

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Lokasi dan Waktu Penelitian**

##### 1. Lokasi

Penelitian ini akan dilakukan pada siswi di SMA Negeri 2 Sibolga. Lokasi pada penelitian ini dipilih agar peneliti dapat fokus pada target populasi siswi di lingkungan sekolah tersebut.

##### 2. Waktu

Waktu penelitian berlangsung pada bulan Maret 2025. Edukasi pertama dilakukan pada tanggal 13 Maret 2025, edukasi kedua dilakukan pada tanggal 18 Maret 2025 dan edukasi ketiga dilakukan pada tanggal 24 Maret 2025. Waktu ini dipilih agar dapat fokus pada target populasi remaja perempuan di lingkungan sekolah.

#### **B. Jenis dan Rancangan Penelitian**

Penelitian ini menggunakan pra-eksperimental dengan pendekatan kuantitatif yang dilakukan dengan menggunakan rancangan *one group pre-test post-test design* untuk mengetahui pengetahuan dan sikap pada saat sebelum dan sesudah diberikan edukasi gizi dengan media *booklet digital* pada siswi SMA Negeri 2 Sibolga.

#### **C. Populasi dan Sampel**

##### 1. Populasi

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek atau subyek secara keseluruhan yang menjadi fokus studi, baik itu orang, benda, atau peristiwa, yang memiliki karakteristik tertentu. Populasi penelitian ini adalah seluruh siswi kelas XI di SMA Negeri 2 Sibolga. Adapun besar populasi pada penelitian ini yaitu sebanyak 264 orang.

##### 2. Sampel

Sampel dalam penelitian ini adalah siswi kelas XI di SMA Negeri 2 Sibolga yang akan di ambil dari populasi keseluruhan dari kelas XI tersebut. Teknik sampling yang digunakan adalah *purposive sampling* dengan kriteria sampel sebagai berikut:

##### 1) Kriteria Sampel:

- a. Tercatat sebagai siswi di SMA Negeri 2 Sibolga.
- b. Mampu berkomunikasi dengan peneliti secara kooperatif.
- c. Bersedia menjadi sampel penelitian dengan syarat mengisi Bukti Lembar Persetujuan (*informed consent*)

Dalam penelitian ini, besarnya sampel ditentukan dengan menggunakan rumus Slovin. Rumus Slovin adalah salah satu metode yang digunakan untuk menentukan ukuran sampel ketika populasi diketahui. Rumus ini sangat berguna terutama ketika populasi cukup besar dan kita ingin memastikan bahwa sampel yang diambil cukup representatif dengan *margin of error* yang diinginkan. Adapun perhitungan rumus Slovin pada penelitian ini adalah sebagai berikut:

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

Keterangan :

$n$  = Jumlah sampel

$N$  = Jumlah Populasi

$d$  = Tingkat Toleransi Kesalahan/error = 15%

Penentuan jumlah sampel yang akan dipilih peneliti menggunakan tingkat kesalahan sebesar 15% jumlah populasi yang digunakan adalah 264 orang siswi kelas XI SMA Negeri 2 Sibolga, maka besarnya jumlah sampel ( $n$ ) adalah sebagai berikut:

$$n = \frac{264}{1 + 264 (15\%)^2}$$

$$n = \frac{264}{6,94}$$

$$n = 38,04 (39)$$

Jadi, jumlah sampel pada penelitian ini adalah 39 orang siswi kelas XI di SMA Negeri 2 Sibolga. Kelas XI terdiri dari 10 kelas, pada setiap kelas, setiap siswinya terdiri dari 24 – 28 orang. Jumlah sampel pada penelitian ini adalah 39 orang siswi dari kelas XI.

Pengambilan sampel dalam setiap kelas dilakukan dengan metode *stratified random sampling*, dengan cara berikut.

- Pembagian Populasi ke dalam strata dengan menyajikan data perkelas.
- Melakukan perhitungan proporsi ukuran sampel untuk setiap strata dengan rumus *Stratified Random Sampling*.
- Pengambilan sampel secara acak dari setiap strata.

