

## BAB III

### METODE PENELITIAN

#### A. Rancangan Penelitian

Jenis penelitian ini adalah survei deskriptif karena penelitian ini dilakukan untuk mendeskripsikan atau menggambarkan suatu fenomena yang terjadi di dalam masyarakat (Notoadmojo, 2018). Penelitian deskriptif ini ditujukan untuk menggambarkan antara pengetahuan, aktivitas, asupan makanan remaja di SMP Negeri 1 Pesawaran selama puasa ramadhan.

#### B. Subjek Penelitian

##### 1. Populasi

Menurut Sugiyono (2018) Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek atau subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk mempelajari dan kemudian ditarik kesimpulan. Populasi seluruh murid kelas 8 sebanyak 385 murid.

##### 2. Sampel

Sampel adalah bagian dari populasi yang diambil dari keseluruhan objek penelitian yang dijadikan bahan penelitian dimana bagian tersebut mewakili dari seluruh populasi (Notoadmodjo, 2018). Sampel yang diambil dalam penelitian ini berjumlah 55 responden yang dihitung menggunakan rumus Lemeshow (1997).

$$n = \frac{Z^2 1 - a^2 p (1-p) N}{d^2 (N-1) + Z^2 1 p (1-p)}$$

Keterangan:

N	: Jumlah Sampel
$Z^2 1 - a^2$	: Z score derajat kepercayaan (90%) 1,65
P	: populasi (proporsi) (38,61 %)
N	: Jumlah populasi (385)
$d^2$	: Presisi mutlak (10%)

$$n = \frac{(1,65)^2 \cdot 0,38 \cdot (1-0,38) \cdot 385}{0,1^2 (385-1) + 1,65^2 \cdot 0,38(1-0,38)}$$

$$n = \frac{2,72 \cdot 0,235 \cdot 385}{0,01 \cdot 384 + 0,640} : \frac{246,092}{4,48}$$

$$n = 54,93 \text{ dibulatkan menjadi } 55$$

$$n = \mathbf{55 \text{ Sampel}}$$

### 3. Cara Pengambilan Sampel

Sistem pemilihan sampel ini adalah *simple random sampling*, sistem tersebut dilakukan dengan pengambilan sampel sebanyak 55 dari populasi 385 murid kelas 8, dikarenakan karena pada tingkat ini siswa telah melewati beberapa tahap pendidikan dasar dan memiliki pemahaman yang lebih matang. Selain itu, mereka juga masih dalam tahap perkembangan yang aktif, sehingga data yang diperoleh dari sampel kelas 8 bisa memberikan gambaran yang representatif tentang karakteristik siswa pada tingkat pendidikan tersebut. Dan siswa dipilih secara acak tanpa memperhatikan strata yang ada dalam populasi itu.

## C. Lokasi Penelitian

### 1. Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SMP Negeri 1 Pesawaran, Jl. Ahmad Yani, Desa Bagelen 1, Kec. Gedong Tataan, Kabupaten Pesawaran, Lampung.

### 2. Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan pada bulan Maret 2024 di SMP Negeri 1 Pesawaran tahun 2024.

## D. Pengumpulan Data

### 1. Jenis Data

Dalam melakukan penelitian tentang gambaran Pengetahuan, aktivitas fisik dan asupan makanan makanan pada remaja kelas 8 di SMP Negeri 1 Pesawaran dilakukan pada bulan Maret tahun 2024. Data yang dikumpulkan berasal dari data primer dan data sekunder.

a. Data Primer

Data primer adalah data yang diperoleh atau dikumpulkan peneliti dari objeknya secara langsung atau mengamati dan menulis apa yang telah diperoleh dari sumbernya, yaitu tentang Pengetahuan, aktivitas fisik dan asupan makanan pada remaja kelas 8 di SMP Negeri 1 Pesawaran.

b. Data Sekunder

Data sekunder adalah data yang diperoleh atau dikumpulkan peneliti dari berbagai sumber yang ada. Data sekunder yang dikumpulkan dari SMP Negeri 1 Pesawaran yaitu sejarah, kepengurusan, dan jumlah remaja di SMP Negeri 1 Pesawaran.

c. Instrumen penelitian

Instrumen penelitian adalah alat-alat yang digunakan untuk pengumpulan data (Notoadmodjo, 2018). Alat yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner (formulir) dan Recall 24 jam.

## **E. Cara Pengumpulan Data**

Instrumen pengumpulan data adalah alat bantu yang digunakan oleh peneliti untuk mengumpulkan data, alat yang digunakan dalam pengambilan data yaitu:

1. Kuesioner

Kuesioner merupakan metode pengumpulan data yang telah dilakukan dengan cara memberikan beberapa macam pertanyaan yang berhubungan dengan masalah penelitian. Menurut Sugiyono (2017) kuesioner merupakan metode pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawabnya.

