BAB III
METODE PENELITIAN

A. Lokasi dan Waktu Penelitian

1. Lokasi Penelitian

Lokasi pelaksanaan studi empiris ini bertempat di SMA Swasta Persatuan Amal Bakti 9 Patumbak, yang beralamat di Jalan Pertahanan Ujung Patumbak, RT 0 RW 0 Patumbak Satu, Kecamatan Patumbak, Kabupaten Deli Serdang, Provinsi Sumatera Utara.

1. Waktu Penelitian

Implementasi penelitian ini dijadwalkan berlangsung terhitung mulai 09 September 2025 sampai 10 November 2025 pada lingkungan SMA Swasta Persatuan Amal Bakti 9 Patumbak. Sebagai tahapan pendahuluan, agenda observasi lapangan serta pengurusan perizinan administratif telah diselesaikan pada Maret 2025.

B. Jenis dan Rancangan Penelitian

Penyelidikan ini menerapkan pendekatan kuasi eksperimen (*quasi experiment*) melalui skema perlakuan tunggal berupa *one group pre-test and post-test design*, yang visualisasi kerangka operasionalnya disajikan sebagai berikut.

Gambar 4. Bentuk rancangan One Group Pre-test – Post-test

O1 ⟶ X ⟶ O2

Keterangan :

O1 : Pengukuran pengetahuan dan sikap sebelum dilakukan edukasi tentang gizi seimbang dengan media booklet (pre- test).

X : Memberikan edukasi tentang gizi seimbang dengan media booklet setelah dilakukan pre - test.

O2 : Pengukuran pengetahuan dan sikap sesudah edukasi tentang gizi seimbang dengan media booklet (post- test).

C. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi dalam penelitian ini mencakup keseluruhan peserta didik pada rombongan belajar kelas XI IPA hingga XI IPS di SMA Swasta Persatuan Amal Bakti 9 Patumbak, dengan jumlah agregat sebanyak 58 siswa.

2. Sampel

Sampel merupakan representasi kelompok peserta didik yang ditetapkan menjadi subjek telaah empiris di SMA Swasta Persatuan Amal Bakti 9 Patumbak. Prosedur penarikan partisipan menerapkan teknik sampling jenuh (*total sampling*), yang berarti bahwa seluruh unit populasi dilibatkan secara utuh sebagai sampel riset.

Table 3 Penggelompokkan Sampel

Kelas	Siswa laki - laki	Siswi Perempuan	Jumlah
XI IPA	16	13	**29**
XI IPS	11	18	**29**
	Total		**58**

D. Tahap Edukasi Gizi Seimbang

3. Persiapan

Tahapan persiapan intervensi edukasi mencakup perancangan instrumen media ajar berbentuk buku saku (*booklet*) berbasis cerita bergambar, yang memadukan narasi tekstual serta elemen visual pendukung guna menyalurkan materi instruksional secara terpadu. Secara simultan, peneliti merumuskan instrumen kuesioner terstandar untuk mengukur domain kognitif dan disposisi afektif peserta didik mengenai gizi seimbang, yang butir-butir pertanyaannya dikembangkan secara spesifik mengacu pada karakteristik kurikulum siswa tingkat menengah atas.

Langkah berikutnya adalah perumusan Satuan Acara Penyuluhan (SAP) yang berfungsi sebagai kerangka operasional bagi peneliti selama memfasilitasi jalannya proses transfer pengetahuan. Dokumen pedoman ini dirancang secara sistematis dengan menyesuaikan alokasi pertemuan tatap muka beserta rincian distribusi materi pada tiap sesi intervensi. Komponen pokok di dalam SAP tersebut meliputi:

(1) tema sentral atau topik bahasan instruksional, (2) alokasi waktu dan durasi pada masing-masing pertemuan, (3) capaian tujuan instruksional umum maupun khusus, serta (4) susunan tata laksana dan sekuens kegiatan edukasi dari pembuka hingga penutup.

4. Pelaksanaan Penelitian

a. Tahap awal

Langkah pertama yang dilakukan peneliti yaitu memasuki ruang kelas XI IPA dan XI IPS untuk melakukan sosialisasi kepada responden terkait peneliti akan melakukan kegiatan apa saja yang akan dilakukan.

b. Pengisian informed consent

Setelah diberikan informasi jelas, maka responden mengisi informed consent) sebagai tanda bersedia menjadi responden dalam penelitian.

c. Pre Test

Setelah mengisi lembar persetujuan, selanjutnya dilakukan pemberian pre test kepada responden untuk mengetahui tingkat pengetahuan dan sikap tentang gizi seimbang pada siswa. Peneliti akan menjelaskan cara pengisian kuesioner, selanjutnya kuesioner dibagikan lalu responden dipersilahkan untuk menjawab sendiri setiap pertanyaan yang ada di lampiran kuesioner Lampiran 1. Waktu pengisian kuesioner 15 menit.

