

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

A. Jenis penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif observasional dengan desain penelitian *cross sectional*, yaitu penelitian yang menekankan pada waktu pengukuran atau observasi data variabel bebas dan terikat pada waktu yang sama dan setiap subyek hanya dilakukan satu kali pengamatan selama penelitian (Suparyanto, 2010). Penelitian ini dilakukan untuk menganalisis pola menu terhadap penilaian konsumen di *Calorie Healthy Malang*.

B. Waktu dan Tempat

Penelitian ini dilakukan selama 6 hari pada bulan Mei 2023 bertempat di *Calorie Healthy Malang*, Cluster Lilin emas blok C2 no 9B Jalan Emas, Dadaprejo, Dau, Kabupaten Malang.

C. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi penelitian adalah konsumen *Calorie Healthy Malang* sebanyak 30 orang

2. Sampel

Penelitian ini dilakukan secara *purposive sampling* yaitu pengambilan sampel yang berdasarkan pertimbangan tertentu dengan tujuan untuk memperoleh satuan sampling yang memiliki karakteristik yang dikehendaki (Setiawan, 2005).

a. Kriteria Inklusi :

- Bersedia menjadi responden
- Konsumen *Calorie Healthy Malang* paket premium 6 hari
- Sehat jasmani dan rohani

b. Kriteria Eklusi :

- Bukan konsumen *Calorie Healthy Malang*

D. Variabel penelitian

Variabel bebas (*independent*) : pola menu, standar porsi

Variabel terikat (*dependent*) : penilaian konsumen

E. Definisi Operasional Variabel

Tabel 1 Definisi Operasional Variabel

Variabel	Definisi	Alat Ukur	Kategori	Skala Ukur
Pola Menu	Kelengkapan komponen penyajian menu makan. Menu terdiri dari makanan pokok, lauk hewani, lauk nabati, sayur dan buah	Observasi yang dilakukan oleh peneliti dengan menggunakan form pola menu.	<ul style="list-style-type: none"> Seimbang, jika terdapat 4-5 komponen Tidak seimbang, jika terdapat ≤ 3 komponen <p>(Kemenkes, 2014)</p>	Ordinal
Standar Porsi	Berat bersih bahan makanan (mentah) setiap jenis hidangan untuk satu orang atau untuk satu porsi	Dilakukan penimbangan makanan pada makanan konsumen (<i>food weighing</i>) dan dibandingkan dengan tabel standar porsi menurut Permenkes Republik Indonesia No 41 Tahun 2014	<ul style="list-style-type: none"> Sesuai : besar porsi yang disajikan 90% - 119% dari standar porsi Tidak sesuai: besar porsi yang disajikan <90% dan >119% dari standar porsi (Hardinsyah, 2001) <p>Cara ukur : <i>food weighing</i> alat ukur : timbangan digital merk SCA-301 kapasitas 5 kg dengan ketelitian</p>	Ordinal

Variabel	Definisi	Alat Ukur	Kategori	Skala Ukur
			0,01 gram = (DepKes,2013).	
Penilaian Konsumen	Pendapat konsumen terhadap karakteristik kesukaan, meliputi rasa, aroma, warna, dan tekstur setiap komponen menu (makanan pokok, lauk hewani, lauk nabati, sayur, dan buah)	Pengisian kusioner oleh Konsumen dengan menggunakan form penilaian konsumen	Sangat tidak suka = 1 Tidak suka = 2 Suka = 3 Sangat suka = 4	Ordinal

F. Instrument penelitian yang akan digunakan

- a. Form pola menu
- b. Form penilaian konsumen
- c. Timbangan makanan digital merk SCA-301 kapasitas 5 kg dengan ketelitian 0,01 gram

G. Teknik pengumpulan data yang dilakukan

1. Data pola menu

Data pola menu diperoleh dengan cara observasi secara langsung komponen makanan pada menu paket diet yang disajikan selama 6 hari dengan menggunakan form pola menu.

2. Data Standar Porsi

Data standar porsi diperoleh secara langsung yaitu dengan menimbang porsi bahan makanan matang berupa makanan pokok, lauk hewani, lauk nabati, sayur dan buah lalu diambil rata-rata selama 7 hari.

3. Data Penilaian Konsumen

Data penilaian konsumen diperoleh dengan cara melakukan pengisian form kuesioner penilaian oleh konsumen secara online menggunakan google form.

H. Teknik Pengolahan, Penyajian, dan Analisis Data

1. Data pola menu makanan

Data pola menu didapatkan dengan menganalisis secara deskriptif menu makanan kemudian dibandingkan dengan kategori yaitu:

- a. Seimbang jika menu yang disajikan terdiri dari minimal 4 komponen dari makanan pokok, lauk hewani, lauk nabati, sayur dan buah.
- b. Tidak seimbang jika menu yang disajikan ≤ 3 komponen dari makanan pokok, lauk hewani, lauk nabati, sayur dan buah. (Kemenkes, 2014)

2. Data Standar Porsi

Data standar porsi diolah dengan mengkonversikan rata-rata berat porsi bahan makanan matang (makanan pokok, lauk hewani, lauk nabati, sayur dan buah) menjadi berat bahan makanan mentah lalu dibandingkan dengan standar porsi berdasarkan daftar bahan makanan penukar (DBMP). Data kemudian disajikan dalam bentuk diagram dan dianalisis secara deskriptif lalu dikategorikan menjadi:

- a. Baik, jika persentase standar porsi yang dihasilkan \geq mean persentase standar porsi yang telah ditentukan (95,8%)
- b. Kurang, jika persentase standar porsi yang dihasilkan $<$ mean persentase standar porsi yang telah ditentukan (95,8%).

Cara ukur : food weighing, alat ukur : timbangan digital merk SCA-301 kapasitas 5 kg dengan ketelitian 0,01 gram, skala : ordinal (DepKes, 2003).

Kategori-kategori tersebut dihitung berdasarkan berat matang yang telah ditimbang dikonversi menjadi berat mentah serta dihitung dengan membagi hasil tersebut dengan standar porsi yang telah ditetapkan dan dikalikan dengan 100%. Data disajikan dengan cara tabulasi, pembahasan dan dianalisis secara deskriptif.

3. Data Penilaian Konsumen

Data penilaian konsumen meliputi parameter rasa, warna, aroma, dan tekstur setiap komponen menu yang disajikan (makanan pokok, lauk hewani, lauk nabati, sayur, dan buah). Data dapat diketahui dengan menggunakan pengisian kuesioner secara online. Kemudian data diolah dan ditabulasi serta dilakukan analisis secara deskriptif.