

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Desain Penelitian

Dalam penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif, dengan desain penelitian *Survey Research* yaitu pengumpulan informasi dari sampel dengan mengajukan pertanyaan, untuk mendeskripsikan beberapa aspek populasi di mana sampel menjadi bagian. Tipe survei yang dipakai adalah *Cross-Sectional Survey* karena mengumpulkan informasi dari sampel yang diambil dari populasi yang telah ditentukan dan dilakukan hanya pada satu titik waktu yang memakan waktu mulai dari satu hari hingga beberapa minggu atau lebih (Fraenkel Jack R, Wallen Norman, 1932)

3.2 Partisipan

Partisipan dalam penelitian ini yaitu

- 1) Siswa SMP di Kabupaten Garut selaku sampel penelitian
- 2) Kepala Sekolah dan Guru di Sekolah yang bersangkutan selaku *Stakeholder* dalam pengumpulan data penelitian.

3.3 Populasi dan Sampel

3.3.1 Populasi

Populasi merupakan keseluruhan dari kumpulan elemen yang memiliki sejumlah karakteristik umum, yang terdiri dari bidang-bidang untuk di teliti (Goto et al., 1982). Populasi dalam penelitian ini adalah siswa SMP di Kabupaten Garut.

3.3.2 Sampel

Pemilihan sample menggunakan *Simple Random Sampling* yaitu sampel yang masing-masing dan setiap anggota populasi memiliki persamaan dan kemandirian kesempatan untuk dipilih (Fraenkel Jack R, Wallen Norman, 1932). Besaran sampel untuk penelitian deskriptif minimum sebanyak 100 sampel (Fraenkel Jack

R, Wallen Norman, 1932). Jadi sampel yang di ambil oleh peneliti untuk penelitian ini sebanyak 131 sampel dari populasi siswa SMP di Kabupaten Garut.

3.4 Instrumen Penelitian

Pengumpulan data dalam penelitian ini adalah dengan survei menggunakan questioner *Eating Habits and Lifestyle Changes-Covid 19* (EHLC-COVID19) yang telah digunakan oleh penelitian sebelumnya di Italia (D. Renzo et al., 2020), namun sudah diadaptasikan dengan kebiasaan makan dan gaya hidup yang ada di Indonesia dengan nilai *Reliability* 0,632.

3.5 Prosedur Penelitian

Penelitian ini dilakukan dalam beberapa tahap prosedur penelitian :

3.5.1 Tahap Persiapan

Pada tahap ini menentukan masalah penelitian, melakukan kajian teori dari masalah yang diangkat, merumuskan masalah, menentukan variabel penelitian, menentukan sumber data serta validasi instrumen yang sudah diadaptasi dari instrumen sebelumnya.

3.5.2 Tahap Pelaksanaan

Pada tahap ini, dilakukan pengumpulan data dari responden menggunakan questioner. Lalu hasil data questioner akan diseleksi mana yang layak di analisis dan mana yang tidak.

3.5.3 Tahap Analisis Data

Analisis data yang dilakukan yaitu dengan mengumpulkan data kuantitatif, mengolah data dan menganalisis data hasil questioner yang telah diisi.

3.5.4 Tahap Pembuatan Kesimpulan

Menyimpulkan hasil dari penelitian yang dilakukan berdasarkan hipotesis penelitian yang telah dirumuskan.

3.6 Analisis Data

Data yang diperoleh dari jawaban kuesioner yang diisi oleh para sampel penelitian selanjutnya di analisis secara *Descriptive Statistic* yaitu mendeskripsikan atau menggambarkan data yang telah terkumpul sebagaimana adanya tanpa bermaksud membuat kesimpulan yang berlaku untuk umum atau generalisasi (Sugiyono, 2012). Analisis menggunakan data analisis *Descriptive Statistic Frecuencies* dengan aplikasi komputer IBM SPSS Versi 25. Setelah itu hasil dari analisis akan dideskripsikan dan dirangkum hasilnya untuk dilihat mengenai Pola Makan dan Gaya Hidup Aktif Siswa SMP di Era Covid-19.