BAB III
METODE PENELITIAN

A. Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian ini telah dilakukan di SMP Negeri 1 Lubuk Pakam yang berada di Jl.RA.Kartini , Tj Garbus Satu, Lubuk Pakam ,Kec.Lubuk Pakam. Penelitian yang dilakukan mulai Februari-Juni 2026,dan pengumpulan data dilakukan pada tanggal 27-29 April 2026

B. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas VII di SMP Negeri 1 Lubuk Pakam Tahun Ajaran 2025/2026 yang berjumlah 320 siswa.

2. Sampel

Sampel penelitian ini merupakan bagian dari populasi yang diteliti. Besar sampel dihitung dengan rumus slovin sebagai berikut :

Keterangan :

n = Jumlah Sampel

N = Jumlah Populasi

d = Tingkat Ketepatan yaitu 10% (0,1)

$$\frac{\mathrm{N}}{1+\mathrm{N}(\mathrm{d})^2}$$

$$n = \frac{320}{1+320(0{,}1)^2}$$

$$n = \frac{320}{1+320(0{,}01)}$$

$$n = \frac{320}{1+3{,}2}$$

$$n = \frac{320}{4{,}2}$$

$$n = 76{,}19 = 76 \text{ siswa}$$

Teknik pengambilan sampel dihitung secara proportional simple random teknik (acak sederhana) yang disajikkan pada tabel 3.

$$n_h = \frac{N_h}{N} \times n$$

$$N = \frac{jumlah\ tiap\ tingkatan}{jumlah\ populasi} \times jumlah\ seluruh\ sampel$$

Tabel 2 Cara Pengambilan Jumlah Sampel

Kelas	**Jumlah Siswa**	**Rumus Perhitungan Sampel** $\frac{\textbf{Jumlah SiswaPerkelas}}{\textbf{Total Siswa / angkatan sampel}}$ **x jumlah**
VII- 1	32	32/320x76= 8 siswa
VII- 2	32	32/320x76= 8 siswa
VII- 3	32	32/320x76= 8 siswa
VII- 4	32	32/320x76= 8 siswa
VII- 5	32	32/320x76= 8 siswa
VII- 6	32	32/320x76= 8 siswa
VII- 7	32	32/320x76= 7 siswa
VII- 8	32	32/320x76= 7 siswa
VII- 9	32	32/320x76= 7 siswa
VII- 10	32	32/320x76= 7 siswa
Total	**320**	76 siswa

Angka kehadiran dihasilkan secara acak menggunakan program Pembangkit Angka Acak (RNG), dan pendekatan sampel per kelas diimplementasikan menggunakan pengambilan sampel acak dasar berdasarkan nilai-nilai tersebut. Hasil sampel kehadiran adalah sebagai berikut:

Mengikuti prosedur ini akan memungkinkan untuk mengakses angka kehadiran yang disebutkan sebelumnya:

1. Membuka aplikasi Random Number Generator melalui website random.org
2. Menentukan rentang angka sesuai jumlah nomor absen siswa pada masing-masing kelas
3. Menentukan jumlah angka yang akan diambil sesuai jumlah sampel pada setiap kelas
4. Mengklik tombol generate untuk mendapatkan nomor secara acak
5. Nomor absen yang muncul dijadikan sebagai responden penelitian
6. Jika terdapat nomor yang sama, maka dilakukan pengacakan ulang hingga jumlah sampel terpenuhi

Daftar sampel terpilih disajikan pada tabel 4 sebagai berikut:

Tabel 3 Daftar nomor absen sampel yang terpilih

Kelas	Jumlah Sampel	No Absen Terpilih
VII-1	8	19,13,7,1,15,21,17,6
VII-2	8	21,26,14,18,23,6,29,9
VII-3	8	19,15,25,7,13,28,21,30
VII-4	8	18,12,13,6,25,14,19,3
VII-5	8	27,30,18,16,29,13,8,11
VII-6	8	16,5,19,27,10,15,1,19
VII-7	7	7,27,18,15,29,10,12
VII-8	7	21,4,24,1,17,29,14
VII-9	7	22,6,32,19,14,7,27
VII-10	7	7,17,9,6,25,11,8

