

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif survei. Metode pengumpulan data survei merupakan metode yang melibatkan pendistribusian kuesioner atau panduan wawancara kepada sekelompok orang untuk mengukur variabel-variabel yang diteliti. Pendekatan survei sering digunakan untuk mengukur opini, sikap, perilaku, dan pengetahuan individu (Creswell, 2012).

Pada penelitian ini, data dikumpulkan melalui kuesioner yang dibagikan secara langsung oleh peneliti kepada responden. Peneliti dibantu oleh mahasiswa gizi menyebarkan kuesioner dalam waktu yang bersamaan kepada responden, sehingga setiap individu di dalam sampel populasi menerima kuesioner pada saat yang sama. Pendekatan ini memastikan bahwa setiap responden memiliki kesempatan yang setara untuk memberikan tanggapan mereka pada waktu yang sama, yang membantu mengurangi bias waktu dan memastikan konsistensi dalam pengumpulan data

B. Waktu dan Lokasi Penelitian

1. Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 14 Desember 2023.

2. Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SDN Gunungsari, Desa Gunungsari Kecamatan Tajinan, Kabupaten Malang.

C. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi dalam penelitian ini adalah siswa/i kelas 4 dan 5 SDN Gunungsari sebanyak 52 siswa. Alasan pengambilan murid kelas 4 dan 5 sebagai populasi karena umumnya murid kelas 4 dan 5 berumur 10-12 tahun, dimana murid kelas 4 dan 5 lebih mudah untuk diajak berkomunikasi dan memberikan pendapat sehingga mempermudah penelitian.

2. Sampel

Sampel dalam penelitian ini adalah seluruh siswa/i kelas 4 dan 5 SDN Gunungsari sebanyak 52 siswa yang diambil dengan metode *Total Population Sampling*. *Total population sampling* adalah teknik pengambilan sampel dimana semua anggota populasi dijadikan sampel penelitian (Sugiyono, 2015).

D. Teknik Pengambilan Sampel

Teknik yang digunakan untuk pengambilan sampel adalah *Total Population Sampling* dimana untuk mendapatkan data peneliti menggunakan seluruh populasi penelitian yaitu siswa/i kelas 4 dan 5 SDN Gunungsari sebanyak 52 siswa. Untuk memperoleh sampel peneliti mempunyai kriteria sebagai berikut :

1. Kriteria inklusi :

- a. Siswa kelas 4 dan 5 SDN Gunungsari
- b. Sehat / tidak dalam keadaan sakit
- c. Kooperatif atau bersedia untuk mengikuti kegiatan penelitian
- d. Bersedia sebagai responden

2. Kriteria eksklusi :

- a. Tidak masuk sekolah saat pengambilan data dilaksanakan
- b. Dalam keadaan sakit

B. Variabel Penelitian

Variabel pada penelitian ini adalah kebiasaan jajan, perilaku pemilihan makanan jajan, asupan zat gizi makro, status gizi.

C. Definisi Operasional

Tabel 1. Definisi Operasional Variabel

| Variabel | Definisi Operasional | Alat Ukur | Cara Ukur | Hasil Ukur | Skala Data |
|-----------------|--|--|--|--|------------|
| Kebiasaan Jajan | Konsumsi makanan dan minuman yang tidak di produksi di rumah, tetapi dibeli di warung atau pedagang makanan/minuman keliling | Kuesioner skala likert : 1.Selalu 2.Jarang 3.Tidak Pernah | Menanyakan frekuensi makan, jenis jajan, harga jajan | Kategori tingkat kebiasaan jajan : 1. Selalu = setiap hari /5-6 kali per minggu 2. Jarang = 1-3x per minggu 5. Tidak pernah | Ordinal |

| Variabel | Definisi Operasional | Alat Ukur | Cara Ukur | Hasil Ukur | Skala Data |
|----------------------------------|---|---|--|--|------------|
| Perilaku Pemilihan Makanan Jajan | Suatu sikap dan tindakan yang dilakukan oleh individu dalam memilih makanan jajan yang dikonsumsi | Kuisisioner | Menanyakan jenis jajan, frekuensi, tempat membeli jajan | Kategori tingkat kebiasaan jajan : 1. Selalu = Setiap hari 2. Jarang = 1-3x per minggu 5. Tidak pernah | Ordinal |
| Asupan Zat Gizi Makro | Segala asupan energi, protein, lemak dan karbohidrat yang dikonsumsi siswa dalam waktu 24 jam terakhir | Kuesioner | Food recall 1 x 24 jam | Kategori tingkat konsumsi berdasarkan WNPNG 2012: 1. Defisit tingkat berat (<70% AKG) 2. Defisit tingkat sedang (70-79% AKG) 3. Defisit tingkat ringan (80-89% AKG) 4. Normal (90-119% AKG) 5. Lebih (120% AKG) | |
| Status Gizi | Status gizi adalah keadaan kesehatan seseorang yang mencerminkan keseimbangan antara asupan dan kebutuhan zat gizi. | Pengukuran Tinggi Badan dan Berat Badan dengan microtoise dan timbangan injak | Menghitung status gizi menggunakan WHO <i>Anthro</i> Plus dan KMS Anak Sekolah | Menggunakan standar antropometri Permenkes Nomor 2 Tahun 2020 : (IMT/U) 1. Gizi Buruk (<-3 SD) 2. Gizi Kurang (-3 SD sd <-2 SD) 3. Gizi Baik (-2 SD sd +1 SD) 4. Gizi Lebih (+1 SD sd +2 SD) 5. Obesitas (>+2 SD) | Ordinal |

