

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SMK Pembangunan, Kecamatan Lubuk Pakam, Kabupaten Deli Serdang. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Mei 2025. Pengumpulan data dilakukan pada tanggal 6-7 Mei 2025.

B. Jenis dan Rancangan Penelitian

Penelitian ini adalah deksriptif, dengan menggunakan rancangan cross sectional (potong lintang) yang dikumpulkan secara bersamaan pada kurun waktu penelitian yang ditentukan.

C. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi adalah keseluruhan objek penelitian. Siswa kelas X yang berjumlah 115 orang yang terdiri dari siswa kelas X jurusan busana sebanyak 38 orang, siswa kelas X jurusan kecantikan sebanyak 42 orang dan siswa kelas X jurusan TKJ sebanyak 35 orang.

2. Sampel

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

$$n = \frac{N}{1 + N (d)^2}$$
$$n = \frac{115}{1 + 115 (0,1)^2}$$
$$n = \frac{115}{1 + 1,15}$$
$$n = \frac{115}{2,15}$$
$$n = 53,48 = 54 \text{ siswa}$$

Keterangan :

N = Jumlah Populasi

n = Jumlah Sampel

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

Dari hasil perhitungan yang diperoleh sampel 54 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* ialah:

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

Deskripsi:

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

N_h = Total populasi strata

N = Total populasi

n = Total sampel (pakai rumus slovin)

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

Tabel 1. Cara Pengambilan Jumlah Sampel

Kelas	Jumlah Siswa	Rumus Perhitungan Sampel $\frac{\text{Jumlah Siswa Perkelas}}{\text{Total Siswa/ angkatan}} \times \text{jlh sampel}$
X - Busana	38	$\frac{38}{115} \times 54 = 18 \text{ siswa}$
X - Kecantikan	42	$\frac{42}{115} \times 54 = 20 \text{ siswa}$
X - TKJ	35	$\frac{35}{115} \times 54 = 16 \text{ siswa}$
Total	115	54 siswa

Karena hasil sampel proporsional, maka pengambilan sampel dilakukan secara acak pada setiap strata dengan tetap memperhatikan proporsi pada setiap kelas. Cara pengambilan sampel setiap kelas secara random dengan cara menggunakan aplikasi random number generator.

B. Jenis dan Cara Pengumpulan Data

1. Jenis Data

a. Data Primer

Data primer merupakan data yang hanya dapat kita peroleh dari pengumpulan sendiri, diolah, dianalisa serta di publikasi sendiri.

Data yang dikumpulkan meliputi :

1. Data karakteristik sampel meliputi : nama, umur, anak ke-berapa, pekerjaan orang tua yang diperoleh dari formulir identitas yang dibagikan kepada siswa SMK.
2. Data kuesioner Food Frequency Questionnaire konsumsi sayur dan buah pada siswa SMK.

b. Data Sekunder

Data sekunder merupakan data didapatkan dari peneliti pihak SMK Pembangunan Daerah Lubuk Pakam, meliputi daftar nama siswa kelas X per jurusan tahun 2024.

2. Cara Pengumpulan Data

a. Sebelum Penelitian

Data primer merupakan data yang hanya dapat kita peroleh dari pengumpulan sendiri, diolah, dianalisa serta di publikasi sendiri.

Data yang dikumpulkan meliputi :

1. Meminta izin kepada pihak kepala sekolah dan memberitahukan tujuan penelitian yang akan dilaksanakan dan menentukan kapan dilakukannya penelitian agar diperbolehkan untuk melakukan penelitian.
2. Setelah mendapat izin, meminta daftar nama siswa kepada pegawai bagian Tata Usaha untuk menentukan sampel.

b. Saat Penelitian

Dalam melakukan penelitian ini, peneliti dibantu oleh enumerator berjumlah 4 orang dari mahasiswa semester VI Prodi DIII Gizi (yang sudah menerima mata kuliah survey konsumsi pangan). Enumerator terlebih dahulu diberikan penjelasan tentang penelitian yang akan dilakukan pada saat penelitian. Penelitian dilakukan didalam ruangan kelas X. Sebelum melakukan wawancara, siswa diberikan penjelasan singkat dan jelas tentang tujuan penelitian dan pengisian lembar persetujuan responden (*informed consent*) bahwa siswa setuju sebagai sampel penelitian. Kemudian siswa diwawancarai satu persatu menggunakan kuesioner FFQ untuk mengetahui frekuensi konsumsi sayur dan buah, menggunakan buku foto makanan untuk memudahkan estimasi porsi.

C. Pengolahan dan Analisis Data

1. Pengolahan Data

a. Data Identitas Sampel

Data identitas sampel meliputi nama, umur, jenis kelamin, alamat. Data identitas sampel di peroleh dengan metode wawancara dan diolah secara manual dengan program komputer.

b. Pengolahan Konsumsi Buah dan Sayur

Konsumsi buah dan sayur diukur menggunakan form Semi Quantitative Food Frequency Questionnaire (SQ-FFQ). Berdasarkan rekomendasi Kemenkes tahun 2014 untuk mengonsumsi buah dan sayur sebesar 400 gr dalam sehari.

Selanjutnya klasifikasikan berdasarkan jumlah skor yang diperoleh yaitu :

- a) Sering sekali dikonsumsi $>1x$ sehari = 50
- b) Sering dikonsumsi $1x$ sehari (4-6 x seminggu) = 25
- c) Biasa dikonsumsi 3 x seminggu = 15
- d) Kadang-kadang <3 x seminggu atau 1-2 x seminggu = 10
- e) Jarang <1 x seminggu = 1
- f) Tidak pernah = 0

Kategori hasil nilai atau skor :

- Baik > 480
- Cukup 285-480
- Kurang < 285

2. Analisis Data

Analisis Univariat

Analisis data univariat digunakan untuk mendeskripsikan data yang dilakukan pada tiap variabel dari hasil penelitian. Data disajikan dalam tabel distribusi frekuensi disertai penjelasan dalam bentuk narasi.