

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Rancangan Penelitian

Penelitian ini berjenis penelitian deskriptif sebagaimana dijelaskan Notoatmodjo (2018), penelitian dengan tujuan untuk menggambarkan atau menjelaskan keadaan yang sedang berlangsung dalam suatu komunitas atau masyarakat. Diselenggarakan untuk menggambarkan status gizi dan konsumsi sayur buah siswa SDN 1 Tuguratu Lampung Barat pada tahun 2025.

B. Subjek Penelitian

1. Populasi Penelitian

Ialah semua individu yang menjadi sasaran utama dalam penelitian. Populasi yang dimaksud mencakup semua peserta didik kelas IV dan V di SDN 1 tuguratu yang terletak Lampung Barat. Populasi tersebut mencakup siswa dari kelas IV, Va, dan Vb dengan total jumlah siswa yang mencapai 70 orang. Dengan demikian, semua siswa dalam kelas-kelas tersebut menjadi bagian dari kelompok yang menjadi fokus pengamatan guna memperoleh data tepat.

a. Sampel Penelitian

Ialah sebagian populasi yang mewakili jumlah dan karakteristik tertentu. Pengambilan sampel dilakukan dengan mempertimbangkan keterbatasan yang menyebabkan tidak memungkinkan untuk meneliti seluruh populasi. Dalam penelitian ini, penghitungan sampel dikerjakan dengan rumus Slovin (2013) :

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

Keterangan :

n : Ukuran sampel atau jumlah responden

N : Ukuran populasi : Persentase kelonggaran ketelitian kesalahan pengambilan sampel yang masih bisa ditolelir $e = 0,1$.

$$n = \frac{70}{1 + 70 (0,1)^2}$$

$$n = \frac{70}{1 + 70 (0,01)}$$

$$n = \frac{70}{1 + 0,70}$$

$$n = \frac{70}{1,70}$$

$n = 41,17 + 10\% = 47$ responden tetapi disini saya bulatkan menjadi 50 responden.

Berdasarkan perhitungan diatas diperoleh jumlah sampel minimal untuk penelitian ialah sebanyak 50 siswa/siswi dari SDN 1 Tuguratu Kecamatan Suoh Kabupaten Lampung Barat.

b. Teknik Sampling

Pada penelitian ialah teknik *simple random sampling* , yakni pengambilan sampel secara acak menggunakan kertas undian berdasarkan nama, mencakup seluruh populasi kelas IV dan V hingga mencapai jumlah sampel yang dibutuhkan.

C. Lokasi dan Waktu Penelitian

1. Lokasi Penelitian

Penelitian ini diselenggarakan di SDN 1 Tuguratu Kecamatan Suoh Kabupaten Lampung Barat.

2. Waktu Penelitian

Penelitian ini diselenggarakan pada bulan April tahun 2025

D. Pengumpulan Data

1. Jenis Data

a. Data Primer

Ialah informasi yang didapat langsung oleh peneliti dari sumbernya. Yang meliputi status gizi dan konsumsi sayur buah.

1) Status Gizi

Data didapatkan melalui indeks IMT dengan menghitung tinggi badan (TB) dan berat badan (BB) secara langsung memakai Stadiometer dan timbangan. Hasil pengukuran tersebut kemudian dibandingkan dengan standar IMT/U.

2) Konsumsi Sayur dan Buah

Data didapatkan melalui *FFQ semi Kuantitatif* dengan wawancara secara langsung menggunakan kuisioner *FFQ*.

b. Data Sekunder

Ialah informasi yang didapatkan oleh peneliti melalui sumber tidak langsung, dengan data yang sudah ada. Data sekunder mencakup gambaran umum tentang sekolah serta data siswa/siswi kelas IV dan V SDN 1 Tuguratu Kecamatan Suoh Kabupaten Lampung Barat.

c. Alat Yang Digunakan

Instrument yang dipakai yakni :

- 1) Alat ukur tinggi badan stadiometer guna mengukur tinggi badan.
- 2) Timbangan injak digital dengan merek feeds untuk mengukur berat badan
- 3) Lembar kuisioner *FFQ semi kuantitatif*
- 4) Alat tulis
- 5) Laptop

2. Tenaga pengumpul data

Pada penelitian ini dilakukan oleh 2 orang dimana mempunyai ahli atau profesi dibidang yang sama, dan dilakukan dalam waktu 3 hari.

E. Pengolahan dan Analisis Data

1. *Editing*

Ini adalah tahapan untuk meninjau ulang isi formulir atau kuesioner guna memastikan bahwa seluruh jawaban telah diisi secara lengkap, jelas, relevan, dan konsisten. Apabila ditemukan kesalahan atau lembar yang belum terisi, responden akan diminta untuk melakukan perbaikan dalam pengolahan data.

2. *Coding*

Coding (pemberian kode) adalah proses mengklasifikasikan jawaban yang diberikan oleh responden berdasarkan jenisnya. Pada tahap ini, biasanya diberikan skor dan simbol pada jawaban responden untuk mempermudah pengolahan data di kemudian hari. Data yang telah dicoding adalah sebagai berikut:

a. Tahap memberikan kode terhadap hasil pengukuran status gizi

0 = Gizi Buruk (*severely thinnes*), jika $z\text{-score} < -3SD$

1 = Gizi Kurang (*thinness*), jika $z\text{-score} -3 SD \leq < -2SD$

2 = Gizi Baik (normal), jika $z\text{-score} -2 SD \leq < +1SD$

3 = Gizi Lebih (*overweight*), jika $z\text{-score} > +2 SD \leq +3SD$

4 = Obesitas (*obese*), jika $z\text{-score} > +3SD$

b. Jumlah konsumsi sayur

1 = kurang, jika konsumsi sayur $< 250 \text{ gr/hr}$

2 = cukup, jika konsumsi sayur $\geq 250 \text{ gr/hr}$

c. Jumlah konsumsi buah

1 = kurang, jika konsumsi sayur $< 250 \text{ gr/hr}$

2 = cukup, jika konsumsi sayur $\geq 250 \text{ gr/hr}$

d. Frekuensi konsumsi sayur

1 = tidak sesuai, jika mengonsumsi sayur < 3 kali sehari

2 = sesuai, jika mengonsumsi sayur ≥ 3 kali sehari

e. Frekuensi konsumsi buah

1 = tidak sesuai, jika mengonsumsi sayur < 2 kali sehari

2 = sesuai, jika mengonsumsi sayur ≥ 2 kali sehari

3. *Entry data*

Ialah tahap memasukkan data yang diperoleh ke tabel induk atau perangkat lunak komputer untuk keperluan pengolahan data lebih lanjut, serta menyusun interpretasi hasil dari data yang diperoleh dalam bentuk tabel.

4. *Cleaning*

Pengecekan ulang data untuk mengidentifikasi kemungkinan adanya kesalahan kode, kekurangan data, dan variasi dalam data

F. Analisis Data

Jenis analisis dalam penelitian ini memakai pendekatan univariat guna memberikan gambaran deskriptif distribusi dan frekuensi dari variabel.