D. Instrumen Penelitian

Instrumen adalah alat yang dapat membantu mengumpulkan data (Siyoto & Sodik, 2015). Dalam penelitian ini, instrumen yang digunakan adalah :

1. Form Identitas Responden
2. Form Kuesioner Penelitian
3. Form *Food Recall* 24 jam
4. *Microtoise*
5. Timbangan Badan Digital
6. Alat Tulis
7. Laptop
8. *Software nutrisurvey 2007*
9. *Microsoft Excel 2010*
10. *WHO anthro plus*
11. KMS anak Sekolah Dasar

E. Pengumpulan Data

1. Data Primer
 - a. Data identitas siswa/i kelas 4 dan 5 SDN Gunungsari berisi (Nama, tanggal lahir, umur, jenis kelamin, nama orang tua, dan pendapatan orang tua) dengan cara siswa/i mengisi kuisisioner yang sudah disediakan.
 - b. Data kebiasaan Jajan siswa di SDN Gunungsari diperoleh dengan cara pengisian kuisisioner secara langsung oleh siswa kelas 4 dan 5. Petunjuk Pengisian Kuisisioner Siswa sebagai berikut :
 - 1) Dalam mengisi kuisisioner, pastikan tulisan dapat terbaca jelas.
 - 2) Gunakan huruf kapital agar mudah dibaca.
 - 3) Isikan jawaban setiap pertanyaan dengan jelas dan lengkap.
 - 4) Isi jawaban dengan memberi tanda silang (x) atau melingkari pada pilihan a,b,c, atau d untuk pertanyaan tertentu.
 - c. Data hasil pengukuran antropometri berupa Tinggi Badan dan Berat Badan siswa/i kelas 4 dan 5 SDN Gunungsari yang diperoleh dengan cara melakukan pengukuran langsung menggunakan alat bantu *Microtoise* dan Timbangan Digital. Data yang terkumpul kemudian dianalisis oleh peneliti untuk mengevaluasi status gizi siswa. Analisis

tersebut dilakukan dengan membandingkan data tinggi dan berat badan siswa terhadap standar antropometri yang berlaku, guna mengidentifikasi apakah siswa berada dalam kategori gizi yang sesuai, kurang, atau berlebih. Hasil dari analisis ini memberikan wawasan penting mengenai kondisi kesehatan dan nutrisi siswa, yang selanjutnya dapat digunakan sebagai dasar untuk intervensi atau kebijakan kesehatan yang lebih tepat.

- d. Data hasil asupan makan siswa/i yang diperoleh dengan mewawancarai responden dengan menggunakan instrumen form *food recall* 24 jam. Formulir ini membantu dalam mengidentifikasi detail mengenai porsi, frekuensi, dan jenis makanan yang dikonsumsi. Data yang diperoleh dari *food recall* 24 jam kemudian diolah menggunakan aplikasi *NutriSurvey* 2007, sebuah perangkat lunak yang dirancang khusus untuk menganalisis data nutrisi. Melalui aplikasi ini, data mentah diinput dan diproses untuk menghitung kandungan zat gizi dalam setiap makanan yang dilaporkan. Hasil pengolahan ini memberikan informasi mengenai kecukupan asupan zat gizi siswa, memungkinkan peneliti untuk menilai apakah asupan gizi harian siswa memenuhi standar yang direkomendasikan atau terdapat kekurangan maupun kelebihan dalam konsumsi zat gizi tertentu. Analisis ini sangat penting untuk memahami pola makan siswa dan dapat menjadi dasar untuk perbaikan gizi dan intervensi kesehatan yang lebih tepat.

2. Data Sekunder

Data sekunder dalam penelitian ini diperoleh dari kantor tata usaha siswa kelas 4 dan 5 SDN Gunungsari yakni data mengenai jumlah murid.

I. Analisis dan Penyajian Data

1. Analisis Univariat

Analisis Univariat dilakukan untuk mendeskripsikan karakteristik dari masing-masing variabel

2. Penyajian Data

Data gambaran kebiasaan jajan, perilaku pemilihan makanan jajan, asupan zat gizi makro dan status gizi pada anak sekolah di SD Negeri Gunungsari disajikan dalam bentuk narasi dan tabel.

