

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Jenis Penelitian**

Jenis penelitian yang digunakan yakni deskriptif observasional. Menurut Sugiyono (2018) penelitian deskriptif adalah penelitian yang dilakukan untuk mengetahui nilai variabel mandiri, baik satu variabel atau lebih tanpa membuat perbandingan, atau menghubungkan dengan variabel yang lain. Desain penelitian yang digunakan yakni desain *cross sectional*. Pada penelitian ini peneliti melakukan penelitian dengan menyebarkan kuesioner kepada responden dalam waktu bersamaan.

#### **B. Waktu dan Tempat Penelitian**

Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 18 – 23 Februari 2022, dan institusi penyelenggaraan makanan di Pondok Pesantren Daarul Ukhuwwah Putri 2 Singosari Malang sebagai tempat penelitian.

#### **C. Populasi dan Sampel Penelitian**

##### **1. Populasi Penelitian**

Populasi dalam penelitian ini adalah santriwati Pondok Pesantren Daarul Ukhuwwah Putri 2 Singosari Malang.

##### **2. Sampel Penelitian**

Sampel dalam penelitian ini ialah santriwati di Pondok Pesantren Daarul Ukhuwwah Putri 2 Singosari Malang berjumlah 30 orang yang diambil dengan menggunakan metode *purposive sampling*. *Purposive sampling* adalah teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu (Sugiyono, 2016). Adapun kriteria inklusi dan eksklusi sampel ialah sebagai berikut:

##### **a. Kriteria Inklusi**

Kriteria inklusi adalah kriteria atau ciri-ciri yang harus dipenuhi oleh setiap anggota populasi yang akan diambil sebagai sampel (Notoatmodjo, 2018).

Kriteria inklusi sampel dalam penelitian ini adalah:

- 1) Santriwati berusia 13 – 15 tahun dan bersedia menjadi responden penelitian.
- 2) Santriwati yang mengonsumsi makanan yang disajikan sebanyak 3 kali sehari selama 3 hari waktu penelitian di Pondok Pesantren Daarul Ukhuwwah Putri 2 Singosari.

b. Kriteria Eksklusi

Kriteria eksklusi adalah ciri-ciri anggota populasi yang tidak dapat diambil sebagai sampel (Notoatmodjo, 2018). Kriteria eksklusi dalam penelitian ini adalah:

- 1) Santriwati yang tidak mengikuti dengan lengkap kegiatan penelitian.
- 2) Santriwati yang sakit saat penelitian.
- 3) Santriwati yang sedang berpuasa saat penelitian.
- 4) Santriwati yang mengundurkan diri ditengah berlangsungnya penelitian.

**D. Variabel Penelitian**

1. Variabel independen: tingkat kepuasan santri pada makanan yang disajikan.
2. Variabel dependen : tingkat asupan energi dan zat gizi.

**E. Definisi Operasional Variabel**

No.	Variabel	Definisi	Metode	Alat Ukur	Hasil Ukur	Skala Data
1.	Tingkat kepuasan	Kepuasan responden terkait penyediaan makanan oleh penyelenggara makanan di Pondok Pesantren Daarul Ukhuwwah Putri 2 Singosari Kabupaten Malang, yang meliputi: a. Ketepatan waktu penyajian b. Variasi menu	Wawancara	Kuesioner dengan skala likert: 1: sangat tidak puas 2: tidak puas 3: puas	<b>Puas:</b> skor $\geq 62,5\%$ <b>Tidak puas:</b> skor $< 62,5\%$ (Sugiyono, 2009)	Ordinal

No.	Variabel	Definisi	Metode	Alat Ukur	Hasil Ukur	Skala Data
		c. Citarasa makanan d. Kebersihan Alat Penyajian Makanan		4: sangat puas		
2.	Tingkat asupan energi	Tingkat asupan energi merupakan perbandingan antara kandungan energi dalam makanan yang dikonsumsi dengan kecukupan yang dianjurkan. Tingkat kecukupan energi didapat dari rata-rata konsumsi energi perhari dibandingkan dengan angka kecukupan gizi yang dianjurkan (AKG) dikalikan 100% disesuaikan dengan berat badan aktual.	Recall 3 x 24 jam	Formulir food recall 3 x 24 jam	<b>Baik:</b> $\geq 100\%$ dari AKG <b>Sedang:</b> 80 – 99% dari AKG <b>Kurang:</b> 70 – 79% dari AKG <b>Defisit:</b> $< 70\%$ dari AKG (Supriasa dkk., 2016)	Ordinal
3.	Tingkat asupan protein	Tingkat asupan protein merupakan perbandingan antara kandungan protein dalam makanan yang dikonsumsi dengan kecukupan yang dianjurkan. Tingkat kecukupan protein didapat dari rata-rata konsumsi protein perhari dibandingkan dengan angka kecukupan gizi yang dianjurkan (AKG) dikalikan 100%	Recall 3 x 24 jam	Formulir food recall 3 x 24 jam	<b>Baik:</b> $\geq 100\%$ dari AKG <b>Sedang:</b> 80 – 99% dari AKG <b>Kurang:</b> 70 – 79% dari AKG <b>Defisit:</b> $< 70\%$ dari AKG (Supriasa dkk., 2016)	Ordinal

