BAB III
METODE PENELITIAN

A. Jenis dan Waktu Penelitian

Jenis penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif yang bertujuan untuk mengetahui gambaran tingkat pengetahuan tentang gizi seimbang dan status gizi siswa SD Negeri 102020 Firdaus . Pada penelitian ini peneliti melakukan observasi dan mengukur variabel dalam waktu yang bersamaan tanpa memberi intervensi apapun.

B. Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan di SD Negeri 102020 Firdaus terletak di Dusun VIII, Desa Firdaus, Kecamatan Sei Rampah , Kabupaten Serdang Bedagai, Sumatera Utara.Penelitan ini dilakukan mulai dari Februari - Juni. Pengumpulan data dilakukan pada tanggal 18- 19 Juni 2026.

C. Populasi dan Sampel

1. Populasi
   Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas III sampai V sebanyak 84 siswa.
2. Sampel
   Sampel pada penelitian ini adalah seluruh populasi.

D. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data

1. Teknik Pengumpulan Data

   Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan kuisioner dan pengukuran. Kuesioner diberikan secara langsung kepada responden untuk mengetahui tingkat pengetahuan siswa tentang gizi seimbang.

2. Instrumen Pengumpulan Data

   Pengumpulan data dimulai dengan menyebarkan kuesioner dan pengisian kuesioner

   Adapun data yang dikumpulkan berhubungan dengan penelitian yang meliputi:

   a. Data Primer

      Data primer merupakan data utama yang diperoleh langsung dari objek penelitian

1) Data Identitas Sampel

Identitas sampel meliputi nama, kelas,tanggal lahir, dan jenis kelamin dikumpulkan dengan mengisi formulir data identitas pada lembar kuesioner yang telah disediakan.

2) Data Pengetahuan Tentang Gizi Seimbang

Data pengetetahuan tentang Gizi Seimbang dengan menggunakan kuesioner

3) Data Status Gizi

Data Status Gizi diperoleh dengan melakukan penimbangan berat badan dan tinggi badan siswa.

b. Data Sekunder

Data sekunder adalah beberapa data yang diperoleh dari pihak SD Negeri meliputi Gambaran umum lokasi penelitian dan data siswa siswi yang ada di sekolah SD Negeri 102020 Firdaus

Saat pengambilan data, peneliti dibantu oleh tiga orang mahasiswa gizi semester enam program studi Diploma III Gizi.

1. Langkah-langkah mengukur Tingkat Pengetahuan Siswa :
   1) Peneliti memperkenalkan diri kepada responden, menjelaskan tujuan dan manfaat penelitian, serta memberikan penjelasan mengenai tata cara pengisian kuesioner.
   2) Peneliti membagikan kuesioner kepada seluruh siswa.
   3) Mengumpulkan kembali kuesioner.
   4) Memeriksa kelengkapan kuesioner.
   5) Memberikan skor pada setiap jawaban
   6) Menghitung total skor dan menghitung persentase tingkat pengetahuan.
   7) Mengkategorikan tingkat pengetahuan siswa.
2. Langkah-langkah mengukur Status Gizi
   - Mengukur Berat Badan :

   1) Kalibrasi alat timbangan berat badan.

   2) Menyiapkan alat timbangan berat badan serta memastikan alat dalam kondisi 0 dan siap digunakan.

3) Memanggil responden satu per satu, Responden diminta melepas alas kaki dan benda yang dapat mempengaruhi hasil pengukuran.

4) Responden berdiri tegak di atas timbangan dengan posisi seimbang, lalu hasil pengukuran dicatat dalam satuan kilogram (kg).

- Mengukur Tinggi Badan:

1) Menyiapkan alat stadiometer.
2) Memanggil responden satu per satu, Responden diminta melepas alas kaki dan benda seperi ikat rambut yang dapat mempengaruhi hasil pengukuran.
3) Minta responden untuk berdiri tegak dengan kepala sampai kaki menempel ke stadiometer.
4) Mengukur Tinggi Badan dengan menarik alat tepat diatas kepala
5) Baca angka secara sejajar dengan mata.

E. Pengolahan Data dan Analisis Data

1. Pengolahan Data
   a. Pengetahuan
      1) Memberi skor pada setiap jawaban responden dengan jawaban benar di beri skor 1 dan jawaban salah diberi skor 0.
      2) Menjumlahkan skor
      3) Menghitung persentase dengan rumus:

   Persentase Pengetahuan : $\frac{jumlah\ benar}{20} \times 100\%$

      4) Mengkategorikan tingkat pengetahuan.

   Menurut Arikunto dalam Penelitian (Lestari, 2020), pengetahuan dikategorikan menjadi:

   - Baik, apabila hasil persentasi jawaban > 76 %
   - Cukup, apabila hasil persentasi jawaban 56-75%
   - Kurang, apabila hasil persentasi jawaban <56%

   b. Status Gizi

   1. Mengentri tanggal lahir, tanggal pengumpulan data , berat badan , dan tinggi badan pada aplikasi WHO anthroplus.
   2. Mencatat Z-score hasil dari aplikasiWHO anthroplus

3. Mengakategorikan status gizi responden.
   a) Sangat Kurang < -3 SD
   b) Gizi Kurang < - 3SD sd < -2 SD
   c) Gizi Baik -2 SD sd + 1 SD
   d) Gizi Lebih +1 SD sd + 2SD
   e) Obesitas > +2SD

   Sumber : (Kemenkes, 2020)

2. Analisis Data

   Analisis univariat dalam penelitian ini digunakan untuk menilai gambaran tingkat pengetahuan tentang gizi seimbang dan status gizi siswa siswi di SD Negeri 102020 Firdaus .Kemudian disajikan dalam bentuk table distribusi frekuensi untuk menjelaskan bagaimana gambaran tingkat pengetahuan siswa tentang gizi seimbang dan status gizi siswa di SD Negeri 102020 Firdaus.