BAB III
METODE PENELITIAN

A. Jenis dan Desain Penelitian

Data yang diperoleh dalam penelitian ini adalah nilai numerik yang berasal dari jawaban kuesioner responden; jadi, ini adalah studi kuantitatif dengan desain cross-sectional. Untuk meneliti hubungan antara perilaku makan remaja dan literasi gizi dalam konteks sekolah, peneliti sering menggunakan metodologi cross-sectional, yang melibatkan pengukuran kedua variabel tersebut secara bersamaan.

B. Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan di MTsS Taman Pendidikan Islam Medan, Kecamatan Medan Amplas Sumatra Utara, waktu penelitian dilakukan pada bulan Februari – Juni 2026.

C. Populasi dan Sampel

a. Populasi

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa MTs yang terdaftar dan belajar di sekolah tersebut, total populasi sebanyak 257 orang.

b. Sampel

Sampel adalah sebagian dari anggota populasi yag dipilih untuk mewakili seluruh populasi. Besar sampel dalam penelitian ini ditentukan menggunakan rumus slovin, yaitu:

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

Keterangan :

- n= jumlah sampel
- N = jumlah populasi
- e= tingkat kesalahan (0,05)

c. Teknik Sampel

Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah proportional stratified random sampling. Populasi dikelompokkan berdasrkan tingkatan kelas (VII,VIII, dan XI), kemudian diambil sampel

secara proporsional dari setiap strata. Pemilihan individu sampel di setiap strata dilakukan secara acak (random) menggunakan daftar absensensi siswa sebagai kerangka sampel.

Cara menentukan sampel setiap kelas :

$$n = \frac{\text{jumlah keseluruhan}}{\text{jumlah siswa}} x\ 156$$

Tabel 2. Pengambilan Sampel

Kelas	**Jumlah Siswa (Ni)**	**Perhitungan Sampel N= (Ni/257) x 156**	**Jumlah Sampel**
VII	64	$\frac{64}{257} x\ 156$	39
VII	90	$\frac{90}{257} x\ 156$	55
XI	103	$\frac{103}{257} x\ 156$	62
Total	**257**		**156**

Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah systematic random sampling pada studi cross sectional. Jumlah sampel setiap kelas ditentukan secara proporsional beradasrkan jumlah siswa pada masing-masing kelas, kemudian responden dipilih secara sistematis sesuai nomor urut siswa yang sudah di tentukan.

D. Jenis,Instrumen dan Cara Pengumpulan Data

1. Jenis Data

a. Data Primer

Data primer meliputi :

1. Data identitas sampel meliputi nama, jenis kelamin, tanggal lahir yang diperoleh dari pengisian formulir identitas sampel.
2. Data Literasi Gizi diperoleh dari wawancara dengan menggunakan alat ukur kuesioner literasi gizi.
3. Data Kebiasaan Jajan yang diperoleh dari wawancara dengan menggunakan kuesioner FFQ.

b. Data Sekunder

Data sekunder dalam penelitian ini meliputi data yang dikumpulkan berdasarkan data laporan sekolah MTsS Taman Pendidikan Islam Medan.

2. Instrumen Penelitian

Instumen penelitian yang digunakan dalam penelitian ini untuk data primer yang dikumpulkan adalah :

1) Identitas sampel, menggunakan formulir isian identitas sampel
2) Pengisian literasi gizi, menggunakan kuesioner literasi gizi skala likert dengan soal sebanyak 10 pernyataan.
3) Pengisian kebiasaan jajan, menggunakan kuesioner kebiasaan jajan yaitu kuesiner FFQ dengan jenis jajan 5 untuk makanan dan 5 untuk minuman.

