

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Rancangan**

Penelitian ini dianalisis secara survei dengan deskriptif pendekatan *cross sectional* karena penelitian ini dilakukan untuk mendeskripsikan atau menggambarkan suatu fenomena yang terjadi di dalam masyarakat (Notoadmojo, 2014). Dimana penelitian akan menganalisis fakta - fakta yang berkaitan dengan gambaran faktor yang berhubungan dengan konsumsi sayur dan buah pada siswa SDN 3 Bukit Kemiling kota Bandar Lampung Bandar Lampung secara mendalam.

#### **B. Subyek Penelitian**

Subyek penelitian menurut suharsimi Arikunto (2016) memberi batasan subyek penelitian sebagai benda, hal atau orang tempat data untuk variabel penelitian

##### **1. Populasi**

Menurut Sugiyono (2021) adalah wilayah generalisasi (suatu kelompok) yang terdiri dari objek atau subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulan. Dalam penelitian ini yang dijadikan populasi adalah seluruh siswa kelas 5 di SDN 3 Perum Bukit keliming Permai kota Bandar Lampung yaitu sebanyak 84 siswa.

##### **2. Sampel**

Arikunto (2019) sampel adalah sebagian atau wakil dari populasi yang akan diteliti. Dapat disimpulkan bahwa sampel adalah sebagian atau wakil representatif dari populasi yang akan diteliti.

Untuk menentukan besar sampel bisa dilakukan dengan statistik pengambilan sampel dilakukan dengan sedemikian rupa sehingga diperoleh sampel yang benar-benar dapat berfungsi atau dapat menggambarkan keadaan populasi yang sebenarnya. Teknik penentuan sampel pada penelitian ini menggunakan *purposive sampel* yaitu total populasi 84 siswa perhitungan sampel dihitung menggunakan rumus slovin :

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

Keterangan :

- n : sampel minimum
- N : jumlah populasi
- e : tingkat kesalahan 10%

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

$$n = \frac{84}{1 + 84 (0,1)^2}$$

$$n = \frac{84}{1,84}$$

n = 45,65 dibulatkan menjadi 46 siswa

jadi, dapat disimpulkan bahwa sampel yang akan diambil penelitian ini adalah sebanyak 46 siswa

Teknik sampling dengan *purposive sampling* atau *sampling purposive*, juga penentuan sampel dengan ciri-ciri khusus atau memiliki kriteria yang sesuai dengan tujuan penelitian.

- a. Kriteria Inklusi
  - 1. Sehat secara fisik
  - 2. Siswa di SD Negeri 03 bukit Kemiling Permai
  - 3. Merupakan siswa kelas 5
- b. Kriteria Eksklusi
  - 1. Siswa yang tidak hadir saat pembagian kuesioner
  - 2. Siswa yang tidak berpuasa
  - 3. Siswa yang non muslim
  - 4. Tidak bersedia menjadi responden

### **C. Lokasi Dan Waktu Penelitian**

#### **a. Lokasi Penelitian**

Penelitian ini dilaksanakan di Sekolah Dasar Negeri 3 Bukit Kemiling Permai kota Bandar Lampung.

#### **b. Waktu Penelitian**

Waktu penelitian dilaksanakan pada bulan Maret - April 2024.

### **D. Pengumpulan Data**

#### **1. Jenis Data**

Menurut Riyadi (2016) sumber data adalah segala sesuatu yang dapat memberikan informasi mengenai data yaitu :

##### **a. Data Primer**

Data primer adalah data yang diperoleh tangan pertama yang dikumpulkan secara langsung dari sumbernya. Data primer ini data yang paling asli dalam karakter dan tidak mengalami perlakuan statistik apapun. Data primer yang dikumpulkan yaitu konsumsi sayur dan buah, meliputi frekuensi, porsi, tingkat pengetahuan gizi siswa, preferensi dan ketersediaan sayur dan buah.

b. Data Sekunder

Data sekunder adalah data yang tidak didapatkan secara langsung dari objek penelitian meliputi data umum sekolah seperti jumlah siswa, nama siswa, kelas, dan gambaran umum sekolah yang diperoleh dari bagian administrasi SDN 3 Bukit Kemiling Permai kota Bandar Lampung.

## 2. Pengumpulan data

a. Wawancara

Metode percakapan antara dua orang atau lebih dan berlangsung antara narasumber dan pewawancara. Wawancara ini dilakukan untuk mendapatkan informasi siswa tentang konsumsi sayur dan buah.

b. Kuesioner

Menurut Sugiyono (2021) adalah suatu Teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan memberikan pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawab. Kuesioner yang digunakan yaitu kuesioner tentang karakteristik siswa, preferensi, ketersediaan dan pengetahuan.

c. *Form Food Record*

Metode ini dilakukan untuk mengetahui gambaran banyaknya konsumsi sayur dan buah dalam seminggu terakhir. *Form Food Record* digunakan sebagai instrumen untuk mengetahui jumlah frekuensi dan porsi pada penelitian ini.

d. *Form Food Recall*

Metode ini dilakukan untuk mencatat jenis dan jumlah bahan makanan yang dikonsumsi pada waktu 24 jam yang lalu. *Form Food Recall* digunakan untuk mengetahui jumlah asupan serat.

## E. Instrumen Data

### 1. Angket

Metode pengumpulan data ini dilakukan dengan angket yaitu untuk mengetahui konsumsi sayur dan buah, frekuensi, porsi, tingkat pengetahuan gizi siswa, preferensi dan ketersediaan sayur dan buah.

