# BAB III
# METODE PENELITIAN

## A. Desain Penelitian

Untuk mengkarakterisasi frekuensi konsumsi sayuran dan tingkat pengetahuan di kalangan mahasiswa MTsN 2 Deli Serdang, penelitian kuantitatif ini menggunakan desain observasional deskriptif dengan metode cross-sectional.

## B. Lokasi dan waktu penelitian

Lokasi penelitian ini dilakukan di MTsN 2 Deli Serdang. Penelitian di lakukan pada Tanggal 4 - 5 Mei 2026. Pengumpulan data serta hasil penyusunan laporan penelitian pada bulan juni 2026

## C. Populasi dan Sampel

### 1. Populasi

Pada penelitian ini populasi yang diambil adalah seluruh siswa kelas VIII MTsN 2 Deli Serdang yang berjumlah 399 orang.

### 2. Sampel

Dalam statistik, sampel didefinisikan sebagai subset yang signifikan secara statistik dari populasi yang lebih besar. Siswa kelas delapan dari MTsN 2 Deli Serdang membentuk sampel penelitian ini. Untuk mendapatkan ukuran sampel, rumus Slovin digunakan..

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

Keterangan:

$n$= jumlah sampel

$N$= jumlah populasi

$e$= tingkat kesalahan (margin of error), biasanya 0,1 (10%)

(Nadhilah Idzni Majdina, 2024)



Dipindai dengan CamScanner

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

$$n = \frac{399}{1+399(0,1)2}$$

$$n = \frac{399}{1+399(0,01)}$$

$$n = \frac{399}{1+3,99}$$

$$n = \frac{399}{4,99}$$

$$n = 79,95 = 80$$

Berdasarkan hasil perhitungan menggunakan rumus Slovin diperoleh jumlah sampel sebanyak 80 siswa.

Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *Proportionate Stratified Random Sampling*, yaitu teknik pengambilan sampel dengan membagi populasi kedalam beberapa kelompok atau strata berdasarkan kelas, kemudian sampel diambil dari setiap kelas secara acak.

Rumus Proportionate *Stratified Random sampling* adalah:

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

$n_h$= total sampel diambil pada *Propotionate Stratified Random Sampling*

$N_h$=Total populasi strata

$N$= Total populasi

$n$= Total sampel (rumus Slovin)

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

Dipindai dengan CamScanner

Berikut pembagian jumlah sampel berdasarkan jumlah kelas :

**Tabel 2 . Jumlah Penentuan Sampel**

| Kelas | Jumlah Siswa ($N_i$) | Perhitungan Sampel | Sampel ($n_i$) |
|---|---|---|---|
| Kelas 8-1 | 30 | 30/399 × 80 = 6,02 | 6 |
| Kelas 8-2 | 31 | 31/399 × 80 = 6,22 | 6 |
| Kelas 8-3 | 31 | 32/399 × 80 = 6,22 | 6 |
| Kelas 8-4 | 32 | 32/399× 80 = 6,42 | 7 |
| Kelas 8-5 | 32 | 32/399 × 80= 6,42 | 7 |
| Kelas 8-6 | 31 | 31/399 × 80 = 6,22 | 6 |
| Kelas 8-7 | 32 | 32/399 × 80 = 6,42 | 7 |
| Kelas 8-8 | 32 | 32/399 × 80 = 6,42 | 6 |
| Kelas 8-9 | 32 | 32/399 × 80 = 6,42 | 6 |
| Kelas 8-10 | 30 | 30/399 × 80 = 6,02 | 6 |
| Kelas 8-11 | 32 | 32/399 × 80 = 6,42 | 6 |
| Kelas 8-12 | 31 | 31/399 × 80 = 6,22 | 6 |
| Kelas 8-13 | 23 | 23/399 × 80 = 4,61 | 5 |
| Total | 399 | | 80 |

**a. Kriteria inklusi**

1. Siswa kelas VIII MTsN 2 Deli Serdang
2. Bersedia menjadi responden
3. Hadir pada saat pengambilan data.

**b. Kriteria eksklusi**

1. Siswa yang sedang sakit saat pengambilan data
2. Siswa yang tidak mengisi kuesioner secara lengkap

Dipindai dengan CamScanner

## D. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data

### 1. Teknik pengumpulan data

Teknik yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan data Primer dan data Sekunder, yaitu sebagai berikut:

a. **Data Primer**

Data primer adalah data yang diperoleh secara langsung oleh peneliti dari responden melalui pengisian instrumen penelitian.

1. Data identitas sampel meliputi: nama, umur, kelas, yang diperoleh dari pengisian formulir identitas sampel.
2. Data pengetahuan responden diperoleh melalui pengisian kuesioner dan wawancara pengetahun tentang sayur.
3. Data frekuensi konsumsi sayur didapatkan dengan cara wawancara kepada responden menggunakan formulir *Food Frequency Questionnaire* (FFQ).

**b. Data Sekunder**

Data sekunder adalah data pendukung yang diperoleh dari sumber kedua, seperti profil sekolah, jumlah, siswa kekas VIII, serta data lain yang mendukung penelitian.

### 2. Instrumen Pengumpulan Data

Kuesioner pengetahuan tentang makan sayur dan *Food Frequency Questionnaire* (Ffq) konsumsi sayur dikumpulkan dengan cara responden mengisi sendiri kuesioner berikut langkah-langkahnya.

1. Peneliti datang ke kelas sesuai jadwal yang telah disepakati dengan pihak sekolah
2. Peneliti memperkenalkan diri kepada siswa, dan menjelaskan tujuan pengisian kuesioner dan ffq, yaitu untuk mengetahui pengetahuan dan frekuensi konsumsi sayur
3. Peneliti menjelaskan bahwa kuesioner tentang pengetahuan yang berisi 15 soal pilihan ganda, cukup memilih satu jawaban yang dianggap paling benar.
4. Frekuensi konsumsi sayur mewawancarai langsung ke sampel dan mengisi formulir *Food Frequency Questionnaire* .

Dipindai dengan CamScanner

## E. Pengolahan dan Analisis Data

### 1. Pengolahan data

Data yang telah dikumpulkan melalui kuesioner dan formulir *Food Frequency Questionnaire* selanjutnya diperiksa, dikodekan, dan diolah secara manual, kemudian dimasukkan ke dalam program SPSS untuk dianalisis.

#### a. Data Pengetahuan

Pengolahan data pengetahuan dilakukan dengan memberi skor 1 untuk setiap jawaban benar dan skor 0 untuk jawaban salah pada 15 soal yang diberikan kepada responden. Total skor setiap responden kemudian dijumlahkan, lalu diubah ke dalam bentuk persentase dengan rumus:

**1.** Mengubah peresentase

Gunakan Rumus :

$$Nilai\ Peresentase = (\frac{jumlah\ skor}{15})\ X\ 100$$

**2.** Berdasarkan skor yang diperoleh tersebut, maka kriteria pengukuran tingkat pengetahuan dibagi menjadi 3 yaitu: baik, cukup, kurang, sehingga kategori penilaiannya sebagai berikut (Notoatmodjo, 2016).

1. Kategori Baik : 76-100% (Skor 12-15)
2. Kategori Cukup : 56-75% (Skor 9–11)
3. Kategori Kurang : ≤55% (Skor 0–8)

#### b. Frekuensi Konsumsi Sayur

Pengolahan data frekuensi konsumsi sayur dilakukan menggunakan formulir *Food Frequency Questionnaire* dengan melihat jenis sayur yang dikonsumsi, frekuensi konsumsi, dan jumlah konsumsi dalam ukuran rumah tangga. Setiap pilihan frekuensi diberi skor, yaitu

1. > 3 kali per hari = 50
2. 1 kali per hari = 25
3. 3–6 kali per minggu = 15
4. 1–2 kali per minggu = 10
5. 2 kali per bulan = 5
6. Tidak pernah = 0.

Dipindai dengan CamScanner

Item sayur yang tidak dicentang atau tidak disebutkan oleh responden dilakukan sebagai tidak pernah dan diberi skor 0. Skor seluruh item kemudian dijumlahkan untuk memperoleh skor frekuensi konsumsi tiap responden.

Nilai mean dari seluruh skor responden digunakan sebagai dasar untuk membagi kategori frekuensi konsumsi sayur, yaitu.

1. Jarang : skor < nilai rata-rata (mean)
2. Sering : skor ≥ nilai rata-rata (mean)

Penggunaan mean dilakukan karena penelitian ini bersifat deskriptif dan bertujuan untuk membagi responden berdasarkan kecenderungan konsumsi sayur pada kelompok yang diteliti.

**2. Analisis Data**

Analisis data pada penelitian ini adalah sebagai berikut:

**a. Analisis Univariat**

Analisis univariat dilakukan terhadap kedua variabel penelitian untuk menggambarkan distribusi frekuensi dan persentase dari variabel pengetahuan dan frekuensi konsumsi sayur pada siswa MTsN 2 Deli Serdang.

Dipindai dengan CamScanner