyo Kecamatan Manyar Kabupaten Gresik yang memiliki status gizi obesitas yaitu sebanyak 38 orang.

4.3.2. Sampel

Sampel adalah bagian populasi yang akan diteliti atau sebagian karakteristik yang dimiliki oleh populasi. Sampel diambil dengan metode *purposive sampling*. *Purposive sampling* adalah teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu dan berapapun jumlah dalam populasi yang ditemukan sesuai dengan kriteria akan digunakan (Sugiyono, 2016). Kriteria sampel dalam penelitian ini meliputi kriteria inklusi dan eksklusi, di mana kriteria tersebut dapat menentukan layak tidaknya sampel yang digunakan. Sampel diambil dengan kriteria sebagai berikut :

a. Kriteria Inklusi

Adapun kriteria inklusi yang dijadikan sebagai subjek penelitian antara lain sebagai berikut :

- 1) Petugas yang bekerja di puskesmas wilayah Kecamatan Manyar Kabupaten Gresik.
- 2) Bersedia menjadi responden penelitian yang dibuktikan dengan menandatangani form kesediaan menjadi responden.
- 3) Dapat ditemui dalam jangka waktu pengambilan data.
- 4) Memiliki berat badan berlebih dengan IMT >27.
- 5) Tidak dalam kondisi diet khusus seperti diet olahragawan.

b. Kriteria Eksklusi

Kriteria eksklusi adalah menghilangkan atau mengeluarkan subyek yang tidak memenuhi kriteria inklusi dari penelitian karena berbagai sebab yang dapat mempengaruhi hasil penelitian sehingga menjadikan bias (Alimul, 2011). Kriteria eksklusi dalam penelitian ini adalah:

- 1) Petugas puskesmas yang mengalami gangguan kesehatan atau riwayat penyakit tertentu yang menyebabkan kenaikan berat badan, seperti oedema akibat gagal ginjal kronik, sakit parah

sehingga tidak dapat dilakukan penelitian, dan memiliki disabilitas (cacat fisik).

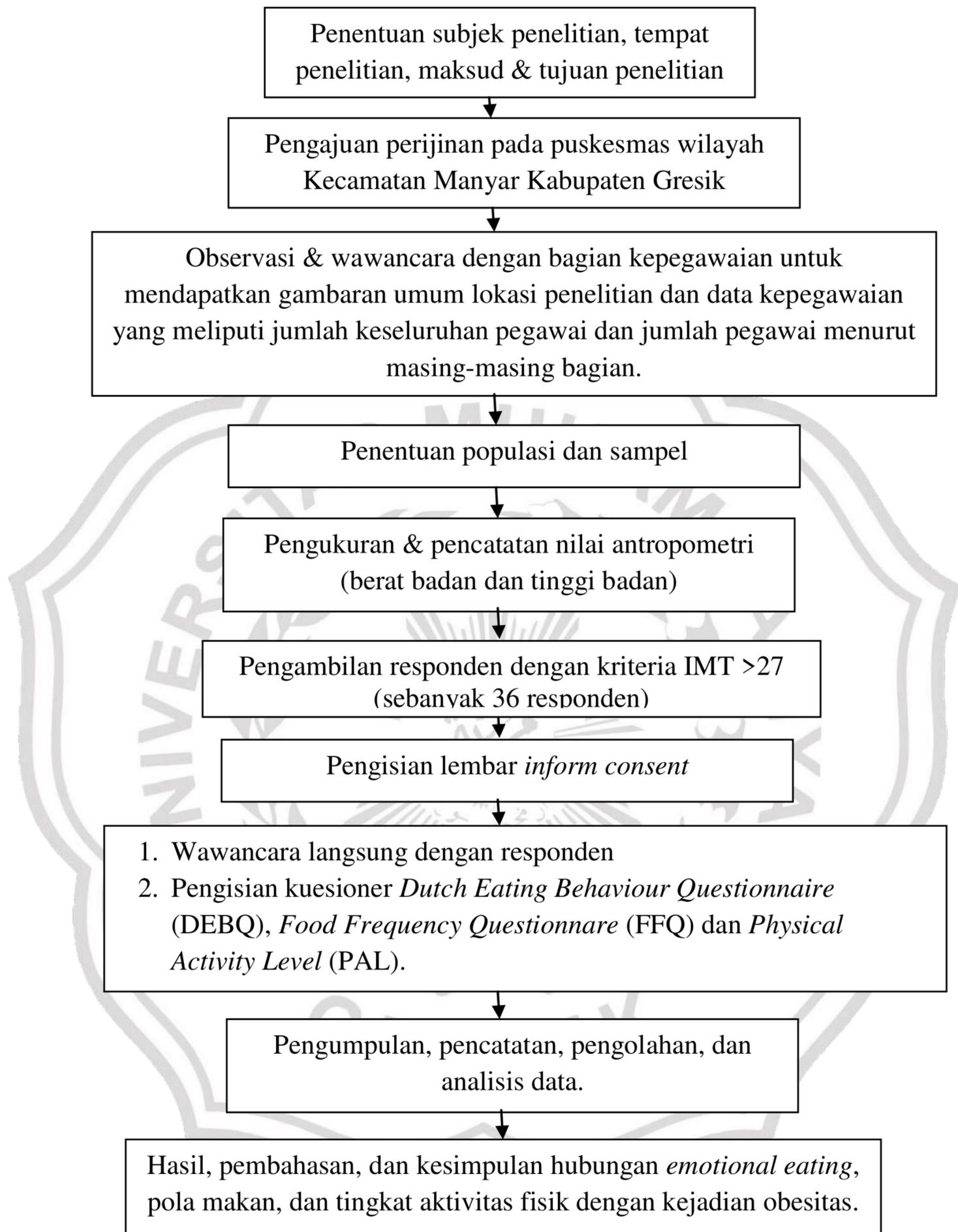
- 2) Petugas puskesmas wanita yang sedang hamil dan menyusui.
- 3) Mengonsumsi obat-obatan tertentu (beberapa obat diabetes, epilepsi, hormon steroid, obat golongan beta blocker, antidepresan, dan antipsikotik).

Menurut Roscoe (1975) dalam Sugiyono (2016), ukuran sampel yang layak dalam penelitian antara 30-500 orang dan apabila sampel dibagi dalam kategori (pria-wanita, pegawai negeri-swasta, dan lain-lain) maka jumlah anggota sampel setiap kategori minimal 30.

Purposive sampling berarti pengambilan sampel berdasarkan ciri-ciri yang telah ditetapkan. Teknik ini tergolong pada *non probability sampling*, dimana tidak semua anggota dari populasi mendapatkan kesempatan yang sama untuk menjadi sampel penelitian (Notoatmodjo, 2012).

Didapatkan 36 sampel yang diambil dengan kesesuaian kriteria dalam penelitian ini.

4.4 Kerangka Operasional Penelitian



Gambar 4.1 Kerangka Operasional Penelitian

4.5 Variabel Penelitian dan Definisi Operasional

4.5.1. Variabel Penelitian

a. Variabel terikat (*dependent*)

Variabel terikat dalam penelitian ini adalah status gizi obesitas.

b. Variabel bebas (*independent*)

Variabel bebas dalam penelitian ini adalah *emotional eating*, pola makan, dan aktivitas fisik.

4.5.2. Definisi Operasional

Definisi operasional adalah uraian batasan variabel yang dimaksud tentang apa yang diukur oleh variabel yang bersangkutan.

Tabel 4.1 Definisi Operasional Variabel Penelitian sebagai berikut :

Variabel	Definisi Operasional	Alat Ukur	Hasil Ukur	Skala Pengukuran
Karakteristik Responden a. Umur	Perhitungan waktu yang dimulai dari saat kelahiran seseorang sampai dengan waktu penghitungan saat ini. (Savitri, 2017)	Kuesioner	1. Umur 19 – 29 tahun 2. Umur 30 – 49 tahun 3. Umur 50 – 64 tahun (Savitri, 2017)	Ordinal
b. Jenis kelamin	Perbedaan biologis dan fisiologis antara laki-laki dan perempuan sejak lahir (Putri, 2012)	Kuesioner	1. Laki – laki 2. Perempuan (Putri, 2012)	Nominal
Variabel Independent a. <i>Emotional Eating</i>	Kecenderungan untuk makan lebih banyak makanan saat keadaan	Kuesioner <i>Dutch Eating Behaviour</i> (DEBQ)	1. Rendah, bila skor rata-rata $\leq 2,35$ 2. Tinggi, bila skor rata-rata > 2.35 (Sukianto, 2019).	Nominal

