

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Rancangan Penelitian

Penelitian ini dianalisis secara survei yang bersifat deskriptif dengan pendekatan *cross sectional* dimana pengukuran variabel bebas dan variabel terikat diambil pada waktu yang bersamaan. Penelitian ini bersifat deskriptif karena dilakukan dengan tujuan untuk mendeskripsikan atau menggambarkan suatu fenomena yang terjadi di dalam masyarakat. Penelitian ini akan menganalisis fakta-fakta yang memiliki kaitan dengan gambaran kualitas konsumsi makanan, status gizi dan prestasi belajar siswa di SD IT Baitul Jannah Bandar Lampung secara mendalam.

B. Subjek Penelitian

1. Populasi

Populasi menurut Sugiyono (2022) merupakan wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek/subyek yang memiliki kuantitas dan juga karakteristik tertentu yang sudah ditetapkan oleh penulis atau peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Adapun populasi dalam penelitian ini adalah siswa siswi kelas V SD IT Baitul Jannah Bandar Lampung dengan total populasi sebanyak 147 siswa.

2. Sampel

Sampel menurut Sugiyono (2022) merupakan bagian dari jumlah serta karakteristik yang dimiliki oleh suatu populasi. Adapun sampel dalam penelitian ini adalah siswa siswi kelas V di SD IT Baitul Jannah Bandar Lampung. Teknik pengambilan sampel menggunakan rumus *slovin* sebagai berikut:

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

Keterangan :

n = Jumlah sampel

N = Jumlah populasi

d² = Jumlah signifikasi

e = Persentase pada kelonggaran ketidaktelitian karena kesalahan dalam pengambilan sampel yang dapat ditolerir yaitu sebesar 10%. 10% karena populasi dalam jumlah yang kecil (<1000 populasi) (Amin et al., 2023).

Berdasarkan rumus tersebut diperoleh jumlah sampel :

$$N = \frac{147}{1 + \frac{147 \cdot 910\%}{2}} = \frac{147}{2,47} = 59,51$$

Jadi, jumlah sampel pada penelitian ini sebanyak 60 responden siswa siswi kelas V SD IT Baitul jannah. Sistem pengambilan sampling pada penelitian ini adalah secara *purposive sampling*. *Purposive sampling* adalah salah satu teknik sampling *non random sampling* dimana seorang peneliti menentukan pengambilan sampel dengan cara menetapkan ciri-ciri khusus yang sesuai dengan tujuan penelitian, dimana sampel yang diambil pada penelitian ini yaitu siswa siswi sebanyak 3 kelas dari 6 kelas yang ada.

Subyek pada penelitian ini merupakan siswa siswi kelas V SD IT Baitul Jannah Bandar Lampung dan memiliki kriteria inklusi dan eksklusi.

1. Kriteria Inklusi

- a. Siswa siswi SD IT Baitul Jannah Bandar Lampung
- b. Siswa siswi kelas V dengan usia 10-12 tahun

2. Kriteria Eksklusi

Kriteria Eksklusi dalam penelitian ini adalah siswa siswi tidak hadir saat proses pengambilan data *recall* di hari pertama atau hari kedua karena *food recall* akan dilaksanakan selama 2 hari tidak berturut-turut.

C. Lokasi dan Waktu Penelitian

1. Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilakukan di ruang kelas 5 SD IT Baitul Jannah.

2. Waktu Penelitian

Waktu penelitian dilaksanakan pada bulan Maret dan April 2025.

D. Pengumpulan Data

1. Jenis Data

a. Data Primer

Data primer adalah data yang diperoleh atau dikumpulkan oleh peneliti secara langsung dari sumber datanya. Data primer yang diperoleh dari penelitian ini meliputi skor kualitas konsumsi makanan, status gizi, dan juga tingkat pengetahuan terkait gizi seimbang.

b. Data Sekunder

Data sekunder adalah data yang diperoleh atau dikumpulkan peneliti dari berbagai sumber yang sudah ada. Data sekunder yang dikumpulkan berupa profil atau gambaran umum sekolah, profil siswa siswi, dan nilai rapor siswa siswi kelas V SD IT Baitul Jannah Bandar Lampung.

