

BAB III METODE PENELITIAN

A. Lokasi, Populasi dan Sampel Penelitian

1. Lokasi Penelitian

Penulis melakukan penelitian pada Siswa SMK Sandhy Putra Bandung yang berlokasi di Jl. Palasari, No.1 RT.05 RW.06 Kelurahan Lingkar Selatan, Kecamatan Lengkong, Kota Bandung.

2. Populasi

Keseluruhan objek penelitian atau objek yang diteliti disebut populasi (Notoatmodjo, 2005:79). Populasi penelitian yaitu seluruh siswa kelas XII program studi keahlian Tata Boga di SMK Sandhy Putra Bandung tahun ajaran 2013/2014 yang telah memperoleh mata pelajaran Nutrisi dan telah lulus, yaitu berjumlah 69 siswa yang tersedia dalam Tabel 3.1.

Tabel 3.1. Daftar Nama Kelas XII dan Jumlah Siswa Program Studi Keahlian Tata Boga SMK Sandhy Putra Bandung Tahun Ajaran 2013/2014

No	Nama Kelas	Jumlah Siswa
1	XII TB 1	37
2	XII TB 2	32
Total		69

Sumber: Dokumentasi PPL SMK Sandhy Putra Bandung (2013)

3. Sampel

Penulis dalam memperoleh data memerlukan sampel penelitian. Menurut Notoatmodjo (2005:26) sampel adalah bagian dari populasi yang dianggap mewakili populasinya. Teknik sampling yang digunakan adalah *probability sampling*. Pengertian *probability sampling* menurut Sugiyono (2013:63) yaitu “teknik pengambilan sampel yang memberikan peluang yang sama bagi setiap unsur (anggota) populasi untuk dipilih menjadi anggota sampel”.

Pengambilan sampel apabila populasi sudah diketahui berpedoman pada Surakhmad dalam Riduwan (2007:65) berpendapat apabila “populasi cukup homogen terhadap populasi dibawah 100 dapat dipergunakan sampel sebesar 50%, jika populasi dibawah 1000 dapat dipergunakan sampel 25% dan bila diatas 1000 dapat diambil 15%”. Penentuan jumlah anggota sampel dari populasi sebanyak 69 orang siswa kelas XII program studi keahlian Tata Boga SMK Sandhy Putra Bandung adalah sebagai berikut:

Kelas XII TB 1 = $50\% \times 37 = 18,5 \approx 19$ responden.

Kelas XII TB 2 = $50\% \times 32 = 16 \approx 16$ responden.

Maka jumlah anggota sampel adalah 35 responden/siswa.

B. Desain Penelitian

Dalam melakukan suatu penelitian maka perlu adanya suatu desain penelitian sebagai pedoman dalam urutan kerja yang akan dilakukan. Adapun urutan kerja dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Menentukan masalah penelitian.
2. Mengidentifikasi dan membatasi ruang lingkup permasalahan yang diteliti.
3. Merumuskan masalah penelitian.
4. Menentukan populasi dan sampel penelitian.
5. Melakukan studi literatur untuk permasalahan yang diteliti.
6. Menentukan teknik pengumpulan data.
7. Melakukan penyusunan instrumen penelitian.
8. Melakukan pengumpulan data.
9. Melakukan pengolahan data.
10. Melakukan analisis data.
11. Memaparkan data dan membahasnya.
12. Membuat simpulan dan saran.

C. Metode Penelitian

Arikunto (2006:163) menyatakan bahwa “metode penelitian adalah cara yang digunakan dalam mengumpulkan data penelitiannya”. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode deskriptif, yaitu metode penelitian yang

bertujuan untuk mendeskripsikan suatu fenomena atau peristiwa yang terjadi pada masa sekarang. sebagaimana pendapat Sukmadinata (2012:72) menyatakan bahwa:

Penelitian deskriptif ditujukan untuk mendeskripsikan atau menggambarkan fenomena-fenomena yang ada, baik fenomena yang bersifat alam ataupun rekayasa manusia. Penelitian deskriptif dalam bidang pendidikan dan kurikulum pengajaran merupakan hal yang cukup penting, mendeskripsikan fenomena-fenomena kegiatan pendidikan, pembelajaran, implementasi kurikulum pada berbagai jenis, jenjang dan satuan pendidikan.

