

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis dan Desain Penelitian

Jenis penelitian ini adalah penelitian observasional yaitu mengadakan pengamatan/observasi terhadap variabel yang diteliti. Desain penelitian yang digunakan adalah *cross sectional* yaitu observasi dilakukan pada satu saat (*point time approach*) (Hermawanto,2010).

B. Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan pada bulan Januari 2020 selama 2 minggu pada saat menu lauk nabati diberikan yaitu sebanyak 3 hari. Penelitian di SD Islam Al-Azhaar Kabupaten Tulungagung Jl. Pahlawan, Gang 1, Rejoagung, Kec. Kedungwaru, Kabupaten Tulungagung.

C. Populasi dan Sampel

1. Populasi

a. Santri

Populasi dalam penelitian ini adalah semua santri di SD Islam Al-Azhaar Kabupaten Tulungagung.

b. Menu

Seluruh menu yang dihidangkan dalam 1 bulan yaitu 31 menu dengan jenis makanan sebanyak 41 jenis.

2 Sampel

a. Teknik sampel

1) Santri

Pada penelitian ini teknik sampling dilakukan dengan cara *purposive sampling* yaitu suatu cara penetapan sampel dengan cara memilih sampel di antara populasi sesuai dengan yang dikehendaki peneliti (Nursalam,2008). Sampel yang digunakan santri kelas 5 karena dinilai sudah mampu dalam menilai makanan yang disediakan dan berkaitan dengan pemahaman santri dalam mengisi kuesioner

yang diberikan.

2) Menu

Pada penelitian ini teknik sampling dilakukan dengan cara *purposive sampling* yaitu suatu cara penetapan sampel dengan cara memilih sampel di antara populasi sesuai dengan yang dikehendaki peneliti (tujuan/masalah dalam penelitian)(Nursalam,2008). Makanan yang diambil terdiri dari 3 jenis lauk nabati dan 3 jenis sayuran. Lauk nabati terdiri dari bola-bola tahu, tempe mendoan, dan perkedel kentang sedangkan sayuran terdiri dari sayur asem, sop, dan sayur loncom.

b. Kriteria sampel

Kriteria sampel merupakan kriteria inklusi dan eksklusi, dimana kriteria tersebut menentukan dapat atau tidaknya digunakan. Adapun kriteria inklusi dan eksklusi dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1) Kriteria inklusi penelitian

Kriteria inklusi adalah kriteria dimana subjek penelitian dapat mewakili dalam sampel penelitian yang memenuhi syarat sebagai sampel (Notoatmodjo, 2010). Adapun kriteria inklusi sebagai berikut :

- a) Santri usia 10-12 tahun yang mengonsumsi makan siang yang disajikan SD Islam Al-Azhaar Kabupaten Tulungagung.
- b) Santri yang mengikuti kegiatan makan selama masa penelitian.
- c) Santri yang sedang sehat.
- d) Santri yang dapat mengisi kuisioner dengan baik.

2) Kriteria inklusi menu

- a) Menu dengan waste yang tinggi dan tingkat kesukaan yang rendah

3) Kriteria eksklusi penelitian

Kriteria eksklusi merupakan kriteria dimana subjek penelitian tidak dapat mewakili sampel karena tidak memenuhi syarat sebagai sampel penelitian (Notoatmodjo, 2010). Kriteria eksklusi penelitian ini sebagai berikut:

- a) Santri yang tidak mengikuti kegiatan penelitian sampai akhir.
- b) Santri yang keluar dari sekolah selama penelitian berlangsung.

4) Kriteria eksklusi menu

- a) Menu dengan waste rendah dan tingkat kesukaan tinggi

c. Besar sampel

1) Santri

Besar sampel dalam penelitian ini adalah 47 santri yang terdiri dari 21 santri putri kelas 5C dan 26 santri putra kelas 5D. Pemilihan kelas 5C dan 5D karna letak kelas bersebelahan dan santri pada kelas tersebut lebih mudah di koordinasi dari pada santri kelas 5A dan 5B.

2) Menu

Menu yang dijadikan sampel dalam penelitian ini adalah jenis lauk nabati dan sayuran. Lauk nabati terdiri dari bola-bola tahu, tempe mendoan, dan perkedel kentang sedangkan sayuran terdiri dari sayur asem, sop, dan sayur loncom. Menu

tersebut dijadikan sampel dalam penelitian ini karena jenis lauk nabati dan sayur sering meninggalkan sisa.

D. Variabel Penelitian

1. Variabel bebas (*Independent*) : Karakteristik Santri SD, Pola Menu, Tingkat Kesukaan
2. Variabel terikat (*Dependent*) : Sisa Makanan

E. Definisi Operasional Variabel

Definisi operasional meliputi variabel pola menu, tingkat kesukaan, dan sisa makanan (*waste*). Adapun penjelasan variabel sebagai berikut:

1. Variabel pola menu ialah komposisi atau susunan makanan yang disajikan setiap kali makan yang terdiri dari makanan pokok, lauk hewani, lauk nabati, sayur dan buah yang disajikan (Ardiyani, 2015). Pola menu diteliti secara observasi. Skala pada variabel pola menu yaitu ordinal. Hasil ukur terdiri dari 3 penilaian, yaitu:
 - a. Seimbang: terdiri dari minimal 4 jenis makanan diantara makanan pokok, lauk hewani, lauk nabati, sayur, buah
 - b. Kurang seimbang: terdiri dari 3 komponen jenis makanan
 - c. Tidak seimbang: terdiri dari <3 komponen jenis bahan makanan (Ardiyani, 2015)
2. Tingkat kesukaan merupakan penilaian subjek terhadap makanan yang disediakan dengan kategori tidak suka, kurang suka, suka, dan sangat suka (Lubis, 2015). Penilaian meliputi rasa, warna, aroma, bentuk dan tekstur dengan memberikan kuisioner kepada responden.
3. Variabel sisa makanan (*waste*) ialah jumlah makanan yang masih ada di piring makan selesai makan dan dinyatakan dalam persentase. Diukur dengan metode visual comstok. Skala pada variabel sisa makanan yaitu ordinal. Hasil penilaian taksiran terdiri dari 6 kategori yaitu: skala 0 = habis, skala 1 = tersisa $\frac{1}{4}$ porsi, skala 2 = tersisa $\frac{1}{2}$ porsi, skala 3 tersisa $\frac{3}{4}$ porsi, skala 4 hanya dicicip dan skala 5 tidak dimakan. Lalu penilaian sisa makanan terdiri dari 2 kategori yaitu: bersisa (jumlah sisa makanan >20%) dan tidak bersisa (jumlah sisa makanan \leq 20%) (Wayansari, dkk., 2018)

F. Instrumen Penelitian

Instrumen yang digunakan pada penelitian ini adalah:

1. Formulir tingkat kesukaan makanan (Lampiran 4)
2. Formulir sisa makanan (Lampiran 5)

3. Alat tulis
4. Kalkulator
5. Laptop
6. Kamera

G. Metode Pengumpulan Data

1. Dalam pengambilan data, peneliti dibantu oleh 1 enumerator dikarenakan perbedaan kelas antara santri laki-laki dan perempuan disaat jam makan siang yang bersamaan. Enumerator yang membantu mahasiswa jurusan gizi semester 5, karena memenuhi kriteria yaitu memahami metode *comstock* dan dapat memberikan petunjuk kepada santri untuk pengisian kuisisioner tingkat kesukaan dengan baik.
2. Data gambaran umum penyelenggaraan makanan diperoleh dengan cara wawancara kepada ahli gizi SD Islam Al-Azhaar, sedangkan data karakteristik responden diperoleh melalui pengisian kuisisioner.
3. Data pola menu diperoleh dengan cara observasi dan wawancara kepada ahli gizi selama 3 kali pengamatan kemudian dibandingkan dalam kategori pola menu yang terdiri dari seimbang, kurang seimbang dan tidak seimbang. (Lampiran 3)
4. Data kesukaan makanan diperoleh dengan cara pengisian kuisisioner kesukaan makan menggunakan uji skala hedonic/smiley face (Lampiran 4) oleh responden selama 3 hari.
5. Data sisa makan diperoleh dengan cara metode visual *comstock* dengan mengisi form sisa makanan oleh peneliti. (Lampiran 5)

H. Teknik Pengolahan, Penyajian dan Analisis Data

1. Data gambaran umum penyelenggaraan makanan dan karakteristik responden
Data gambaran umum institusi, dan karakteristik konsumen meliputi jenis kelamin dan usia responden disajikan dalam bentuk tabel, kemudian dianalisis secara deskriptif.
2. Data pola menu
Data pola menu (Lampiran 3) diperoleh dengan cara mentabulasikan masing-masing jenis menu selama 3 hari disajikan dalam bentuk tabel kemudian dianalisis secara deskriptif dengan kriteria penilaian sebagai berikut:
 - a. Seimbang apabila terdiri dari 4 komponen jenis makanan
 - b. Kurang seimbang apabila terdiri dari 3 komponen jenis makanan
 - c. Tidak seimbang apabila terdiri dari <3 komponen jenis makanan (Ardiyani, 2015).
3. Data tingkat kesukaan

Data yang diperoleh dengan cara pengisian kuisioner kesukaan makanan oleh responden selama 3 hari yang meliputi warna, bentuk, tekstur, aroma, rasa. Data kesukaan makanan diolah dengan cara memberikan nilai 1-4 yang menggunakan *smiley face* (Lampiran 4) dengan kriteria sebagai berikut:

1 = tidak suka

2 = kurang suka

3 = suka

4 = sangat suka

Data tersebut disajikan dalam bentuk diagram kemudian akan dianalisis secara deskriptif.

4. Data sisa makanan

Data penilaian sisa makanan diketahui dengan menaksir secara visual menggunakan metode *visual comstock*. Lalu hasil observasi yang telah dicatat dalam formulir sisa bahan makanan (Lampiran 5) dalam bentuk persentase sisa makan siang santri disajikan dengan di tabulasi dalam bentuk tabel kemudian dianalisis secara deskriptif. Metode taksiran visual dengan menggunakan skala 6 poin dengan kriteria sebagai berikut:

Skala 0 : Dimakan semuanya/habis

Skala 1 : Dimakan banyak (tersisa $\frac{1}{4}$ porsi)

Skala 2 : Dimakan separuh (tersisa $\frac{1}{2}$ porsi)

Skala 3 : Dimakan sedikit (tersisa $\frac{3}{4}$ porsi)

Skala 4 : Hanya dicicip

Skala 5 : Tidak dimakan

Hasilnya di konversikan kedalam skor sebagai berikut:

Skala 0 dimakan semuanya/habis = skor 5

Skala 1 dimakan $\frac{3}{4}$ porsi = skor 4

Skala 2 dimakan separuh = skor 3

Skala 3 dimakan sedikit $\frac{1}{4}$ porsi = skor 2

Skala 4 hanya dicicip = skor 1

Skala 5 tidak dimakan = skor 0

Rumus perhitungan :

$$\frac{\text{Total nilai}}{\text{Jumlah jenis menu} \times 5} \times 100\% =$$

Keterangan:

Banyak = jika jumlah sisa makanan >20%

Sedikit = jika jumlah sisa makanan $\leq 20\%$ (Wayansari, dkk., 2018)