BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis dan Desain Penelitian

Jenis penelitian ini bersifat kuantitatif dengan desain deskriptif observasional untuk memperoleh gambaran pengetahuan gizi seimbang dan sikap siswa sekolah menengah pertama pada pelaksanaan program MBG di MTs Negeri 2 Deli Serdang.

B. Lokasi dan Waktu Penelitian

1. Lokasi Penelitian

   Penelitian ini dilakukan di MTs Negeri 2 Deli Serdang, Kecamatan Lubuk Pakam, provinsi Umatera Utara.

2. Waktu Penelitian

   Waktu penelitian dilakukan pada tanggal 28-29 Mei 2026

C. Populasi Dan Sampel/Subjek Penelitian

1. Populasi

   Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas 7 di MTsN 2 Deli Serdang yang terdaftar sebagai penerima program MBG pada tahun ajaran 2025/2026 sebanyak 347 orang.

2. Sampel

   Teknik pengambilan sampel menggunakan *simple random sampling*, yaitu pengambilan sampel secara acak dari siswa/i kelas 7 di MTsN 2 Deli Serdang.

Jumlah sampel dihitung dengan rumus :

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

$$n = \frac{347}{1 + 347(0,1^2)}$$

$$n = \frac{347}{1 + 347(0{,}01)}$$

$$n = \frac{347}{1 + 3{,}47}$$

$$n = \frac{347}{4{,}47}$$

$$n = 77{,}63 \approx 78$$

Keterangan :

- n= jumlah sampel
- N= jumlah populasi
- e= tingkat ketepatan yaitu 10% (0,1)

Dari hasil perhitungan yang diperoleh sampel sebanyak 78 siswa. Untuk mempermudah proses penentuan jumlah sampel serta menjaga proporsionalitas pembagian sampel, jumlah tersebut dibulatkan menjadi 80 siswa. Teknik pengambilan sampel dilakukan secara acak (*systemic random sampling*). Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *proportional stratified random sampling*, yaitu teknik pengambilan sampel yang diterapkan ketika jumlah unit dalam strata bervariasi dan anggota populasi tidak homogen (Hidayat A. A., 2017).

Rumus *proportional stratified random sampling* adalah :

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

Deskripsi:

n_h= total sampel diambil pada *proportional stratified random sampling*

N_h= Total populasi strata

N= Total populasi

n= Total sampel (rumus Slovin)

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

Setelah jumlah sampel tiap kelas ditentukan secara proporsional, pengambilan sampel dilakukan dengan teknik *simple random sampling*. Proses pengambilan dilakukan secara digital melalui aplikasi *random number generation* dengan cara mengundi nomor kode siswa pada setiap kelas hingga terpenuhi jumlah sampel yang telah ditentukan. Penentuan sampel pada penelitian tersebut didasarkan pada dua kriteria, yaitu inklusi dan eksklusi, dengan rincian sebagai berikut :

a. Kriteria Inklusi
    1. Siswa kelas VII di MTs Negeri 2 Deli Serdang
    2. Siswa hadir di sekolah saat penelitian dilaksanakan
    3. Siswa bersedia untuk menjadi responden dalam penelitian
b. Kriteria Eksklusi
    1. Siswa kelas VIII dan IX di MTs Negeri 2 Deli Serdang
    2. Siswa yang sedang dalam kondisi sakit saat pengumpulan data
    3. Siswa yang tidak hadir saat penelitian berlangsung

D. Jenis dan Instrumen Pengumpulan Data

1. Jenis Data

Pada penelitian ini, jenis data yang dikumpulkan meliputi data primer dan data sekunder, yaitu :

a. Data Primer

Data primer adalah data yang didapatkan secara langsung dari sampel penelitian. Data primer dalam penelitian ini meliputi:

1. Pengetahuan Gizi Seimbang (diperoleh dengan cara wawancara menggunakan kuesioner) yang meliputi mengenai konsep gizi seimbang, prinsip konsumsi makanan beragam, perilaku makan sehat, serta pentingnya zat gizi bagi pertumbuhan dan kesehatan remaja.
2. Sikap siswa pada Program MBG (diperoleh dengan cara wawancara menggunakan kuesioner) yang menggambarkan

kecenderungan respon siswa dalam menerima, menilai, dan mendukung pelaksanaan program MBG di sekolah.

b. Data Sekunder

Data sekunder adalah data yang diperoleh dari pihak sekolah atau instansi terkait yang mendukung penelitian data sekunder dalam penelitian ini meliputi:

- Data karakteristik siswa berupa jenis kelamin, tanggal lahir, usia dan kelas siswa penerima MBG.
- Data jumlah siswa dan nama siswa penerima program MBG.
- Data profil sekolah berupa jumlah total kelas, keseluruhan siswa serta guru, fasilitas kantin serta kebijakan sekolah terkait program MBG.

2. Instrumen Pengumpulan Data

Instrumen pengumpulan data dalam penelitian ini berupa kuesioner pengetahuan gizi seimbang dan kuesioner sikap pada program MBG. Kuesioner pengetahuan disusun dalam bentuk pilihan ganda untuk mengukur tingkat pemahaman siswa mengenai konsep dan prinsip gizi seimbang. Kuesioner sikap disusun menggunakan skala Likert untuk mengukur respon siswa pada pelaksanaan Program MBG. Selain itu, lembar dokumentasi digunakan sebagai instrumen untuk mencatat data sekunder yang diperoleh dari pihak sekolah.