3. Cara Pengumpulan Data

Pengumpulan data dilakukan oleh peneliti sendiri dibantu enumerator berjumlah 8 orang yang merupakan mahasiswa semester VI Prodi D-III Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Medan. Sebelum dilakukan pengumpulan data, seluruh enumerator terlebih dahulu dilakukan pembekalan tentang tugas – tugas yang akan dilakukan selama penelitian dan pengumpulan data. Tahapan – tahapan yang dilakukan saat penelitian adalah sebagai berikut:

1) Enumerator menyiapkan formulir identitas responden
2) Enumeratoor membagikan lembar persetujuan (informed consent) kepada responden.
3) Pengumpulan data identitas responden dilakukan melalui wawancara, meliputi , nama, tanggal lahir,dan jenis kelamin.
4) Melakukan wawancara mengenai pengisian kuesioner literasi gizi dan kebiasaan jajan.
5) Pengisian kuesioner didampingi setiap enumurator dan enumurator menanya setiap pernyataan yang tertera di kuesioner literasi gizi.
6) Pengisian kuesioner kebiasaan jajan menggunakan FFQ yang dimana enumurator menanyakan seberapa sering mengkonsumsi jajanan tersebut dalam 1 minggu terakhir.

E. Pengolahan Data

1. Literasi Gizi

Data dikumpulkan melalui wawancara kepada responden dengan menggunakan kuesiner literasi gizi untuk mengetahi pemahaman siswa. Data yang diperoleh selanjutnya diolah dan dianalisis menggunakan program komputer SPSS. Dengan jumlah 10 pernyataan selanjutnya seluruh skor dijumlahkan untuk memperoleh total skor dengan pemberian skala nilai dan kategori, yaitu :

1) SS (Sangat Setuju) = 5
2) S (Setuju)= 4
3) RR (Ragu-Ragu)=3
4) TS (Tidak Setuju) = 2
5) STS (Sangat Tidak Setuju) = 1

Kategori :

1. Baik : jika presentase jawaban responden berkisar antara 75-100%
2. Cukup : jika presentase jawaban responden berkisar antara 60-75%
3. Kurang Baik : jika presentase jawaban responden < 60%

2. Kebiasan Jajan

Data dikumpulkan melalui wawancara kepada responden dengan menggunakan kuesioner FFQ untuk mengetahui konsumsi jajanan yang dikonsumsi 1 minggu terakhir. Data yang diperoleh selanjutnya diolah dan dianalisis menggunakan program SPSS dengan uji chi-square . Dengan jumlah 10 jenis jajanan yaitu 5 jenis makanan dan 5 jenis minuman dengan kategori sebagai berikut:

1) Baik : jika total skor ≤ 191,09(skor rata-rata seluruh responden)
2) Kurang Baik : jika total skor ≥191,09 (skor rata-rata seluruh responden).

F. Analisis Data

Data yang dikumpulkan kemudian dianalisi untuk mengevaluasi hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat, sebagai berikut :

1. Analisis Univariat

Analisis univariat digunakan untuk mendeskripsikan setiap variabel secara terpisah, baik variabel independen (literasiu gizi) maupun variabel dependen (kebiasaan jajan).

2. Analisis Bivariat

Hubungan antara literasi gizi dan perilaku ngemil di kalangan remaja diteliti menggunakan analisis bivariat. Karena literasi gizi dan perilaku ngemil keduanya diklasifikasikan sebagai sangat baik atau buruk, uji Chi-Square digunakan untuk analisis dalam penelitian ini. Nilai p digunakan untuk membuat keputusan; hubungan yang signifikan antara kedua variabel ditunjukkan jika nilai p kurang dari 0,05, dan tidak ada hubungan yang signifikan jika nilai p lebih dari 0,05. Perilaku makan remaja tidak berhubungan secara signifikan dengan literasi gizi, menurut analisis bivariat. Karena nilai p dari uji Chi-Square lebih dari 0,05, kita dapat menyimpulkan bahwa Ha salah dan H_0 benar. Oleh karena itu, tidak ada korelasi antara perilaku makan remaja dan tingkat pengetahuan gizi meraka.