

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di Desa Dalu Sepuluh A, Kecamatan Tanjung Morawa, Kabupaten Deli Serdang, Provinsi Sumatera Utara. Lokasi ini dipilih karena masih terdapat kasus balita dengan bermasalah gizi yang memerlukan edukasi gizi kepada ibu yang memiliki balita yang sudah memasuki umur 12 bulan.

Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Januari hingga Mei 2026, yang meliputi beberapa tahapan, mulai dari persiapan penelitian, pengumpulan data, hingga analisis hasil penelitian.

B. Jenis dan Rancangan Penelitian

1. Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan data yang diperoleh dalam bentuk angka. Pendekatan ini digunakan untuk mengukur serta menganalisis pengaruh pemberian edukasi gizi terhadap pengetahuan ibu dan asupan zat gizi pada balita. Penelitian kuantitatif akan menghasilkan data dalam bentuk angka atau statistik yang dapat dianalisis secara matematis.

2. Desain Penelitian

Jenis Rancangan penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *quasi eksperimen*

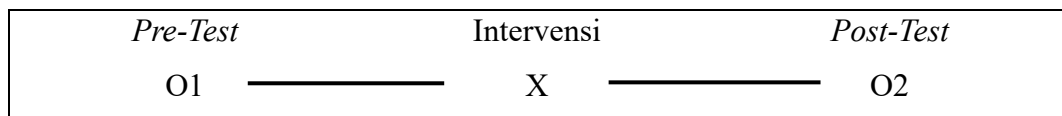
Quasi eksperimen adalah jenis penelitian yang hampir mirip dengan eksperimen sungguhan, tetapi tidak menggunakan dua kelompok (kelompok perlakuan dan kelompok kontrol). Dalam penelitian ini, hanya digunakan satu kelompok ibu balita yang diberikan perlakuan/intervensi berupa edukasi gizi menggunakan *leaflet*.

Pre-test dan *Post-test* Design: Dalam penelitian ini, kelompok yang diberi edukasi akan diukur sebelum dan setelah mendapatkan edukasi untuk melihat perubahan dalam pengetahuan ibu dan asupan gizi balita.

Langkah-langkah dalam Penelitian Eksperimen Kuasi:

1. *Pre-test*: Mengukur pengetahuan ibu dan asupan gizi balita sebelum edukasi gizi diberikan.
2. Intervensi: Memberikan edukasi gizi melalui kegiatan penyuluhan dengan memanfaatkan media sebagai sarana pendukung penyampaian informasi.
3. *Post-test*: Melakukan pengukuran ulang terhadap tingkat pengetahuan ibu dan asupan zat gizi balita setelah pemberian edukasi gizi.
4. Analisis Data: Menganalisis perubahan tingkat pengetahuan ibu dan asupan zat gizi balita setelah diberikan edukasi untuk mengetahui pengaruh intervensi yang dilakukan.

Dengan desain ini, bertujuan untuk pengukuran, apakah ada perbedaan atau peningkatan pengetahuan ibu dan asupan gizi balita setelah diberikan edukasi. penelitian dapat memberikan bukti yang lebih kuat mengenai pengaruh edukasi gizi terhadap pengetahuan ibu dan asupan gizi balita di Desa Dalu Sepuluh A.



Gambar 3. Desain Penelitian One Group Pre-Post Test

- | | |
|----|---|
| O1 | Pengukuran awal(<i>Pre-test</i>) pengetahuan dan asupan
Zat gizi balita penerima makanan tambahan pangan lokal
diwilayah Dalu Sepuluh A |
| X | Intervensi edukasi gizi melalui penyuluhan dengan
Menggunakan media |
| O2 | Pengukuran akhir(<i>Post-test</i>) pengetahuan dan asupan zat gizi
balita penerima makanan tambahan pangan
Lokal diwilayah Dalu sepuluh A |

C. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi penelitian ini mencakup seluruh ibu yang memiliki balita penerima program makanan tambahan berbahan pangan lokal di wilayah kerja Puskesmas Desa Dalu Sepuluh A, Kecamatan Tanjung Morawa, Kabupaten Deli Serdang.

Berdasarkan data yg diperoleh dari tenaga pelaksana gizi, total Balita 2T, Balita Gizi Kurang, Balita BB Kurang yang tercatat sebanyak 305 orang.

2. Sampel dan Teknik Pengambilan Sampel

Sampel dalam penelitian ini adalah 20 orang ibu yg memiliki balita dengan status gizi bermasalah, yang telah teridentifikasi melalui survey awal secara langsung pada kegiatan *screening* status gizi di Posyandu.

Berdasarkan data dari Tim Pelayanan Gizi (TPG) Desa Daluh Sepuluh, terdapat sebanyak 305 balita yang mengalami masalah gizi. Namun, setelah dilakukan survey awal di lapangan, hanya 20 balita yang hadir dan masih berada dalam kondisi bermasalah gizi . Oleh karena itu, jumlah sampel dalam penelitian ini yaitu sebanyak 20 balita.

Teknik penentuan sampel yang digunakan adalah *Purposive Sampling*, yaitu pemilihan sampel secara sengaja berdasarkan kriteria inklusi dan kondisi status gizi balita yang memenuhi syarat sebagai penerima PMT lokal.

Kriteria Inklusi sebagai berikut :

- a. Ibu yang memiliki balita umur 12-23 bulan penerima PMT bahan Lokal
- b. Bersedia mengikuti kegiatan edukasi dan mendatangi *informend consent*

D. Prosedur Penelitian

1. Tahap Sebelum Intervensi

Tahap pra-intervensi merupakan tahapan awal yang dilakukan sebelum pemberian edukasi gizi kepada ibu balita penerima makanan tambahan berbahan pangan lokal. Pada tahap ini dilakukan beberapa kegiatan, yaitu:

a. Koordinasi dan Perizinan

Peneliti melakukan koordinasi dan mengajukan permohonan izin kepada Kepala Puskesmas Tanjung Morawa serta petugas gizi Puskesmas Kecamatan Tanjung Morawa, Kabupaten Deli Serdang. Kegiatan ini dilakukan sebagai langkah awal untuk mempersiapkan pelaksanaan intervensi di wilayah penelitian.

b. Skrining dan Seleksi Responden

Selanjutnya, dilakukan skrining awal untuk menentukan calon responden yang memenuhi kriteria inklusi. Responden yang dipilih merupakan ibu yang memiliki balita berusia 12–23 bulan dengan kriteria sebagai berikut:

- a) Balita dengan status gizi kurang berdasarkan indeks BB/U, dengan nilai Z-score antara -3 SD sampai dengan < -2 SD
- b) Balita yang mengalami berat badan tidak naik selama dua bulan berturut-turut
- c) Berat badan kurang (di bawah median WHO, namun belum termasuk gizi kurang).

Tahap pra-intervensi merupakan tahapan awal yang dilakukan sebelum pemberian edukasi gizi kepada ibu balita penerima makanan tambahan berbahan pangan lokal. Tahap ini mencakup beberapa kegiatan sebagai bagian dari persiapan pelaksanaan penelitian, yaitu:

c. Pengumpulan Data Awal

Data awal yang dikumpulkan meliputi:

1. Pengisian data identitas dan karakteristik responden: meliputi usia ibu, pendidikan terakhir, jumlah anak, dan pekerjaan.
 2. Pre-test pengetahuan gizi ibu balita: Pengukuran pengetahuan ibu menggunakan kuesioner dan pengumpulan data asupan zat gizi balita melalui Food Recall 24 Jam dilakukan secara door to door, yaitu dengan mengunjungi rumah responden satu minggu sebelum intervensi diberikan.
- d. Penyusunan materi edukasi gizi dalam bentuk slide PowerPoint dan SAP (Satuan Acara Penyuluhan) yang memuat:

- 1) Topik atau materi penyuluhan;
 - 2) Tujuan penyuluhan
 - 3) Tahapan atau langkah-langkah pelaksanaan kegiatan
 - 4) Durasi atau waktu pelaksanaan penyuluhan.
- e. Persiapan pelaksanaan penelitian, meliputi:
- 1) Koordinasi dengan kader Posyandu dan bidan desa untuk membantu pelaksanaan kegiatan, termasuk:
 - 1) Menyampaikan undangan kepada ibu balita melalui WhatsApp Group, pengumuman di balai desa, serta kunjungan langsung ke rumah responden.
 - 2) Penentuan jadwal dan lokasi edukasi gizi:
 1. Edukasi gizi dilaksanakan selama tiga minggu secara berturut-turut dalam tiga kali sesi pertemuan.
 2. Kegiatan edukasi dilaksanakan di rumah Kepala Dusun.
 3. Edukasi diberikan pada pukul 09.00–09.30 WIB.
 - 3) Persiapan media edukasi:
 1. Media yang digunakan berupa *leaflet* yang memuat informasi mengenai gizi seimbang untuk balita, kebutuhan zat gizi harian, serta contoh menu makanan.
 2. *Leaflet* disusun secara singkat, menarik, dan informatif dengan menyesuaikan pedoman yang digunakan, yaitu sekitar 100–150 kata pada setiap sisi dan dilengkapi gambar sebagai pendukung informasi.

2. Tahap Intervensi

Intervensi yang dilakukan pada penelitian ini adalah kegiatan edukasi gizi dalam bentuk penyuluhan. Edukasi gizi menjadi strategi pembelajaran yang bertujuan meningkatkan pemahaman serta memperbaiki asupan zat gizi balita

Pada pelaksanaan edukasi gizi, efektifitas penyampaian materi sangat ditentukan oleh cara berkomunikasi yang diterapkan. Edukasi yang berhasil tidak sekedar memberikan informasi, namun juga harus dapat memotivasi dan mengubah perilaku melalui metode komunikasi yang bersifat persuasif. Penerapan prinsip komunikasi persuasif, seperti mengenali karakteristik orang tua/pengasuh balita,

meningkatkan kepercayaan terhadap penyuluh, serta penggunaan teknik dorongan dan ajakan untuk bertindak, memiliki peran penting dalam, memiliki peran penting dalam menambah pengetahuan dan memicu perubahan perilaku gizi terkait balita

- a. Pelaksanaan penelitian dibantu oleh empat orang enumerator yang merupakan mahasiswa Program Studi Gizi semester VII.

1) Adapun tugas enumerator meliputi:

1. Mengelola daftar hadir dan membantu dokumentasi selama kegiatan penyuluhan berlangsung.
2. Membagikan *leaflet* kepada responden sebelum kegiatan edukasi dimulai.
3. Membantu pelaksanaan *pre-test* dan *post-test* serta melakukan pengumpulan data *Food Recall* 24 Jam melalui kunjungan langsung ke rumah responden (*door to door*).

b. Pembukaan

1. Peserta hadir pada pukul 09.00 WIB dan dilakukan pencatatan daftar hadir
2. Peneliti menyampaikan tujuan kegiatan yang akan dilaksanakan, kemudian membagikan *leaflet* sebagai media pendukung sebelum sesi edukasi dimulai.

c. Rangkaian Materi Edukasi

Kegiatan edukasi gizi diberikan melalui penyuluhan selama kurang lebih 40 menit. Materi yang disampaikan mencakup beberapa topik yang berkaitan dengan pemenuhan kebutuhan gizi balita, yaitu:

1). Pertemuan 1 (Minggu Pertama)

1. Pemberian MPASI yang tepat

2). Pertemuan 2 (Minggu Kedua)

1. Pentingnya Pemenuhan Gizi Seimbang Untuk Balita Sehat

3). Pertemuan 3 (Minggu Ketiga)

1. Pemantauan Pertumbuhan dan Pencegahan Masalah Pada Balita

d. Metode Penyampaian

1. Materi edukasi disampaikan melalui presentasi menggunakan LCD proyektor dengan bantuan slide *PowerPoint* (PPT) yang interaktif.