**Tabel 2. Kelas Sampel**

No	Nama Kelas	Jumlah Siswi	Jumlah
1.	Kelas XI 1	23	3
2.	Kelas XI 2	26	4
3.	Kelas XI 3	27	4
4.	Kelas XI 4	27	4
5.	Kelas XI 5	27	4
6.	Kelas XI 6	25	4
7.	Kelas XI 7	26	4
8.	Kelas XI 8	27	4
9.	Kelas XI 9	28	4
10.	Kelas XI 10	28	4
	Jumlah	264	39

Rumus pengambilan *Stratified Random Sampling*.

Strata =  $\frac{\text{Jumlah siswi}}{N} \times n$

N

1. Kelas XI 1 jumlahnya yaitu 23 siswi.

$$\text{Kelas XI 1: } \frac{23}{264} \times 39 = 3,39$$

264

$$= 3 \text{ orang}$$

2. Kelas XI 2, 7 sama jumlahnya yaitu masing – masing 26 siswi.

$$\text{Kelas XI 2, 7: } \frac{26}{264} \times 39 = 3,74$$

264

$$= 4 \text{ orang}$$

3. Kelas XI 3, 4, 5, 8 jumlahnya yaitu masing – masing 27 siswi.

$$\text{Kelas XI 3, 4, 5, 8 : } \underline{27} \times 39 = 3, 88$$

$$264$$

$$= 4 \text{ orang}$$

4. Kelas XI 6 jumlahnya yaitu 23 siswi.

$$\text{Kelas XI 6: } \underline{25} \times 39 = 3, 69$$

$$264$$

$$= 4 \text{ orang}$$

5. Kelas XI 9, 10 jumlahnya yaitu 27 siswi.

$$\text{Kelas XI 9, 10 : } \underline{28} \times 39 = 4, 03$$

$$264$$

$$= 4 \text{ orang}$$

Maka anggota populasi yang terkena sampel adalah masing – masing sekitae 3 - 4 orang perkelas.

#### **D. Jenis dan Cara Pengumpulan Data**

##### **1. Jenis Data**

Jenis data yang dikumpulkan dalam penelitian ini meliputi data primer dan sekunder.

##### **a. Data Primer**

Data primer adalah data yang didapatkan secara langsung dari sampel penelitian. Dalam penelitian ini, data primer yaitu:

1. Data identitas responden (diperoleh dengan cara wawancara menggunakan kuesioner) yang meliputi nama, umur, kelas, alamat.
2. Data tingkat pengetahuan responden (diperoleh dengan cara wawancara menggunakan kuesioner beberapa pertanyaan) yang dilakukan sebelum dan sesudah intervensi.
3. Data sikap responden (diperoleh dengan cara wawancara menggunakan kuesioner pernyataan) sebelum dan sesudah dilakukan pemberian intervensi.

##### **b. Data sekunder**

Data sekunder yakni merupakan gambaran umum mengenai siswi di SMA Negeri 2 Sibolga.

