

BAB III

METODE PENELITIAN

A. lokasi dan waktu penelitian

Tanggal 6-11 Mei 2024 di SMP N 1 Kota Galang menjadi lokasi dan tanggal penelitian. Periode penelitian berlangsung selama 4 hari.

B. Jenis dan Rancangan Penelitian

Penelitian observasional deskriptif merupakan jenis penelitian yang digunakan untuk mengetahui status gizi dan pengetahuan konsumsi energi remaja di SMP Negeri 1 Galang.

C. Populasi dan Sampel

1. populasi

Siswa kelas VII SMP Negeri 1 Galang dijadikan sebagai populasi. Berdasarkan data sekunder yang diperoleh dari staf tata usaha SMP Negeri 1 Galang, jumlah siswa di SMP Negeri 1 Galang per 17 November 2023 adalah 287 orang.

2. Sampel

Kriteria eksklusi dan inklusi dibawah ini ini menentukan besar sampel yang merupakan bagian dari populasi:

a. Kriteria Inklusi

Sampel penelitian ini dipilih berdasarkan kriteria berikut:

- 1) Umur 12 hingga 18 tahun
- 2) Siswa SMP Negeri 1 Galang
- 3) Telah mengisi lembar persetujuan untuk menjadi responden atau sampel dalam penelitian ini.

b. Kriteria Eksklusi

Suatu populasi tidak dapat dimasukkan ke dalam sampel penelitian berdasarkan kriteria eksklusi. Responden yang tidak mengikuti penelitian atau mengundurkan diri selama penelitian merupakan kriteria eksklusi yang diterapkan dalam penelitian ini.

Rumus untuk menentukan sampel adalah sebagai berikut:

Rumus :

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

$$n = \frac{287}{1 + 287 (0,1)^2}$$

$$n = \frac{287}{3,87}$$

$n = 75$ siswa hasil penggenapan dari 74,16

Ket. :

n = besar sampel yang diinginkan

e = tingkat kesalahan ditoleransi

N = jumlah populasi

Kelas VII merupakan sampel yang diambil karena diperkirakan dapat memberikan data yang diperlukan. Penelitian ini menggunakan Teknik Random Sampling, yaitu suatu metode pemilihan sampel dari populasi secara acak tanpa memperhatikan strata dalam populasi.

Tabel 2 sampel kelas VII SMP Negeri 1 Galang

KELAS	JUMLAH	PERHITUNGAN SAMPEL	SAMPEL
VII-1	32	$32 \div 287 \times 75$	9
VII-2	32	$32 \div 287 \times 75$	9
VII-3	32	$32 \div 287 \times 75$	9
VII-4	32	$32 \div 287 \times 75$	9
VII-5	31	$31 \div 287 \times 75$	9
VII-6	32	$32 \div 287 \times 75$	9
VII-7	32	$30 \div 287 \times 75$	7
VII-8	32	$30 \div 287 \times 75$	7
VII-9	32	$30 \div 287 \times 75$	7
TOTAL	287		(75 orang)

D. Jenis dan Cara Penghimpunan Data

1. Data Sekunder

Data berupa deskripsi keseluruhan lokasi penelitian, jumlah siswa, dan jumlah siswa per kelas dapat diperoleh dari catatan data siswa di sekolah.

2. Data Primer

- a. Identifikasi Responden Nama, usia, jenis kelamin, dan alamat sampel dikumpulkan melalui wawancara langsung dengan sampel, beserta tanggal lahir mereka.
- b. Informasi tentang Konsumsi Energi Remaja Formulir penilaian yang terdiri dari dua puluh pertanyaan digunakan untuk memperoleh data tentang pengetahuan remaja.
- c. Pengukuran langsung TB dan BB sampel digunakan untuk mengumpulkan data antropometri.

E. Analisa data dan Pengolahan

1. Pengolahan Data

- a) Program komputer digunakan untuk memproses data identifikasi sampel yang dikumpulkan secara manual.
- b) Skor dari respons kuesioner yang berisi 20 item terkait gizi digunakan untuk menghitung data pengetahuan tentang konsumsi kalori, karbohidrat, protein, dan lemak. Pedoman berikut digunakan untuk menilai pengetahuan tentang asupan kalori (karbohidrat, protein, dan lemak).
 - 1) Antara nol dan satu
 - 2) Angka yang benar menentukan penilaian, menurut aturan berikut:
 - 3) Skor 0 Jika respons salah; Skor 1 menunjukkan respons benar.

Menurut Arikunto (2013) dalam menghitung proporsi jawaban yang diperoleh dari kuesioner digunakan rumus sebagai berikut :

$$\% = \frac{\text{jumlah nilai benar}}{\text{Jumlah soal}} \times 100 \%$$

Berdasarkan nilai penyajiannya, Arikunto (2010) membagi pengetahuan seseorang menjadi tiga kategori.

- a. Jika nilainya antara lebih dari sama dengan 76%-100%, maka tingkat pengetahuannya tergolong baik.
- b. Jika nilainya antara 60%-75%, maka tingkat pengetahuannya tergolong cukup.
- c. Jika nilainya kurang dari sama dengan 60%, maka tingkat pengetahuannya tergolong kurang.

2. Analisis Data

Analisis deskriptif data dilakukan. Dengan menggunakan metodologi ini, deskripsi siswa tentang status gizi dan konsumsi energi dievaluasi. Informasi tentang asupan energi dan status gizi di kalangan remaja di SMP Negeri 1 Galang kemudian dideskripsikan dan ditampilkan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi.