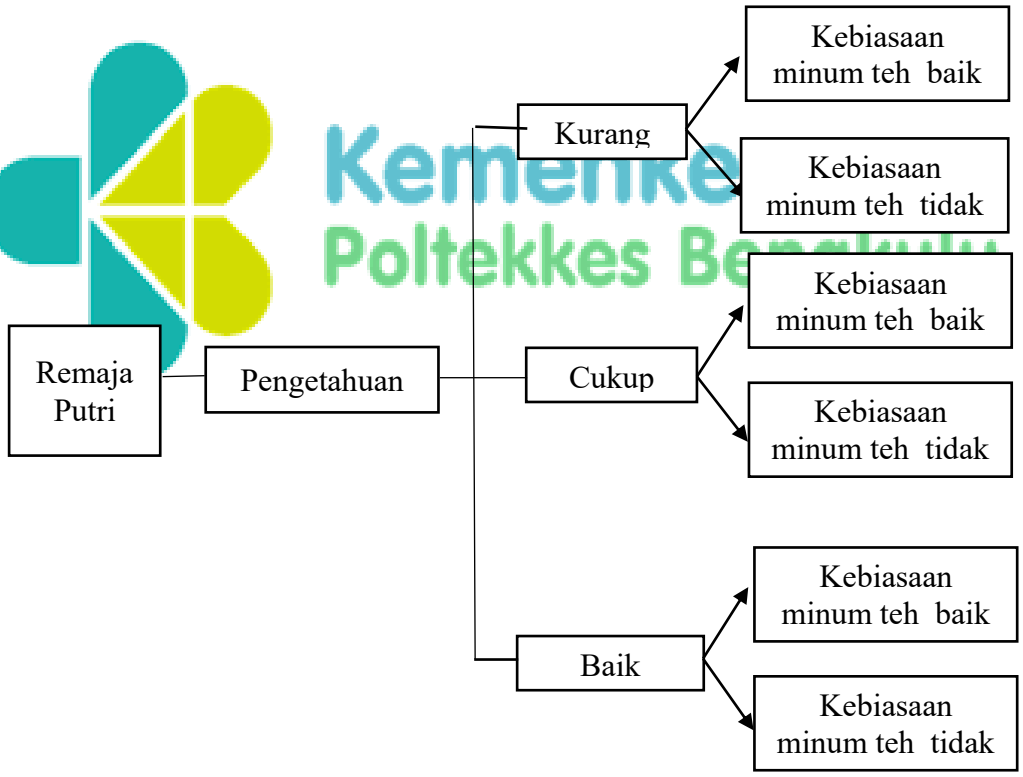
BAB III
METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

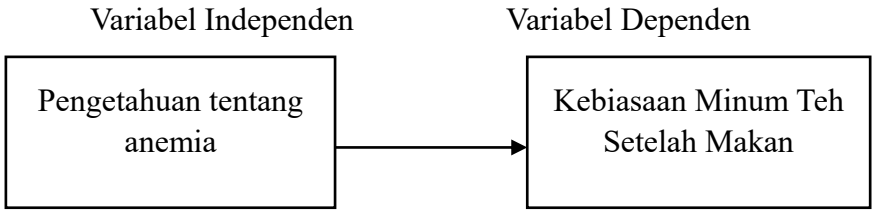
Jenis penelitian ini menggunakan desain *analitik observasional* dengan pendekatan *cross sectional* yaitu jenis penelitian yang menekankan waktu pengukuran/observasi data variabel dependen dan independen hanya satu kali pada satu waktu Variabel independen dalam penelitian ini adalah pengetahuan tentang anemia dan variabel dependennya adalah kebiasaan minum teh setelah makan.



Bagan 3.1 Desain Penelitian

B. Variabel Penelitian

Pada penelitian ini variabel independennya adalah pengetahuan tentang anemia dan variabel dependennya adalah kebiasaan minum teh setelah makan.Variabel pada penelitian ini digambarkan sebagai berikut:



Bagan 3.2 Variabel penelitian

C. Definisi Operasional

Definisi operasional merupakan suatu definisi berdasarkan pada karakteristik yang bisa diobservasi dari apa yang sedang diidentifiksikan atau menerjemahkan suatu konsep variabel ke dalam instrument pengukuran penelitian.

