

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. Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian dilakukan pada bulan Februari sampai Maret tahun 2018 di SD Plus Qurrota A'yun Malang Jalan Kolonel Sugiono Gang 21 C Nomor 21, Gadang, Malang

C. Populasi dan Sampel Penelitian

1. Populasi

Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah anak sekolah dasar kelas 6 sebanyak 44 anak di SD Plus Qurrota A'yun Malang dengan usia rata-rata 10-12 tahun.

2. Sampel

a. Teknik sampel penelitian

Pada penelitian ini pemilihan sampel dilakukan secara *purposive sampling* yaitu suatu teknik penetapan sampel dengan cara memilih sampel di antara populasi sesuai dengan yang dikehendaki peneliti (tujuan/masalah dalam penelitian) (Nursalam, 2008).

b. Kriteria sampel

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

1) Kriteria Inklusi Penelitian

Kriteria inklusi adalah kriteria dimana subjek penelitian dapat mewakili dalam sampel penelitian yang memenuhi syarat sebagai sampel (Notoadmodjo, 2010)

- a) Anak sekolah dasar yang mengonsumsi makan siang yang disajikan di SD Plus Qurrota A'yun Malang
- b) Anak sekolah dasar yang mengikuti kegiatan makan selama masa penelitian
- c) Anak sekolah dasar yang tidak sedang sakit
- d) Anak sekolah yang tidak sedang berpuasa
- e) Sehat jasmani dan rohani
- f) Bersedia menjadi responden

2) 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 adalah:

- a) Anak sekolah dasar yang keluar dari sekolah selama masa penelitian
- b) Anak sekolah yang tidak mengikuti dengan lengkap kegiatan penelitian.
- c) Sakit ditengah penelitian berlangsung
- d) Mengundurkan diri ditengah penelitian berlangsung

c. Besar Sampel

Dalam penelitian ini peneliti mengambil sampel anak sekolah kelas 6 dengan jumlah 30 anak di SD Plus Qurrota A'yun Malang.

D. Variabel Penelitian

Variabel bebas (Independent) : Pola Menu Makan Siang, Porsi Makan Siang, dan Daya Terima Makan Siang Anak Sekolah,

Variabel terikat (Dependent) : Pemenuhan Kecukupan Energi dan Zat Gizi Anak Sekolah

E. Definisi Operasional Penelitian

Tabel 3.1 Definisi Operasional Penelitian

Variabel	Definisi Operasional	Cara Ukur	Alat Ukur	Hasil Ukur	Skala Ukur
Pola Menu	Susunan makanan yang disajikan setiap kali makan	Observasi yang dilakukan oleh peneliti dengan menggunakan form pola menu	Form pola menu	-Seimbang jika menu yang disajikan terdiri dari minimal 4 komponen dari makanan pokok, lauk hewani, lauk nabati, sayur dan buah. -Kurang seimbang jika menu yang disajikan terdiri dari minimal 3 komponen dari makanan pokok, lauk hewani, lauk nabati, sayur dan buah. -Tidak seimbang jika menu yang disajikan <3 komponen dari makanan pokok, lauk hewani, lauk nabati, sayur dan buah. (Ardiyani, 2015)	Ordinal
Standar Porsi	Rata-rata berat bersih dari berbagai bahan makanan yang diketahui dengan melakukan	Observasi dan penimbangan	Timbangan makanan	- Sesuai : besar porsi yang dijsajikan 90-119% dari standar porsi - Tidak sesuai : Besar porsi yang disajikan <90% dan	Ordinal

	penimbangan kemudian dibandingkan dengan standar porsi kecukupan untuk makan siang			>119% dari standar porsi (Hardiansyah 2001)	
Daya Terima Makanan dengan Kesukaan	Penilaian responden terhadap karakteristik kesukaan makanan yang meliputi rasa, aroma, warna, tekstur, tampilan/bentuk makanan, yang diberikan	Observasi dan wawancara dengan dibantu form daya terima makanan	Kuesioner	Baik = $\geq 80\%$ Cukup = 60-80% Kurang = $\leq 60\%$ (Lestari, 2015)	Ordinal
Pemenuhan kecukupan gizi anak sekolah	Sejumlah zat gizi/energi yang diperlukan oleh anak sekolah dari makanan untuk hidup sehat	Kandungan zat gizi dari makanan yang dianalisis dengan menggunakan nutrisurvey dibandingkan dengan AKG	Tabel AKG	Lebih $\geq 120\%$ AKG Baik 90-119% AKG Defisit tingkat ringan 80-89% AKG Defisit tingkat sedang 70-79% AKG Defisit tingkat berat $< 70\%$ AKG (Depkes RI, 2000)	Ordinal