Dalam proses pengumpulan data, peneliti dibantu oleh lima orang enumerator yang merupakan mahasiswa semester 6 Prodi D-III Jurusan Gizi yang bertugas membantu penyebaran kuesioner serta mendampingi responden dalam pengisian instrumen penelitian. Sebelum pelaksanaan penelitian, enumerator diberikan pengarahan mengenai tujuan penelitian, tata cara pengisian kuesioner, etika penelitian, serta prosedur pengumpulan data guna memastikan keseragaman pelaksanaan di lapangan.

E. Pengolahan dan Analisis Data

1. Pengolahan Data

Data yang dikumpulkan melalui kuesioner pengumpulan data, kemudian diolah secara manual selanjutnya dimasukkan ke dalam SPSS.

a. **Data Pengetahuan Gizi Seimbang**

Data pengetahuan gizi seimbang dapat dinilai dengan alat bantu kuesioner sebanyak 15 pertanyaan. Setiap pertanyaan benar akan diberikan skor 1 dan pertanyaan yang salah diberikan skor 0, sehingga dapat diketahui skor pengolahan data sampel.

Langkah-Langkah Pengolahan Data Pengetahuan:

1. Pemeriksaan Jawaban Kuesioner
   - Kuesioner pengetahuan terdiri dari 15 soal pilihan ganda
   - Setiap soal memiliki 1 jawaban benar
   - Setiap jawaban benar diberi skor 1, dan jawaban salah diberi skor 0
2. Menjumlahkan Skor
   - Hitung total skor setiap siswa (jumlah jawaban benar)
   - Skor maksimum = 15, skor minimum = 0
3. Berdasarkan skor yang diperoleh tersebut, maka kriteria pengukuran tingkat pengetahuan dibagi menjadi 3 yaitu: baik, cukup dan kurang. Pembagian kategori penilaiannya sebagai berikut :

$$P = \frac{Nilai\ tertinggi - Nilai\ terendah}{Banyak\ Kategori}$$

$$P = \frac{15-0}{3}$$

$$P = \frac{15}{3}$$

$$P = 5$$

- Nilai rentang 11-15 = Kategori Baik
- Nilai rentang 6-10 = Kategori Cukup

- Nilai rentang 0-5 = Kategori Kurang

4. Rekapitulasi Kategori

Dari 80 siswa :

- Baik : 42 siswa (52,5%)
- Cukup : 32 siswa (40%)
- Kurang : 6 siswa (7,5%)

5. Input Data ke SPSS

- Buat variabel di SPSS
- Masukkan data di data view
- Analisis deskriptif

b. Data Sikap pada Program MBG

Data yang dikumpulkan melalui kuesioner pengumpulan data, kemudian diolah secara manual selanjutnya dimasukkan ke dalam SPSS. Data sikap terhadap program MBG dapat dinilai dengan alat bantu kuesioner sebanyak 12 pertanyaan. Setiap pertanyaan dinilai menggunakan skala likert.

Langkah-langkah pengolahan data sikap pada MBG :

1. Pemeriksaan jawaban kuesioner

Kueseioner terdiri dari 12 soal dan setiap soal dinilai dengan menggunakan skala likert, yaitu :

- Sangat Setuju (SS)
- Setuju (S)
- Tidak Setuju (TS)
- Sangat Tidak Setuju (STS)

2. Penilaian skor:
   - Pernyataan positif :

     SS = 3, S = 2, TS = 1, STS = 0
   - Pernyataan negatif :

     SS = 0, S = 1, TS = 2, STS = 3
3. Hitung total skor sikap :
   - Nilai maksimum = 12 × 3 = 36
   - Nilai minimum = 12 x 0 = 0

4. Berdasarkan skor yang diperoleh tersebut, kategori sikap terhadap program MBG dibagi menjadi 3 yaitu: positif, netral dan negatif, sehingga kategori penilaiannya sebagai berikut :

Rumus :

$$P = \frac{Nilai\ tertinggi - Nilai\ terendah}{Banyak\ Kategori}$$

$$P = \frac{36-0}{3}$$

$$P = \frac{36}{3}$$

P = 12

Maka pembagian kategori berdasarkan rentang nilai, yaitu :

- Rentang nilai 25-36 = Kategori Positif
- Rentang nilai13-24 = Kategori Netral
- Rentang nilai 0-12 = Kategori Negatif

5. Rekapitulasi Hasil

Dari 80 siswa :

- Sikap Positif : 37 siswa (46,3%)
- Sikap Netral : 39 siswa (48,8%)
- Sikap Negatif : 4 siswa (5%)

6. Input data ke SPSS

- Buat variabel di SPSS
- Masukkan data di data view
- Analisis deskriptif

2. Analisis Data

Data dianalisis secara deskriptif. Analisis ini digunakan untuk melihat gambaran pengetahuan gizi seimbang, dan sikap siswa pada program MBG. Hasil analisis disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi, persentase, dan diagram untuk memberikan gambaran yang jelas mengenai variabel yang diteliti.