

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **3.1 Desain Penelitian**

Desain penelitian ini merupakan *survey cross-sectional* kepada atlet beladiri PPLP Jawa Barat. Subjek diambil secara *total sampling* dimana jumlah sampel sesuai dengan populasi yang ada, total subjek termasuk kedalam beberapa kriteria sampel yang dibutuhkan, berusia 14-18 tahun, termasuk kedalam cabang olahraga beladiri dan bersedia berpartisipasi dalam penelitian. *Survey cross sectional* merupakan desain penelitian yang mempelajari risiko dan dampak melalui observasi, dengan tujuan mengumpulkan data secara bersamaan atau dalam satu waktu (Abduh dkk., 2022).

#### **3.2 Partisipan**

Partisipan penelitian ini merupakan atlet pelajar Jawa Barat yang memiliki bakat diberbagai cabang olahraga beladiri yang terpusat dalam wadah organisasi pusat pendidikan dan latihan olahraga pelajar Jawa Barat.

#### **3.3 Populasi dan Sampel**

##### **3.3.1 Populasi**

Populasi atlet beladiri pelajar di PPLP Jawa Barat dengan jumlah 45 orang. Subjek diambil secara *total sampling* dengan beberapa kriteria subjek yang dibutuhkan. Penentuan subjek untuk memenuhi syarat penelitian maka perlu ditentukan kriteria inklusi sebagai karakteristik umum subjek di suatu penelitian. Target yang akan di teliti dalam penelitian ini mencakup:

- 1) Responden berusia 14-18 tahun;
- 2) Responden termasuk kedalam cabang olahraga gulat, judo, karate, taekwondo, tarung derajat dan pencak silat;
- 3) Responden bersedia berpartisipasi dalam penelitian.

### 3.3.2 Sampel

Sampel responden dari penelitian diambil secara *total sampling* dimana jumlah sampel sesuai dengan populasi yang ada. Sampel responden berjumlah 45 sampel atlet beladiri pelajar di PPLP Jawa Barat.

### 3.4 Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian ini telah dilaksanakan pada tanggal 28 November 2023, yang bertempat di pusat pendidikan dan latihan olahraga pelajar Jawa Barat, *SPORT JABAR*, Sukamiskin, Arcamanik, Kota Bandung, Jawa Barat 40293.

### 3.5 Definisi Operasional

Tabel 3.1 Definisi Operasional

No	Variabel	Definisi	Alat Ukur	Hasil Ukur	Skala Ukur
1	Persepsi Gizi	Persepsi gizi mencakup pengetahuan individu tentang nutrisi, pemahaman mengenai makanan, serta penilaian pribadi terhadap asupan makanan (Deguchi dkk., 2021).	<i>Nutritional Perception Screening Questionnaire-9</i> (NPSQ9) (San-Cristobal dkk., 2017)	Skor persepsi gizi dengan kriteria sebagai berikut: 1. Skor 9–20 = persepsi gizi kurang; 2. Skor 21–32 = persepsi gizi cukup; 3. Skor 33–45 = persepsi gizi baik.	Ordinal
2	Persepsi Citra Tubuh	Citra tubuh merupakan interpretasi dan evaluasi subjektif terhadap penampilan seseorang (Saliha dkk., 2022).	Penilaian karakteristik persepsi citra tubuh menurut responden metode <i>Figure Rating Scale</i> (FRS) (Hatami dkk., 2015)	1. Positif: bentuk tubuh saat ini sama dengan bentuk tubuh ideal yang diinginkan. 2. Negatif: bentuk tubuh saat ini tidak sama dengan bentuk tubuh yang diinginkan.	Nominal

### 3.6 Instrumen Penelitian

Penelitian ini meliputi karakteristik subjek (jenis kelamin, usia, tinggi badan, berat badan dan komposisi tubuh), persepsi gizi dan persepsi citra tubuh.

Data karakteristik subjek dikumpulkan menggunakan kuesioner, penilaian persepsi gizi menggunakan *Nutritional Perception Screening Questionnaire* (NPSQ9) dan persepsi citra tubuh menggunakan *Figure Rating Scale* (FRS). Pengisian kuesioner dilakukan secara *self-administered* yang disebarakan pada lembar kertas dan pengisiannya dipandu oleh penulis.

*Nutritional Perception Screening Questionnaire* (NPSQ9) merupakan sebuah alat evaluasi yang digunakan untuk menilai persepsi individu terhadap aspek-aspek gizi dalam pola makan seseorang. Alat skrining ini memberikan gambaran awal dalam mengidentifikasi persepsi yang mungkin memengaruhi perilaku makan seseorang. NPSQ9 terdiri dari sembilan pertanyaan yang dirancang oleh San-Cristobal dkk, untuk mengevaluasi pengetahuan, sikap dan kebiasaan makan individu.