F. Instrumen Penelitian

1. Form Daya Terima
2. Form Sisa Makanan
3. Timbangan makanan biasa
4. Kuesioner Anak Sekolah Dasar
5. Form Identitas Anak Sekolah Dasar
6. Tabel Angka Kecukupan Gizi (AKG) 2013
7. Alat Tulis
8. Laptop
9. Program Nutrisurvey 2007
10. Kalkulator

G. Metode Pengumpulan Data

1. Data gambaran umum karakteristik anak sekolah dasar meliputi nama, usia, berat badan dan tinggi badan responden di SD Plus Qurrota A'yun Malang diperoleh dengan cara pengisian form identitas dan wawancara kepada responden.
2. Data pola menu makan siang anak sekolah dasar diperoleh dengan cara observasi terhadap siklus menu makan siang selama 3 hari.
3. Data porsi porsi makan siang diperoleh dengan cara observasi dan penimbangan makanan selama 3 hari kemudian dibandingkan dengan standar porsi yang dianjurkan.
4. Data daya terima makan siang anak sekolah diperoleh dengan cara pengisian kuesioner kesukaan oleh responden selama 3 hari yang sudah disediakan oleh peneliti pada lampiran.
5. Data kecukupan gizi anak sekolah diperoleh dengan melakukan pencatatan pemenuhan kecukupan gizi dan penimbangan makan siang dengan timbangan makanan selama 3 hari (hanya pada waktu makan siang) yang disajikan di SD Plus Qurrota A'yun Malang dan dalam 3 hari tidak termasuk makanan lain yang dikonsumsi oleh responden diluar sekolah.

H. Teknik Pengolahan, Penyajian, dan Analisis Data

1. Data Gambaran Umum dan Karakteristik Responden

Data gambaran umum diolah dan disajikan secara deskriptif. Data karakteristik responden di SD Plus Qurrota A'yun Malang diolah dengan tabel kemudian dianalisis secara deskriptif.

2. Data Pola Menu

Data pola menu didapatkan dengan mentabulasikan masing-masing jenis makanan selama menu 3 hari yang disajikan dalam bentuk tabel kemudian dianalisis secara deskriptif dengan melihat skor hasil penilaian dengan ketentuan :

- Seimbang

Jika menu yang disajikan terdiri dari minimal 4 komponen dari makanan pokok, lauk hewani, lauk nabati, sayur dan buah.

- Kurang seimbang

Jika menu yang disajikan terdiri dari minimal 3 komponen dari makanan pokok, lauk hewani, lauk nabati, sayur dan buah.

- Tidak seimbang

Jika menu yang disajikan < 3 komponen dari makanan pokok, lauk hewani, lauk nabati, sayur dan buah.

3. Data Porsi Makanan

Data porsi makanan yang disajikan diolah dengan membandingkan rata-rata porsi makanan yang disajikan selama 3 hari dengan standar porsi yang dianjurkan untuk golongan umur 10-12 tahun berdasarkan PGS 2013, data kemudian disajikan dalam bentuk tabel dan dianalisis secara deskriptif dan dikategorikan menjadi :

- Sesuai :

Besar porsi yang disajikan 90-119% dari standar porsi

- Tidak sesuai :

Besar porsi yang disajikan $< 90\%$ dan $> 119\%$ dari standar porsi

4. Daya Terima Makan Siang dengan Kesukaan

Data penilaian daya terima makan siang dengan kesukaan selama 3 hari yang meliputi rasa, aroma, tekstur, bentuk / tampilan, dan warna dapat diketahui dengan menggunakan kuesioner kualitas makan siang. Data daya terima makan siang diolah dengan cara memberikan nilai 1-4 dengan kriteria sebagai berikut :

(1) : Sangat Tidak Suka

(2) : Tidak Suka

(3) : Suka

(4) : Sangat Suka

Kemudian diolah dengan menggunakan rumus sebagai berikut :

$$\text{Daya terima dengan kesukaan} = \frac{\text{nilai yang diperoleh}}{\text{nilai maksimal}} \times 100\%$$

Keterangan :

Baik = $\geq 80\%$

Cukup = 61% - 79%

Kurang = $\leq 60\%$ (Lestari, 2015)

5. Data Kecukupan Energi dan Zat Gizi

Data perhitungan ketersediaan makan selama 3 hari diolah dengan nutrisurvey dibandingkan dengan angka kecukupan gizi makan siang anak sekolah, disajikan dalam bentuk tabel kemudian dianalisis secara deskriptif.

Kualifikasi dengan menggunakan kriteria berikut :

- Diatas normal : $\geq 120\%$ AKG
- Normal : 90-119% AKG
- Defisit Ringan : 80-89% AKG
- Defisit sedang : 70-79% AKG
- Defisit Berat : $< 70\%$ AKG