

### **BAB III**

#### **METODE PENELITIAN**

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

Penelitian dilakukan di MTS TPI Medan dan penelitian dilakukan pada Desember 2024 sampai Mei 2025.

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

Jenis penelitian ini adalah observasional dengan rancangan cross sectional yaitu dimana pengambilan variabel bebas dan terikat dalam waktu yang bersamaan.

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

###### **1. Populasi**

Populasi dalam penelitian ini ialah keseluruhan objek penelitian atau objek yang diteliti. Populasi data penelitian ini adalah seluruh anak kelas VII, VIII di MTS TPI Medan yang berjumlah 132 orang.

###### **2. Sampel**

Sampel adalah bagian dari populasi. Tidak semua sampel diambil dari populasi karena keterbatasan peneliti. Sampel dalam penelitian ini diambil dengan menggunakan rumus Slovin sebagai berikut:

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

Keterangan:

n = jumlah sampel

N = jumlah populasi

d = derajat ketetapan yang diinginkan (sebesar 0,1)

Dimana :

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

$$n = \frac{132}{1 + 132(0,1)^2}$$

$$n = \frac{132}{1 + 1,32}$$

$$n = \frac{132}{2,32}$$

$$n = 57 \text{ orang}$$

Berdasarkan perhitungan tersebut bahwa jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 57 orang.

### 3. Teknik Pengambilan Sampel

a). Mendapatkan jumlah sampel per kelas

Cara penarikan sampel di setiap ruangan yaitu dengan cara teknik Stratified Random Sampling.

Dengan rumus:

$$\frac{N_i \times n}{N}$$

$N_i$  = jumlah siswa tiap kelas

$N$  = jumlah populasi

$n$  = jumlah sampel

| Sekolah MTS TPI Medan |                                      |                                         |        |
|-----------------------|--------------------------------------|-----------------------------------------|--------|
| Nama Kelas            | Jumlah Siswa<br>Tiap Kelas ( $N_i$ ) | Rumus ( $N_i$ )<br>( $N_i/N \times n$ ) | Sampel |
| VII-2                 | 32                                   | $32/132 \times 57$                      | 14     |
| VII-3                 | 31                                   | $31/132 \times 57$                      | 13     |
| VIII-2                | 34                                   | $34/132 \times 57$                      | 15     |
| VIII-3                | 35                                   | $35/132 \times 57$                      | 15     |
| JUMLAH                | 132                                  |                                         | 57     |

Penentuan sampel dilakukan dengan teknik simple random sampling atau acak sederhana dengan sistem lotre, yaitu memberi kode pada jumlah populasi 1 sampai 132 orang. Dengan menghemat waktu bisa menggunakan handphone melalui aplikasi nomor acak, untuk pengambilan sampel pada masing-masing kelas, diketik dalam aplikasi tersebut nomor sesuai dengan jumlah siswa pada kelas tersebut kemudian diambil secara acak sesuai jumlah sampel yang telah ditentukan pada masing-masing kelas.

Adapun kriteria (inklusi) sampel dalam penelitian ini sebagai berikut:

- a) Siswa kelas VII,VIII
- b) Bersedia menjadi sampel
- c) Hadir pada saat penelitian berlangsung
- d) Tidak dalam keadaan sakit

Adapun kriteria (Ekslusi) sampel dalam penelitian ini adalah:

- a) Dalam keadaan sakit sehingga tidak dapat hadir atau tidak bisa mengikuti kegiatan penelitian

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

##### **1. Jenis data**

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

Merupakan data yang dikumpulkan secara langsung dari responden yang meliputi:

- a) Identitas sampel
- b) Kuesioner pengetahuan sayur dan buah
- c) Data konsumsi sayur serta buah

###### **b. Data Sekunder**

Data skunder adalah data yang diperoleh dengan cara mengambil data yang ada disekolah, yaitu berupa nama, jumlah, dan kelas atau bentuk absen.