*Figure Rating Scale* (FRS) adalah kuesioner yang digunakan dalam penelitian tentang citra tubuh untuk mengevaluasi terhadap berat badan dan bentuk tubuh individu. FRS terdiri dari serangkaian gambar siluet tubuh dengan pertanyaan yang berbeda-beda untuk mengukur tingkat kepuasan dan ketidakpuasan seseorang terhadap tubuhnya. Kuesioner ini melihat kepuasan atlet tentang tubuhnya.

### **3.7 Prosedur Penelitian**

#### **3.7.1 Tahap Persiapan**

- 1) Identifikasi masalah: Pada tahap awal penelitian, masalah yang terjadi diidentifikasi dan langkah-langkah pelaksanaan diperlukan untuk mengembangkan sistem yang dapat menyediakan solusi.
- 2) Survey: Dalam prosedur penelitian survey merupakan langkah awal yang sangat penting untuk mengumpulkan data dan informasi yang relevan dengan topik penelitian.

3) Uji Validitas:

a) Uji Validitas Ahli

Instrumen penelitian hasil alih bahasa oleh Cep Ubad Abdullah, M.Pd. (Dosen Bahasa Inggris Fakultas Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial Universitas Pendidikan Indonesia) yang telah disusun dan disesuaikan layak digunakan untuk penelitian dalam rangka penyusunan skripsi.

b) Uji Validitas dan Reliabilitas

Uji validitas dan reliabilitas telah di laksanakan tanggal 08 November 2023, kepada siswa yang mengikuti ekstrakurikuler beladiri di SMAN 1 Soreang, tercatat dalam surat keterangan dengan nomor 217/TU.02.01/SMAN1SRG. Hasil validitas dari 23 responden semua butir soal dengan nilai signifikansi lebih kecil dari 0.05 maka kuesioner dinyatakan valid. Hasil reliabilitas semua butir soal dengan nilai *cronbach's alpha* lebih besar dari 0.413 maka kuesioner persepsi gizi dan citra tubuh dinyatakan reliabel.

c) Uji Validitas Konten

Setelah melihat beberapa literatur dan uji validitas konten instrumen *Figure Rating Scale* (FRS) maka instrumen pertanyaan nomor 3, 4, 5, 6, 7, 8 dan 9 di eliminasi karena bentuk pertanyaan dianggap sebagai *error*, hasil akhir data dapat digunakan untuk hasil penelitian yang lebih bermakna.

4) Uji Etik: Penelitian ini telah memenuhi prinsip-prinsip *good clinical practice* dan disetujui pelaksanaannya sesuai nomor: 08/KEPK/FITKes-UNJANI/XI/2023 yang ditetapkan tanggal 27 November 2023 oleh Komisi Etik Penelitian Kesehatan Fakultas Ilmu dan Teknologi Kesehatan (FITKes) Universitas Jendral Achmad Yani Cimahi.

### 3.7.2 Tahap Pengembangan Instrumen Penelitian

- 1) Subjek penelitian mengisi *informed consent*;
- 2) Subjek penelitian mengisi kuesioner tentang persepsi gizi menggunakan NPSQ9 dan persepsi citra tubuh menggunakan FRS.

### 3.7.3 Tahap Evaluasi

Subjek penelitian melakukan evaluasi untuk mengetahui hasil dari *persentase body mass index* serta membandingkannya dengan hasil pengisian kuisioner tersebut.

## 3.8 Analisis Data

Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis korelasi univariat dan bivariat:

### 1) Analisis univariat

Analisis univariat menggambarkan data hasil berupa rata-rata skor persepsi gizi dan citra tubuh, hasil nilai tengah dari skor persepsi gizi dan citra tubuh, juga nilai yang sering muncul dari hasil skor persepsi gizi dan citra tubuh, dengan hasil akhir frekuensi dan persentase. Analisis univariat adalah hasil analisis untuk mengetahui data berdistribusi normal atau tidak, berfungsi sebagai informasi data dari variabel yang diteliti.

### 2) Analisis bivariat

Analisis bivariat atau biasa disebut korelasi sederhana yang merupakan bagian dari metode statistika, berfungsi untuk mengetahui tingkat kekuatan hubungan antara dua variabel serta derajat keeratan dari variabel independen dan variabel dependen antara persepsi gizi dan persepsi citra tubuh.

Hasil kuesioner penelitian akan diolah menggunakan analisis korelasi *chi-square* dengan program IBM SPSS *Statistics* versi 22 (Machali, 2021).