## E. Intervensi yang Diberikan

### 1. Sebelum diberikan intervensi

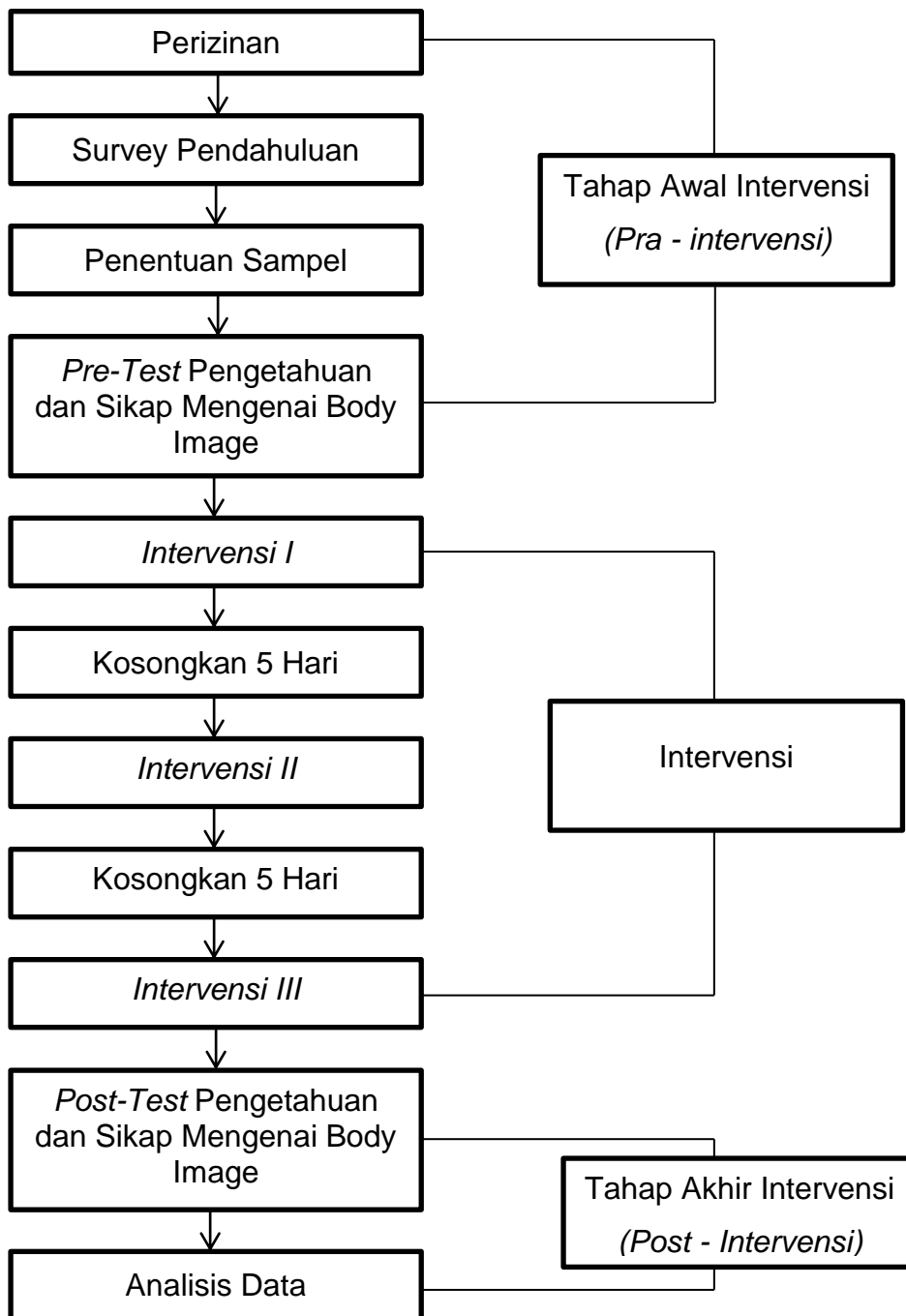
- a. Menyiapkan materi edukasi gizi tentang body image pada siswi kelas XI SMA Negeri 2 Sibolga.
- b. Pembuatan media booklet digital dilakukan dengan menyiapkan desain yang menggunakan variasi font dan warna, sehingga siswa yang membaca tidak mudah merasa bosan dan lebih tertarik untuk memperhatikan isi tulisan pada booklet digital tersebut.
- c. Menyiapkan kuesioner *pre-test* dan *post-test* sesuai materi diberikan.
- d. Menyusun Satuan Acara Penyuluhan (SAP) sebagai panduan dalam memberikan edukasi, di mana SAP dibuat berdasarkan materi yang akan disampaikan pada setiap sesi pertemuan.
- e. Pengambilan data awal berupa pre-test pengetahuan dan sikap mengenai body image.

### 2. Intervensi

Intervensi diberikan dengan cara edukasi berupa penyuluhan tentang *Body Image* pada Siswi SMA Negeri 2 Sibolga. Penyuluhan dilakukan sebanyak 3 kali dengan waktu  $\pm$  60 menit, di isi dengan ceramah kemudian setiap siswi akan diberikan media *booklet digital* untuk mempermudah memahami materi yang disampaikan. Cara pelaksanaannya dengan dilakukan edukasi gizi pada siswi melalui penyuluhan dengan media *booklet digital*.

### 3. Sesudah Intervensi

- a. Mengisi kuesioner post-test yang telah disediakan.
- b. Menghitung nilai dari hasil kuesioner.
- c. Menganalisis dan mengolah data yang sudah didapatkan.
- d. Membuat laporan hasil penelitian.



