

## BAB III

### METODE PENELITIAN

#### A. Rancangan Penelitian

Penelitian ini di analisis secara survei dengan deskriptif karena penelitian ini dilakukan untuk mendeskripsikan atau menggambarkan suatu fenomena yang terjadi di dalam masyarakat (Notoatmodjo, 2010). Dimana peneliti akan menganalisis fakta-fakta yang berkaitan dengan gambaran yang berhubungan dengan konsumsi protein, sayur, buah dan status gizi pada siswa SDN Bumisari Natar Lampung Selatan secara mendalam.

#### B. Subyek Peneliti

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

##### 1. Populasi

Menurut Sugiyono (2018) populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek atau subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari kemudian disimpulkan adalah seluruh siswa kelas V di SDN Bumisari Natar lampung selatan sebanyak 82 siswa.

##### 2. Sampel penelitian

Sampel adalah bagian dari populasi yang mewakili sehingga hasil penelitian dapat menggambarkan populasi dari mana sampel berasal (Notoatmodjo, 2018). Jumlah sampel yang akan dibutuhkan dalam penelitian ini ditentukan dengan menggunakan rumus Slovin (2013) dalam Ridwan, dengan rumus sebagai berikut :

Ket :

N = besar populasi

n = besar sampel

e = tingkat kesalahan 10%

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

$$= \frac{82}{1+82(0,1)^2}$$
$$= 45$$

Berdasarkan hasil perhitungan besar sampel didapatkan besar sampel sebanyak 45 sampel. Maka peneliti mengambil 45 responden siswa di SDN Bumisari Natar, dengan kriteria sebagai berikut :

- a. Terdaftar dan aktif sebagai siswa SDN Bumisari Natar yang duduk dibangku kelas 5 pada tahun ajaran 2023-2024.
- b. Bersedia menjadi subjek penelitian.

Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik acak sederhana (*simple random sampling*). Dalam pengambilan sampel secara acak, semua unsur elemen yang terdapat dalam populasi memiliki kesempatan yang sama untuk terpilih sebagai sampel mewakili populasinya. Pengambilan sampel dilakukan dengan cara diundi, langkah-langkah pengambilan sampel sebagai berikut :

- a. Menulis nomor absen siswa dari nomor 1-32 (sesuai jumlah siswa perkelas) dengan menggunakan kertas kecil
- b. Kemudian digulung kertas menjadi kecil, lalu masukan kedalam wadah (botol plastik)
- c. Lakukan teknik *simple random sampling* (teknik acak sederhana) dengan cara diundi
- d. Kertas yang keluar pertama itulah yang terpilih
- e. Lakukan berulang kali sesuai dengan banyaknya jumlah sampel yang diambil.

### **C. Lokasi dan Waktu Penelitian**

#### 1. Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di sekolah dasar negeri Bumisari Natar Lampung Selatan.

#### 2. Waktu Penelitian

Waktu penelitian dilaksanakan pada bulan desember 2023

### **D. Teknik Pengumpulan Data**

#### 1. Jenis Data

Menurut Utami (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 protein, sayur, buah, dan status gizi, ketersediaan lauk hewani, lauk nabati, 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 Bumisari Natar Lampung Selatan.

#### 2. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian adalah alat-alat yang digunakan untuk pengumpulan data (Notoatmodjo, 2014) Alat yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuisioner FFQ semi kuantitatif.

### **E. Pengumpulan Data**

#### 1. Wawancara

Menurut Sugiono (2011) wawancara adalah teknik pengumpulan data jika peneliti ingin melakukan studi pendahuluan atau pra penelitian untuk menemukan permasalahan yang harus diteliti serta mengetahui hal yang lebih mendalam dan jumlah respondennya.

## 2. From *Food Frequency Questionnaire* (FFQ) Semi Kuantitatif

FFQ Semi Kuantitatif adalah metode yang digunakan untuk memperoleh data tentang frekuensi konsumsi dan memperkirakan ukuran porsi yang biasa dikonsumsi.

### F. Pengolahan Data

Data konsumsi protein, sayur, buah, frekuensi konsumsi protein hewani, protein nabati, sayur dan buah dan ketersediaan bahan makan hewani, nabati, sayur dan buah, yang diperoleh melalui wawancara langsung dengan responden dengan menggunakan kuesioner selanjutnya diolah menggunakan SPSS. Langkah-langkah pengolahan data dalam penelitian ini adalah :

#### 1. Penyuntingan (*Editing*)

Adalah proses penelitian memeriksa kembali data yang terkumpul untuk mengetahui apakah cukup baik dan dapat diolah dengan baik.

#### 2. Pengodeaan 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. Status gizi : data pengukuran status gizi anak didapatkan melalui pengukuran BB dan TB, IMT/U terdiri dari 3 kategori yaitu buruk "0", gizi kurang "1", dan gizi baik "2". 0 = gizi buruk, jika  $< -3$  SD, 1 = Gizi Kurang, jika  $-3$  SD sd  $< -2$ SD, 2 = gizi baik, jika  $-2$  SD sd  $+ 1$  SD.
- b. Frekuensi asupan protein, konsumsi sayur dan buah :
  - 1) variabel asupan protein terdiri dari 3 kategori yaitu kurang diberi "0", cukup diberi "1", lebih diberi "2". Dikatakan 0 = kurang jika  $< 20\%$ , 1 = cukup jika  $20 - 40\%$  dan 2 = lebih jika  $> 40\%$
  - 2) konsumsi sayur dan buah terdiri dari 2 katagori 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  $> 200$  dan buah  $2100$  gram sehari.
- c. Proporsi makanan sumber protein hewani terdiri dari 2 kategori yaitu tidak baik diberi "0" dan baik diberi kode "1". Dikatakan tidak baik

jika proporsi makanan sumber protein hewani kurang dari 20% atau lebih dari 40% dan juga proporsi makanan sumber protein nabati kurang dari 60% atau lebih dari 80%. Dikatakan baik jika proporsi makanan sumber protein hewani 20% - 40% dan proporsi makanan sumber protein nabati 60% - 80%.

- d. Ketersediaan lauk hewani, lauk Nabati, sayur dan buah variabel ketersediaan lauk hewani terdiri dari 2 kategori yaitu tersedia diberi kode "1" dan tidak tersedia diberi kode "2", lauk nabati terdiri dari 2 kategori yaitu tersedia diberi kode "1" dan tidak tersedia diberi kode "2", sayur dan buah terdiri dari 2 kategori yaitu tersedia diberi kode "1" dan tidak tersedia diberi kode "2".

### 3. Pemindahan data ke komputer (*Entering*)

Adalah proses pemindahan data dan 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 terjadi kesalahan dalam pengolahan data.

## **G. Analisis Data**

Dalam melakukan analisis, khususnya terhadap data penelitian akan menggunakan ilmu *statistic* terapan yang disesuaikan dengan tujuan yang hendak di analisis. Analisis ini dilakukan secara deskriptif dengan distribusi frekuensi variabel 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 makanan sumber protein, sayur, buah, status gizi, dan ketersediaan sumber protein (hewani dan nabati), sayur dan buah.