No.	Variabel	Definisi	Metode	Alat Ukur	Hasil Ukur	Skala Data
		disesuaikan dengan berat badan aktual.				
4.	Tingkat asupan karbohidrat	Tingkat asupan karbohidrat merupakan perbandingan antara kandungan karbohidrat dalam makanan yang dikonsumsi dengan kecukupan yang dianjurkan. Tingkat kecukupan karbohidrat didapat dari rata-rata konsumsi karbohidrat perhari dibandingkan dengan angka kecukupan gizi yang dianjurkan (AKG) dikalikan 100% disesuaikan dengan berat badan aktual.	Recall 3 x 24 jam	Formulir food recall 3 x 24 jam	<b>Baik:</b> $\geq 100\%$ dari AKG <b>Sedang:</b> 80 – 99% dari AKG <b>Kurang:</b> 70 – 79% dari AKG <b>Defisit:</b> $< 70\%$ dari AKG (Supariasa dkk., 2016)	Ordinal
5.	Tingkat asupan lemak	Tingkat asupan lemak merupakan perbandingan antara kandungan lemak dalam makanan yang dikonsumsi dengan kecukupan yang dianjurkan. Tingkat kecukupan lemak didapat dari rata-rata konsumsi lemak perhari dibandingkan dengan angka kecukupan gizi yang dianjurkan (AKG) dikalikan 100%	Recall 3 x 24 jam	Formulir food recall 3 x 24 jam	<b>Baik:</b> $\geq 100\%$ dari AKG <b>Sedang:</b> 80 – 99% dari AKG <b>Kurang:</b> 70 – 79% dari AKG <b>Defisit:</b> $< 70\%$ dari AKG (Supariasa dkk., 2016)	Ordinal

No.	Variabel	Definisi	Metode	Alat Ukur	Hasil Ukur	Skala Data
		disesuaikan dengan berat badan aktual.				
6.	Tingkat asupan Vitamin. C	Tingkat asupan Vit.C merupakan perbandingan antara kandungan Vit.C dalam makanan yang dikonsumsi dengan kecukupan yang dianjurkan. Tingkat kecukupan Vit.C didapat dari rata-rata konsumsi vit. C perhari dibandingkan dengan angka kecukupan gizi yang dianjurkan (AKG) dikalikan 100% disesuaikan dengan berat badan aktual.	Recall 3 x 24 jam	Formulir food recall 3 x 24 jam	<b>Kurang:</b> <77% tingkat kecukupan <b>Cukup:</b> ≥77% tingkat kecukupan (Gibson, 2005)	Ordinal
7.	Tingkat asupan Zat Besi (Fe)	Tingkat asupan Fe merupakan perbandingan antara kandungan Fe dalam makanan yang dikonsumsi dengan kecukupan yang dianjurkan. Tingkat kecukupan Fe didapat dari rata-rata konsumsi Fe perhari dibandingkan dengan angka kecukupan gizi yang dianjurkan (AKG) dikalikan 100% disesuaikan dengan berat badan aktual.	Recall 3 x 24 jam	Formulir food recall 3 x 24 jam	<b>Kurang:</b> <77% tingkat kecukupan <b>Cukup:</b> ≥77% tingkat kecukupan (Gibson, 2005)	Ordinal

No.	Variabel	Definisi	Metode	Alat Ukur	Hasil Ukur	Skala Data
8.	Tingkat asupan asam folat	Tingkat asupan asam folat merupakan perbandingan antara kandungan asam folat dalam makanan yang dikonsumsi dengan kecukupan yang dianjurkan. Tingkat kecukupan asam folat didapat dari rata-rata konsumsi asam folat perhari dibandingkan dengan angka kecukupan gizi yang dianjurkan (AKG) dikalikan 100% disesuaikan dengan berat badan aktual.	Recall 3 x 24 jam	Formulir food recall 3 x 24 jam	<b>Kurang:</b> <77% tingkat kecukupan <b>Cukup:</b> ≥77% tingkat kecukupan (Gibson, 2005)	Ordinal

#### F. Instrumen Penelitian

Instrumen dalam penelitian ini merupakan alat yang digunakan untuk mengambil data dalam penelitian. Instrument yang digunakan dalam penelitian ini adalah:

1. Formulir *food recall*.
2. Timbangan berat badan merk GSF dengan ketelitian 0.1 kg.
3. Timbangan digital makanan merk SF-400 dengan ketelitian 0.1 gram.
4. Buku foto makanan (*softfile*).
5. Pedoman konversi mentah-masak.
6. Pedoman konversi penyerapan minyak.
7. Aplikasi *nutrisurvey 2007* dengan *food database* berdasarkan DKBM Indonesia.
8. Daftar Komposisi Bahan Makanan (DKBM).
9. Tabel Komposisi Pangan Indonesia (TKPI).