Intervensi dikosongkan selama beberapa hari untuk mengevaluasi apakah efek dari intervensi bersifat sementara atau bertahan dalam jangka waktu tertentu. Namun, mengkosongkan waktu selama 5 hari di harapkan dapat menjadi waktu yang cukup bagi siswi untuk memahami materi yang telah diberikan tersebut.

## F. Pengolahan dan Analisis Data

### a. Pengolahan Data

Data yang telah dikumpulkan dengan cara pengumpulan data, diolah secara manual, lalu disunting, dan diinput ke dalam program computer untuk dianalisis. Tahapan pengolahan data meliputi:

#### - *Editing* (Pengecekan Data)

*Editing* (Pengecekan Data) mencakup proses pemeriksaan, pelengkapan, dan perbaikan data yang diperoleh dari penelitian. Jika terdapat jawaban yang tidak lengkap, maka akan dilakukan perbaikan. Namun, jika kesalahan terjadi saat pengumpulan data dan jawaban tidak lengkap, data tersebut tidak akan diproses lebih lanjut. Proses ini meliputi pengecekan dan perbaikan data secara menyeluruh.

#### - *Coding* (Kode Data)

Adalah proses mengklasifikasikan data yang sudah ada dengan memberikan kode tertentu. *Coding* mengubah data yang berupa kalimat atau huruf menjadi data dalam bentuk angka atau numerik.

#### - *Tabulating* (Penyusunan Data)

Setelah proses *coding* selesai, langkah berikutnya adalah melakukan tabulasi data dengan memberikan skor pada setiap jawaban responden. Selanjutnya, data yang telah dikodekan dimasukkan ke dalam program komputer melalui proses *entry data* (pemasukan data).

#### - *Cleaning data* (Penghapusan Data)

Sebelum data dianalisis, data mentah yang diperoleh harus terlebih dahulu diperiksa dan dibersihkan untuk mengidentifikasi serta memperbaiki kesalahan pada entri data. Data yang tidak lengkap akan dihapus dari data utama. Selain itu, data yang sudah masuk ke dalam tabel diperiksa ulang agar bebas dari kesalahan.

Data yang akan diolah terdiri dari:

- a. Pengetahuan dan sikap pada saat sebelum dan sesudah diberikan edukasi gizi berbasis media *booklet digital*.
- b. Hasil penilaian kuesioner tentang pengetahuan dan sikap sampel yang

didapatkan sebelum dan sesudah diberikan edukasi gizi dengan media *booklet digital*, kemudian diolah di program computer.

b. *Analisis Univariat*

*Analisis univariat* merupakan metode untuk menggambarkan karakteristik setiap responden yang diteliti. Hasil dari analisis ini disajikan dalam bentuk tabel yang mencakup pengetahuan dan sikap remaja putri sebelum dan setelah menerima edukasi gizi mengenai pengetahuan dan sikap terkait *body image*.

c. *Analisis Bivariat*

Setelah data terkumpul, langkah berikutnya adalah mengolah dan menganalisis data tersebut untuk disajikan dalam bentuk tabel. Untuk menguji hipotesis, digunakan uji statistik. Jika data terdistribusi normal, maka digunakan uji T dependent (berpasangan), sedangkan jika data tidak normal, akan digunakan uji Wilcoxon. Analisis ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh edukasi gizi berbasis *booklet digital* terhadap pengetahuan dan sikap (variabel dependen) yang diukur dengan skala rasio. Pada analisis ini, tingkat kepercayaan yang digunakan adalah 95% dengan batas kritis pengambilan keputusan pada nilai  $\alpha = 0,05$ .

- 1) Jika nilai p value  $> 0,05$  maka  $H_a$  ditolak/  $H_o$  diterima artinya tidak terdapat pengaruh edukasi gizi terhadap pengetahuan dan sikap mengenai *body image* pada siswi SMA Negeri 2 Sibolga.
- 2) Jika nilai p value  $\leq 0,05$  maka  $H_a$  diterima/  $H_o$  ditolak artinya terdapat pengaruh edukasi gizi terhadap pengetahuan dan sikap mengenai *body image* pada siswi SMA Negeri 2 Sibolga.