2. Materi dapat dijelaskan atau diulang kembali sesuai dengan kebutuhan peserta, kemudian dilanjutkan dengan sesi tanya jawab dan kuis untuk membantu mengetahui pemahaman peserta terhadap materi yang telah diberikan.
- e. Dokumentasi dan Evaluasi Penyuluhan
 1. Absensi peserta dan dokumentasi kegiatan dilakukan selama proses penyuluhan berlangsung.
 2. Enumerator membantu mencatat tanggapan, keaktifan, serta partisipasi peserta selama kegiatan edukasi.
 - f. Penutup
 1. Peneliti mengakhiri kegiatan penyuluhan dengan menyampaikan kesimpulan secara singkat serta mengucapkan terima kasih kepada ibu balita, kader Posyandu, dan petugas Puskesmas yang telah memberikan dukungan dan membantu kelancaran pelaksanaan penelitian.

3. Tahapan setelah intervensi

Tahap post-intervensi merupakan tahap akhir penelitian yang dilakukan setelah seluruh rangkaian edukasi gizi selesai diberikan. Pada tahap ini, dilakukan beberapa kegiatan untuk mengetahui perubahan yang terjadi setelah intervensi, meliputi:

- a) Pelaksanaan *post-test* dilakukan empat hari setelah sesi edukasi terakhir. Kegiatan ini bertujuan untuk mengetahui perubahan tingkat pengetahuan dan sikap ibu balita setelah mengikuti seluruh rangkaian edukasi gizi yang telah diberikan.
- b) Melakukan wawancara *Food Recall* 24 Jam kembali. Pengumpulan data dilakukan pada hari Minggu untuk mengetahui gambaran pola makan balita pada hari libur dan membandingkannya dengan pola makan pada hari biasa. Data tersebut diharapkan dapat memberikan gambaran yang lebih menyeluruh mengenai kebiasaan konsumsi makanan balita.
- c) Mengumpulkan data akhir yang diperoleh dari hasil *post-test* dan *Food Recall* 24 Jam setelah seluruh rangkaian edukasi gizi selesai dilaksanakan.

d) Melakukan evaluasi dan analisis terhadap perubahan pengetahuan ibu balita serta status gizi balita sebelum dan setelah diberikan edukasi gizi.

Kegiatan edukasi ini diharapkan tidak hanya dapat meningkatkan pemahaman ibu mengenai gizi, tetapi juga mendorong terbentuknya sikap yang lebih positif dan kesadaran dalam memilih serta menyediakan makanan yang bergizi bagi balita.

E. Jenis Data dan Cara Pengolahan Data

1. Data Primer

Data primer merupakan data yang diperoleh secara langsung oleh peneliti dari responden. Data primer yang dikumpulkan dalam penelitian ini meliputi:

- a. Data identitas responden, yang meliputi nama, usia, alamat, pekerjaan, dan pendidikan terakhir. Data tersebut diperoleh dengan meminta responden mengisi lembar identitas yang telah disediakan dalam kuesioner.
- b. Data tingkat pengetahuan gizi ibu balita sebelum dan sesudah diberikan intervensi edukasi gizi. Data diperoleh melalui pengisian kuesioner pengetahuan yang dilakukan dengan pendampingan dari peneliti atau pewawancara.
- c. Data pola konsumsi pangan balita yang meliputi asupan zat gizi sebelum dan sesudah diberikan edukasi gizi. Data ini dikumpulkan menggunakan formulir *food recall* 24 jam untuk mengetahui jenis dan jumlah makanan serta minuman yang dikonsumsi balita.

2. Data Sekunder

Data sekunder merupakan data yang diperoleh dari sumber atau dokumen yang telah tersedia. Dalam penelitian ini, data sekunder berupa data jumlah balita yang terdapat di wilayah kerja Puskesmas Dalu Sepuluh A, yang diperoleh dari pihak puskesmas.