Variabel	Definisi Operasional	Alat Ukur	Hasil Ukur	Skala Pengukuran
b.Pola makan	<p>emosi, seperti marah, kecewa, stres yang terlepas keadaan kenyang atau lapar secara biologis (Sukianto, 2019).</p> <p>Kebiasaan makan seseorang terdiri dari jumlah makanan yang dikonsumsi, frekuensi makan dalam sehari dan banyaknya jenis makanan yang dikonsumsi dalam jangka waktu tertentu. (KEMENKES RI,2014)</p>	Kuesioner <i>Food Frequency Questionare (FFQ)</i>	<p>1. Kurang: * jika umur 19 – 29 tahun konsumsi makanan pokok <8 porsi/hari untuk laki-laki dan <5 porsi/hari untuk perempuan, lauk hewani dan lauk nabati <3 porsi/hari, sayur <3 porsi/hari, dan buah <5 porsi/hari. * jika umur 30 – 49 tahun konsumsi makanan pokok <7 ½ porsi/hari untuk laki-laki dan <4 ½ porsi/hari untuk perempuan, lauk hewani dan lauk nabati <3 porsi/hari, sayur <3 porsi/hari, dan buah <5 porsi/hari. * jika umur 50 – 64 tahun konsumsi makanan pokok <6 ½ porsi/hari untuk laki-laki dan <4 ½ porsi/hari untuk perempuan, lauk hewani dan lauk nabati <3 porsi/hari, sayur <4 porsi/hari, dan buah <5 porsi/hari.</p> <p>2. Cukup:</p>	Ordinal

Variabel	Definisi Operasional	Alat Ukur	Hasil Ukur	Skala Pengukuran
			<p>* jika umur 19 – 29 tahun konsumsi makanan pokok 8 porsi/hari untuk laki-laki dan 5 porsi/hari untuk perempuan, lauk hewani dan lauk nabati 3 porsi/hari, sayur 3 porsi/hari, dan buah 5 porsi/hari.</p> <p>* jika umur 30 – 49 tahun konsumsi makanan pokok 7 ½ porsi/hari untuk laki-laki dan 4 ½ porsi/hari untuk perempuan, lauk hewani dan lauk nabati 3 porsi/hari, sayur 3 porsi/hari, dan buah 5 porsi/hari.</p> <p>* jika umur 50 – 64 tahun konsumsi makanan pokok 6 ½ porsi/hari untuk laki-laki dan 4 ½ porsi/hari untuk perempuan, lauk hewani dan lauk nabati 3 porsi/hari, sayur 4 porsi/hari, dan buah 5 porsi/hari.</p> <p>3. Lebih:</p> <p>* jika umur 19 – 29 tahun konsumsi makanan pokok >8 porsi/hari untuk laki-laki dan >5 porsi/hari untuk perempuan, lauk hewani dan lauk nabati >3 porsi/hari, sayur >3 porsi/hari, dan buah >5 porsi/hari</p> <p>* jika umur 30 – 49</p>	

Variabel	Definisi Operasional	Alat Ukur	Hasil Ukur	Skala Pengukuran
c. Aktivitas Fisik	Rata-rata besarnya aktivitas fisik yang dilakukan selama 24jam dinyatakan dalam tingkat aktivitas fisik (<i>Physical Activity Level</i>) yang diukur dalam satuan kkal/jam (Ambarwati, 2016)	Formulir aktivitas fisik 2x24jam, tabel aktivitas fisik	<p>tahun konsumsi makanan pokok >7 ½ porsi/hari untuk laki-laki dan > 4 ½ porsi/hari untuk perempuan, lauk hewani dan lauk nabati >3 porsi/hari, sayur >3 porsi/hari, dan buah >5 porsi/hari * jika umur 50 – 64 tahun konsumsi makanan pokok >6 ½ porsi/hari untuk laki-laki dan > 4 1/2 porsi/hari untuk perempuan, lauk hewani dan lauk nabati >3 porsi/hari, sayur >4 porsi/hari, dan buah >5 porsi/hari (Khairiyah, 2016).</p> <p>1. Ringan, bila nilai PAL 1,40 kkal/jam – 1,69 kkal/jam 2. Sedang, bila nilai PAL 1,70 kkal/jam – 1,99 kkal/jam 3. Berat, bila nilai PAL 2,00 kkal/jam – 2,40 kkal/jam (Ambarwati, 2016)</p>	Ordinal
Variabel Dependent Status gizi obesitas	Keadaan tubuh akibat ketidaksei	Timbangan digital /injak,	1.Obesitas kelas I , jika IMT 27,1 kg/m ² - 29,9 kg/m ² .	Ordinal

Variabel	Definisi Operasional	Alat Ukur	Hasil Ukur	Skala Pengukuran
	mbangan antara pemasukan & pengeluaran energi yang ditentukan berdasarkan BB & TB yang ditunjukkan dengan nilai IMT (Putri, 2016)	microt oise, formul ir berat badan tinggi badan	2. Obesitas kelas II , jika $IMT \geq 30$ kg/m^2 . (Putri, 2016)	