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

Tabel 3.1 Definisi Operasional

Variabel	Definisi Operasional	Alat Ukur	Cara Ukur	Hasil Ukur	Skala
Variabel Independen					
Tingkat Pengetahuan Tentang Anemia	Pengetahuan ialah pemahaman atau hasil penginderaan seseorang dari berbagai aspek anemia mengenai pengertian, faktor yang memengaruhi, klasifikasi,penyebab terjadinya, dampak serta pencegahan anemia dengan kadar Hb normal ≥12 g/dl	Kuisioner	Mengisi Kuisioner	0= Pengetahuan kurang jika nilai : < 56 % 1= Pengetahuan cukup jika nilai: 56-75% 2= Pengetahuan baik jika nilai: 76-	Ordinal

				100%	
Variabel Dependen					
Kebiasaan Minum Teh Setelah Makan	Kebiasaan minum teh setelah makan adalah mengkonsumsi teh setelah atau saat makan dalam waktu kurang dari 1 jam, dan dilakukan berulang ≥ 2 kali/hari	Kuisioner	Mengisi Kuisioner	0: Tidak baik: ≥2 gelas/hari dan ≤ 1 jam setelah makan 1 : Baik: < 2 gelas/ hari dan >1jam setelah waktu makan	Ordinal

D. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek atau subjek yang mempunyai kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Eddy Roflin et al., 2021). Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh remaja putri atau siswi kelas VII SMPN 4 Kota Bengkulu dengan total populasi sebanyak 192 orang.

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

2. Sampel

Sampel adalah bagian yang diambil dari seluruh objek yang diteliti dan dianggap mewakili seluruh populasi

a. Menghitung Besaran Sampel

Perhitungan besaran sampel yang akan digunakan dalam penelitian

ini menggunakan rumus Slovin, sebagai berikut:

$$n = \frac{N}{1 + Ne^2}$$

Keterangan:

n = Jumlah sampel

N = Jumlah populasi

e = Presisi absolut atau limit eror yang digunakan (10 % =0,1)

Sehingga, besaran sampel yang diperoleh:

$$n = \frac{192}{1 + 192(0,1)^2}$$

$$n = \frac{192}{1 + 192\,(0,01)}$$

$$n = \frac{192}{1 + 1,92}$$

$$n = \frac{192}{2,92}$$

$$n = 65,7$$

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

Untuk mengantisipasi terjadinya *drop out* atau subjek yang tidak taat maka dilakukan penambahan sampel 10%, jadi besar sampel:

n^1 =Jumlah sampel penelitian

n = Jumlah sampel yang telah dihitung

F = perkiraan proporsi *drop out* (F= 10% = 0,10)

Sehingga:

$$n^1 = \frac{\text{n}}{(1 - F)}$$

$$n^1 = \frac{65,7}{(1 - 0,1)}$$

$$n^1 = \frac{65,7}{0,9}$$

$$n^1 = 73\ orang$$

b. Teknik Pengambilan Sampel

Sebagai bagain dari penelitian ini, sampel diambil secara proporsional dari tiap kelas. Teknik pengambilan sampel adalah dengan Teknik *proportionate stratified random sampling* dan rumusnya adalah sebagai berikut:

$$ni = \frac{\text{Ni}}{N} x\ n$$

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

Keterangan:

ni : banyaknya sampel pada tiap kelas

Ni : banyaknya unit pada kelas

N : banyaknya populasi

n : banyaknya sampel seluruh kelas

Tabel 3.2 Jumlah Sampel Siswi Secara Proporsi

No	Kelas	Jumlah Siswi	Jumlah Sampel secara proporsi	Kuota
1	VII 1	20	(20/192) x 73	8
2	VII 2	18	(18/192) x 73	7
3	VII 3	20	(20/192) x 73	8
4	VII 4	20	(20/192) x 73	8
5	VII 5	20	(20/192) x 73	8
6	VII 6	17	(17/192) x 73	6
7	VII 7	17	(17/192) x 73	6
8	VII 8	21	(21/192) x 73	8
9	VII 9	18	(18/192) x 73	7
10	VII 10	21	(21/192) x 73	8
TOTAL		**192**		**73**

