

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Lokasi Penelitian

Lokasi penelitian dilakukan di Sekolah Dasar Islam Terpadu Daarul Fikri yang terletak di Komplek Cibaligo Permai Cihanjuang Parongpong Kabupaten Bandung Barat. Sekolah tersebut adalah sekolah yang menerapkan sistem *full day school* dan memiliki pelayanan gizi bagi siswa berupa penyelenggaraan makanan di sekolah.

B. Metode Penelitian

“Metode Penelitian pada dasarnya merupakan cara ilmiah untuk mendapatkan data dengan tujuan dan kegunaan tertentu” (Sugiono, 2011, hlm.2). Berdasarkan sifat serta tujuan penelitian yang akan dilakukan, metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode deskriptif. Dalam tulisan yang lain, Sugiono (2002, hlm.11) menyatakan bahwa “penelitian deskriptif adalah penelitian yang dilakukan untuk mengetahui nilai variabel mandiri, baik satu variabel atau lebih (independen) tanpa membuat perbandingan, atau menghubungkan dengan variabel yang lain”. Pendapat lain menyatakan bahwa, penelitian deskriptif merupakan penelitian yang dimaksudkan untuk mengumpulkan informasi mengenai suatu gejala yang ada, yaitu gejala menurut apa adanya pada saat penelitian dilakukan (Arikunto, 2005). Jadi dapat disimpulkan bahwa penelitian deskriptif adalah penelitian yang bertujuan untuk membuat suatu penjelasan atau deskripsi tentang fakta-fakta dan sifat-sifat suatu populasi tertentu tanpa membuat hubungan ataupun perbandingan dengan variabel lainnya.

C. Populasi dan Sampel

Populasi dan sampel mempunyai kedudukan yang sangat penting dalam sebuah penelitian. Pengambilan sampel yang representatif dan dapat benar-benar mewakili populasi akan menentukan kualitas dari penelitian.

1. Populasi

Menurut Sangadji (2010, hlm. 185) populasi adalah “ wilayah generalisasi yang terdiri atas subjek atau objek dengan kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan peneliti untuk dipelajari dan ditarik kesimpulan.” Berdasarkan kedua definisi diatas, populasi yang akan diteliti pada penelitian ini adalah seluruh siswa SDIT Daarul Fikri

Kelas 1 A	= 27 orang siswa
Kelas 1B	= 27 orang siswa
Kelas 2A	= 26 orang siswa
Kelas 2B	= 26 orang siswa
Kelas 3	= 27 orang siswa
Kelas 4	= 26 orang siswa
Kelas 5	= 24 orang siswa
Kelas 6	= 24 orang siswa

Tabel 3.1 Populasi Siswa SDIT Daarul Fikri

No	Nama Kelas	Jumlah Siswa
1	I	24
2	II A	26
3	II B	26
4	III	27
5	IV	26
6	V	24
7	VI	24
Total		207

Sumber: Administrasi SDIT Daarul Fikri (2014)

2. Sampel

“Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut” (Sugiono, 2011 hlm. 120). Sementara itu menurut Sumaatmaja (1988, hlm. 112) “sampel adalah bagian daari populasi yang mewakili keseluruhan sifat-sifat atau generalisasi yang ada pada populasi.” Oleh karena itu, sebelum menarik sampel diketahui dahulu jumlah populasi sehingga dapat ditentukan sampel yang akan diambil.

Berdasarkan definisi diatas maka metode pengambilan sampel dilakukan dengan cara *non probability purposive sampling* “merupakan metode sampel berdasarkan kriteria tertentu” (Sangadji, 2010). Pertimbangan pemilihan teknik pengambilan sampel ini adalah siswa kelas V dan kelas VI karena telah mempelajari mata pelajaran IPA tentang makanan dan kesehatan. Oleh karena itu sampel pada penelitian ini adalah siswa kelas V dan kelas VI yang berjumlah 48 orang siswa.

D. Desain Penelitian

Desain penelitian adalah sebuah tahapan yang dilakukan selama penelitian dari awal penelitian hingga akhir penelitian. Adapun tahap-tahap penelitian tersebut adalah sebagai berikut :

1. Melakukan kegiatan observasi sebagai penelitian pendahuluan untuk mengetahui permasalahan yang ada
2. Penyusunan judul skripsi
3. Penyusunan BAB I, merumuskan latar belakang, tujuan penelitian, manfaat penelitian, metode dan struktur organisasi penelitian
4. Penyusunan BAB II mengenai kajian pustakan yang sesuai dengan penelitian yang akan dilakukan
5. Penyusunan BAB III, Metode penelitian yang akan dilakukan, analisis data dan instrumen penelitian
6. Pengumpulan data
7. Pengolahan data hasil penelitian
8. Penyusunan BAB IV yaitu hasil dan pembahasan yang berisi hasil penelitian dan pengolahan data, membuat pembahasan dari hasil penelitian
9. Penyusunan BAB V yang berisi kesimpulan dari hasil penelitian

E. Definisi Operasional

Dalam sebuah penelitian, konsep yang benar-benar relevan dan berkedudukan sentral dalam penelitian terlebih dahulu harus dibuat definisi operasional. Definisi operasional adalah suatu definisi yang diberikan kepada suatu variable dengan cara memberikan arti atau melakukan spesifikasi kegiatan maupun memberikan suatu operasional yang diperlukan variable (Sangadji, 2010).