F. Pengolahan dan Analisis Data

1. Pengolahan Data

- a. Data karakteristik sampel diolah menggunakan program komputer dengan tahapan sebagai berikut:
 - 1) Memeriksa kelengkapan data
 - 2) Memberikan kode sesuai dengan karakteristik data identitas
 - 3) Mengentri data ke dalam program computer

- 4) Mentabulasi data sesuai dengan kategori data (misalnya, umur, pekerjaan, pendidikan terakhir)
- b. Data pengetahuan diolah dengan cara sebagai berikut:
 - 1) Memeriksa jawaban, untuk setiap pertanyaan yang dijawab benar diberikan skor 5 dan skor 0 untuk jawaban yang salah
 - 2) Mengentri data ke dalam computer
 - 3) Menguji kenormalan data
 - 4) Menganalisis data menggunakan program komputer SPSS
- c. Data pola konsumsi yaitu asupan makan balita:
 - Asupan zat gizi diolah sebagai berikut:
 - 1) Mengentri data *recall* 24 jam kedalam program *Nutrisurvey*
 - 2) Kemudian asupan diklasifikasikan asupan zat gizinya
 - 3) Menguji kenormalan data
 - 4) Menganalisis data menggunakan program komputer SPSS

2. Analisis Data

Setelah data selesai dikelompokkan, tahap selanjutnya adalah melakukan analisis data secara *univariate* dan *bivariate*. Analisis *univariate* bertujuan mendeskripsikan karakteristik responden, sedangkan analisis *bivariate* menguji pengetahuan ibu balita dan asupan zat gizi balita

a. Analisis Univariat digunakan untuk menggambarkan ciri dari masing-masing variabel bebas (independen) dan variabel terikat (dependen). Variabel bebas dalam studi ini mencakup data demografi dan faktor kontrol, seperti usia, pendidikan terakhir, pekerjaan. Informasi demografi ini dikumpulkan langsung melalui kuisisioner identitas serta lembar *pre-test/post-test* yang diisi dengan bantuan pewawancara. Sementara itu variabel terikat terdiri dari dua komponen utama: skor pengetahuan ibu balita pada gizi balita dengan rentang nilai 0-100 dari kuisisioner, dan asupan zat gizi harian seperti energi, karbohidrat, protein, dan lemak yang diukur memakai metode *food recall* 24 sebanyak 3 kali, yaitu sebelum intervensi setelah pertemuan pertama, dan setelah pertemuan ketiga

Analisis *bivariate* dilakukan untuk mengetahui:

1. Pengaruh edukasi terhadap pengetahuan ibu balita di Desa Dalu Sepuluh A
2. Pengaruh edukasi gizi terhadap asupan zat gizi balita di Desa Dalu Sepuluh A

Tahap awal analisis dilakukan dengan uji normalitas menggunakan Shapiro-Wilk untuk mengetahui distribusi data pengetahuan dan asupan zat gizi. Uji ini dipilih karena jumlah sampel dalam penelitian relatif kecil, yaitu sebanyak 20 responden. Apabila hasil uji menunjukkan data berdistribusi normal dengan nilai $p > 0,05$, maka analisis dilanjutkan menggunakan uji T-dependent atau paired t-test untuk mengetahui perbedaan rata-rata skor pengetahuan dan asupan zat gizi sebelum dan sesudah diberikan edukasi. Apabila data tidak berdistribusi normal dengan nilai $p < 0,05$, maka digunakan uji Wilcoxon sebagai uji alternatif nonparametrik. Pada kedua jenis uji tersebut, keputusan pengujian didasarkan pada nilai signifikansi (*p-value*) sebesar 0,05. Jika nilai $p < 0,05$, maka H_0 ditolak dan H_a diterima, yang menunjukkan adanya perbedaan atau pengaruh yang signifikan setelah pemberian edukasi gizi. Sebaliknya, jika nilai $p > 0,05$, maka H_0 diterima dan H_a ditolak, sehingga tidak terdapat perbedaan atau pengaruh yang signifikan