### 2. *Form Food Record 7 hari*

Metode *food record* merupakan metode survei konsumsi pangan yang digunakan untuk menilai asupan makanan pada tingkat individu dan dapat juga digunakan untuk tingkat keluarga. Prinsip dari metode ini adalah responden mencatat semua makanan dan minuman yang dikonsumsi selama 24 jam.

Responden dapat melakukan pencatatan makanan dengan dua cara yakni dengan cara melakukan estimasi dan dengan cara melakukan penimbangan makanan. Pencatatan makanan dengan cara estimasi disebut juga dengan *estimated food record*. Pencatatan makanan dengan cara melakukan penimbangan disebut juga dengan *weighed food record* (Kemenkes, 2018).

### 3. *From food recall 2 x 24 jam*

Metode ingatan makanan (*Food Recall 24 Jam*) adalah metode SKP yang fokusnya pada kemampuan mengingat subjek terhadap seluruh makanan dan minuman yang telah dikonsumsinya selama 24 jam terakhir. Kemampuan mengingat adalah menjadi kunci pokok pada metode ini, Subjek dengan kemampuan mengingat lemah sebaiknya tidak menggunakan metode ini, karena hasilnya tidak akan menggambarkan konsumsi aktualnya (Kemenkes, 2018).

Data survei konsumsi pangan diperoleh melalui wawancara antara petugas survei (disebut enumerator) dengan subyek (sasaran survei) atau yang mewakili subyek (disebut responden). Pangan yang dicatat meliputi: nama masakan atau makanan, porsi masakan dalam ukuran rumah tangga (URT), bahan makanan dalam URT, serta informasi harga per porsi. Informasi tentang resep dan cara persiapan serta pemasakan perlu dicatat

agar estimasi berat pangan lebih tepat (Kemenkes, 2018).

## F. Pengolahan Data

Data konsumsi sayur dan buah, frekuensi, porsi, tingkat pengetahuan gizi siswa, preferensi dan ketersediaan sayur dan buah, yang diperoleh melalui wawancara langsung oleh responden dengan menggunakan kuesioner selanjutnya diolah menggunakan *SPSS*. Langkah-langkah pengolahan data dalam penelitian ini adalah :

1. Penyuntingan (*Editing*) atau disebut juga dengan tahap pemeriksaan data adalah proses penelitian memeriksa Kembali data yang terkumpul untuk mengetahui apakah cukup baik dan dapat diolah dengan baik.
2. Pengkodean data (*Coding*) adalah pemberian kode pada data atau menerjemahkan data kedalam kode-kode yang biasanya kedalam bentuk angka. Tujuannya yaitu untuk dapat dipindahkan ke sarana penyimpanan Misalnya komputer dan analisa berikutnya.
  - a. Asupan serat : terdiri dari 4 kategori diberi kode “1” sangat kurang, jika  $<80\%$ , diberi kode “2” kurang, jika  $80\% - <100\%$ , diberi kode “3” cukup, jika  $100\% - <120\%$  dan diberi kode “4” lebih, jika  $>120\%$ .
  - b. Frekuensi konsumsi sayur dan buah : variabel konsumsi sayur dan buah terdiri dari 2 kategori yaitu kurang diberi “0” dan cukup diberi kode “1”. Dikatakan kurang jika konsumsi sayur  $>200$  dan buah  $<100$  gram sehari serta dikatakan cukup jika konsumsi sayur dan buah  $>200$  dan buah  $\geq 100$  gram sehari. Variabel frekuensi sayur dan buah terdiri dari 1 kategori yaitu jumlah x makan sehari.
  - c. Pengetahuan gizi siswa : variabel pengetahuan gizi siswa terdiri dari 3 kategori yaitu baik diberi kode “1”, cukup diberi kode “2”, dan kurang diberi kode “3”. Dikatakan baik jika total skor 76-100%, cukup jika total 60-75%, serta kurang jika total  $<60\%$ .
  - d. Ketersediaan sayur dan buah : variabel ketersediaan sayur dan buah terdiri dari 2 kategori yaitu tersedia diberi kode “1” dan tidak tersedia diberi kode “2”.

- e. Preferensi sayur dan buah : terdiri dari 4 kategori yaitu “0” sangat tidak suka, “1-5” kurang suka jenis sayur dan buah, “5- 10” suka jenis sayur dan buah dan “>10” sangat suka jenis sayur dan buah.
3. Pemindahan data ke komputer (*Entering*) adalah proses pemindahan data dari fisik ke data digital yang dapat diolah oleh *software*, yang dimaksud data fisik adalah data yang ada di dokumen-dokumen kertas ataupun catatan lainnya,. Data tersebut diketik dan dimasukkan kedalam dokumen digital komputer.
  4. Pembersihan data (*Cleaning*) merupakan proses terakhir dari pengolahan data dengan mengecek ulang data yang telah di *entry* agar tidak menjadi kesalahan dalam pengolahn data.

#### **G. Analisis Data**

Dalam melakukan analisis ini, dilakukan secara deskriptif dengan distribusi frekuensi vaiabel untuk kategori masing-masing variabel yang diteliti, baik variabel terikat maupun variabel bebas. Data diolah dengan menggunakan perangkat komputer secara univariat dengan tabel frekuensi meliputi konsumsi sayur dan buah, frekuensi, porsi, tingkat pengetahuan gizi siswa, preferensi dan ketersediaan sayur dan buah.