4.6 Alat Pengumpul Data

Alat - alat yang digunakan dalam penelitian ini meliputi:

- Formulir kuesioner yang digunakan untuk mengumpulkan data identitas sampel, karakteristik sampel, antropometri, *emotional eating*, pola makan, dan aktivitas fisik.
- Timbangan badan digital atau injak, dengan kapasitas 120 kg dan ketelitian 0,1 kg.
- Microtoice staturemeter* (alat ukur tinggi badan), dengan kapasitas 200 cm dan ketelitian 0,1 cm.
- Tabel kebutuhan energi untuk berbagai aktivitas di luar metabolisme basal
- Soft ware SPSS versi 21,0
- Microsoft Excel 2010

4.7 Prosedur Pengumpulan Data

Teknik pengambilan data adalah suatu usaha untuk memperoleh data dengan metode yang ditentukan. Pengambilan data dilakukan pada bulan Mei tahun 2020. Cara pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan dengan prosedur sebagai berikut :

- a. Tahap pertama, yaitu persiapan. Peneliti menentukan subjek penelitian, tempat penelitian, maksud dan tujuan penelitian. Peneliti meminta ijin secara tertulis kepada Puskesmas wilayah Kecamatan Manyar Kabupaten Gresik dengan mengajukan surat ijin dari fakultas untuk diberikan kepada pihak puskesmas untuk melakukan penelitian di puskesmas wilayah Kecamatan Manyar Kabupaten Gresik.
- b. Tahap kedua yaitu tahap pelaksanaan. Pada tahap pelaksanaan langkah awal peneliti memperkenalkan identitas serta lembar *informed consent* dengan menjelaskan maksud dan tujuan dari penelitian kepada responden. Setelah itu peneliti memberikan kuesioner, menjelaskan cara pengisian kuesioner, melakukan wawancara dan melakukan pengukuran BB dan TB untuk memperoleh data primer dan sekunder.

- 1) Data Primer

- a) Identitas sampel

Data identitas sampel diperoleh dengan metode wawancara langsung kepada sampel menggunakan kuesioner yang meliputi data nama, umur, jenis kelamin, dan alamat.

- b) Status *Emotional eating*

Data diperoleh dengan cara sampel mengisi kuesioner sesuai dengan apa yang dirasakan dalam mengonsumsi makanan.

- c) Pola makan

Data pola makan diperoleh dengan cara sampel mengisi kuesioner frekuensi makan (*Food Frequency Questionare*).

- d) Data aktivitas fisik

Data aktivitas fisik diperoleh dengan cara sampel mengisi kuesioner aktivitas fisik yang dilakukan selama 2 x 24 jam.

- e) Antropometri

Data antropometri yang dikumpulkan adalah data berat badan dan tinggi badan. Berat badan diukur menggunakan timbangan digital injak dengan kapasitas 120 kg dan ketelitian 0,1 kg. Sedangkan tinggi badan diukur menggunakan

microtoice staturemeter dengan kapasitas 200 cm dan ketelitian 0,1 cm.

2) Data Sekunder

Data sekunder meliputi gambaran umum lokasi penelitian yaitu tentang alamat dan data kepegawaian yang meliputi jumlah keseluruhan pegawai dan jumlah pegawai menurut masing-masing bagian. Data ini diperoleh dengan cara observasi ke lokasi penelitian dan wawancara dengan bagian kepegawaian.

4.8 Pengolahan Data

Data yang didapatkan akan diolah menggunakan aplikasi program statistik komputer, kemudian dianalisis dan hasil penelitian ini disajikan dalam bentuk tabel. Pengolahan data dilakukan dengan tahapan sebagai berikut :

a. Pengumpulan data, yaitu mengumpulkan semua data dari semua subjek penelitian yang sudah mengisi lembar kuesioner.

b. *Editing*

Merupakan kegiatan pengecekan dan perbaikan isian kuesioner (Notoatmodjo, 2012). Dalam tahap ini, peneliti akan melakukan pengecekan di setiap lembar kuesioner apakah data yang terkumpul telah sesuai dengan yang diharapkan. Jika ternyata masih ada data atau informasi yang tidak lengkap, dan tidak mungkin dilakukan penelitian ulang, maka kuesioner tersebut dikeluarkan (*drop out*).