2. Food Recall 2 x24 jam

Metode food recall 24 jam adalah metode survei konsumsi pangan yang fokusnya pada kemampuan mengingat subjek terhadap seluruh makanan dan minuman yang telah dikonsumsi selama 24 jam terakhir (Sirajuddin, surmita, Tria.,2018). Dengan metode ini akan diketahui ukuran porsi makanan berdasarkan Ukuran Rumah Tangga (URT). Data food recall 24 jam yang diperoleh adalah data kuantitatif. Oleh karena itu, data kuantitatif diperoleh dari pertanyaan yang ditanyakan secara teliti dengan menggunakan alat ukur

rumah tangga (sendok, piring, gelas, dan lainnya) yang biasa digunakan sehari-hari (Supariasa, Nyoman, Bakri dan Fajar.,2016).

## **F. Pengolahan Data dan Analisis Data**

### **1. Pengolahan Data**

Pengolahan data dapat dilakukan secara manual ataupun dengan komputer. Pada penelitian ini peneliti melakukan pengolahan data dengan komputer. Adapun langkah-langkah dalam mengolah data dengan menggunakan komputer, diantaranya (Notoatmodjo, 2018):

#### **a. Penyuntingan Data (Editing)**

Hasil angket dari lapangan harus dilakukan penyuntingan (editing) terlebih dahulu. Secara umum editing adalah merupakan kegiatan untuk pengecekan dan perbaikan isian formilar atau kuesioner tersebut:

- 1) Apakah lengkap, dalam arti semua pertanyaan sudah terisi
- 2) Apakah jawaban atau tulisan masing-masing pertanyaan cukup jelas atau terbaca
- 3) Apakah jawabannya relevan dengan pertanyaannya
- 4) Apakah jawaban-jawaban pertanyaan konsisten dengan jawaban pertanyaan yang lainnya.

Apabila ada jawaban-jawaban yang belum lengkap, jika memungkinkan perlu dilakukan pengambilan data ulang untuk melengkapi jawaban-jawaban tersebut. Tetapi apabila tidak memungkinkan, maka pertanyaan yang jawabnya tidak lengkap tersebut tidak diolah atau dimasukkan dalam pengolahan "data missing".

#### **b. Coding**

Setelah dilakukan editing kemudian peneliti memberikan kode tertentu pada tiap-tiap data yang didapat. Sehingga mempermudah dalam melakukan analisis data.

- 1) Pengetahuan remaja

Pengetahuan remaja diperoleh dari hasil kuesioner yang berisi pertanyaan dan diberi kode

- a) 1 = Kurang hasil presentase  $\leq 55\%$
- b) 2 = Cukup hasil presentase 56% -74%
- c) 3 = Baik hasil presentase  $\geq 75\%$  (Budiman & Riyanto, 2013).

## 2) Aktivitas remaja

Aktivitas remaja diperoleh dari hasil kuesioner yang berisi pertanyaan, dan diberi nama

- a) 1 = Ringan <600 MET menit/minggu
- b) 2 = Sedang 600 – 1500 MET menit/minggu
- c) 3 = Berat 1500 MET Menit/minggu (IPAQ, 2005).

## 3) Asupan makanan remaja

Asupan zat gizi makro didapatkan melalui recall 24 jam, menggunakan food recall. Indeks asupan diberi kode

- a) 1 = Sangat Kurang  $\leq 70\%$
- b) 2 = Kurang 80 - <100%
- c) 3 = Normal 100 - < 120%
- d) 4 = Lebih  $\geq 120\%$  (Kemenkes, 2014)

## c. Memasukkan Data (Data Entry) atau Processing.

Jawaban-jawaban dari masing-masing responden yang dalam bentuk kode (angka atau huruf) dimasukkan ke dalam program atau software computer. Software computer yang digunakan untuk entry data penelitian ini adalah paket program SPSS for windows.

## d. Pembersihan Data (cleaning)

Apabila semua data dari setiap sumber data atau responden selesai dimasukkan, perlu dicek kembali untuk melihat kemungkinan adanya kesalahan-kesalahan kode, ketidaklengkapan, dan sebagainya. Kemudian dilakukan pembetulan atau koreksi. Proses ini disebut pembersihan data (data cleaning).

## **G. Analisis Data**

Analisis data yang digunakan pada penelitian ini yaitu analisis univariat atau analisis deskriptif yang bertujuan untuk menjelaskan atau mendeskripsikan karakteristik setiap variabel penelitian (Notoatmodjo, 2018). Analisis univariat meliputi distribusi frekuensi, rata-rata (mean), median, dan standar deviasi dari perilaku yang meliputi pengetahuan, aktivitas fisik, dan asupan makanan remaja selama puasa ramadhan.