

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Berdasarkan tujuan penelitian, desain yang digunakan pada penelitian ini adalah survey analitik dengan *cross sectional*, yaitu suatu penelitian untuk mempelajari dinamika korelasi antara faktor-faktor resiko dengan efek, dengan cara pendekatan observasi atau pengumpulan data sekaligus pada suatu saat (*point time approach*). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan variabel bebas (variabel independen) dan variabel terikat (variabel dependen) (Notoatmodjo, 2018).

B. Variabel penelitian

Variabel adalah ukuran atau ciri yang dimiliki anggota-anggota suatu kelompok yang berbeda dengan yang dimiliki oleh kelompok yang lain. Variabel merupakan sesuatu yang digunakan sebagai ciri, sifat atau ukuran yang dimiliki atau yang didapatkan oleh satuan penelitian tentang suatu konsep pengertian tertentu (Notoatmodjo, 2018).

Penelitian ini memiliki 2 (dua) Variabel. Variabel Independen dan Variabel Dependen. Di bawah ini uraian Variabel-variabel dalam penelitian:

1. Variabel Independen

Merupakan variabel yang menjadi sebab berubahnya variabel dependen.

Variabel independen dalam penelitian ini adalah manajemen aktivitas.

2. Variabel Dependen (variabel bebas)

Merupakan variabel yang dipengaruhi atau menjadi akibat karena adanya variabel bebas. Variabel dependen dalam penelitian ini adalah obesitas.

C. Definisi Operasional

Definisi operasional adalah batasan ada variabel-variabel yang diteliti agar variabel tersebut dapat diukur dengan menggunakan instrumen atau alat ukur (Notoatmodjo, 2018). Definisi operasional dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

Tabel 3.1
Definisi Operasional

No	Variabel	Definisi Operasional	Alat Ukur	Cara Ukur	Hasil Ukur	Skala Ukur
Variabel Independen						
1.	Manajemen aktivitas	Aktivitas yang dilakukan oleh anak selama 7 hari meliputi aktifitas olah raga, aktifitas pendidikan olah raga, aktifitas saat waktu istirahat, aktifitas saat makan siang, aktifitas setelah pulang sekolah, aktifitas pada malam hari.	Kuesioner aktifitas fisik PAQ-C	Mengisi Kuisisioner	0 : Aktivitas Fisik rendah bila skor <27 1 : Aktivitas fisik tinggi bila skor ≥27	Ordinal
Variabel Dependen						
2.	Obesitas	Keadaan dimana terdapat kelebihan berat badan berdasarkan Indeks masa tubuh	Stadiometer dan timbangan berat badan	Mengukur tinggi dan berat badan	0 : Obesitas bila $IMT \geq 25$ 1 : Tidak obesitas bila $IMT < 25$	Ordinal

D. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi merupakan keseluruhan dari objek dan subjek yang di teliti (Notoatmodjo, 2018). Populasi dalam penelitian ini adalah Siswa SD Tri Sukses Natar Lampung Selatan kelas 4,5,6 sebanyak 218 siswa.

2. Sampel

Sampel adalah sebagian yang diambil dari keseluruhan objek yang diteliti yang dianggap mewakili seluruh populasi (Notoatmodjo, 2018). Untuk menghitung jumlah sample rumus yang digunakan adalah sebagai berikut :

$$n = \frac{N}{1 + N(d^2)}$$

Keterangan :

n : Besar sample

N : Besar populasi

d : Tingkat kepercayaan yang atau ketepatan yang diinginkan (0,1)

Sehingga ditetapkan sampel sebanyak :

$$n = \frac{N}{1 + N(d^2)}$$

$$n = \frac{218}{1 + 218 (0,1)^2}$$

$$n = \frac{218}{3.18}$$

$$n = 68.5$$

$n = 68.5$ dibulatkan menjadi 69 sampel

Berdasarkan keterangan di atas untuk menentukan populasi dan sampel terdapat dua kriteria yaitu :

a. Kriteria Inklusi

Kriteria Inklusi adalah kriteria atau ciri-ciri yang perlu dipenuhi oleh setiap anggota populasi yang dapat diambil sebagai sampel (Notoatmodjo, 2018). Kriteria inklusi dalam penelitian ini adalah :

- 1) Siswa SD Tri Sukses Natar Lampung Selatan kelas 4,5,6.
- 2) Bersedia menjadi responden.

b. Kriteria Eksklusi

Kriteria Eksklusi adalah karakteristik atau ciri-ciri anggota populasi yang tidak dapat diambil sebagai sampel (Notoatmodjo, 2018). Kriteria eksklusi pada penelitian ini adalah sebagai berikut

- 1) Siswa dengan penyakit kronik seperti pneumonia, TB dan penyakit lain yang dapat mempengaruhi berat badan anak.
- 2) Mengundurkan diri saat penelitian.

c. Teknik Pengambilan Sampel

Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *Purposive sampling* yaitu teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu (Notoatmodjo, 2018).

E. Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini telah dilaksanakan pada bulan Agustus 2021 dengan *Prasurvey* dilakukan pada bulan November 2020. Pengambilan data dan pengolahan data pada bulan Juli 2021. Penelitian ini telah dilaksanakan di SD Tri Sukses Natar Lampung Selatan.

F. Etika Penelitian

Etika penelitian yaitu hak obyek penelitian dan yang lainnya harus dilindungi (Nursalam, 2013). Beberapa prinsip dalam pertimbangan etika meliputi : bebas *eksplorasi*, kerahasiaan, bebas dari penderita, bebas menolak menjadi responden, dan perlu surat persetujuan (*Informed Consent*).

1. *Informed Consent* (Lembar Persetujuan)

Peneliti sebelum melakukan penelitian terlebih dahulu menjelaskan tujuan dan pelaksanaan penelitian kepada responden secara tertulis maupun verbal. Peneliti memberikan hak kepada responden untuk ikut atau tidak berpartisipasi sebagai responden, responden yang bersedia selanjutnya akan diberikan lembar persetujuan menjadi responden.

2. *Anonymity* (Tanpa Nama)

Peneliti menjaga kerahasiaan serta privasi responden dengan tidak mencantumkan identitas responden dan mengganti dengan inisial sebagai identitas responden.

3. *Confidentiality* (Kerahasiaan)

Penulis melindungi privasi dan kerahasiaan identitas atau jawaban yang diberikan. Subyek berhak untuk tidak mencantumkan identitasnya dan berhak mengetahui kepada siapa saja data tersebut disebarluaskan. Peneliti menjaga kerahasiaan responden penelitian dengan tidak mencantumkan identitas responden dalam penelitian untuk menjaga kerahasiaan penelitian.

4. *Respect for Justice an Inclusiveness* (Keadilan dan Keterbukaan)

Peneliti memberikan penjelasan kepada responden tentang prosedur pelaksanaan penelitian. Peneliti dalam penelitian ini memberikan perlakuan yang sama bagi semua responden meliputi pengukuran dan penimbangan berat badan.

5. *Balancing Harm and Benefits* (Memperhitungkan Manfaat dan Kerugian yang ditimbulkan)

Peneliti berusaha meminimalisasi dampak yang merugikan bagi subyek. Peneliti memberikan masukan bagi responden penelitian tentang manfaat melakukan aktifitas serta dampak obesitas.

G. Instrumen Penelitian

1. Instrumen

Instrumen penelitian adalah pengumpulan data dengan cara apapun dan selalu di perlukan suatu alat (Notoatmodjo, 2018). Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini untuk mengukur aktifitas fisik siswa adalah kuisisioner PAQ-C yang disusun oleh Kowalski, Crocker dan Donan pada Tahun 2004 yang dikutip dari penelitian Wulandari (2017) yang merupakan kuesioner favorabel berupa *recall* aktivitas fisik yang telah dilakukan oleh anak 7 hari terakhir yang terdiri dari 9 soal dengan 5 poin, yang meliputi pertanyaan tentang aktifitas olah raga, aktifitas pendidikan olah raga, aktifitas saat waktu istirahat, aktifitas saat makan siang, aktifitas setelah pulang sekolah, aktifitas pada malam hari skor 1 aktivitas fisik rendah dan skor 5 untuk aktivitas fisik tinggi

2. Uji Validitas

Validitas adalah suatu indeks yang menunjukkan alat ukur benar-benar mengukur apa yang diukur (Notoatmodjo, 2018). Alat ukur dinyatakan valid bila nilai r hitung $>$ r table (Hastono, 2017). Uji validitas pada penelitian ini telah dilakukan oleh Kowalski (2004) dengan menggunakan 200 responden. Hasil penelitian menunjukkan bahwa nilai $t(82) = 1,93$, $p < 0,05$ dan $t(82) = 1,97$, $p < 0,05$ yang menunjukkan bahwa kuesioner PAQ-C adalah ukuran aktivitas fisik yang valid pada anak-anak.

3. Uji Reliabilitas

Reliabilitas adalah uji untuk mengetahui ketepatan instrument pengukuran dengan konsistensi diantara butir-butir pertanyaan dalam satu instrument reliabilitas berkaitan dengan ketepatan prosedur pengukuran dan konsistensi (Notoatmodjo, 2018). Uji reliabilitas dalam penelitian ini tidak dilakukan karena kuesioner telah dinyatakan reliabel.

