

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif observasional yang dilakukan untuk mengetahui faktor konversi berat mentah-masak hidangan sayur terhadap teknik pengolahan hidangan.

A. Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian dilaksanakan pada bulan Mei 2018 di RSUD Mitra Delima Bululawang, Malang.

B. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi dalam penelitian ini adalah beberapa hidangan sayur yang terdapat dalam siklus menu dan pengembangan resep serta terdapat dua macam teknik pengolahan yang berbeda di RSUD Mitra Delima Bululawang, Malang.

2. Kriteria Sampel

- a. Sayur yang disajikan di Rumah Sakit
- b. 4 (empat) jenis sayur yang berbeda
- c. Setiap satu jenis sayur terdapat dua macam teknik pengolahan yaitu tumis dan masak dengan santan

3. Teknik Pengambilan Sampel

Teknik pengambilan sampel menggunakan *Purposive Sampling*, yaitu penentuan sampel berdasarkan pada kriteria peneliti sesuai dengan maksud dan tujuan (Fajar, 2009).

4. Besar Sampel

Besar sampel penelitian ini sebanyak 8 macam hidangan sayur dalam siklus menu 7 hari di RSUD Mitra Delima Bululawang, Malang.

C. Alat dan Bahan

1. Alat

Alat yang digunakan dalam penelitian ini adalah timbangan bahan makanan, pisau, sendok, piring, mangkok kecil, telenan, kompor, panci, gelas, wajan, spatula, baskom dan peralatan pengolahan lain.

2. Bahan

- a. Bayam : Bobor Bayam dan Cah Bayam
- b. Sawi : Bobor Sawi dan Cah Sawi
- c. Kacang Panjang : Lodeh Kacang Panjang dan Tumis Kacang Panjang
- d. Wortel : Kare Wortel dan Cah wortel

D. Variabel Penelitian

Variabel bebas (*independent*) : jenis bahan dan teknik pengolahan

Variabel terikat (*dependent*) : susut masak dan faktor konversi berat mentah masak