2. Instrumen Pengumpulan Data

Instrumen penelitian merupakan alat bantu yang digunakan oleh peneliti dalam mengumpulkan data penelitian, yaitu :

a. Alat Antropometri

Alat antropometri yang digunakan dalam penelitian ini yaitu timbangan digital untuk menimbang berat badan, *microtoise* dengan ketelitian 0,1 cm untuk mengukur tinggi badan.

b. Formulir

Formulir dalam penelitian ini adalah formulir *food recall* 24 jam

c. Kuesioner

Menurut Sugiyono (2022), kuesioner adalah suatu alat pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawab. Kuesioner yang digunakan pada penelitian ini adalah kuesioner pengetahuan anak sekolah tentang gizi seimbang dengan nilai Cronbach's

Alpha $0,66 > 0,60$ yang artinya kuesioner dalam penelitian ini bisa dinyatakan *reliabel* (Data Primer, 2024).

3. Cara Pengumpulan Data

Data yang diambil yaitu skor kualitas konsumsi makanan, status gizi, prestasi belajar dan tingkat pengetahuan.

a. Skor Kualitas Konsumsi Makanan

Skor Kualitas Konsumsi Makanan diukur dengan menggunakan formulir *food recall 24 jam*.

- 1) Melakukan kegiatan wawancara dengan responden, dengan menggunakan lembar formulir *food recall 24 jam*.
- 2) Hasil wawancara dijumlahkan sesuai kategori zat gizi, seperti karbohidrat, protein hewani, protein nabati, sayur, buah dan yang lainnya.
- 3) Hasil penjumlahan diberikan skor tiap kategori zat gizi berdasarkan penilaian kualitas konsumsi makanan dengan tiga tingkat skor (IGS3) yang disesuaikan dengan porsi pada Pedoman Gizi Seimbang (PGS).
- 4) Hasil skor dijumlahkan dan kemudian diklasifikasikan berdasarkan tabel kategori kualitas konsumsi makanan.

b. Status Gizi

Status gizi yang diukur dilakukan dengan cara mengukur tinggi badan dengan microtoise dan menimbang berat badan dengan timbangan digital.

Cara mengukur :

1. Tinggi Badan

- a) Memasang *microtoise* ke dinding yang datar dan lurus.
- b) Siswa siswi yang diukur tinggi badannya diharuskan untuk melepas sepatu, tutup kepala atau topi. Bagi siswi perempuan yang rambutnya memakai kunciran rambut harus dilepas karena dapat mengganggu proses pengukuran.
- c) Siswa siswi diarahkan untuk berdiri tegak, kaki lurus. Tangan lurus di samping kanan kiri badan, pandangan mata lurus ke depan. Pastikan 5

titik yang terdiri dari bagian belakang kepala, punggung, bokong, betis dan tumit harus menempel ke dinding belakang.

- d) Turunkan *microtoise* hingga menyentuh bagian atas kepala dan siku *microtoise* pastikan harus lurus ke arah dinding.
- e) Pengukur melihat dan membaca angka yang tertera pada skala yang muncul pada jendela baca *microtoise*. Angka tersebut merupakan tinggi badan siswa/siswi yang diukur.

2. Berat badan

- a) Meletakkan timbangan pada permukaan bawah yang datar
- b) Sebelum menimbang timbangan digital harus dipastikan bahwa nilainya adalah 0
- c) Siswa siswi yang ditimbang harus melepaskan barang yang mereka pakai seperti sepatu, kaus kaki, topi. Dan juga meminta untuk mengeluarkan barang yang mungkin tersimpan di dalam saku.
- d) Siswa siswi diarahkan untuk berdiri tegak, pandangan mata lurus kedepan dan kedua kaki berada di atas timbangan.
- e) Pengukur membaca angka pada jendela baca timbangan digital dengan posisi pengukur berada di depan timbangan.

3. Prestasi belajar

Prestasi belajar diperoleh dari rata-rata nilai raport siswa siswi.

- a. Mengumpulkan data nilai raport siswa siswi semester lalu.
- b. Menjumlahkan dan merata-ratakan nilai raport.
- c. Mengklasifikasikan hasil rata-rata raport berdasarkan range nilai mutu SD IT Baitul Jannah Tahun 2025.