H. Pengumpulan Data

Data dalam penelitian ini merupakan data primer. Data primer merupakan data yang diperoleh langsung dari responden yang dilakukan setelah memberikan kuisisioner aktivitas fisik, serta mengukur berat badan dan tinggi badan responden.

I. Pengolahan Data

Pengolahan data merupakan salah satu bagian rangkaian kegiatan penelitian setelah pengumpulan data. Data yang masih mentah perlu diolah sedemikian rupasehingga menjadi informasi yang dapat digunakan untuk menjawab tujuan

penelitian (Hastono, 2017). Agar analisa data menghasilkan informasi yang benar, ada 4 tahapan dalam pengolahan data yang harus dilalui yaitu :

1. *Editing*

Melakukan pengecekan instrumen penelitian yaitu lembar ceklis dan lembar observasi apakah telah memenuhi syarat, yaitu :

- a. Lengkap : Semua instrumen penelitian telah terisi.
- b. Jelas : Jawaban dalam lembar ceklis dan lembar observasi cukup terbaca
- c. Relevan : Jawaban yang tertulis apakah relevan dengan pertanyaan penelitian
- d. Konsisten : apakah pertanyaan yang berkaitan isi jawaban konsisten.

2. *Coding*

Coding merupakan kegiatan mengubah data berbentuk huruf menjadi data berbentuk angka/atau bilangan. Variabel manajemen aktivitas dalam penelitian ini kode 0 : bila aktivitas rendah dan kode 1 : bila aktivitas tinggi, sedangkan pada variabel obesitas kode 0 : bila responden mengalami obesitas dan kode 1 bila responden tidak mengalami obesitas.

3. *Processing*

Setelah semua isian instrumen terisi dengan benar dan juga telah melewati pengkodean serta pemberian skor terhadap item yang perlu diberi skor, selanjutnya adalah memproses dari kuesioner ke paket program computer. Kemudian menghitung atau mencatat data yang telah terkumpul, selanjutnya diolah dengan menggunakan tabel distribusi frekuensi.

4. *Cleaning*

Cleaning (pembersihan data) merupakan kegiatan pengecekan kembali data yang sudah di entry apakah ada kesalahan atau tidak seperti data yang kosong atau tidak di entry dengan benar. Kesalahan tersebut dimungkinkan terjadi pada saat kita meng-*entry* ke komputer.

J. Analisa Data

1. Analisis univariat

Analisis univariat bertujuan untuk menjelaskan atau mendeskripsikan karakteristik setiap variabel penelitian (Notoatmodjo, 2018). Analisa univariat dalam penelitian ini bertujuan untuk mengetahui karakteristik responden berdasarkan usia, jenis kelamin, manajemen aktivitas dan kejadian obesitas pada responden.

2. Analisis bivariat

Analisis bivariat merupakan analisis yang dilakukan terhadap dua variabel yang diduga berhubungan atau berkorelasi (Notoadmodjo, 2018). Hubungan antara dua variabel dapat diketahui dan dianalisa dengan pengujian statistic menggunakan *Chi Kuadrat* yaitu teknik statistik yang digunakan untuk menguji hipotesis bila dalam populasi terdiri atas dua atau lebih kelas dimana data berbentuk nominal atau ordinal dan sampelnya besar. Keputusan tentang hipotesis berlaku ketentuan bila *P value* lebih besar dari 0,05 maka *H₀* diterima dan apabila *P value* lebih kecil atau sama dengan (\leq) 0,05 maka *H₀* ditolak (Sugiyono, 2017). Analisa bivariat dalam penelitian ini bertujuan untuk mengetahui

hubungan manajemen aktivitas dengan kejadian obesitas pada anak sekolah dasar di SD Tri Sukses Natar Lampung Selatan Tahun 2021.

K. Jalannya penelitian

Langkah –langkah pengumpulan data dalam penelitian :

1. Langkah persiapan
 - a. Mengajukan permohonan izin pelaksanaan penelitian pada institusi pendidikan program S1 Keperawatan Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah.
 - b. Menyerahkan permohonan izin yang diperoleh ke tempat penelitian di SD Tri Sukses Natar Lampung Selatan.
2. Langkah pelaksanaan
 - a. Menyerahkan surat izin dan tanggal penelitian
 - b. Memilih responden sesuai dengan kriteria inklusi lalu menjelaskan tujuan penelitian
 - c. Memberikan *informed consent* sebagai persetujuan menjadi responden
 - d. Memberikan kuisioner penelitian serta mengukur berat badan dan tinggi badan responden.
 - e. Peneliti meneliti kembali apakah data sudah lengkap.
 - f. Setelah data terkumpul selanjutnya dilakukan pengolahan data dan analisis data, hasil pengolahan dan analisis data dirumuskan kesimpulan penelitian, kemudian data disajikan dalam bentuk tabel.

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian