

BAB III

METODE PENELITIAN

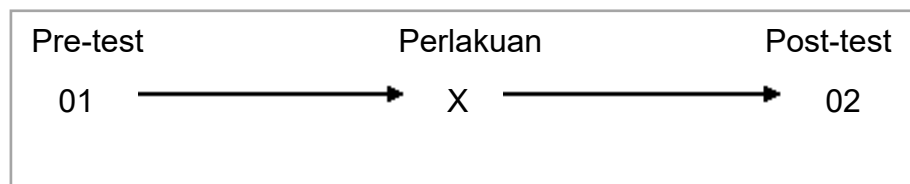
A. Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SMA Negeri 10 Medan yang berada di Jl. Tilak No 108, Sei Rengas I, Kecamatan Medan Kota. Waktu peninjauan lokasi penelitian dilakukan bulan Juni 2022. Survei pendahuluan dilakukan pada bulan Juli 2022, sedangkan pengumpulan data dilakukan pada tanggal 25 Februari- 25 Maret 2023.

B. Jenis dan Rancangan Penelitian

Penelitian ini merupakan jenis rancangan penelitian eksperimen semu (quasi eksperimen) dengan desain *one group pre-test and post-test*. Dimana untuk mengetahui perubahan yang terjadi sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan namun tidak ada kontrol sebagai pembanding (Rachmat, 2015).

Untuk mengetahui bagaimana pengetahuan dan sikap siswa di SMA Negeri 10 Medan tentang 4 Pilar Gizi Seimbang. Desain penelitian digambarkan sebagai berikut:



Keterangan :

- 01 : Pre-test, yaitu pengukuran pengetahuan dan sikap sebelum perlakuan
- X : Perlakuan, yaitu penyuluhan gizi dengan media booklet
- 02 : Post-test, yaitu pengukuran pengetahuan dan sikap setelah perlakuan

C. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi penelitian adalah seluruh siswa/siswi SMA Negeri 10 Medan tahun ajaran 2022/2023. Populasi penelitian yaitu kelas X-XII IPA dan IPS sebanyak 667 orang.

2. Sampel

Dalam menentukan jumlah sampel dalam penelitian ini yaitu dengan memakai rumus slovin (Masturoh dan Anggita, 2018) dengan tingkat kesalahan 10-20% sebagai berikut ;

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

Keterangan :

n = Ukuran sampel/jumlah sampel

N = Jumlah Populasi

e = Tingkat kesalahan dalam penelitian

$$n = \frac{667}{1 + 667 (0,15)^2}$$

$$n = \frac{667}{16}$$

$n = 41,68$ orang (dibulatkan menjadi 42)

Dari hasil perhitungan diatas jumlah sampel minimal sebanyak 42 orang.

Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini dengan proportional stratified random sampling, caranya adalah membagi jumlah atau anggota populasi dengan perkiraan jumlah sampel yang diinginkan.

Tabel 2. Distribusi Jumlah Populasi

NO	Kelas	Jumlah Siswa/siswi		Jumlah Siswa/siswi
		Perempuan	Laki-Laki	
1.	X IPA dan IPS	114	138	252
2.	XI IPA dan IPS	85	123	208
3.	XII IPA dan IPS	80	127	217
Jumlah		279	388	667
		667 orang		

Rumus Pengambilan Proportional Stratified Random Sampling

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

$$Kelas X = \frac{252 \text{ orang}}{667 \text{ orang}} \times 42 \text{ orang} = 15,86 = 16 \text{ orang}$$

$$Kelas XI = \frac{208 \text{ orang}}{667 \text{ orang}} \times 42 \text{ orang} = 13,09 = 13 \text{ orang}$$

$$Kelas XII = \frac{217 \text{ orang}}{667 \text{ orang}} \times 42 \text{ orang} = 13,66 = 13 \text{ orang}$$

Tabel 3. Distribusi Sampel

Kelas	X	XI	XII
Jumlah Siswa	16 orang	13 Orang	13 Orang

1. Kelas X terdiri dari IPA dan IPS (7 kelas) yang berjumlah 252 orang.
Untuk distribusi sampel pada kelas X berjumlah 16 orang
Maka, 16 orang/ 7 kelas = 3 orang/ kelas
2. Kelas XI terdiri dari IPA dan IPS (6 kelas) yang berjumlah 208 orang.
Untuk distribusi sampel pada kelas XI berjumlah 13 orang
Maka, 13 orang/ 6 kelas = 2 orang/kelas
3. Kelas XII terdiri dari IPA dan IPS (6 kelas) yang berjumlah 217 orang
Untuk distribusi sampel pada kelas XII berjumlah 13 orang.
Maka, 13 orang/6 kelas = 2 orang/kelas