Dalam melakukan penelitian diperlukan suatu metode untuk memberikan pedoman bagaimana dalam mengumpulkan data, memaparkan data dan membahas data atau menyampaikan hasil penelitian. Metode penelitian yang digunakan adalah metode deskriptif bertujuan untuk memperoleh deskripsi atau gambaran umum mengenai “Penerapan Hasil Belajar Nutrisi pada Perilaku Gizi Siswa SMK Sandhy Putra Bandung”.

Data penelitian yang berlaku untuk sampel diperoleh dari statistik deskriptif, sesuai dengan pendapat dari Sugiyono (2013:29) yaitu:

Statistik deskriptif adalah statistik yang berfungsi untuk mendeskripsikan atau memberi gambaran terhadap objek yang diteliti melalui data sampel atau populasi sebagaimana adanya, tanpa melakukan analisis dan membuat kesimpulan yang berlaku untuk umum.

D. Definisi Operasional

Untuk menghindari kesalahfahaman antara pembaca dan penulis maka digunakan definisi operasional mengenai beberapa istilah dalam judul penelitian “Penerapan Hasil Belajar Nutrisi pada Perilaku Gizi Siswa SMK Sandhy Putra Bandung”.

1. Penerapan Hasil Belajar Nutrisi

a. Penerapan

Penerapan atau *application* diartikan oleh Uno (2011:36) sebagai “kemampuan seseorang dalam menggunakan pengetahuan dalam memecahkan berbagai masalah yang timbul dalam kehidupan sehari-hari”.

b. Hasil Belajar

Sudjana (2013:22) mendefinisikan “hasil belajar adalah kemampuan-kemampuan yang dimiliki siswa setelah ia menerima pengalaman belajarnya”. Dalam sistem pendidikan nasional rumusan tujuan pendidikan, baik tujuan kurikuler maupun tujuan instruksional, menggunakan klasifikasi hasil belajar dari teori Bloom yang secara luas mencakup bidang kognitif, afektif dan psikomotorik.

c. Nutrisi

Nutrisi adalah nama mata pelajaran yang diperoleh siswa di program studi keahlian Tata Boga, sebagaimana tercantum dalam Spektrum SMK Sandhy Putra Bandung (2008:460) bahwa tujuan dari mata pelajaran Nutrisi atau tujuan dari Kompetensi Dasar adalah “Menyiapkan rencana hidangan harian untuk meningkatkan kesehatan”.

2. Perilaku Gizi

Pengertian perilaku gizi yang diterjemahkan dari Contento (2011:15) menyatakan bahwa perilaku gizi adalah tindakan pemilihan makanan ataupun selain makanan dan saling berkaitan dengan gizi yang dilakukan seseorang untuk mencapai efek yang diharapkan dari tindakan langsung yang diperoleh dari pendidikan gizi.

Menurut Guhardja dalam Noviardhi (2009:5) menyatakan bahwa ‘pada dasarnya perilaku mengandung aspek pengetahuan, sikap dan praktik/tindakan’. Maka pengertian dari penerapan hasil belajar Nutrisi pada perilaku gizi siswa di SMK Sandhy Putra Bandung yaitu kemampuan menggunakan atau menerapkan materi yang diperoleh dari hasil belajar mata pelajaran Nutrisi yang terdiri dari pengetahuan, sikap dan praktik gizi yang diterapkan dalam kehidupan sehari-hari.

E. Instrumen Penelitian

Pengertian instrumen menurut Arikunto (2006:163) adalah “Alat atau fasilitas yang digunakan oleh peneliti dalam mengumpulkan data agar pekerjaannya lebih mudah, dan hasilnya lebih baik, dalam arti lebih cermat, lengkap, dan sistematis sehingga lebih mudah diolah”. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Instrumen Tes

Salah satu alat penilaian hasil belajar adalah tes, menurut Sudjana (2013:35) menyatakan bahwa: “Tes pada umumnya digunakan untuk menilai dan mengukur hasil belajar siswa, terutama hasil belajar kognitif berkenaan dengan penguasaan bahan pengajaran sesuai dengan tujuan pendidikan dan pengajaran”. Instrumen untuk mengumpulkan data tentang pengetahuan gizi yaitu instrumen tes dengan menggunakan bentuk pilihan ganda.