Definisi operasional dirumuskan untuk setiap variable yang harus melahirkan indikator-indikator dari setiap variable yang diteliti. “variable adalah segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi tentang hal tersebut, kemudian ditarik kesimpulannya” (Sugiono, 2011, hlm. 63). Sementara menurut Silalahi (2010, hlm. 191) “Variabel merupakan abstraksi dari gejala, peristiwa, atau masalah yang memerlukan penyelidikan.”

Definisi Operasional dalam penelitian ini diperlukan untuk menghindari kesalahpahaman antara pembaca dan penulis dalam menafsirkan istilah yang digunakan dalam judul penelitian “Perilaku Gizi Pada Pemilihan Makanan Sehari-hari” uraian operasional pada judul penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Perilaku Gizi

Perilaku terhadap makanan (*nutrition Behavior*), yakni respon seseorang terhadap makanan sebagai kebutuhan vital bagi kehidupan. Perilaku ini meliputi pengetahuan, persepsi, sikap dan praktik terhadap makanan serta unsur-unsur yang terkandung didalamnya. Pengolahan makanan, dan sebagianya sehubungan dengan kebutuhan tubuh.

a. Pengetahuan Gizi

Pengetahuan seseorang tentang makan dan kesehatan yang mempengaruhi pilihan makanan anak usia sekolah. Adapun pengetahuan tersebut adalah tentang makanan dan kesehatan, kandungan gizi dalam makanan bergizi, menu makanan bergizi seimbang yaitu makanan yang beragam jenisnya seperti makanan pokok, lauk hewani, lauk nabati, sayur, buah dan susu, yang dipelajari pada mata pelajaran IPA pada kelas V.

b. Sikap Gizi

Sikap gizi merupakan sikap kecenderungan seseorang untuk menyetujui atau tidak menyetujui terhadap suatu pernyataan yang diajukan terkait makanan dan kesehatan.

c. Praktik gizi

Praktik menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (2007, hlm. 1998) “sesuatu yang dilakukan atau perbuatan”. Tindakan gizi adalah sesuatu yang dilakukan terkait makanan dan kesehatan.

2. Pemilihan makanan

a. Pemilihan

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (2007, hlm.1003) adalah “menentukan salah satu dari beberapa yang ditawarkan”.

b. Makanan Sehari-hari

Makanan sehari hari yang dimaksudkan adalah makanan utama dan selingan yang dikonsumsi sehari-hari meliputi makan pagi, makan siang, dan makan malam.

F. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data merupakan keharusan dalam suatu penelitian. “Teknik pengumpulan data adalah cara-cara yang digunakan oleh peneliti untuk mengumpulkan data” (Riduwan, 2004, hlm. 56). Dalam penelitian ini digunakan metode pengumpulan data yaitu dengan cara tes dan koesioner.

1. Tes

“Tes adalah alat atau prosedur yang digunakan untuk mengetahui atau untuk mengukur sesuatu dalam suasana, dengan cara dan aturan-aturan yang sudah ditentukan” (Arikunto, 2011, hlm. 53). Tes yang digunakan bertujuan untuk mengetahui tingkat pengetahuan seseorang terkait pengetahuan siswa tentang sumber dan fungsi zat gizi serta makanan sehat seimbang

Adapun instrument tes yang digunakan adalah tes pilihan ganda yaitu tes yang terdiri atas bagian keterangan dan bagian kemungkinan jawaban atau alternative jawaban, tes pilihan ganda merupakan tes objektif yang paling banyak digunakan karena banyak materi yang tercakup (Arikunto, 2011). Tes pilihan ganda digunakan untuk mengetahui tingkat pengetahuan siswa tentang sumber serta fungsi zat gizi dan makanan bergizi seimbang.

