

## BAB III

### METODE PENELITIAN

#### A. Jenis dan Desain Penelitian

Jenis penelitian ini merupakan penelitian survei menggunakan desain penelitian *cross sectional*, variabel sebab atau risiko dan variabel akibat atau kasus yang terjadi pada objek penelitian diukur atau dikumpulkan hanya satu kali dalam waktu yang sama (Notoatmodjo, 2005).

#### B. Waktu dan Tempat Penelitian

##### 1. Waktu

Penelitian ini dilakukan selama 1 bulan, yaitu bulan Januari 2017.

##### 2. Tempat

Penelitian ini dilakukan di salah satu penyelenggaraan makanan sekolah yang ada di Kabupaten Malang yaitu di Lembaga Pendidikan Islam Al – Faraby yang berada di Jalan Mayor Damar No. 44 Bokor, Pagedangan, Turen, Malang.

#### C. Populasi dan Sampel Penelitian

##### 1. Populasi

Populasi dari penelitian ini adalah seluruh siswa Sekolah Dasar di Lembaga Pendidikan Islam Al-Faraby yang berjumlah 225 dan seluruh menu makan siang yang disajikan pada penyelenggaraan makan siang di Lembaga Pendidikan Islam Al – Faraby.

##### 2. Sampel

Sampel penelitian ini adalah sampel yang diambil berdasarkan kriteria tertentu sebagai berikut :

##### a. Sampel Anak SD

Sampel penelitian dengan kriteria inklusi :

- Laki-laki
- Perempuan
- Hadir pada saat penelitian
- Tidak dalam kondisi sakit
- Bersedia untuk menjadi responden

- Dapat diajak berkomunikasi dengan baik

b. Sampel Standar Porsi

Menu yang disajikan pada saat penelitian, meliputi :

- Nasi
- Lauk hewani
- Lauk nabati
- Sayur

c. Besar Sampel

Besar sampel (siswa SD) untuk penelitian ini yang masuk dalam kriteria adalah 44 siswa (18%) yang terdiri dari 22 siswa laki – laki dan 22 siswa perempuan. Sampel tersebut merupakan perwakilan dari kelas 1 – 6, dengan perwakilan 4 siswa dari setiap kelas. Setiap kelas terbagi menjadi 2 yaitu kelas A dan kelas B, pembagian tersebut berdasarkan jenis kelamin, dan untuk kelas 3 hanya terdiri dari 1 kelas. Menu yang disajikan selama satu minggu pada penyelenggaraan makan siang di Lembaga Pendidikan Islam Al – Faraby.

3. Teknik Sampling

Teknik pengambilan sample yang digunakan adalah *purposive sampling* yaitu pengambilan sampel yang didasarkan pada suatu pertimbangan tertentu yang dibuat oleh peneliti sendiri, berdasarkan ciri atau sifat-sifat populasi yang telah diketahui sebelumnya.

**D. Variabel Penelitian**

Variabel bebas : standar porsi, pola menu, kualitas menu

Variabel terikat : sisa makanan

**E. Definisi Operasional**

**Definisi Operasional Penelitian**

Variabel	Definisi	Alat Ukur	Cara Ukur	Hasil Ukur	Skala Ukur
Standar Porsi	Rata-rata berat bersih (gram) dari berbagai bahan makanan (nasi, lauk hewani, lauk	Form penilaian standar porsi dan timbangan	Observasi dan penimbangan	1. Sesuai : 90% - 119% dari standar porsi	Ordinal

	nabati, sayur dan buah) yang disajikan (dalam gram) pada penyelenggaraan makan siang di LPI Al – Faraby yang diketahui melalui penimbangan makanan dan dibandingkan dengan standar porsi yang dianjurkan	makanan digital kapasitas 2 kg		2. Tidak sesuai : <90% dan >119% dari standar porsi (Luciany, 2011 dalam Febriyanti 2015)	
Pola Menu	Susunan makanan seimbang untuk sekali makan yang terdiri dari makanan pokok, lauk hewani, lauk nabati, sayur dan buah yang disajikan untuk siswa SD pada penyelenggaraan makan siang di LPI Al-Faraby	Form pengamatan pola menu	Observasi	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Seimbang : terdiri dari 5 jenis makanan (makanan pokok, lauk hewani, lauk nabati, sayur, buah)</li> <li>2. Tidak Seimbang : terdiri &lt; 5 jenis makanan (Almatsier, 2009)</li> </ol>	Ordinal
Kualitas Menu	Penilaian terhadap penampilan makanan yang meliputi komponen warna, bentuk, porsi dan cara penyajian makanan; serta rasa yang meliputi rasa/bumbu, aroma, tekstur, tingkat kematangan dan temperatur makanan	Kuisisioner penilaian kualitas menu	Observasi	<ol style="list-style-type: none"> <li>1 = Sangat tidak suka</li> <li>2 = Tidak suka</li> <li>3 = Kurang suka</li> <li>4 = Suka</li> <li>5 = Sangat suka</li> </ol>	Ordinal

Sisa Makanan	Berat makanan di piring atau plato yang tidak dihabiskan dan dihitung dengan membandingkan jumlah makanan yang tidak dikonsumsi dengan jumlah makanan yang disajikan dikali 100%.	Form sisa makanan dan Timbangan makanan digital kapasitas 2 kg	Metode penimbangan	<10% = sedikit >10% = banyak (Hardinsyah, 2012)	Ordinal
--------------	---	--	--------------------	--	---------

## F. Instrumen Penelitian

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini antara lain:

1. Timbangan makanan digital memiliki tingkat ketelitian 0,01 kg dengan kapasitas 2 kg
2. Form penimbangan makanan untuk menghitung besar porsi yang disajikan.
3. Form pengamatan pola menu untuk mengetahui bagaimana pola menu yang digunakan.
4. Form kuisisioner kualitas menu untuk mengetahui penilaian siswa.
5. Form penimbangan makanan untuk menghitung sisa makanan siswa.