10. Daftar tabel angka kecukupan gizi (AKG) 2019.
11. Kuesioner tingkat kepuasan responden.

#### **G. Metode Pengumpulan Data**

1. Data tingkat kepuasan didapatkan dengan melakukan wawancara pada responden dengan menggunakan kuesioner. Kuesioner diperoleh dari penelitian terdahulu oleh Nurqisthy dkk., (2016) yang berjudul Hubungan Kepuasan Pelayanan Makanan dengan Tingkat Kecukupan Energi dan Protein Pasien Di Rumah Sakit Universitas Airlangga Surabaya dengan indeks sinta 2. Kuesioner yang digunakan berisi pertanyaan-pertanyaan terkait dengan pandangan responden terhadap penyediaan makanan di Pondok Pesantren Daarul Ukhuwwah Putri 2 Singosari Malang, yang meliputi indikator:
  - a. Ketepatan waktu penyajian
  - b. Variasi menu
  - c. Citarasa makanan
  - d. Kebersihan Alat Penyajian Makanan
2. Untuk mendapatkan data asupan energi dan zat gizi dilakukan wawancara untuk mengukur asupan makanan responden dengan menggunakan metode food recall 3x24 jam yang dilakukan pada hari Senin, Rabu, dan Sabtu. Sebelumnya juga dilakukan penimbangan makanan yang akan disajikan kepada santri untuk mengetahui besar porsi serta URT makanan yang dikonsumsi santri. Penimbangan makanan dilakukan pada hari Selasa, Jumat, dan Minggu. Kemudian data hasil food recall 3x24 jam diolah dengan menggunakan aplikasi *nutrisurvey 2007* dengan *food database* yang didasarkan pada DKBM Indonesia untuk mengetahui kandungan energi dan zat gizi dari asupan makanan responden.

#### **H. Pengolahan, Penyajian, dan Analisis Data**

1. Data tingkat kepuasan responden terhadap penyediaan makan siang yang disajikan oleh institusi penyelenggaraan makanan Pondok Pesantren Daarul

Ukhuwwah Putri 2 Singosari Kabupaten Malang dengan indikator ketepatan waktu penyajian, variasi menu, citarasa makanan, dan kebersihan alat penyajian makanan didapatkan dari penilaian responden pada kuesioner yang diberikan. Kemudian dilakukan *scoring* untuk mengetahui hasilnya, cara *scoring* yakni menggunakan skala Likert dengan 4 kategori tingkat kepuasan yaitu sangat tidak puas, tidak puas, puas, dan sangat puas yang masing-masing diberi skor 1 – 4, kemudian hasil yang diperoleh dikompositkan dan dikatakan puas apabila skor  $\geq 62,5\%$  dan tidak puas apabila skor  $< 62,5\%$  (Sugiyono, 2009). Data tingkat kepuasan ini akan dianalisa secara deskriptif dan disajikan dalam bentuk tabel.

2. Data tingkat asupan energi dan zat gizi yang didapatkan melalui wawancara menggunakan metode *food recall* 3x24 jam dan telah diolah dengan aplikasi *nutrisurvey* 2007 untuk mengetahui total asupan energi dan zat gizi, kemudian dihitung rata-rata konsumsi energi dan zat gizi dibandingkan dengan angka kecukupan gizi yang dianjurkan (AKG) dikalikan 100% disesuaikan dengan berat badan aktual.

$$AKG \text{ berdasarkan BBA} = \frac{BB \text{ Aktual}}{BB \text{ AKG}} \times \text{Zat Gizi (AKG)}$$

$$\text{Tingkat Konsumsi} = \frac{\text{Hasil Recall}}{AKG \text{ berdasarkan BBA}} \times 100\%$$

Lalu hasil yang didapatkan dikelompokkan sesuai kategori yang direkomendasikan Supariasa dkk., (2016) yang terbagi dalam 4 kategori untuk tingkat kecukupan energi dan zat gizi makro, yaitu:

- Defisit :  $<70\%$  dari AKG
- Kurang : 70 – 79% dari AKG
- Sedang : 80 – 99% dari AKG
- Baik :  $\geq 100\%$  dari AKG

Sedangkan untuk tingkat kecukupan vitamin dan mineral menurut (Gibson, 2005) dikelompokkan sebagai berikut:

- Kurang :  $<77\%$  tingkat kecukupan
- Cukup :  $\geq 77\%$  tingkat kecukupan

Data tingkat asupan energi dan zat gizi dianalisa secara univariat dan deskriptif, serta akan disajikan dalam bentuk tabel.