

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian dilakukan di SD Negeri 105328 Dagang Kerawan, Kecamatan Tanjung Morawa, Kabupaten Deli Serdang. Waktu penelitian dilakukan pada bulan Juni sd Juli 2025

B. Jenis Dan Desain Penelitian

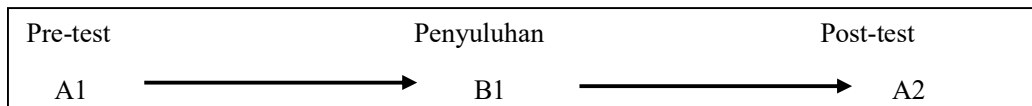
1. Jenis Penelitian

Penelitian ini termasuk dalam bidang gizi masyarakat dan dilakukan langsung di lapangan. Jenis penelitian ini adalah *quasi eksperimental* dengan pendekatan kuantitatif dengan tujuan untuk mengetahui pengaruh variable bebas (Edukasi Dengan Media *Flashcard*) terhadap variable terikat (Perubahan pengetahuan dan konsumsi makanan tentang *junk food*)

2. Desain Penelitian

Penelitian akan menggunakan desain one group pre-test post-test ialah dengan melaksanakan pre-test (tes awal sebelum penyuluhan) dan post-test (tes akhir sesudah penyuluhan) perlakuan pada masing-masing kelompok. Penelitian akan mengacu pada perlakuan penyuluhan dengan media kartu bergambar (*flashcard*).

Rancangan desain penelitian ini dapat digambarkan dibawah ini:



Gambar 3. Rancangan Penelitian

Keterangan

(A1) = Pre-test dilakukan sebelum diberi intervensi pada anak sekolah di SD Negeri 105328 Deli serdang tentang bahaya *junk food* melalui media *flashcard*.

(B1) = Memberikan intervensi pada anak sekolah di SD Negeri 105328 Deli serdang tentang bahaya *junk food food* melalui media *flashcard*.

(A2) = Post-test dilakukan setelah diberi intervensi pada anak sekolah di SD Negeri 105328 Deli serdang tentang bahaya *junk food* melalui media *flashcard*.

C. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi pada penelitian ini adalah siswa yang aktif di SD Negeri 105328 Dagang kerawan Deli Serdang sebanyak 260 orang.

2. Sampel

Penelitian akan menggunakan teknik *purposive sampling*, yaitu metode di mana sampel dipilih secara non-acak berdasarkan pertimbangan tertentu yang terkait dengan tujuan penelitian.

Sampel pada penelitian ini adalah siswa kelas 5 SD Negeri 105328 Dagang Kerawan Deli Serdang sebanyak 44 orang. Kelas 5 SD Negeri 105328 Dagang Kerawan dibagi menjadi 2 kelas yang dimana 1 kelas berisi 22 siswa/i.

Teknik *purposive sampling* digunakan karena sampel dipilih berdasarkan pertimbangan tertentu yang sesuai dengan tujuan penelitian, yaitu siswa kelas 5 SD Negeri 105328 Dagang Kerawan yang dianggap mampu menjadi responden dalam penelitian edukasi media *flashcard* tentang bahaya *junk food*. Pemilihan ini dilakukan agar responden memiliki karakteristik yang sesuai, mampu mengikuti seluruh rangkaian intervensi, serta dapat mengisi instrument penelitian dengan baik.

Kriteria eksklusi dalam penelitian ini terdiri dari

- a. Subjek yang tidak bersedia mengikuti kegiatan penelitian.
- b. Subjek tidak mampu membaca dan menulis dengan benar.

D. Tahapan Penelitian

Tahapan penelitian yang peneliti lakukan terdiri dari tiga tahapan yaitu:

1. Tahap awal (*Pre-test*)

Pada tahap awal (*pre-test*) dilakukan dengan memberikan lembar kuesioner kepada siswa-siswi kelas 5 SD Negeri 105328 untuk di isi. Tahapan awal (*pre-test*) di lakukan dengan menilai pengetahuan dan konsumsi makan siswa sebelum diberikan intervensi. Kemudian hasil dari jawaban siswa-siswi dijumlahkan sesuai point yang telah ditentukan.

2. Tahap Pelaksanaan (intervensi)

Pada tahap pelaksanaan (intervensi) peneliti memberikan intervensi berupa edukasi dengan media *flashcard* tentang bahaya *junk food* sebanyak 3 kali pemberian intervensi, dimana intervensi dilakukan 1 minggu sekali. Tahapan intervensi yang dilakukan yaitu:

a. Intervensi pertama:

Pada intervensi pertama peneliti membuat kelompok belajar, dimana 1 kelompok terdiri dari 5-6 orang siswa. Setelah kelompok belajar sudah terbentuk peneliti memberikan edukasi dengan menggunakan media ppt dan bermain menggunakan *flashcard* tentang bahaya *junk food*. Diakhiri dengan sesi tanya jawab singkat.

b. Intervensi kedua:

Untuk intervensi kedua kurang lebih prosesnya sama dimana peneliti melakukan evaluasi hasil pertemuan sebelumnya. Kemudian dilanjutkan dengan pembuatan kelompok belajar dimana 1 kelompok terdiri dari 5-6 orang siswa. Setelah kelompok belajar sudah terbentuk peneliti memberikan edukasi dengan menggunakan media ppt dan bermain dengan *flashcard* tentang bahaya *junk food*. Diakhiri dengan sesi tanya jawab singkat.

c. Intervensi ketiga:

Untuk intervensi kedua kurang lebih prosesnya sama dimana peneliti melakukan evaluasi hasil pertemuan sebelumnya. Kemudian di lanjutkan dengan

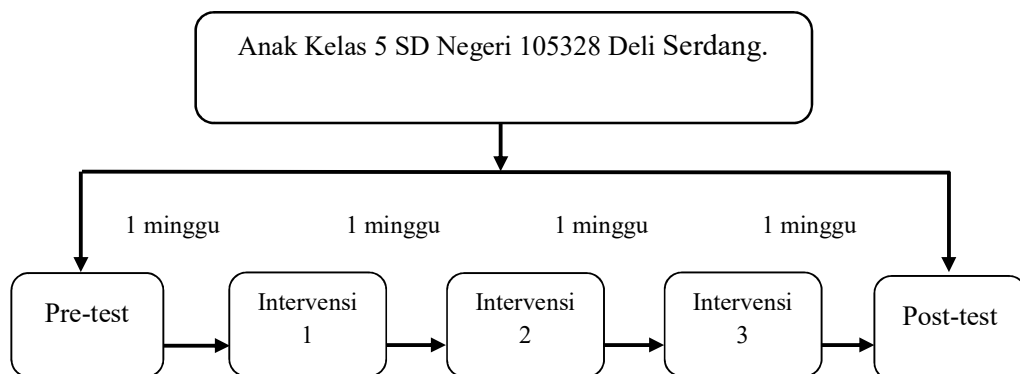
pembuatan kelompok belajar dimana 1 kelompok terdiri dari 5-6 orang siswa. Setelah kelompok belajar sudah terbentuk peneliti memberikan edukasi dengan menggunakan media ppt dan bermain dengan *flashcard* tentang bahaya *junk food*. Diakhiri dengan sesi tanya jawab singkat.

Materi penyuluhan yang akan diberikan terdiri dari:

1. Penyuluhan melalui media *Flashcard* bahaya *junk food* tentang pengertian *junk food*
2. Penyuluhan melalui media *Flashcard* bahaya *junk food* tentang dampak negatif mengonsumsi *junk food*
3. Penyuluhan melalui media *Flashcard* bahaya *junk food* tentang perbedaan makanan sehat dan *junk food*
4. Penyuluhan melalui media *Flashcard* bahaya *junk food* tentang tips menghindari *junk food*

3. Tahap Akhir (*post-test*)

Pada tahap akhir (*post-test*) peneliti memberikan lembar kuesioner kepada siswa-siswi kelas 5 SD Negeri 105328 untuk diisi. Tahapan akhir (*post-test*) dilakukan dengan menilai pengetahuan dan konsumsi makan *junk food* siswa sesudah diberikan intervensi. Kemudian hasil dari jawaban siswa-siswi dijumlahkan sesuai point yang telah ditentukan.



Gambar 4. Tahapan Penelitian

E. Cara Pengumpulan Data

1. Persiapan

Amati sekolah tempat penelitian akan dilakukan, minta izin dari kepala sekolah untuk melakukan penelitian di sana, dan minta universitas mengantarkan surat kepada kepala SD Negeri 105328 Deli Serdang yang meminta penelitian awal.

2. Metode Pengumpulan Data

Dalam penelitian ini, data yang dikumpulkan terdiri dari data primer dan data sekunder

a. Data Primer

Data yang dikumpulkan langsung dari peserta penelitian disebut data primer, dan mencakup hal-hal berikut:

- 1) Data identitas responden meliputi nama, jenis kelamin, umur dan kelas berapa yang diperoleh dengan mewawancarai responden.
- 2) Data pengetahuan tentang bahaya *junk food* sebelum dan sesudah penyuluhan gizi diperoleh dengan menggunakan kuesioner pengetahuan.
- 3) Data konsumsi makanan tentang bahaya *junk food* sebelum dan sesudah penyuluhan gizi diperoleh juga dengan menggunakan kuesioner FFQ.

b. Data Sekunder

Data dari SD Negeri 105328 di Kecamatan Dagan Kerawan, Kelurahan Tanjung Morawa, Kabupaten Deli Serdang disebut sebagai data sekunder.

3. Pengolahan dan Analisis Data

- a. Data identitas sampel yang sudah dikumpulkan diolah secara manual menggunakan program SPSS
- b. Pengolahan pengetahuan tentang bahaya *junk food* dilakukan berdasarkan jawaban dari pertanyaan yang diberikan kepada sampel. Instrumen yang digunakan berupa kuesioner yang berisi 18 pertanyaan. Ketentuan penelitian yaitu jawaban benar diberikan nilai 1 sedangkan jawaban salah diberi nilai 0. Nilai pengetahuan dihitung dengan rumus:

$$P = \frac{\text{Total skor tiap responden}}{\text{jumlah pengetahuan}} \times 100\%$$

Nilai pengetahuan diklasifikasikan menjadi nilai pengetahuan kategorial dimana menurut (Irawan, 2022) pengetahuan seseorang dapat diketahui dan diinterpretasi dengan skala yang bersifat kualitatif yaitu:

- 1) Kurang, jika <60%
 - 2) Cukup, jika 60-75%
 - 3) Baik, jika >75%
- c. Data perubahan konsumsi makanan yang dikumpulkan dengan menggunakan kuesioner FFQ yang berisi 15 macam jenis *junk food*. Kemudian skor dibagi menjadi 5 pilihan, yaitu:

- 0 = Tidak pernah
- 1 = 1- 2×/minggu
- 2 = 3-4×/minggu
- 3 = 5- 6×/minggu
- 4 = 1×/hari

Nilai konsumsi makanan menggunakan kuesioner FFQ diklasifikasikan menjadi nilai kategorial dimana menurut (Pertiwi, 2022) perubahan konsumsi makanan seseorang dapat diketahui dan diinterpretasi dengan skala yang bersifat kualitatif yaitu:

- 1) 0-20 = Rendah
- 2) 21-40 = Sedang
- 3) 41-60 = Tinggi

4. Analisis Data

a. Analisis Univariat

Analisis univariat dilakukan untuk menggambarkan masing-masing variabel yang disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi dan dianalisis berdasarkan persentase.

b. Analisis Bivariat

Analisis bivariat merupakan analisis yang dilakukan secara komputerisasi untuk mengetahui pengaruh edukasi dengan media *flashcard* tentang bahaya *junk food* terhadap perubahan konsumsi makanan dan pengetahuan pada siswa SD Negeri 105328 Deli Serdang. Analisis bivariat digunakan untuk menguji hipotesis dengan terlebih dahulu melakukan uji normalitas data menggunakan *uji Shapiro Wilk* untuk sampel yang < 50 . Jika data berdistribusi normal maka uji yang akan dilakukan *uji paired sample t-test* dengan kemaknaan 95% dan jika tidak berdistribusi normal uji yang akan dilakukan yaitu *uji Wilcoxon*. *Uji paired sample t-test* dan *uji Wilcoxon* digunakan untuk melihat perbedaan skor pengetahuan dan sikap terkait pedoman umum gizi seimbang sebelum dan sesudah intervensi.