## G. Pengumpulan Data

### 1. Metode Pengumpulan Data

Pengumpulan data dilakukan oleh peneliti yang dalam tahap pelaksanaannya dilakukan melalui dua tahap yaitu:

- a. Tahap Persiapan
  - i. Mempersiapkan administrasi perizinan untuk pelaksanaan penelitian Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Malang ke Lembaga Pendidikan Islam Al-Faraby Turen Kabupaten Malang.
  - ii. Mempersiapkan kelengkapan peralatan dan administrasi untuk keperluan penelitian (formulir, kuesioner, alat tulis, timbangan makanan digital, dan lain-lain).
- b. Tahap Pelaksanaan
  - i. Peneliti melakukan pengukuran terhadap makanan untuk mengetahui berapa banyak porsi yang disajikan pihak sekolah

pada penyelenggaraan makan siang dengan cara menimbang makanan yang disajikan. Penyajian yaitu dengan nampan, satu nampan tersebut digunakan untuk 4 orang siswa, setiap kelas diambil satu nampan secara acak untuk ditimbang. Alat timbang yang digunakan adalah timbangan makanan digital memiliki tingkat ketelitian 0.01 kg dengan kapasitas 2 kg.

- ii. Peneliti melakukan observasi terhadap pola menu yang digunakan untuk mengetahui dan menilai bagaimana pola menu yang digunakan dalam penyelenggaraan makan siang dengan menggunakan form pengamatan.
- iii. Peneliti membagikan kuisisioner pada siswa untuk mengetahui bagaimana penilaian siswa terhadap kualitas dari makanan yang disajikan pada penyelenggaraan makan siang. Kuisisioner berisi tentang penilaian terhadap penampilan makanan yang meliputi warna makanan, bentuk makanan, besar porsi, penyajian makanan dan rasa makanan yang meliputi rasa, aroma, tekstur makanan, tingkat kematangan serta suhu makanan.
- iv. Untuk mengetahui sisa makanan yang ada, peneliti melakukan pengukuran terhadap sisa makanan pada penyelenggaraan makan siang dengan cara menimbang sisa makanan. Alat timbang yang digunakan adalah timbangan makanan digital memiliki tingkat ketelitian 0.01 kg dengan kapasitas 2 kg.

## **2. Jenis dan Cara Pengumpulan Data**

Data primer yang dikumpulkan selama 8 hari meliputi :

- i. Data standar porsi diperoleh dengan cara mengukur makanan yang disajikan atau sebelum dimakan oleh siswa dengan metode penimbangan selama 8 hari
- ii. Data pola menu diperoleh dengan cara melakukan pengamatan terhadap menu yang disajikan pada penyelenggaraan makan siang selama 8 hari
- iii. Data kualitas menu diperoleh dengan cara menganalisis hasil pengisian kuisisioner oleh siswa SD

iv. Data sisa makanan diperoleh dengan cara mengukur sisa makanan yang tidak dimakan siswa SD dengan metode penimbangan selama 8 hari.

Data sekunder yang dikumpulkan meliputi :

i. Data sekunder seperti gambaran umum dan data-data yang berkaitan dengan penyelenggaraan makan siang diperoleh dengan cara bertanya kepada pengurus di Lembaga Pendidikan Islam Al-Faraby Turen Kabupaten Malang

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

1. Data standar porsi disajikan dengan cara tabulasi, kemudian diolah dengan membandingkan porsi makanan yang disajikan (per hidangan) dengan standar porsi yang dianjurkan untuk konsumsi kelompok anak usia sekolah berdasarkan AKG 2013, data kemudian dianalisis secara deskriptif, kemudian diklasifikasikan :

- Sesuai : besarnya porsi yang disajikan 90%-119% dari standar porsi
- Tidak sesuai : besarnya porsi yang disajikan <90% dan >119% dari standar porsi

2. Data pola menu disajikan dengan cara tabulasi, diolah dengan cara observasi atau pengamatan terhadap menu yang disajikan dalam penyelenggaraan makan siang di Lembaga Pendidikan Islam Al-Faraby, kemudian dianalisis secara deskriptif dengan kriteria penilaian sebagai berikut :

- Seimbang apabila terdiri dari 5 jenis makanan (makanan pokok, lauk hewani, lauk nabati, sayur, buah)
- Tidak seimbang apabila terdiri dari < 5 jenis makanan

3. Data kualitas menu dikelompokkan menurut jenis penilaian (penampilan dan rasa makanan) dari masing – masing jenis makanan, disajikan dengan cara tabulasi, diolah dengan cara menilai hasil pengisian kuisioner pada siswa kemudian dianalisis secara deskriptif, dan dinilai dengan kriteria sebagai berikut :

- 1 = sangat tidak suka
- 2 = tidak suka

- 3 = kurang suka
  - 4 = suka
  - 5 = sangat suka
4. Data sisa makanan disajikan dengan cara tabulasi, diolah dengan cara membandingkan sisa makanan siswa dengan besar porsi makanan yang disajikan, kemudian dianalisis secara deskriptif, dan dinilai dengan kriteria sebagai berikut :
- Sedikit apabila sisa makanan  $< 10\%$
  - Banyak apabila sisa makanan  $> 10\%$