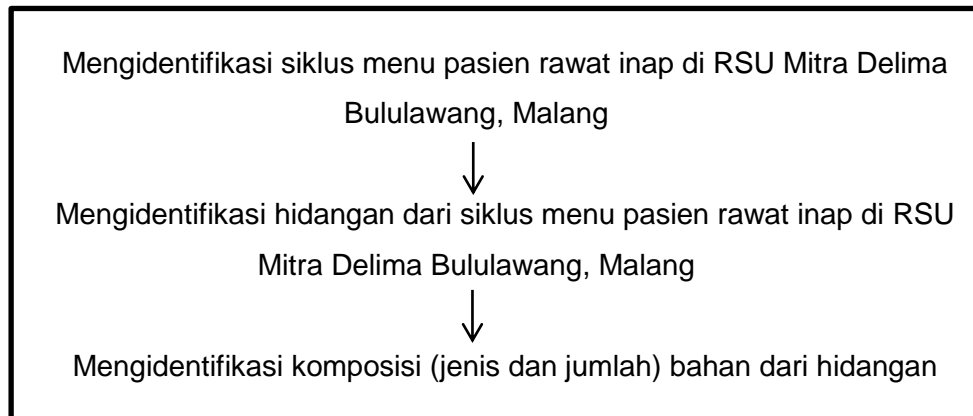
E. Definisi Operasional Variabel

Tabel 1. Definisi Operasional Variabel

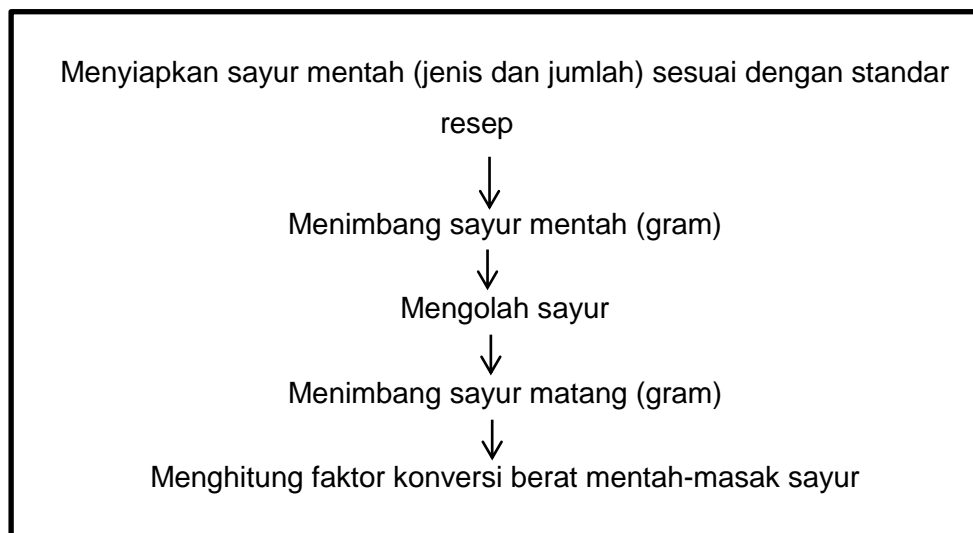
Variabel	Definisi	Metode	Skala
Jenis bahan dan teknik pengolahan	Perlakuan (cara pengolahan) pada berbagai jenis bahan sayur mulai dari tahap persiapan hingga pengolahan pada siklus menu di RSUD Mitra Delima Bululawang, Malang.	Observasi langsung	Nominal
Faktor Susut Masak	Selisih berat bahan makanan mentah dan masak dibandingkan dengan berat mentah bahan makanan di RSUD Mitra Delima Bululawang, Malang.	Susut masak (Soeparno, 2009) : % Susut Masak $= \frac{a-b}{a} \times 100\%$ Ket : a = berat sebelum dimasak b = berat setelah di masak	Rasio
Faktor konversi berat mentah ke masak	Perbandingan antara berat bahan mentah dengan berat bahan masak dari siklus menu pada hidangan sayur di RSUD Mitra Delima Bululawang, Malang.	Konversi mentah – masak (Hardinsyah dan Briawan, 1994) : $Fj = \frac{BMj}{BOj}$ Ket : Fj : Faktor konversi BMj : Berat Mentah BOj : Berat Masak (olahan)	Rasio

F. Metode Pengumpulan Data

Penelitian dilakukan pada kelompok sayur yang terdapat dalam siklus menu dan pengembangan resep di RSUD Mitra Delima Bululawang, Malang. Penelitian terdiri dari dua tahap yaitu persiapan penelitian disajikan pada Gambar 1 dan pelaksanaan penelitian pada Gambar 2 berikut dibawah ini.



Gambar 1. Alur persiapan penelitian konversi berat mentah masak pada hidangan sayur di RSUD Mitra Delima Bululawang, Malang



Gambar 2. Alur pelaksanaan penelitian konversi berat mentah masak pada hidangan sayur di RSUD Mitra Delima Bululawang, Malang

G. Metode Penimbangan Berat Mentah Masak

Berat mentah dan masak dihitung dengan menggunakan timbangan bahan makanan, pada penimbangan bahan mentah, dilakukan sebelum bahan dicuci dan setelah bahan dikupas, ditimbang berdasarkan jenis bahan. Pada penimbangan bahan makanan masak ditimbang setelah masak dan ditiriskan antara kuah dan bahan dan setiap hidangan terdiri dari berbagai macam bahan, pada saat penimbangan masing-masing bahan makanan matang tersebut disisihkan menurut jenisnya. Penimbangan dilakukan 2 kali untuk setiap hidangan sayur.

H. Pengolahan, Penyajian dan Analisis Data

Pengolahan dan analisis data untuk mengetahui konversi berat mentah ke masak sayur dilakukan dengan menyajikannya dalam bentuk tabel dan gambar kemudian dianalisis secara deskriptif.

1. Menghitung Susut Masak

Untuk mengetahui faktor penyusutan makanan atau hidangan sayur setelah dimasak dengan menghitung selisih beratnya, dihitung dengan menggunakan rumus (Soeparno, 2009) :

$$\text{Susut Masak} = \frac{\text{berat mentah} - \text{berat matang}}{\text{berat mentah}} \times 100\%$$

2. Menghitung Faktor Konversi

Untuk mengetahui faktor konversi berat mentah ke masak didapatkan dengan menimbang berat bahan makanan masak dan mentah, kemudian dihitung dengan rumus (Hardinsyah dan Briawan, 1994) :

$$F_j = \frac{BM_j}{BO_j}$$

$$BM_j = F_j \times BO_j$$

$$BO_j = \frac{BM_j}{F_j}$$

Keterangan :

F_j : Faktor konversi mentah masak bahan makanan

BM_j : Berat bahan makanan j dalam bentuk mentah

BO_j : Berat bahan makanan j dalam bentuk olahan (matang)

I. Etika Penelitian

Dalam melakukan penelitian ini, peneliti menekankan masalah etika meliputi :

1. Perijinan

Peneliti mendapatkan surat pengantar dari institusi (Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang) kemudian menyerahkan kebagian tata usaha RSUD Mitra Delima dan diteruskan kepada pihak berwenang menangani penelitian ini. Hal ini dilakukan untuk mendapatkan persetujuan mengadakan penelitian.

2. Kerahasiaan

Informasi yang telah dikumpulkan telah dijamin kerahasiaannya oleh peneliti

3. Penelitian tidak mengganggu dan merugikan pihak rumah sakit.