2. Instrumen Angket

Menurut Notoatmodjo (2005:112) “angket adalah suatu cara pengumpulan data atau suatu penelitian mengenai suatu masalah yang umumnya banyak menyangkut kepentingan umum (orang banyak)”. Angket ini dilakukan dengan mengedarkan suatu daftar pertanyaan yang berupa formulir-formulir, diajukan secara tertulis kepada sejumlah subjek untuk mendapatkan tanggapan, informasi, jawaban dan sebagainya. Instrumen untuk mengumpulkan data tentang sikap gizi yaitu instrumen angket dengan penggunaan skala *likert* yang menggunakan bentuk *checklist* dengan lima pilihan (sangat setuju, setuju, ragu-ragu, tidak setuju, sangat tidak setuju). Menurut Widoyoko (2012:115) berpendapat tentang kegunaan skala *likert* adalah sebagai berikut:

Prinsip pokok skala *likert* adalah menentukan lokasi kedudukan seseorang dalam suatu kontinum sikap terhadap objek sikap, mulai dari sangat negatif sampai dengan sangat positif. Penentuan lokasi itu dilakukan dengan mengkuantifikasi pernyataan seseorang terhadap butir pernyataan yang disediakan.

3. *Food Recall*

Instrumen untuk mengumpulkan data mengenai praktik gizi dalam hal pemenuhan energi menggunakan *Food Recall* 1 x 24 jam, dengan tujuan untuk mengetahui bagaimana pemenuhan energi responden melalui jumlah konsumsi rata-rata dari sekelompok responden, seperti yang dinyatakan oleh Supariasa dkk. (2013:99) bahwa: “Bila hanya bertujuan untuk menentukan jumlah konsumsi rata-rata dari sekelompok responden maka *Food Recall* 1 x 24 jam atau penimbangan selama satu hari sudah cukup memadai”.

4. *Food Frequency*

Instrumen untuk mengumpulkan data mengenai praktik gizi dalam hal pemilihan makanan dalam kebiasaan makan atau pola konsumsi menggunakan *Food Frequency*, dengan tujuan untuk mengetahui frekuensi penggunaan jenis bahan makanan pada periode tertentu secara kualitatif oleh responden melalui daftar jenis bahan makanan yang rata-rata dikonsumsi sekelompok responden, seperti yang dinyatakan oleh Supriasa dkk. (2013:99) bahwa “Tujuan penelitian hanya untuk mengetahui kebiasaan atau pola konsumsi dari sekelompok masyarakat, maka metode frekuensi makanan dapat dilakukan”.

F. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang digunakan yaitu terdiri dari empat metode, diantaranya yaitu:

1. Instrumen tes untuk mengumpulkan data tentang pengetahuan gizi siswa. Bentuk soal tes yang digunakan adalah soal pilihan ganda, yaitu “bentuk tes yang mempunyai satu jawaban yang benar atau paling tepat” (Sudjana, 2013:48). Instrumen tes yang digunakan terdiri dari 10 soal.
2. Instrumen angket atau kuesioner untuk mengumpulkan data tentang sikap gizi siswa dengan jenis instrumen angket berstruktur dengan skala pengukuran skala *likert*. Skala yang digunakan yaitu skala lima sesuai yang dinyatakan oleh Widoyoko yaitu:

Untuk skala *likert* digunakan skala dengan lima angka, yaitu skala 1 (satu) berarti sangat negatif dan skala 5 (lima) berarti sangat positif. Skala ini disusun dalam bentuk suatu pernyataan dan diikuti oleh pilihan respons yang menunjukkan tingkatan.

Tipe angket yang digunakan adalah angket berbentuk pilihan, yaitu “bentuk pertanyaannya memiliki jawaban yang telah disediakan/*closed ended item*” (Notoatmodjo, 2005:113). Instrumen angket yang digunakan terdiri dari 20 pernyataan.
3. Instrumen untuk mengumpulkan data tentang praktik gizi mengenai pemenuhan energi yaitu menggunakan *Food Recall*. Menurut Supriasa, dkk. (2013:94) *Food Recall* adalah “metode yang dilakukan dengan mencatat jenis

dan jumlah bahan makanan yang dikonsumsi pada periode 24 jam yang lalu”. Instrumen *Food Recall* yang digunakan adalah 1 x 24 jam, teknik pengumpulan datanya dilakukan dengan cara responden diminta untuk mengingat semua yang dimakan dan diminum selama 24 jam yang lalu (kemarin) kemudian dituliskan dalam angket terstruktur yang berupa tabel berisi nama menu makanan atau minuman, jenis bahan makanan, dan jumlah yang dikonsumsi dalam URT atau berat (gram).