C. Jenis dan Cara Pengumpulan Data

1. Jenis Data

a. Data Primer

1) Karakeristik Responden (umur,jenis kelamin)

2) Kuesioner *Picky eating*

3) Frekuensi Konsumsi Sayur dan Buah

b. Data Sekunder

Data sekunder dalam penelitian ini diperoleh dari data administrasi SMP Negeri 1 Lubuk Pakam yang meliputi gambaran umum sekolah, Profil Sekolah, Jumlah Siswa, Jumlah Kelas, serta informasi lain yang relevan dan mendukung pelaksanaan penelitian

D. Cara Pengumpulan Data

1. Sebelum Penelitian

a. Mengurus surat izin penelitian dari kampus

b. Menyerahkan surat izin kebagian tata usaha / langsung ke kepala sekolah

c. Menjelaskan tujuan penelitian kepada kepala sekolah

d. Meminta persetujuan kepala sekolah

e. Koordinasi dengan guru pendamping mengenai (tempat,waktu)

f. Memberikan nama sampel setiap setiap kelas guru pendamping

2. Saat Penelitian

Penelitian dilaksanakan selama 3 hari di sekolah dan dibantu oleh 10 orang enumerator untuk mempermudah proses pengumpulan data. Langkah- langkah pengumupulan data sebagai berikut:

1. Perilaku *Picky Eating*

a. Pengumpulan data dilakukan dikelas masing -masing dan sampel dibuat dalam satu baris

b. Menjelaskan tujuan dari penelitian kepada sampel

c. Meminta kesedian sampel dengan mengisi informed consent

d. Menjelaskan cara pengisian kuesiener .

e. Memberikan kesempatan kepada sampel untuk mengisi kuesioner selama kurang lebih 15 -20 menit

f. Mengumpulkan kuesioner yang telah diisi oleh sampel.

g. Memeriksa kelengkapan jawaban kuesioner jika ada yang belum terisi, langsung diminta untuk di isi kembali

2. Konsumsi Sayur dan Buah

a. Mengumpulkan semua sampel pada 2 ruangan kelas dan dibagi menjadi dua yaitu Kelas pertama berisi 38 siswa/i dengan enumerator 5 di dalamnya dan kelas kedua berisi 38 siswa/i dengan enumerator 5

b. Menyiapkan formulir *Semi Food Frequency Questionnaire (FFQ)* dan buku foto bahan makanan sebagai alat bantu wawancara.

c. Memanggil sampel satu-satu untuk wawancara mengenai konsumsi sayur dan buah selama 1 bulan terakhir .

d. Menanyakan jenis sayur dan buah yang pernah dikonsumsi 1 bulan terakhir

f. Menanyakan frekuensi/porsi sayur dan buah yang di konsumsi dengan alat bantu buku foto bahan makanan

g. Memeriksa kembali kelengkapan data hasil wawancara

E. Pengolahan dan Analisis Data

1. *Picky Eating*

a. Memberikan skor pada setiap jawaban :

Tidak pernah di beri skor : 1

Jarang di beri skor : 2

Sering di beri skor : 3

Selalu diberi skor : 4

b. Menjumlahkan skor

c. Mengkategorikan *Menurut Ellis et al., 2017* skor berdasarkan kategori

- *Tidak picky eating* skor : 20-35
- *Picky eating ringan* : 36-50
- *Picky eating sedang*: 51-65
- *Picky eating berat*: 66-80

2. konsumsi sayur dan buah

a. Menghitung konsumsi sayur dan buah untuk 1 hari dalam satuan gram

b. Jika konsumsi sayur/buah perbulan maka menggunakan rumus:

(Frekuensi x Porsi : 30 hari)

Dan jika konsumsi sayur / buah permingu maka menggunakan rumus:

(Frekuensi x Porsi : 7 hari)

c. Menjumlahkan konsumsi sayur dan buah d.Mengkategorikan jika frekuensi konsumsi sayur
   - Baik : konsumsi sayur dan buah > 400 gram/ hari
   - Kurang : konsumsi sayur dan buah < 400 gram/ hari (WHO 2017)

E. Analisis Data

Analisis data yang digunakan adalah secara statistik deskriptif yaitu mencari frekuensi dan penyajian data dibuat dalam tabel distribusi frekuensi dan disimpulkan berdasarkan persentase.