4. Tingkat Pengetahuan

Tingkat pengetahuan diukur dengan menggunakan kuesioner.

- a. Membagikan kuesioner kepada siswa siswi.
- b. Memberi penjelasan dan pengarahan kepada siswa siswi untuk dapat mengisi jawaban pada kuesioner dengan pendapat masing-masing.
- c. Memeriksa hasil jawaban benar pada kuesioner.
- d. Melakukan persentase terhadap seluruh jawaban benar yang telah dijumlahkan.

- e. Mengklasifikasikan persentase tingkat pengetahuan siswa siswi berdasarkan kategori menurut Khomsan (2000).

E. Pengolahan dan Analisis Data

1. Pengolahan Data

a. *Editing*

Pada tahap ini biasanya peneliti melakukan pemeriksaan kesalahan, dan kelengkapan dari data yang sudah diperoleh. Pada tahap *editing* dilakukan juga penyuntingan yang dilakukan secara langsung oleh peneliti terhadap data sekunder dan akan dilakukan perhitungan dengan menggunakan aplikasi WHO Antroplus untuk menentukan status gizi anak sekolah. Adapun tujuan dari dilakukannya *editing* ini adalah untuk memastikan bahwa data yang telah diperoleh adalah semua data yang diolah secara jelas, relevan, lengkap, dan konsisten.

b. *Coding*

Setelah melakukan kegiatan *editing*, penulis kemudian memberikan kode tertentu pada setiap data yang didapat. Adapun tujuan dilakukannya pengkodean ini adalah untuk menyederhanakan jawaban responden sehingga akan mempermudah penulis dalam melakukan analisis data dan juga mempercepat penulis pada saat mengentry data.

Adapun cara pengkodean untuk setiap variabel adalah sebagai berikut:

1) Kualitas Konsumsi Makanan

- | | |
|------------------|---------|
| 1. = Buruk | : <40 |
| 2. = Kurang | : 40-54 |
| 3. = Sedang | : 55-69 |
| 4. = Baik/cukup | 70-84 |
| 5. = Sangat baik | >84 |

2) Status Gizi IMT/U

- | | |
|--|-------------------|
| 1. = Gizi buruk (<i>severely thinness</i>) | : < -3 SD |
| 2. = Gizi kurang (<i>thinness</i>) | : -3 SD s/d -2 SD |
| 3. = Gizi baik (<i>normal</i>) | : -2 SD s/d +1 SD |

- | | |
|---------------------------------------|------------------|
| 4. = Gizi lebih (<i>overweight</i>) | : 1 SD s/d +2 SD |
| 5. = Obesitas (<i>Obese</i>) | : >+2 SD |
- 3) Prestasi belajar
- | | |
|------------------|----------|
| 1. = Cukup | : 65-76 |
| 2. = Baik | : 77-88 |
| 3. = Sangat baik | : 89-100 |
- 4) Tingkat Pengetahuan
- | | |
|-------------|--------------|
| 1. = Kurang | : $\leq$ 60% |
| 2. = Sedang | : 60-80% |
| 3. = Baik | : $\geq$ 80% |

c. *Entrying*

Seluruh data yang telah dilakukan pengkodean kemudian diinput ke dalam aplikasi SPSS sesuai dengan kode yang sudah diberikan.

d. *Cleaning*

Seluruh data yang telah diinput ke dalam aplikasi SPSS dilakukan pemberhsihan data, mengecek kembali seluruh data dari setiap responden yang sudah diinput untuk melihat kemungkinan adanya kesalahan.

2. Analisis Data

Analisis data yang digunakan pada penelitian ini adalah analisis univariat yang bertujuan untuk mendeskripsikan angka atau nilai masing-masing variabel dengan menghasilkan distribusi frekuensi dan presentasi dari tiap variabel. Notoatmodjo (2018). Adapun analisis univariat dilakukan untuk dapat menggambarkan semua variabel yang diteliti yaitu kualitas konsumsi makanan, status gizi, prestasi belajar dan tingkat pengetahuan siswa siswi kelas V di SD IT Baitul Jannah Bandar Lampung Tahun 2025.