Teknik pengambilan sampel dengan cara acak sampel sederhana pada masing-masing kelas, yaitu sebagai berikut:

1. Buat daftar nama populasi berdasarkan kelas dan diberi nomor sesuai jumlah populasi di setiap kelas
2. Gunting kertas ukuran 3 x 3 sebanyak populasi/ kelas.
3. Tuliskan angka pada setiap guntingan kertas
4. Gulung guntingan kertas, masukan ke dalam kotak
5. Aduk aduk, dan lakukan pencabutan nomor
6. Dan dilakukan sampai jumlah sampel yang dibutuhkan terpenuhi disetiap kelas.

D. Jenis dan Cara Pengumpulan Data

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

1. Data Primer

Data primer adalah data yang dikumpulkan secara langsung oleh peneliti yang terdiri dari :

- a. Data identitas sampel (diperoleh dengan wawancara menggunakan kuesioner) meliputi nama, jenis kelamin, umur, kelas yang diperoleh dengan wawancara kepada responden menggunakan alat bantu kuesioner. Setelah terisi dicek kembali untuk melihat kelengkapan data.
- b. Data hasil pengetahuan sampel (diperoleh dengan wawancara menggunakan kuesioner sebanyak 20 pertanyaan) sebelum dan sesudah penyuluhan yang diisi sendiri oleh sampel.
- c. Data hasil sikap sampel (diperoleh dengan wawancara menggunakan kuesioner sebanyak 15 pernyataan) sebelum dan sesudah penyuluhan yang diisi sendiri oleh sampel.

Data pengetahuan dan sikap diperoleh dengan prosedur sebagai berikut :

- 1) Sampel memperoleh kuisisioner yang akan diisi.
- 2) Peneliti menjelaskan cara pengisian kuisisioner
- 3) Sampel dipersilahkan untuk menjawab semua pertanyaan yang ada di dalam kuisisioner tanpa terkecuali
- 4) Setelah selesai dijawab, dikumpulkan kembali kepada peneliti atau enumerator
- 5) Kuisisioner yang telah diisi dicek kembali, jangan sampai ada yang tidak terisi
- 6) Pengisian kuisisioner pengetahuan dan sikap dilakukan sebanyak dua kali, yaitu sebelum dan setelah intervensi

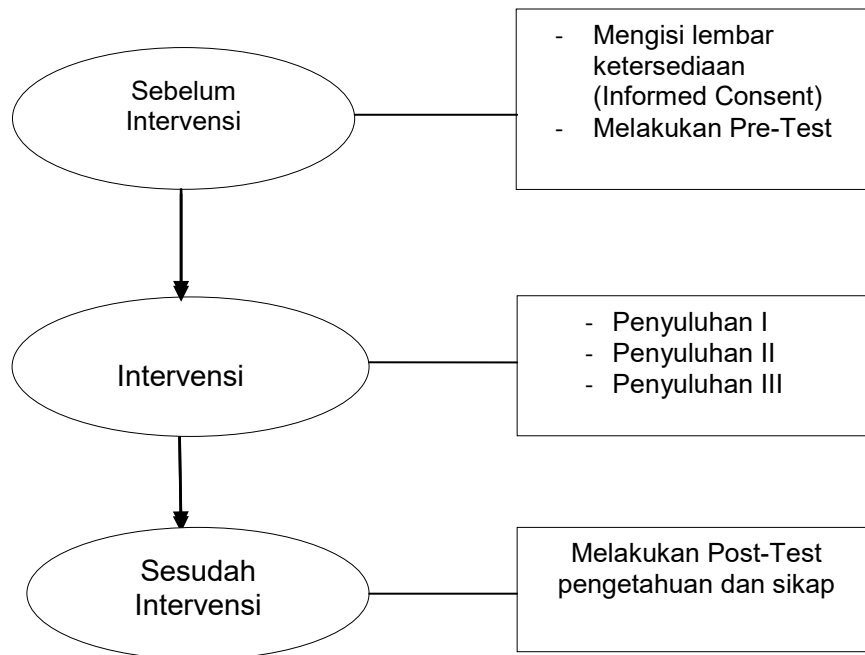
2. Data Sekunder

Data sekunder yaitu data yang dihasilkan dari informasi yang telah dikumpulkan dari pihak sekolah SMA Negeri 10 Medan, yakni

meliputi gambaran umum lokasi penelitian dan data siswa-siswi SMA Negeri 10 Medan.

E. Tahapan Penelitian

Berikut ini tahapan penelitian yang akan dilakukan antara lain: sebelum intervensi, intervensi, setelah intervensi.



Gambar 4. Tahapan Penelitian

1. Persiapan

Persiapan penyuluhan meliputi pembuatan media penyuluhan yaitu booklet yang berisikan penyampaian informasi berupa kalimat, gambar atau kombinasi dari keduanya tentang materi yang akan diberikan mengenai 4 Pilar Gizi Seimbang. Kemudian dilakukan pengembangan kuesioner tentang pengetahuan dan sikap siswa terhadap 4 Pilar Gizi Seimbang, yang disusun berdasarkan isi materi penyuluhan pada booklet.

Selanjutnya penyusunan satuan acara penyuluhan (SAP) sebagai pedoman peneliti untuk memberikan penyuluhan. SAP disusun berdasarkan jumlah pertemuan dan materi yang disampaikan dalam setiap pertemuan. SAP memuat (i) judul/topik materi yang akan disampaikan, (ii) waktu/durasi untuk setiap pertemuan, (iii) tujuan penyuluhan, (iv) urutan kegiatan dalam penyuluhan.

Skrining sampel dilakukan pada tanggal 15-17 Februari 2023 dengan menggunakan teknik pengambilan sampel yaitu dengan cara acak sampel sederhana pada masing-masing kelas

2. Pelaksanaan

a. Sebelum Intervensi/ Pemberian Pre-Test

- 1) Peneliti mengumpulkan 45 sampel yang sudah didapat dari hasil skrining sampel di dalam 1 ruangan kelas pada hari sabtu tanggal 25 Februari 2023, kemudian diberikan penjelasan mengenai penelitian yang akan dilakukan. Setelah diberikan informasi jelas, kemudian responden mengisi lembar persetujuan (Informed Consent) sebagai tanda bersedia menjadi responden dalam penelitian.
- 2) Setelah mengisi lembar kesediaan menjadi responden penelitian, kemudian diberikan lembar kuesioner Pre-Test kepada 45 orang sampel untuk mengetahui tingkat pengetahuan dan sikap tentang 4 Pilar Gizi Seimbang pada siswa. Selanjutnya responden dipersilahkan untuk menjawab sendiri setiap pertanyaan yang ada di dalam kuesioner selama 35 menit untuk 20 pertanyaan pengetahuan dan 15 pernyataan sikap (Lampiran 5).
- 3) Peneliti menjelaskan gambaran penyuluhan yang akan dilakukan minggu depannya dan membagikan booklet 4 Pilar Gizi Seimbang kepada responden sekaligus mengingatkan agar sampel membawa booklet untuk pertemuan selanjutnya.

b. Penyuluhan Tahap 1

Jadwal penyuluhan dilaksanakan setiap hari sabtu dan penyuluhan tahap 1 pada tanggal 04 Maret 2023 dengan jarak 1 minggu dengan pemberian pre-test, peneliti mengumpulkan 45 orang sampel didalam satu ruangan kelas yang sudah disediakan oleh pihak sekolah. Langkah pertama yang dilakukan yaitu pembukaan penyuluhan. Selanjutnya dilakukan penyuluhan tentang 4 Pilar Gizi Seimbang pada siswa dengan menjelaskan materi penyuluhan (Lampiran 4) dengan bantuan media

booklet (Lampiran 6). Durasi pelaksanaan penyuluhan selama 60 menit (Priawantiputri et al, 2019) untuk setiap pertemuan. Dengan selang waktu penyuluhan 1 dan 2 adalah seminggu, begitu juga dengan penyuluhan 2 dan 3 yaitu jarak seminggu. Metode penelitian yang dilaksanakan adalah penyuluhan, diskusi dan tanya jawab.

c. Penyuluhan Tahap 2

Penyuluhan tahap 2 dilaksanakan 1 minggu setelah pelaksanaan penyuluhan tahap 1 yaitu pada tanggal 11 Maret 2023. Peneliti mengumpulkan 45 orang sampel didalam satu ruangan kelas yang sudah disediakan oleh pihak sekolah dan kemudian melakukan penyuluhan tahap 2 dengan materi yang sama seperti materi pada penyuluhan tahap 1 (Lampiran 4) dengan durasi 60 menit (Priawantiputri et al, 2019) dan bantuan media booklet (Lampiran 6).

d. Penyuluhan Tahap 3

Penyuluhan tahap 3 juga dilaksanakan 1 minggu setelah pelaksanaan penyuluhan tahap 2 yaitu tanggal 18 Maret 2023. Peneliti mengumpulkan 45 orang sampel didalam satu ruangan kelas yang sudah disediakan oleh pihak sekolah dan kemudian melakukan penyuluhan tahap 3 dengan materi yang sama seperti materi pada penyuluhan tahap 1 dan 2 (Lampiran 4) dengan durasi 60 menit (Priawantiputri et al, 2019) dan bantuan media booklet (Lampiran 6).

