

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Rancangan Penelitian

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini yaitu deskriptif analitik sebagai rancangan studi untuk memperoleh gambaran serta mengkaji keterkaitan antara variabel-variabel penelitian. Menurut Sugiyono (2021), metode deskriptif analitik merupakan pendekatan penelitian yang berfungsi dalam menjelaskan karakteristik objek tertentu berdasarkan kumpulan informasi atau responden yang telah diperoleh.

B. Subyek Penelitian

1. Populasi

Pada penelitian ini, populasi merujuk pada keseluruhan objek yang akan diamati atau diteliti, sebagaimana dijelaskan oleh Notoatmodjo (2018). Keseluruhan kelas VIII di SMP Negeri 3 Metro sebanyak 256 orang menjadi populasi dalam penelitian ini.

2. Sampel penelitian

Sampel ialah sebagian keseluruhan jumlah serta sifat yang menjadi karakteristik populasi, sehingga responden yang ditentukan harus mampu menjadi perwakilan dari populasi untuk diteliti secara akurat (Sugiyono, 2021).

Ukuran Penetapan sampel pada penelitian ini mengacu pada rumus Slovin yang dikemukakan oleh Sugiyono (2021), yaitu:

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

Keterangan :

N = Jumlah besaran populasi

n = Jumlah anggota sampel

e² = Presentase tingkat kesalahan

Dengan menggunakan rumus tersebut, jumlah sampel yang diperoleh adalah sebagai berikut:

$$n = \frac{256}{1 + 256 (10\%)^2}$$

$$n = \frac{256}{2,57} = 100$$

Dari 99,6 di bulatkan menjadi 100 sampel

Berdasarkan perhitungan dari 256 populasi, penelitian ini membutuhkan populasi sampel sebanyak 100 responden kelas VIII di SMP N 3 Metro tahun 2025. Responden pada penelitian ditetapkan berdasarkan kriteria penelitian yang dijelaskan berikut ini:

- Terdaftar sebagai siswa siswi kelas VIII SMP N 3 Metro.
- Bersedia mengikuti penelitian selama penelitian berlangsung.
- Responden tidak sedang sakit.

3. Teknik pengambilan sampel

Pengambilan sampel dilakukan dengan metode *stratified* random sampling, yang membagi populasi menjadi beberapa kelompok serta responden acak di ambil dari setiap sub kelompok. Jumlah populasi yakni 256 responden maka penelitian ini melibatkan 100 responden sebagai sampel. Perhitungan dengan rangka menetapkan besarnya sampel pada setiap tingkatan, lakukan dengan alokasi proposional dengan cara :

$$\text{Jumlah Sampel Perkelas} = \frac{\text{Jumlah Anak Per kelas} \times \text{Jumlah sampel}}{\text{Jumlah Total seluruh siswa kelas 8}}$$

$$8 A = \frac{32 \times 100}{256} = 13 \qquad 8 F = \frac{32 \times 100}{256} = 13$$

$$8 B = \frac{32 \times 100}{256} = 13 \qquad 8 G = \frac{33 \times 100}{256} = 13$$

$$8 C = \frac{32 \times 100}{256} = 13 \qquad 8 H = \frac{32 \times 100}{256} = 13$$

$$8 D = \frac{32 \times 100}{256} = 13$$

$$8 E = \frac{32 \times 100}{256} = 13$$

Tabel 3.
Pembagian sampel tiap kelas

Kelas	Jumlah remaja setiap kelas	Sampel yang diambil
8 (A)	32	13
8 (B)	32	13
8 (C)	32	13
8 (D)	32	13
8 (E)	32	13
8 (F)	32	13
8 (G)	32	13
8 (H)	32	13
Jumlah	256	104

Penelitian ini menggunakan teknik sampling simple random sampling atau yang dikenal sebagai proses memilih sampel secara acak dari populasi. Pada proses memilih sampel secara acak dari populasi, semua anggota atau unit dalam populasi memiliki peluang yang sama untuk dimasukkan ke dalam sampel (Notoatmodjo, 2018).

Dalam penelitian yang sedang dilakukan pengumpulan sampel dengan teknik acak sederhana dari setiap kelas. Sebanyak 104 sampel diambil dari total 256 murid kelas VIII, di mana semua individu dalam populasi mempunyai kesempatan yang setara untuk dijadikan bagian dari sampel. Proses pemilihan sampel dilakukan menggunakan metode undian, dan tahapan pengambilan sampel, yaitu:

- a. Menyusun nomor absen siswa 1 sampai 32 (mengikuti jumlah siswa yang ada) di atas kertas kecil.
- b. Selanjutnya, kertas tersebut dilipat kecil dan dimasukkan ke dalam wadah, seperti botol plastik.
- c. Proses pengambilan sampel dilaksanakan dengan metode simple random sampling pada metode pengundian.
- d. Responden nomor 1 ditentukan berdasarkan kertas yang diundi pertama kali.

Untuk menentukan kelipatan responden dengan cara $\frac{\text{jumlah siswi per kelas}}{\text{kebutuhan sampel per kelas}} = \frac{32}{13} = 2$ jadi sampel yang di ambil dengan kelipatan 2 berdasarkan urutan nomor absen.

- e. Proses ini diulang disesuaikan dengan kuantitas sampel yang hendak diambil.

C. Lokasi dan Waktu penelitian

1. Lokasi Penelitian

Dilaksanakan di wilayah sekolah SMP N 3 Metro.

2. Waktu Penelitian

Dilaksanakan di bulan April 2025

D. Pengumpulan Data

1. Jenis Data

Data primer menjadi kategori data yang dibutuhkan pada penelitian ini.

a. Data Primer

Didapat dari hasil wawancara dilakukan secara langsung kepada responden dengan bantuan kuesioner. Data primer diambil dari hasil kuesioner dalam format pertanyaan yang dirancang untuk mengetahui frekuensi konsumsi fast food, status gizi, serta pengetahuan remaja.

b. Data Sekunder

Dikumpulkan dengan cara peneliti meminta persetujuan dari para remaja di SMP N 3 Metro untuk dijadikan sampel. Peneliti, bersama rekan penguji, melaksanakan pengumpulan data dalam proses pengujian ini.

c. Instrument

Peralatan yang dipakai untuk pengumpulan data pada penelitian dikenal sebagai instrumen penelitian (Notoatmodjo, 2018). Perlengkapan yang dipergunakan dalam penelitian ini melibatkan:

1) Status Gizi

Status gizi remaja ditentukan melalui pengukuran tinggi badan, digunakan alat microtoice mengukur tinggi badan dengan ketelitian 0,1

cm, berat badan dengan timbangan digital berketelitian 0,1 kg, dan menggunakan tabel IMT/U untuk analisis.

2) Pengetahuan Remaja

Untuk mengetahui tingkat pengetahuan pada remaja data berasal dari wawancara responden yang dilakukan dengan kuesioner dalam penelitian ini.

3) Pola Konsumsi

Untuk mengetahui pola konsumsi remaja SMPN 3 Metro data di peroleh melalui wawancara pengisian koesioner FFQ pada responden.

Cara menilai hasil Food Frequency Questionnaire adalah sebagai berikut:

- a) Melihat variasi keragaman jenis fast food yang dikonsumsi
- b) Melihat tingkat keseringan konsumsi fast food dalam jangka waktu 1 bulan..

E. Pengolahan Data dan Analisis Data

1. Pengolahan Data

Proses pengelolaan data dapat dilaksanakan dengan cara dikerjakan secara langsung tanpa alat otomatis atau menggunakan perangkat komputer. Pengolahan data hasil penelitian ini dilakukan oleh peneliti yang melakukan dengan bantuan perangkat komputer. Berikut adalah tahapan pengolahan data dengan bantuan computer menurut Notoatmodjo (2018), yaitu:

a. *Editing*

Proses ini dilakukan guna pengecekan kelengkapan, kejelasan, relevansi, dan konsistensi jawaban dalam kuesioner.

b. *Coding*

Memberikan kode atau angka khusus pada kuesioner dilakukan untuk mempermudah pengolahan data, oleh karena itu jawaban harus diberi kode. Kegunaan dari pemberian kode adalah agar analisis data menjadi lebih mudah dan proses entri data lebih cepat.

- 1) Setelah mendapatkan data IMT/U, status gizi diberi kode sebagai berikut: “0” untuk gizi buruk, “1” untuk gizi kurang, “2” untuk gizi baik, “3” untuk gizi lebih, dan “4” untuk obesitas.
- 2) Setelah kuesioner diisi, tingkat pengetahuan dikodekan dengan angka “0” berarti kurang, “1” cukup, dan “2” baik.
- 3) Penilaian frekuensi konsumsi fast food dilakukan dengan mengkodekan data yang diperoleh, yakni “0” untuk sering dan “1” untuk jarang.
- 4) Berdasarkan hasil pengisian kuesioner, jenis *fast food* diberi kode “0” jika *western food*, “1” jika *local food*, dan “2” apabila kedua hal tersebut dikonsumsi.

c. *Processing*

Proses analisis data dilakukan setelah seluruh isian kuesioner lengkap, valid, dan selesai melalui tahap pengkodean. Data kuesioner dimasukkan ke dalam program komputer sebagai bagian dari tahap pemrosesan.

d. *Cleaning*

Kegiatan ini bertujuan untuk memastikan keakuratan data yang telah diinput, serta mendeteksi kesalahan yang mungkin berdampak pada hasil pengolahan.

2. Analisis Data

Analisis univariat atau deskriptif digunakan dalam penelitian ini untuk mengolah data yaitu data yang telah diolah. Analisis dilakukan dengan menggunakan persentase yang ditampilkan dalam bentuk tabel dan dilengkapi dengan penjelasan naratif. Setiap variabel dianalisis menggunakan metode distribusi frekuensi.