d. Edukasi tahap 1

Edukasi akan dilakukan sebanyak 3 kali, langkah pertama yang dilakukan yaitu memasuki ruangan kelas ipa dan ips . Selanjutnya dilakukan edukasi dengan durasi adalah selama 40 menit. Edukasi tahap 1 akan dilakukan setelah melakukan pre test. Pada tahap ini setelah pre test akan memberikan edukasi dengan media booklet kepada siswa. Dalam edukasi peneliti akan memberikan materi tentang gizi seimbang pada siswa dengan menjelaskan pengertian gizi seimbang, menjelaskan pengertian gizi seimbang, menjelaskan 4 pilar gizi seimbang dan lainnya seperti Lampiran 3. Metode yang digunakan adalah ceramah, diskusi dan tanya jawab.

e. Edukasi tahap 2

Edukasi Tahap 2 dilaksanakan 1 minggu kemudian setelah pelaksanaan edukasi tahap 1. Selanjutnya dilakukan edukasi tahap 2 dengan materi yang diberikan yaitu tentang Pesan Gizi Seimbang Selanjutnya dilakukan edukasi dengan

durasi adalah selama 40 menit untuk setiap pertemuan. Sebelum melakukan edukasi peneliti akan memberikan pertanyaan seputar gizi seimbang untuk mengetahui sejauh mana siswa paham tentang materi yang disampaikan pada minggu sebelumnya pada peneliti.

f. Edukasi Tahap 3

Tahap 3 juga dilaksanakan 1 minggu setelah pelaksanaan penyuluhan tahap 2 Pada edukasi 3 Selanjutnya dilakukan edukasi dengan durasi adalah selama 40 menit untuk setiap pertemuan. Dalam edukasi materi sama yang dilakukan edukasi tahap 1 dan tahap 2. Metode yang dilakukan yaitu ceramah, diskusi, dan tanya jawab. Setelah edukasi tahap 3 dilakukan selesai, akan diadakan kuis berhadiah untuk melihat pemahaman siswa tentang gizi seimbang.

g. Post Test

Usai pelaksanaan rangkaian intervensi edukasi gizi seimbang berbantukan media buku saku (*booklet*), agenda dilanjutkan dengan penyelenggaraan evaluasi akhir (*post-test*). Pengukuran terminal ini diarahkan untuk mengidentifikasi signifikansi peningkatan disposisi afektif serta eskalasi pemahaman kognitif peserta didik pasca-pemberian perlakuan.

E. Jenis dan Cara Pengumpulan Data.

1. Data Primer

Data primer merepresentasikan data empiris yang dihimpun secara mandiri oleh peneliti melalui observasi langsung di kancah riset. Cakupan data primer dalam penelitian ini meliputi:

a. Data Karakteristik Responden, yang mencakup identitas nama, usia, jenis kelamin, rombongan belajar (kelas), serta latar belakang suku bangsa, yang dikumpulkan melalui pengisian instrumen demografi pada Lampiran 1.
b. Data Pengetahuan dan Sikap, yang tertuang dalam Lampiran 1, dihimpun sebelum (pre-test) dan sesudah (post-test) intervensi edukasi gizi melalui instrumen kuesioner terstruktur yang diisi langsung oleh responden. Adapun pemerolehan data pengetahuan ditempuh melalui prosedur operasional sebagai berikut:

1) Memastikan komitmen dan kesediaan calon responden untuk

mengikuti seluruh rangkaian program edukasi gizi.

2) Mengondisikan seluruh responden di dalam ruang kelas SMA Swasta Persatuan Amal Bakti 9 Patumbak.

3) Memberikan penjelasan komprehensif mengenai latar belakang, tujuan, serta mekanisme pelaksanaan riset kepada responden.

4) Menjelaskan petunjuk teknis pengisian lembar persetujuan menjadi subjek penelitian (informed consent).

5) Responden melengkapi identitas dan menandatangani lembar persetujuan kesediaan berpartisipasi.

6) Memaparkan pedoman dan tata cara pengisian instrumen kuesioner secara jelas kepada responden.

7) Memberikan kesempatan kepada responden untuk menjawab seluruh butir pertanyaan yang termuat dalam kuesioner secara cermat dan mandiri.

8) Menghimpun kembali berkas kuesioner yang telah diselesaikan oleh responden kepada peneliti.

9) Melakukan pemeriksaan ulang (cross-check) terhadap berkas kuesioner guna memastikan tidak terdapat butir pertanyaan yang terlewat atau tidak terisi.

