

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Rancangan Penelitian

Penelitian ini termasuk dalam jenis penelitian deskriptif analitik. Menurut Sugiyono (2013), metode deskriptif analitik bertujuan untuk menggambarkan atau menjelaskan suatu objek penelitian berdasarkan data atau sampel yang telah dikumpulkan.

B. Subjek Penelitian

1. Populasi Penelitian

Populasi penelitian ini terdiri dari seluruh santri Madrasah Aliyah yang terletak di Pondok Pesantren Walisongo Lampung Utara, dengan jumlah total sebanyak 239 santri.

2. Sampel Penelitian

Proses pemilihan sampel dalam penelitian ini dijalankan menggunakan teknik sampling, dengan memilih sebagian elemen dari anggota populasi sebagai objek penelitian, sehingga dapat menggambarkan keseluruhan populasi. Ukuran sampel dalam penelitian ini ditentukan dengan menggunakan rumus Slovin, yang dirumuskan sebagai berikut:

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

$$n = \frac{239}{1 + 239.(0,15^2)}$$

$$n = \frac{239}{1 + 5,4}$$

$$n = \frac{239}{6,4}$$

$$n = 37,5 \text{ (dibulatkan menjadi 38 sampel)}$$

Ket :

n : Jumlah sampel

N: Jumlah Populasi

d : Presisi yang ditetapkan (0,15)

(Notoatmodjo, 2005)

Penentuan sampel dalam penelitian ini dilakukan berdasarkan persyaratan inklusi berikut ini:

- a. Terdaftar sebagai santri Madrasah Aliyah di Pondok Pesantren Walisongo Lampung Utara.
- b. Bersedia mengikuti seluruh rangkaian penelitian selama penelitian berlangsung.
- c. Tinggal di asrama dan mendapatkan konsumsi makan pagi, siang, dan sore dari penyelenggaraan makanan asrama.

Sampel diambil dengan menggunakan teknik Acak Sistematis (*Systematic Random Sampling*). Adapun besaran sampel yang dipilih dari setiap kelas disesuaikan secara proporsional dengan jumlah santri per kelas. Rincian jumlah sampel per kelas disajikan dalam tabel berikut:

Tabel 3.
Pembagian Sampel Tiap Kelas pada Pengisian Kuisisioner

Kelas	Jumlah siswa setiap kelas	Sampel yang diambil dari masing-masing kelas
XA	31	6
XB	30	5
XI MIA 1	24	4
XI MIA 2	27	5
XI IIS	33	6
XII MIA 1	20	4
XII MIA 2	21	4
XII IIS	22	4
Jumlah	239	38

Pada penimbangan makanan sampel hanya berjumlah 12 orang, hal ini karena keterbatasan waktu penelitian serta Pondok Pesantren Walisongo memiliki beberapa kantin yang tidak memungkinkan untuk di jangkau semua,

sehingga mengambil kantin terdekat antara perempuan dan laki-laki. Jumlah sampel yang akan diambil dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4.
Sampel pada Penimbangan Makanan

Jenis kelamin	Umur (Tahun)	Jumlah Responden
Laki-laki	13-15	3
	16-18	3
Perempuan	13-15	3
	16-18	3
Total		12

C. Lokasi Dan Waktu Penelitian

1. Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilakukan di pondok pesantren Walisongo Lampung Utara Bandar Kagungan Raya, Kec. Abung Sel., Kabupaten Lampung Utara.

2. Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan pada tanggal 14 April-20 April 2025.

D. Pengumpulan Data

1. Jenis Data

a. Data primer

Sumber data primer berasal dari hasil kuisioner dan penimbangan yang meliputi:

- 1) Data variasi menu, penilaian rasa makanan, dan penilaian porsi makanan melalui angket menggunakan instrumen kuisioner.
- 2) Data nilai gizi makanan yang diperoleh melalui hasil penimbangan makanan dengan alat bantu timbangan makanan.

b. Data sekunder

Data sekunder berupa data umum mengenai pondok pesantren, seperti kelas, jumlah siswa, nama siswa, dan gambaran umum mengenai penyelenggaraan makanan di Pondok Pesantren Walisongo Lampung Utara.

2. Cara Pengambilan Data

Data yang telah terkumpul kemudian diolah melalui proses yang meliputi tahapan-tahapan berikut:

a. Kuisisioner

Data dikumpulkan melalui kuisisioner guna mengetahui variasi menu, penilaian rasa makanan, dan penilaian porsi makanan dengan alat bantu kuisisioner. Pengambilan data variasi menu terdapat 3 kuisisioner yang mencakup variasi menu makan pagi, variasi menu makan siang, dan variasi menu makan sore, sedangkan pada penilaian rasa makanan dan penilaian porsi makanan hanya menggunakan 1 kuisisioner yang sudah mewakili keseluruhan untuk menu pagi, siang dan sore. Pengisian kuisisioner ini dilakukan oleh 38 responden.

b. Penimbangan

Metode pengumpulan data nilai gizi makanan, peneliti mengambil sampel secara acak sebanyak 12 responden yang akan ditimbang makanannya, yang mewakili setiap kelas mulai dari kelas 10, 11, 12 Madrasah Aliyah yang dilakukan selama seminggu (pagi, siang, sore) karena di Pondok Pesantren Walisongo mempunyai siklus menu 7 hari. Untuk menentukan nilai gizi makanan peneliti menimbang makanan responden, kemudian menanyakan umur responden untuk menentukan kecukupan responden.

2. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian merupakan perangkat yang dipakai untuk mengumpulkan data yang sesuai dengan tujuan penelitian (Notoatmodjo, 2010). Pada penelitian ini, alat yang digunakan mencakup:

- a. Timbangan makanan yang digunakan untuk menimbang makanan
- b. Lembar kuesioner digunakan untuk mengumpulkan data variasi menu, penilaian rasa makanan dan kepuasan makanan yang disajikan.

Instrumen-instrumen ini digunakan secara sistematis untuk memastikan keakuratan dan kelengkapan data yang dikumpulkan.

E. Pengolahan Data dan Analisis Data

1. Pengolahan Data

Data yang telah didapat kemudian diolah menggunakan sistem komputerisasi, dengan tahapan pengolahan data berikut ini:

a. *Editing*

Hasil pengisian kuesioner harus disunting terlebih dahulu guna memastikan kualitas data. Sebelum dilakukan proses analisis data. Proses penyuntingan ini bertujuan untuk memeriksa kelengkapan, konsistensi, dan kejelasan jawaban responden. Jika ditemukan data atau informasi yang tidak lengkap atau meragukan, apabila dianggap perlu, proses pengambilan data dapat diulang (*rechecking*) guna menambah atau memperbaiki tanggapan yang belum sesuai.

b. *Coding*

Setelah seluruh kuesioner disunting dan dinyatakan layak untuk dianalisis, langkah selanjutnya adalah melakukan pengkodean (*coding*). Pengkodean merupakan tahap konversi data dalam bentuk kata-kata atau huruf berubah menjadi angka atau bilangan *numerik*. Tujuan dari pengkodean ini adalah untuk memudahkan proses pengolahan dan analisis data secara statistik, baik secara manual maupun menggunakan perangkat lunak pengolahan data.

1) Variasi menu

Pada kuisisioner variasi menu terdiri dari 4 kategori, yaitu:

- a) Jika responden menilai bahwa variasi bahan makanan termasuk tidak bervariasi maka diberi kode “0”
- b) Jika responden menilai bahwa variasi bahan makanan termasuk kurang bervariasi maka diberi kode “1”
- c) Jika responden menilai bahwa variasi bahan makanan termasuk Bervariasi diberi kode “2”
- d) Jika responden menilai bahwa variasi bahan makanan termasuk sangat bervariasi diberi kode “3”

Pada kuisisioner penilaian rasa makanan terdiri dari 4 kategori, yaitu:

- a) Jika responden menilai tidak suka terhadap rasa makanan

maka diberi kode “0”

b) Jika responden menilai kurang suka terhadap rasa makanan maka diberi kode “1”

c) Jika responden menilai suka terhadap rasa makanan maka diberi kode “2”

d) Jika responden menilai sangat suka terhadap rasa makanan maka diberi kode “3”

Pada kuisioner kepuasan porsi makanan terdiri dari 4 kategori, yaitu:

a) Jika responden menilai tidak suka terhadap porsi makanan maka diberi kode “1”

b) Jika responden menilai kurang suka terhadap porsi makanan maka diberi kode “2”

c) Jika responden menilai suka terhadap porsi makanan maka diberi kode “3”

d) Jika responden menilai sangat suka terhadap porsi makanan maka diberi kode “4”

2) Nilai gizi

Menghitung nilai gizi energi, protein, lemak, dan KH, nilai gizi terdapat 3 kategori yaitu :

a) kurang diberi kode “1”, dikatakan kurang apabila kurang <80% dari kebutuhan santri,

b) cukup diberi kode “2”, cukup apabila 80-100% dari kebutuhan santri,

c) lebih diberi kode “3”, lebih apabila >100% kebutuhan santri.

a. *Entry data*

Setelah kuisioner variasi menu, kuisioner penilaian rasa makanan, kuisioner kepuasan porsi makanan dan lembar nilai gizi makanan telah terisi, maka selanjutnya yaitu pemrosesan data dilakukan untuk menyiapkan data agar dapat dianalisis, tahapan ini meliputi pemasukan data (*entry data*) dari seluruh kuesioner dan lembar nilai gizi makanan ke dalam tabel sehingga dapat di analisis.

d. *Cleaning*

Setelah data dari masing-masing responden lengkap diinput, langkah selanjutnya adalah melakukan pengecekan kembali (*review*) terhadap data yang telah dientri. Proses ini bertujuan untuk mengidentifikasi kemungkinan adanya kesalahan dalam pengkodean, ketidaksesuaian data, atau ketidaklengkapan isian. Bila ditemukan kesalahan atau ketidaksesuaian, maka dilakukan pembetulan atau koreksi sesuai dengan data asli yang tersedia. Tahapan ini dikenal sebagai pembersihan data (*data cleaning*) dan merupakan proses penting sebelum data dianalisis lebih lanjut, guna menjamin keakuratan dan validitas hasil penelitian.

2. Analisi Data Univariat

Data yang telah diolah akan dianalisis menggunakan analisis persentase yang disajikan dalam bentuk tabel beserta narasi penjelasan. Selain itu, analisis distribusi frekuensi juga digunakan untuk menggambarkan sebaran data pada setiap aspek variabel dalam penelitian. Pendekatan yang bertujuan memberikan gambaran yang jelas mengenai karakteristik data serta tingkat distribusi responden terhadap variabel-variabel yang dianalisis.