##### **2. Cara Pengumpulan Data**

###### **1.Data primer**

###### **a. Data Identitas Sampel**

Data identitas sampel meliputi:nama,umur,kelas,jenis kelamin data yang diperoleh dari hasil wawancara

###### **b. Data Pengetahuan tentang konsumsi sayur dan buah**

Kuesioner digunakan untuk melihat tingkat pengetahuan siswa-siswi tentang sayur dan buah.Cara pengisian formulir kuesioner :

- 1) Peneliti mengumpulkan 10 siswa di dalam 1 ruangan dengan jarak 1 meter sehingga sampel tidak saling bertanya satu sama lain
- 2) Peneliti menjelaskan cara pengisian formulir kuesioner kepada sampel

- 3) Peneliti menjelaskan satu persatu isi dari setiap soal kemudian sampel menjawab soal sesuai yang dijelaskan peneliti

c. Data konsumsi sayur

Formulir SQ-FFQ digunakan untuk mencatat jenis frekuensi sayur yang sering dikonsumsi sampel dalam seminggu. Cara pengisian formulir SQ-FFQ

- 1) Peneliti mengumpulkan 10 siswa di dalam 1 ruangan dengan jarak 1 meter sehingga sampel tidak saling bertanya satu sama lain
- 2) Peneliti menjelaskan cara pengisian formulir SQ FFQ kepada sampel dalam keseringan mengonsumsi sayur setiap periode tertentu
- 3) Peneliti menjelaskan satu persatu isi dari setiap soal kemudian sampel menjawab soal sesuai yang dijelaskan peneliti

d. Data konsumsi buah

Formulir SQ-FFQ digunakan untuk mencatat jenis frekuensi sayur yang sering dikonsumsi sampel dalam seminggu. Cara pengisian formulir SQ-FFQ

- 1) Peneliti mengumpulkan 10 siswa di dalam 1 ruangan dengan jarak 1 meter sehingga sampel tidak saling bertanya satu sama lain
- 2) Peneliti menjelaskan cara pengisian formulir SQ FFQ kepada sampel dalam keseringan mengonsumsi buah setiap periode tertentu
- 3) Peneliti menjelaskan satu persatu isi dari setiap soal kemudian sampel menjawab soal sesuai yang dijelaskan peneliti

## **2. Data Sekunder**

Data sekunder dalam penelitian merupakan data mengenai Gambaran umum Lokasi penelitian dengan data jumlah siswa, luas wilayah MTS TPI Medan.

## **E. Pengolahan dan Analisis Data**

### **1. Pengolahan Data**

#### **a. Pengetahuan konsumsi sayur serta buah**

Pengolahan pengetahuan asupan gizi dilakukan berdasarkan jawaban dari pertanyaan yang diberikan kepada sampel. Instrumen yang digunakan berupa kuesioner yang berisi 15 pertanyaan.

Ketentuan penelitian sebagai berikut:

1. Jawaban benar diberi nilai: 1

2. Jawaban salah diberi nilai: 0

Selain dihitung nilai setiap sampel dikategorikan dalam tiga kelompok yaitu: kurang, cukup dan baik. Cara pengkategorian dilakukan dengan menetapkan cut off point dari skor.

Kategori penilaian:

1. Kurang : 0-5 jawaban benar

2. Cukup : 6-10 jawaban benar

3. Baik : 11-15 jawaban benar

b. Data asupan sayur serta buah

Langkah-Langkah Pengolahan Data

1. Pengumpulan Data: Kumpulkan data asupan sayur dan buah menggunakan SQ-FFQ yang telah diisi oleh responden.

2. Pembersihan Data: Periksa data yang telah dikumpulkan untuk memastikan bahwa semua pertanyaan telah dijawab dengan lengkap dan benar.

3. Pengkodean Data: Berikan kode pada setiap jenis sayur dan buah yang dikonsumsi oleh responden.

4. Perhitungan Frekuensi: Hitung frekuensi konsumsi sayur dan buah oleh responden dalam satuan waktu tertentu (misalnya, per minggu atau per bulan).

5. Perhitungan Jumlah: Hitung jumlah sayur dan buah yang dikonsumsi oleh responden dalam satuan tertentu (misalnya, gram atau porsi).

6. Analisis Data: Analisis data asupan sayur dan buah menggunakan metode statistik yang sesuai (misalnya, analisis deskriptif atau analisis regresi).

Data asupan yang diperoleh dengan menggunakan aplikasi komputer hasil konsumsi sayur dan buah kemudian diketahui persentase konsumsi sayur dan buah pada remaja.

## **2. Analisis Data**

### **1. Analisis Univariat**

Analisis univariat untuk menggambarkan persentase dan rata-rata masing-masing variabel yaitu umur, jenis kelamin, kategori pengetahuan, konsumsi sayur dan buah di MTS TPI Medan dengan menggunakan tabel distribusi frekuensi dengan menggunakan program komputer SPSS.