c. *Coding*

Proses mengubah data menjadi kalimat atau angka. *Coding* atau pengkodean data berfungsi pada saat memasukkan data ke program di komputer (Notoatmodjo, 2012). Peneliti, mengkodekan terlebih dahulu masing-masing jawaban responden yang menjawab di kuesioner sesuai dengan definisi operasional yang ditentukan.

d. Processing (*Entry*)

Merupakan kegiatan memasukkan data yang diperoleh dari responden dalam bentuk “Kode” dilakukan dengan menggunakan

program di komputer (SPSS) (Notoatmodjo, 2012). Peneliti memasukkan data yang telah dikoding sesuai dengan jawaban masing-masing pertanyaan yang sudah diberikan didalam kuesioner kedalam aplikasi SPSS sebelum dilakukan analisis data.

e. *Cleaning*

Kegiatan pembersihan data yang bertujuan untuk mengetahui data yang hilang, variasi data, dan konsistensi data (Notoatmodjo, 2012). Peneliti melakukan pengoreksian kembali pada data yang telah dimasukkan untuk mengetahui kemungkinan adanya kesalahan, ketidaklengkapan data maupun terdapat data yang hilang.

4.9 Rencana Analisa Data

Dalam penelitian ini data yang di analisis adalah data kualitatif yaitu data yang berhubungan dengan karakteristik responden dan data kuantitatif yaitu data yang berhubungan dengan angka-angka seperti perhitungan skor atau nilai dari pertanyaan.

Setelah melakukan pengumpulan data primer kemudian data di analisis dengan menggunakan analisis univariat, analisis bivariat, dan analisis multivariat. Untuk melihat hubungan variabel bebas dan variabel terikat dengan uji statistik *chi square*.

a. Analisis univariat

Analisis univariat bertujuan untuk mendeskripsikan atau mendapatkan gambaran distribusi proporsi karakteristik responden dan setiap variabel penelitian (Notoatmodjo, 2012). Analisis univariat digunakan untuk mendeskripsikan usia petugas, jenis kelamin petugas, status obesitas petugas, kondisi *emotional eating*, pola makan, dan aktivitas fisik yang diteliti, kemudian diwujudkan dalam tabel distribusi frekuensi untuk menentukan jumlah presentase dari masing-masing variabel yang ada, dan nilai rata – rata minimal, nilai maksimal, serta standar deviasi.

b. Analisis bivariat

Analisis bivariat dilakukan terhadap dua variabel yang diduga berhubungan atau memiliki korelasi antara variabel independen (*emotional eating*, pola makan, dan aktivitas fisik) dengan variabel

dependent (obesitas pada petugas Puskesmas wilayah Kecamatan Manyar Kabupaten Gresik) menggunakan *Uji Chi Square*. Derajat kepercayaan (Confidence Interval) yang digunakan adalah 95%. Untuk mengetahui apakah suatu variabel yang dihubungkan bermakna atau tidak digunakan tingkat kemaknaan (α) = 0,05. Sedangkan untuk menunjukkan besarnya peluang menerima atau menolak hipotesis awal yang telah dibuat akan dicari nilai p. Melalui *uji chi square* diperoleh nilai p value. Yaitu dengan ketentuan :

- Bila nilai p value $\leq 0,05$, maka ada hubungan bermakna yang signifikan antara variabel independen dan dependen
- Bila nilai p $> 0,05$, maka tidak ada hubungan bermakna yang signifikan antara variabel independen dan variabel dependen (Hastono dan Sabri, 2013).

c. Analisis multivariat

Analisis multivariat dilakukan untuk mengetahui seberapa besar keeratan hubungan antara *emotional eating*, pola makan, dan tingkat aktivitas fisik dengan kejadian obesitas dan variabel independen mana yang mempunyai pengaruh paling besar terhadap variabel dependen. Analisis multivariat menggunakan uji *regresi linier berganda* yaitu untuk menganalisa hubungan antara sebuah paparan dan penyakit dan serentak mengontrol sejumlah faktor perancu potensial. Analisis regresi linier berganda digunakan karena penelitian ini memiliki lebih dari satu variabel bebas dan bertujuan untuk mengestimasi atau meramalkan nilai variabel terikat didasarkan pada variabel bebas yang diketahui (Supranto, 2014). Uji statistik *regresi linier berganda* memiliki tingkat kolerasi yaitu nilai 0,00-0,25 menunjukkan tidak ada hubungan atau hubungan lemah, nilai 0,26-0,50 menunjukkan hubungan sedang, nilai 0,55-0,75 menunjukkan hubungan kuat, dan nilai 0,76-1,00 menunjukkan hubungan sangat kuat atau sempurna (Masturoh & Anggita, 2018).