4. Instrumen untuk mengumpulkan data tentang praktik gizi mengenai pemenuhan energi yaitu menggunakan *Food Frequency*. *Food Frequency* adalah “metode untuk memperoleh data tentang frekuensi konsumsi sejumlah bahan makanan atau makanan jadi selama periode tertentu seperti hari” (Supriasa, dkk., 2013:98). Teknik pengumpulan data untuk instrumen *Food Frequency* adalah dengan cara responden diminta untuk memberi tanda pada daftar makanan yang tersedia pada angket mengenai frekuensi penggunaannya.

Proses dari pengembangan instrumen pengetahuan, sikap dan praktik gizi pada siswa adalah sebagai berikut :

1. Identifikasi konsep instrumen berdasarkan kajian teori.
2. Perumusan kisi-kisi berdasarkan indikator materi hasil belajar mata pelajaran Nutrisi tentang pengetahuan, sikap dan praktik gizi.
3. Mengembangkan *item* pertanyaan untuk menyusun pertanyaan atau soal instrumen yang terstruktur.
4. Uji coba instrumen. Uji coba instrumen penelitian dilakukan terhadap 10 orang diluar sampel, untuk melihat keterbacaan soal instrumen.
5. Evaluasi akhir instrumen pengetahuan, sikap dan praktik gizi.

G. Analisis Data

Tahapan dalam menganalisis data yang diperoleh melalui penyebaran instrumen kemudian dilakukan tahap rekapitulasi data sesuai jenis instrumen dan dilakukan pengolahan data serta analisis data, berikut tahapan pengolahan data dan analisis data sesuai dengan jenis instrumen:

1. Verifikasi Data

Instrumen yang telah diisi oleh responden kemudian dikumpulkan kembali guna untuk diperiksa kelengkapan jawaban pada setiap *item* pertanyaan dalam instrumen tersebut. Kemudian memilih lembar jawaban instrumen yang dapat diolah lebih lanjut.

2. Tabulasi Data

Tabulasi data merupakan pengelompokkan data dengan cara mentabelkan data yang diperoleh dari jawaban responden. Dengan mentabulasikan data maka dapat mempermudah dalam menampilkan frekuensi tiap jawaban dari *item* pertanyaan dalam instrumen.

3. Pengolahan dan Penafsiran Data sesuai Jenis Instrumen

a) Instrumen Tes

(1) Menentukan Skor dari Jawaban Responden

Instrumen bentuk tes mempunyai satu jawaban yang benar atau paling tepat. Sehingga untuk jawaban benar diberi skor 1 dan untuk jawaban salah diberi skor 0. Setelah diberi skor untuk masing-masing jawaban responden maka dilakukan penjumlahan total skor.

(2) Persentase Data

Persentase data digunakan untuk melihat perbandingan frekuensi jawaban dalam instrumen karena jawaban untuk setiap pertanyaan dan setiap responden berbeda atau heterogen. Rumus untuk menghitung angka persentase menurut Ali (1985:184), yaitu:

$$\% = \frac{n}{N} \times 100$$

Keterangan:

% = Persentase (jumlah persentase yang dicari)

n = Nilai yang diperoleh

N = Jumlah seluruh nilai

100 = Bilangan tetap

(3) Menentukan Nilai Rata-Rata

Nilai rata-rata diperoleh dari jumlah data keseluruhan kemudian dibagi dengan jumlah responden. Menurut Sugiyono (2013:49)

$$\bar{X} = \frac{\sum X_i}{n}$$

Keterangan:

- \bar{X} : Mean (rata-rata)
 \sum : Sigma (jumlah)
 n : Jumlah responden
 X_i : Jumlah X ke I sampai x ke n

(4) Menentukan Standar Deviasi

Menurut Sugiyono (2013:57) Standar deviasi/simpangan baku dari data yang telah disusun dalam tabel hasil pengolahan *Food Recall*, dapat dihitung dengan rumus sebagai berikut:

$$S = \sqrt{\frac{\sum(x_i - \bar{x})^2}{(n - 1)}}$$

Keterangan:

- S : Standar deviasi
 x_i : Nilai x ke I sampai ke n
 \bar{x} : Nilai rata-rata
 n : Jumlah sampel

Standar deviasi menginformasikan tentang seberapa jauh bervariasi data terhadap nilai rata-ratanya. Semakin besar nilai standar deviasi semakin bervariasi data (heterogen) dan sebaliknya. Jika nilai SD jauh lebih besar dibandingkan nilai mean, maka nilai mean merupakan representasi yang buruk dari keseluruhan data. Sedangkan jika nilai SD sangat kecil dibandingkan nilai *mean*, maka nilai *mean* merupakan representasi yang baik yang dapat digunakan sebagai representasi dari keseluruhan data.

(5) Manafsirkan Data

Penafsiran dilakukan untuk memperoleh gambaran umum pada setiap jawaban dari masing-masing *item* pertanyaan. Jawaban dari responden ditafsirkan dengan menggunakan batasan-batasan yang dituliskan oleh Riduwan (2011:41) yaitu:

- (a) 81%-100% = Sangat baik
- (b) 61%-80% = Baik
- (c) 41%-60% = Cukup baik
- (d) 21%-40% = Kurang baik
- (e) 0%-20% = Sangat kurang baik

b) Instrumen Angket

(1) Menentukan Skor dari Jawaban Responden

Instrumen kuesioner dengan penggunaan skala *likert* yang menggunakan bentuk *checklist* dengan lima pilihan (sangat setuju, setuju, ragu-ragu, tidak setuju, sangat tidak setuju). Sistem penilaian dalam skala Likert adalah sebagai berikut:

1. *Item Favorable* (pernyataan positif): sangat setuju (diberi nilai 5), setuju (diberi nilai 4), ragu-ragu (diberi nilai 3), tidak setuju (diberi nilai 2), sangat tidak setuju (diberi nilai 1).
2. *Item Unfavorable* (pernyataan negatif): sangat setuju (diberi nilai 1), setuju (diberi nilai 2), ragu-ragu (diberi nilai 3), tidak setuju (diberi nilai 4), sangat tidak setuju (diberi nilai 5).

Setelah diberi skor untuk masing-masing jawaban responden maka dilakukan penjumlahan total skor. Penentuan total skor yaitu dengan cara mengkalikan jumlah skor dan jumlah responden, dapat dilihat pada Tabel 3.2.

Tabel 3.2 Penentuan Total Skor untuk Pernyataan Positif

No	Persepsi	Skor	Jumlah Responden	Total Skor
1	Sangat Setuju	5	35	175
2	Setuju	4	35	140
3	Ragu-Ragu	3	35	105
4	Tidak Setuju	2	35	70
5	Sangat Tidak Setuju	1	35	35

Sumber: Sugiyono (2010)

Berdasarkan skor yang telah ditetapkan dapat dihitung menurut Sugiyono (2010:95) yang contohnya sebagai berikut:

Jumlah skor ideal (kriterium untuk seluruh item adalah perkalian dari skor dan jumlah responden). Maka untuk skor ideal (seandainya semua responden menjawab Sangat Setuju) yaitu = $5 \times 35 = 175$. Penjabaran data interval pada penelitian ini berdasarkan jumlah skor yaitu tersedia pada Tabel 3.3.

Tabel 3.3
Kriteria Total Skor Tiap Interval

No	Interval	Kriteria
1	$140 < N \leq 175$	Sangat Setuju
2	$105 < N \leq 140$	Setuju
3	$70 < N \leq 105$	Ragu-ragu
4	$35 < N \leq 70$	Tidak Setuju
5	≤ 35	Sangat Tidak Setuju

Sumber : Aplikasi dari Skala Likert

Keterangan: N=total skor yang diperoleh

(2) Persentase Data

Persentase data dihitung dengan menggunakan rumus dari Ali yang ada pada pemaparan sebelumnya.

(3) Menentukan Nilai Rata-Rata

Nilai rata-rata dihitung dengan menggunakan rumus dari Sugiyono yang ada pada pemaparan sebelumnya.

(4) Menentukan Standar Deviasi

Standar deviasi dihitung dengan menggunakan rumus dari Sugiyono yang ada pada pemaparan sebelumnya.

(5) Manafsirkan Data

Batasan-batasan yang dikemukakan oleh Riduwan (2011:41), dijadikan rujukan penulis menjadi kategori penafsiran penerapan aspek sikap gizi dengan tujuan dapat memberikan gambaran yang jelas terhadap hasil penelitian yang dilakukan, yaitu sebagai berikut:

- a) 81%-100%= Sangat diterapkan
- b) 61%-80% = Diterapkan
- c) 41%-60% = Cukup diterapkan
- d) 21%-40% = Kurang diterapkan
- e) 0%-20% = Sangat kurang diterapkan

c) Instrumen *Food Recall*

(1) Melakukan Konversi

Pengolahan data tahap pertama yaitu mengkonversikan berat bahan makanan yang dikonsumsi dari Ukuran Rumah Tangga (URT) ke dalam ukuran berat (gram). Tahap kedua melakukan konversi dari berat bahan masak menjadi berat bahan mentah jika dalam DKBM tidak ditemukan bahan makanan jadi, menurut Supriasa (2013:104) untuk mengkonversikan berat bahan masak menjadi berat bahan mentah dengan rumus sebagai berikut:

$$BO_J = \frac{BM_J}{F_J}$$

Keterangan:

BO_J : Berat bahan makanan J dalam bentuk olahan (masak)

BM_J : Berat bahan makanan J dalam bentuk mentah

F : Faktor konversi berat mentah masak dari makanan J
(dapat dilihat pada tabel DKMM/Daftar Konversi Mentah Masak)

(2) Melakukan Analisis Zat Gizi

Analisis zat gizi dapat dilakukan dengan cara komputerisasi atau secara manual, yaitu menghitung kandungan zat gizi pada bahan makanan tertentu dengan menggunakan DKBM. Menurut Yusuf dkk. (2008:237), rumus dalam menghitung zat gizi dalam bahan makanan adalah sebagai berikut:

$$X = \frac{A}{Bdd} \times C$$

Keterangan:

X : Jumlah zat gizi yang terkandung pada bahan mentah

A : Jumlah bahan makanan (gram)

Bdd : Bagian yang dapat dimakan dari bahan makanan

C : Jumlah zat gizi yang terkandung dalam 100 gram bahan mentah

(3) Menentukan Tingkat Kecukupan Gizi

Jumlah makanan yang dikonsumsi dapat diukur melihat dari tingkat kecukupan gizi berdasarkan kecukupan energi, protein, lemak dengan rumus:

$$TK = \frac{K}{KC} \times 100\%$$

Keterangan:

TK : Tingkat Kecukupan

K : Konsumsi

KC : Kecukupan gizi yang dianjurkan

Hasil analisis bahan makanan selama satu hari akan dihitung rata-rata konsumsi energi dan proteinnya, kemudian dibandingkan dengan angka kecukupan energi dan protein yang dianjurkan. Tingkat energi dan protein dapat digolongkan berdasarkan batasan menurut Supriasa (2013:114) yaitu sebagai berikut:

- a. $\geq 100\%$ AKG : Baik
- b. 80-99% AKG : Sedang
- c. 70-80% AKG : Kurang
- d. $< 70\%$ AKG : Defisit

(4) Menentukan Standar Deviasi

Standar deviasi dihitung dengan menggunakan rumus dari Sugiyono yang ada pada pemaparan sebelumnya.

(5) Menafsirkan Data

Kategori yang dikemukakan oleh Supriasa (2013:114), dijadikan rujukan penulis menjadi kategori penafsiran penerapan praktik sikap gizi dengan tujuan dapat memberikan gambaran yang jelas terhadap hasil penelitian yang dilakukan, yaitu sebagai berikut:

- a. $\geq 100\%$ AKG : Sangat diterapkan
- b. 80-99% AKG : Diterapkan
- c. 70-80% AKG : Cukup diterapkan
- d. $< 70\%$ AKG : Kurang diterapkan

d) Instrumen *Food Frequency*

(1) Melakukan Rekapitulasi

Instrumen *Food Frequency* terdiri dari daftar nama bahan makanan yang dikonsumsi oleh responden dalam periode tertentu. Pemaparan menggunakan periode sehari dan seminggu. Bentuk instrumen ini yaitu *checklist* dengan tujuh pilihan alternatif jawaban, yaitu: frekuensi makan dalam sehari yang terdiri dari 1 kali/hari, 2 kali/hari, 3 kali/hari, frekuensi makan dalam seminggu yang terdiri dari 1 kali/minggu, 2 kali/minggu, 4-5 kali/minggu dan tidak pernah. Setelah data

konsumsi makanan diperoleh maka dilakukan rekapitulasi tentang frekuensi penggunaan jenis-jenis bahan makanan tertentu selama periode tertentu pula.

(2) Persentase Data

Persentase data dihitung dengan menggunakan rumus dari Ali yang ada pada pemaparan sebelumnya.

(3) Menentukan Nilai Rata-Rata

Nilai rata-rata dihitung dengan menggunakan rumus dari Sugiyono yang ada pada pemaparan sebelumnya.

(4) Menentukan Standar Deviasi

Standar deviasi dihitung dengan menggunakan rumus dari Sugiyono yang ada pada pemaparan sebelumnya.