2. Skala Sikap

Skala sikap digunakan untuk mengetahui sikap gizi dan praktik dalam pemilihan makanan sehari-hari siswa. Pengukuran sikap menurut Notoatmodjo (2012, hlm. 142) “ pengukuran sikap dapat dilakukan secara langsung dan tidak langsung”. Pengukuran sikap dapat dilakukan dengan penyebaran skala sikap. Pengukuran tersebut bertujuan untuk mengetahui sikap siswa terkait perilaku gizi pada pemilihan makan mereka sehari-hari. Pada pengumpulan data ini responden diberikan pertanyaan untuk diketahui sikap pribadinya terhadap apa yang mereka ketahui (Arikunto,2011, Hlm. 179). Skala yang digunakan dalam bentuk *check-list* dimana daftar pilihan dan responden tinggal membubuhkan *check-list* pada jawaban pilihannya.

Instrumen untuk mengumpulkan data tentang sikap gizi praktik yaitu instrumen skala sikap dengan penggunaan skala *likert* yang menggunakan bentuk *checklist* dengan empat pilihan (sangat setuju, setuju, ragu-ragu, dan tidak setuju) untuk mengukur sikap. Menurut Widoyoko (2011, hlm.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. Kuesioner Frekuensi Makanan

Metode ini ini digunakan untuk memperoleh data tentang asupan energi atau zat-zat gizi seseorang dengan menyatakan frekuensi konsumsi sejumlah bahan makanan yang merupakan sumber zat gizi yang ingin diteliti (Almatsier, 2011, hlm. 156). Pengkategorian frekuensi menggunakan skala *Likert* dengan mengkriteriakan tingkat konsumsi setiap hari sampai dengan 4 kali dalam seminggu pada kriteria sering, satu kali dalam seminggu pada kriteria kadang-kadang, dan tidak pernah.

G. Analisis Data

Singaribun (dalam Suyanto, 2005, hlm.104) ‘analisis data adalah suatu proses penyederhanaan data kedalam bentuk yang lebih mudah dibaca dan diinterpretasikan’. Tahapan terakhir dalam penelitian adalah analisis data, yaitu dengan cara mengelompokan berdasarkan variable dan jenis responden, mentabulasi data berdasarkan variable dan seluruh responden, menyajikan data berdasarkan setiap variabel yang diteliti, dan melakukan perhitungan untuk menjawab rumusan masalah serta hipotesis (Arikunto, 2006).

Berdasarkan tahapan-tahapan diatas dapat disimpulkan bahwa tahapan analisis data dapat disesuaikan dengan kebutuhan penelitian. Adapun tahapan analisis data yang akan dilakukan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut ;

1. Persiapan

Persiapan penelitian merupakan tahap pembuatan perencanaan penelitian yang memiliki fungsi sebagai kerangka awal penelitian yang akan dilaksanakan. Langkah-langkah persiapan yang dilakukan adalah sebagai berikut:

- a. Pengamatan lapangan untuk mengetahui permasalahan yang akan diteliti
- b. Merumuskan masalah
- c. Menyusun proposal penelitian
- d. Seminar proposal penelitian
- e. Proses penyusunan Bab I, Bab II, dan Bab III
- f. Penyusunan kisi-kisi dan instrument tes dan angket
- g. Pelaksanaan seminar

2. Pengujian Instrumen

Instrumen yang akan digunakan haruslah valid dan reliable sebab benarnya data yang diambil melalui instrument menentukan kualitas suatu penelitian. Oleh karena itu dalam menyusun instrument penelitian harus sesuai dengan prosedur dan tahapan yang ditetapkan. Penulis melakukan uji validitas dengan cara *Expert Judgment*. Menurut Sugiyono (2011, hlm. 177) “dalam uji validitas ini setelah instrument dikonstruksi tentang aspek-aspek yang akan diukur dengan berdasarkan teori tertentu, maka selanjutnya dikonsultasikan dengan ahli”. Pengujian dilakukan dengan mengkonsultasikan instrument yang telah dibuat

kepada dosen pembimbing. dan guru mata pelajaran IPA di sekolah SDIT Daarul Fikri.

3. Pelaksanaan

Pelaksanaan penelitian dilakukan dengan melakukan tes, penyebaran angket kepada responden. Hasil dari kedua instrumen ini kemudian menjadi bahan data untuk mengetahui perilaku gizi siswa dalam pemilihan makan sehari-hari berdasarkan pengetahuan, sikap dan keterampilan gizi siswa pada pemilihan makanan sehari-hari.