10) Mengadministrasikan pengukuran instrumen pengetahuan dan sikap sebanyak dua kali, yakni pada tahap awal (pre-test) sebelum intervensi dan tahap akhir (post-test) setelah intervensi selesai dilaksanakan..

2. Data Sekunder

Data sekunder dalam penelitian adalah tentang gambaran umum lokasi penelitian yaitu SMA swasta Persatuan Amal Bakti 9 Patumbak dan data jumlah siswa sebagai responden. Data dapat diperoleh dari pihak sekolah SMA swasta Persatuan Amal Bakti 9 Patumbak.

2. Teknik Pengumpulan Data

1) Kuesioner

a. Instrumen kuesioner yang diterapkan dalam riset ini difungsikan untuk mengevaluasi taraf penguasaan pengetahuan kognitif sekaligus disposisi sikap siswa mengenai prinsip gizi seimbang, baik sebelum (pre-test) maupun sesudah (post-test) penyelenggaraan intervensi edukasi..

2) Media Booklet

Melalui media booklet sebagai diberikan dalam penyuluhan gizi seimbang untuk meningkatkan pengetahuan, sikap, dan pola makan yang sehat terkait dengan gizi pada siswa.

F. Pengolahan dan Analisis Data

1. Pengolahan Data

a. Data Karakteristik Sampel.

Data karakteristik sampel yang sudah dikumpulkan diolah secara manual menggunakan program komputer dengan tahapan

sebagai berikut :

1) Memeriksa kelengkapan data
2) Memberikan kode yang sesuai dengan karakteristik data identitas
3) Mengentri data ke dalam program komputer
4) Data seperti umur, jenis kelamin, kelas, suku, berat badan, tinggi badan, pendidikan orangtua, pekerjaan orang tua ditabulasi sesuai kategorinya.

b. Data pengetahuan

1) Kuesioner pengetahuan yang telah dikumpulkan diperiksa kelengkapan datanya.
2) Kuesioner terdiri dari 15 pertanyaan, setiap pertanyaan diberikan skor 1 untuk jawaban yang benar dan skor 0 untuk jawaban yang salah.
3) Menurut (Arikunto, 2019) pengetahuan dibagi menjadi 3 kategori, yaitu:
    a. Baik, bila subjek mampu menjawab dengan benar 76-100%
    b. Cukup, bila subjek mampu menjawab dengan benar 56-75%
    c. Kurang, bila subjek menjawab dengan < 55%
4) Setelah dilakukan penelitian, hitung rata-rata peningkatan pengetahuan sebelum dan sesudah dilakukan edukasi gizi.

c. Data sikap

1) Data sikap yang dikumpulkan dengan menggunakan 10 pernyataan.
2) Kuesioner terdiri dari 10 pernyataan, pada pernyataan negatif, diberikan skor 1 untuk jawaban tidak setuju, dan skor 1 untuk jawaban setuju.
3) Menurut (Ningsih, 2020) kriteria sikap dikategorikan menjadi, yaitu :
    a. Sikap Positif bila nilai >60 % (skor 6-10)
    b. Sikap Negatif bila nilai <60 % (skor 6)
4) Setelah dilakukan penelitian, hitung rata- rata peningkatan sikap sebelum dan sesudah dilakukan edukasi gizi.

2. Analisis Data

a. Analisis Univariat

Analisis univariat ditujukan untuk memetakan deskripsi distribusi frekuensi serta proporsi karakteristik dari masing-masing variabel bebas (*independent variable*) maupun variabel terikat (*dependent variable*). Gambaran tingkat pengetahuan dan disposisi sikap remaja mengenai gizi seimbang, baik sebelum maupun sesudah perlakuan edukasi, selanjutnya disajikan secara sistematis dalam bentuk tabel rekapitulasi data univariat.

b. Analisis Bivariat

Pengaruh intervensi edukasi gizi seimbang berbantukan media buku saku (*booklet*) terhadap tingkat pengetahuan dan sikap peserta didik di SMA Swasta Persatuan Amal Bakti 9 Patumbak dievaluasi melalui prosedur analisis bivariat. Sebelum pengujian hipotesis dijalankan, uji normalitas dilakukan terlebih dahulu dengan memanfaatkan uji Kolmogorov-Smirnov, mengingat ukuran sampel penelitian mencakup lebih dari 50 responden. Oleh karena hasil uji prasyarat menunjukkan sebaran data tidak berdistribusi normal, pengujian inferensial dilanjutkan menggunakan uji nonparametrik *Wilcoxon Signed Rank Test* guna membandingkan signifikansi perbedaan skor pengetahuan dan sikap antara pengukuran sebelum (*pre-test*) dan sesudah (*post-test*) pemberian edukasi.