Jumlah sampel sebanyak 73 orang remaja putri. Langkah pertama pengambilann sampel dengan menggunakan *spin the wheel name*, yaitu dengan cara berikut:

1) Peneliti menyiapkan daftar nama siswi setiap kelas berdasarkan dengan daftar absen
2) Peneliti memasukkan nama-nama siswi kedalam aplikasi *spin the wheel name*
3) Putar *spin the wheel name* secara acak
4) Ketika berhenti, lihat nama yang muncul dibagian atas spin tersebut sehingga nama siswi tersebut terpilih untuk menjadi sampel penelitian
5) Peneliti melakukan langkah 2-4 hingga jumlah sampel yang dibutuhkan terpenuhi untuk penelitian ini.

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

c. Kriteria Inklusi dan Eksklusi

Sampel yang dipilih memiliki kriteria inklusi dan eksklusi:

Kriteria Inklusi

1) Remaja putri yang bersekolah di SMPN 4 Kota Bengkulu
2) Remaja putri yang bersedia menjadi responden
3) Siswi kelas VII

Kriteria Eksklusi

1) Remaja yang sakit dan tidak mampu mengikuti kegiatan
2) Remaja putri yang memiliiki alergi terhadap teh

E. Lokasi dan Waktu Penelitian

1. Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SMPN 4 Kota Bengkulu

2. Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan pada tanggal 18 Juni 2025

F. Instrumen Penelitian

1. Kuisioner Pengetahuan tentang Anemia

Kuisioner yang digunakan pada penelitian ini merupakan kuisioner yang diadopsi dari penelitian terdahulu yaitu penelitian Lestari, D.I.N (2018) yang telah baku karena sudah diuji validitas dan reliabilitasnya, dengan validitas R hitung > 0,632 tiap pertanyaan dan reliabilitas *cronbach's alpha* 0,893. Kuisioner pengetahuan terdiri dari 15 pernyataan dengan pilihan jawaban *multiple choice.*

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

Kuisioner pengetahuan memuat definisi anemia,faktor yang memengaruhi anemia dan penyebab anemia, klasifikasi anemia, dampak anemia serta pencegahan anemia. Skoring dalam kuisioner pengetahuan tentang anemia diberikan skor "1" jika jawaban benar, dan skor "0" jika jawaban salah.

Total skor yang diperoleh akan dibagi dengan jumlah item pertanyaan dan dikali 100%. Adapun kategori pengetahuan dari skor yang didapat adalah sebagai berikut:

a. Pengetahuan dikategorikan kurang jika skor < 56%

b. Pengetahuan dikategorikan cukup jika skor 56-75%

c. Pengetahuan dikategorikan baik jika skor 76-100%

2. Kuisioner Kebiasaan Minum Teh Setelah Makan

Kebiasaan minum teh diukur menggunakan *Food Frequency Questionnaires* (FFQ) untuk melihat frekuensi serta jarak konsumsi teh setelah makan, kuisioner ini diadopsi dari penelitian (Agustin Diyah Kusmawatin, 2013). Pada metode FFQ gambaran frekuensi makan dengan waktu mengonsumsi teh dapat dilihat secara langsung.

Instrumen ini berbentuk Food Frequency Questionnaire (FFQ) yang bertujuan untuk mengetahui frekuensi dan pola konsumsi teh pada responden, termasuk waktu konsumsi teh dikaitkan dengan waktu makan.

Kuesioner ini terdiri dari tabel yang memuat beberapa jenis teh yang umum dikonsumsi, yaitu:

1. Teh wangi/daun kering (teh tubruk)
2. Teh celup
3. Teh instan cair – yaitu teh dalam kemasan botol dengan berbagai rasa (misalnya: lemon, madu, leci, dll).
4. Teh instan bubuk – yaitu teh bubuk siap seduh, biasanya sudah dicampur dengan rasa tambahan seperti buah, bunga, madu, atau bahan lainnya.