4. Pengolahan Data Setiap Instrumen

Data kuantitatif dimasukan kedalam tabel –tabel yang telah dibuat. Data dihitung berdasarkan frekuensi atau jumlahnya. Kemudian angka yang dihasilkan dianalisis.

a. Menentukan Skor Tes

1) Menentukan Skor Instrumen Tes

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 dengan rumus (Arikunto, 2011). Jawaban benar diberi skor 1 sedangkan jawaban salah diberi skor 0.

$$S = R$$

S = Skor yang diperoleh
R = Jawaban Yang benar

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 Sudjana (2001, hlm.129), yaitu:

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

Keterangan:

- % = Persentase (jumlah persentase yang dicari)
 f = Nilai yang diperoleh
 n = Jumlah seluruh nilai/nilai maksimum
 100 = Bilangan tetap

3) Penafsiran Data

Penafsiran digunakan dalam penelitian untuk memperoleh gambaran yang jelas terhadap jawaban pada pertanyaan yang diajukan. Data yang telah dipresentasikan kemudian dianalisis dengan mengadopsi pendapat yang dikemukakan oleh Ali (1985, hlm. 184) yang kemudian penulis kembangkan sesuai dengan tujuan penelitian menjadi 7 kriteria seperti dibawah ini :

Tabel 3.5 Penafsiran Data Presentase

Persentase	Kriteria
100%	Seluruhnya
76%-99%	Sebagian besar
51%-75%	Lebih dari setengahnya
50%	Setengahnya
26%-49%	Kurang dari setengahnya
1%-25%	Sebagian kecil
0%	Tidak seorangpun

4) Menentukan Skor Skala Sikap

Instrumen skala sikap dengan penggunaan skala *likert* yang menggunakan bentuk *checklist* dengan empat pilihan (sangat setuju, setuju, ragu-ragu, tidak setuju).

5) Menentukan skor Instrumen Kuesioner Frekuensi Makanan

Sistem penilaian dengan memberi skor pada setiap pilihan jawaban untuk pilihan makanan sumber zat gizi tinggi pernyataan sering (diberi skor 3), kadang-kadang (diberi skor 2), tidak pernah (diberi skor 1). Sedangkan untuk pilhan makanan sumber zat gizi rendah, pernyataan sering (diberi skor 1), Kadang (diberi skor 2), tidak pernah (diberi skor 3). Adapun kriteria penilaian keduanya dapat dilihat pada Tabel 3.3 dan Tabel 3. 3

Tabel 3.3 Penentuan Total Skor Untuk Penilaian Praktik Gizi Makanan Sumber Gizi Tinggi

No	Persepsi	Skor	Interval Skor
1	Sering	3	$97 < x \leq 144$
2	Kadang	2	$49 < x \leq 96$
3	Tidak pernah	1	$0 < x \leq 48$

Keterangan : x = jumlah skor yang diperoleh

Tabel 3.4 Penentuan Skor Untuk Penilaian Praktik Gizi Makanan Sumber Gizi Rendah

No	Persepsi	Skor	Interval Skor
1	Sering	1	$0 < x \leq 48$
2	Kadang	2	$49 < x \leq 96$
3	Tidak pernah	3	$95 < x \leq 144$

Keterangan : x = jumlah skor yang diperoleh

6) Tabulasi data

Tabulasi data dilakukan untuk menentukan tabulasi skor hasil pengukuran melalui tabel distribusi frekuensi jawaban.

7) 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 Sudjana (2001, hlm.129), yaitu:

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

Keterangan:

% = Persentase (jumlah persentase yang dicari)

f = Nilai yang diperoleh

n = Jumlah seluruh nilai/nilai maksimum

100 = Bilangan tetap

8) Penafsiran Data

Penafsiran digunakan dalam penelitian untuk memperoleh gambaran yang jelas terhadap jawaban pada pertanyaan yang diajukan. Data yang telah dipresentasikan kemudian dianalisis dengan mengadopsi pendapat yang dikemukakan oleh Ali (1985, hlm. 184) yang kemudian penulis kembangkan sesuai dengan tujuan penelitian menjadi 7 kriteria seperti dibawah ini :

Tabel 3.5 Penafsiran Data Presentase

Persentase	Kriteria
100%	Seluruhnya
76%-99%	Sebagian besar
51%-75%	Lebih dari setengahnya
50%	Setengahnya
26%-49%	Kurang dari setengahnya
1%-25%	Sebagian kecil
0%	Tidak seorangpun

9) Menghitung Rata-Rata

Niai rata-rata diperoleh dari jumlah data kemudian dibagi dengan jumlah responden. Arikunto (2011, Hlm.268)

$$X = \frac{\sum xi}{N}$$

X = Rata-rata

\sum = Sigma (Jumlah)

N = Jumlah responden

Xi = Jumlah x ke 1 sampai x ke n

10) Pengkategorian Data Persentase

Pengkategorian data untuk mengetahui kriteria data instrumen. Pengkategorian data tersebut berpedoman pada batasan-batasan yang dikemukakan Riduwan (2011, hlm. 41) yaitu:

Tabel 3.6 Pengkategorian Data Presentase

Persentase	Kriteria
86%-100%	Baik sekali
66%-85%	Baik
50%-65%	Cukup
31%-49%	Kurang
0%-30%	Sangat kurang

Sumber: Riduwan (2011)