e. Setelah Intervensi/ Pemberian Post-Test

Setelah pelaksanaan penyuluhan tentang 4 Pilar Gizi Seimbang pada siswa telah selesai dilaksanakan sebanyak 3 kali, kemudian dilakukan kegiatan pemberian kuesioner Post-Test dengan menggunakan kuesioner yang sama pada kuesioner Pre-Test kepada 45 orang sampel pada tanggal 25 Maret 2023 atau berjarak 1 minggu setelah penyuluhan tahap 3.

Dimana untuk mengetahui tingkat pengetahuan dan sikap tentang 4 Pilar Gizi Seimbang pada siswa. 45 orang sampel dikumpulkan pada 2 ruangan kelas dan diberi jarak pada tempat duduk sampel agar dalam mengisi kuesioner Post-Test 4 Pilar Gizi Seimbang tidak terjadi kegiatan

tukar menukar jawaban. Responden dipersilahkan untuk menjawab sendiri setiap pertanyaan yang ada di dalam kuesioner selama 35 menit untuk 20 pertanyaan pengetahuan dan 15 pernyataan sikap (Lampiran 5).

F. Pengolahan dan Analisis Data

1. Pengolahan Data

Keseluruhan data diolah secara manual melalui tahapan-tahapan proses yang dimulai dari Editing, Coding, Data Entry, Cleaning. Data kemudian dianalisis dengan alat bantu komputer. Data yang sudah diolah dengan program SPSS kemudian dianalisis berdasarkan variabel.

a. Data identitas sampel

Data identitas sampel yang sudah dikumpulkan diolah secara manual dengan program komputer meliputi umur, jenis kelamin, kelas.

b. Data pengetahuan

- 1) Kuesioner pengetahuan yang telah dikumpulkan diperiksa kelengkapan datanya.
- 2) Kuesioner terdiri dari 20 pertanyaan, setiap pertanyaan diberikan skor 1 untuk jawaban benar dan skor 0 untuk jawaban yang salah.
- 3) Kemudian skor dijumlahkan, skor tertinggi adalah 20 dan skor terendah adalah 0.
- 4) Setelah dilakukan penskoran, hitung rata-rata pengetahuan sebelum dan sesudah dilakukan penyuluhan gizi.

c. Data sikap

- 1) Data sikap yang dikumpulkan dengan menggunakan 15 pernyataan, yaitu dibagi menjadi 7 pernyataan positif (favorable), terdiri dari pernyataan no 1,3, 8,11,13,14,15. Sedangkan 8 pernyataan negative (unfavorable), yakni pada no 2,4,5,6,7,9,10,12.
- 2) Penilaian pernyataan positif: Sangat Setuju (4), Setuju (3), Tidak Setuju (2), Sangat Tidak Setuju (1)
Penilaian pernyataan negatif: Sangat Setuju (1), Setuju (2), Tidak Setuju (3), Sangat Tidak Setuju (4)

- 3) Kemudian skor dijumlahkan, skor tertinggi adalah 60 dan terendah adalah 10.
- 4) Setelah dilakukan penskoran, hitung rata-rata sikap sebelum dan sesudah dilakukan penyuluhan gizi.

2. Analisis Data

a. Analisis Univariat

Bertujuan untuk menjelaskan karakteristik masing-masing variabel yang diteliti, antara lain umur, jenis kelamin, kelas, pengetahuan sebelum dan sesudah penyuluhan, sikap sebelum dan sesudah penyuluhan. Dengan menggunakan tabel distribusi frekuensi program komputer SPSS dapat diperoleh frekuensi, persen, persentase yang valid, dan persen kumulatif.

b. Analisis Bivariat

Bertujuan menganalisis ada tidaknya pengaruh penyuluhan terhadap pengetahuan dan sikap siswa. Data hasil pengetahuan dan sikap siswa sebelum dan sesudah penyuluhan diuji normalitasnya menggunakan *Kolmogorov Smirnov*, dimana didapatkan hasil data sikap berdistribusi tidak normal dengan nilai $\text{sig} < 0,05$. Uji Statistik yang digunakan adalah uji *Wilcoxon* karena data yang diperoleh tidak berdistribusi normal, dengan kesimpulan $p < 0,05$ maka H_a diterima, artinya ada pengaruh penyuluhan tentang 4 pilar gizi seimbang dengan media booklet terhadap pengetahuan dan sikap siswa di SMA Negeri 10 Medan.