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

Cara Pengisian:

Responden diminta untuk Menentukan frekuensi konsumsi masing-masing jenis teh berdasarkan kebiasaan dalam 1 bulan terakhir, dengan mengisi salah satu dari tiga kolom berikut:

1. X/Hari: jika teh dikonsumsi setiap hari,
2. X/Minggu: jika teh dikonsumsi beberapa kali dalam seminggu,
3. X/Bulan: jika teh dikonsumsi hanya beberapa kali dalam sebulan.

Selanjutnya responden menunjukkan waktu konsumsi teh dalam kaitannya dengan waktu makan, dengan memberi tanda centang (✔) pada salah satu dari dua pilihan berikut:

1. "≤ 1 Jam atau bersamaan saat makan": jika teh dikonsumsi bersamaan dengan makan atau dalam waktu kurang dari 1 jam setelah makan.
2. "≥ 1 Jam": jika teh dikonsumsi lebih dari 1 jam setelah makan.

Ukuran konsumsi yang dijadikan acuan dalam kuesioner ini adalah minimal 1 gelas biasa (±200 ml) setiap kali minum. Responden mengisi kuesioner berdasarkan kebiasaan konsumsi selama 1 bulan terakhir, untuk memperoleh data yang valid dan dapat dianalisis secara akurat.

Remaja yang memiliki kebiasaan minum teh ≥ 2 kali/hari dengan waktu kurang dari 1 jam setelah makan dikategorikan "kebiasaan tidak baik", sedangkan remaja yang memiliki kebiasaan minum teh < 2 kali/hari dengan waktu lebih dari 1 jam setelah makan, ≥ 2 kali/hari dalam waktu > 1 jam setelah makan dan < 2 kali/hari dalam waktu < 1 jam setelah makan dikategorikan "kebiasaan baik" (Kusumawati et al., 2024) serta tidak melebihi 750 ml teh per hari (Suryaningsih et al., 2025).

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

3. Cara Penelitian

   a. Tahap Persiapan

      Sebelum dimulainya penelitian dilakukan tahapan persiapan yang meliputi:

      1) Mengurus surat izin pra penelitian dari Poltekkes Kemenkes Bengkulu
      2) Menyerahkan surat izin di Dinas Kesehatan Kota Bengkulu
      3) Menyerahkan surat izin Dinas Pendidikan dan Kebudayaan Kota Bengkulu

4) Menyerahkan surat ke Puskesmas Jalan Gedang
5) Menyerahkan surat izin pra penelitian ke SMPN 4 Kota Bengkulu
6) Melakukan survey awal pada siswi SMPN 4 Kota Bengkulu
7) Menetapkan sampel penelitian yaitu siswi SMPN 4 Kota Bengkulu

b. Tahap Pelaksanaan

1) Identifikasi subyek penelitian
2) Sampel diukur menggunakan kuisioner
3) Semua data yang telah dikumpulkan diolah dan dianalisa

G. Teknik Pengumpulan Data

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

1. Data Primer

Data primer diperoleh dengan membagikan lembar kuisonerkepada responden untuk mendapatkan data mengenai tingkat pengetahuan terhadap anemia dan kebiasaan minum teh setelah makan pada remaja putri.

2. Data Sekunder

Data sekunder dalam penelitian ini yaitu data jumlah remaja putri kelas VII SMPN 4 Kota Bengkulu, meliputi nama dan kelas yang didapatkan dari staf tata usaha.

H. Teknik Pengolahan Data

Menurut (Notoatmodjo, 2018), langkah-langkah pengolahan data

yaitu:

a. *Editing* (Penyuntingan Data)

Pemeriksaan kembali dan melakukan perbaikan pada isian kuisioner untuk melihat kelengkapan jawaban, kejelasan dan relevansi isian kuisioner.

b. *Coding* (Pengolahan Data)

Pemberian kode terhadap jawaban responden pada kuisioner agar lebih mudah dan sederhana. Data yang *dicoding* berupa:

1) Pengetahuan tentang Anemia

Kode 0= pengetahuan kurang jika skor < 56%, kode 1= pengetahuan cukup jika skor 56-75%, kode 2= pengetahuan baik jika skor 76-100%

2) Kebiasaan Minum Teh Setelah Makan

Kode 0= kebiasaan tidak baik jika kebiasaan minum teh ≥ 2 kali/hari dengan waktu kurang dari 1 jam setelah makan dan kode 1=kebiasaan baik jika kebiasaan minum teh < 2 kali/hari dengan waktu lebih dari 1 jam setelah makan, ≥ 2 kali/hari dalam waktu > 1 jam setelah makan dan < 2 kali/hari dalam waktu < 1 jam setelah makan

c. *Entry* (Memasukkan Data)

Program pengolahan data menggunakan SPSS (*Stastiscal Package for the Social Science)*

d. *Cleaning* (Pembersihan Data)

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

Setelah proses entry data, makan dilanjutkan pembersihan yang berupa pengecekan Kembali untuk memastikan data bersih dari kesalahan.

I. Analisis Data

1. Analisis Univariat

Analisis univariat merupakan analisis pada satu variabel. Analisis univariat digunakan untuk menganalisis karakteristik responden, variabel tingkat pengetahuan dan variabel kebiasaan minum teh setelah makan. Analisis univariat dalam menghitung frekuensi kategorik dapat diukur menggunakan rumus berikut:

$$Persentase = \frac{\text{Frekuensi Kategori}}{Jumlah\ Sampel} x\ 100\%$$

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

0% : Tidak ada satupun dari kejadian

1%-25% : Sebagian kecil dari kejadian

26%-49% : Hampir sebagian dari kejadian

50% : Setengah

51%-75% : Sebagian besar dari kejadian

76%-99% : Hampir dari seluruh kejadian

100% : Seluruh kejadian

2. Analisis Bivariat

Analisis bivariat digunakan untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan antar variabel dependen dan independen. Analisis ini ingin membuktikan hipotesis. Data yang kemudian diperoleh akan diolah lalu

dianalisa dan akan disajikan dalam bentuk tabel.Analisa ini menggunakan uji *chi square* dengan kepercayaan (α) 95%. Interpretasi hasil sebagai berikut:

a. Jika nilai *p-value* ≤0,05, artinya Ha diterima artinya ada hubungan antara variabel independen dengan variabel dependen
b. Jika nilai *p-value* > 0,05, artinya Ha ditolak artinya tidak ada hubungan antara variabel independen dengan variabel dependen

Untuk melihat korelasi antara dua variabel, dapat menggunakan rumus chi-square:

$$X^2 = \sum \frac{(O - E)^2}{E}$$

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

Keterangan:

X^2 = Nilai *Chi Square*

O = Nilai observasi (frekuensi yang diamati)

E = Nilai ekspektasi (Frekuensi yang diharapkan)

J. Etika Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan dengan menekankan pada urutan etika yang terdapat pada keterangan layak etik dengan No. KEPK.BKL/576/06/2025.. Masalah etika yang harus diperhatikan antara lain adalah sebagai berikut:

1. Persetujuan *(informed consent)*

Informed consent adalah lembar persetujuan yang diberikan kepada responden sebelum penelitian dilakukan. Bertujuan agar responden

mengerti maksud dari penelitian

2. Kerahasiaan *(Confidentially)*

   Semua informasi yang didapatkan dari responden akan dijamin dan dijaga kerahasiaannya oleh peneliti, hanya data tertentu saja yang akan dilaporkan dalam hasil penelitian.

3. Kebermanfaatan *(Beneficience and non malenficience)*

   Prinsip etika yang dilakukan oleh peneliti yang bertujuan untuk memberikan manfaat bagi responden yang mengikuti penelitian. Memastikan bahwa penelitian tidak mengganggu, menyakiti, atau membahayakan responden secara fisik.

4. Keadilan *(justice)*

   Kejujuran, keterbukaan dan kehati-hatian adalah komponen dari keadilan. Semua responden harus dilayani dengan adil dari awal hingga akhir tanpa ada diskriminasi, jadi jika ada yang tidak bersedia maka harus dikeluarkan.

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu