

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 Desember tahun 2019 di ASIFA (*Aji Santoso International Football Academy*) Kota Malang.

C. Populasi dan Sampel Penelitian

1. Populasi

Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah seluruh siswa sekolah bola di ASIFA Kota Malang dengan usia rata-rata 10-18 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 diantara populasi sesuai dengan yang dikehendaki peneliti (tujuan/masalah dalam penelitian) (Nursalam, 2008). Teknik *purposive sampling* ini didasarkan pada pertimbangan kriteria inklusi yang dapat memenuhi kriteria-kriteria untuk mendukung atau sesuai dengan tujuan/masalah penelitian.

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 merupakan kriteria dimana subjek penelitian dapat mewakili dalam sampel penelitian yang memenuhi syarat sebagai sampel (Notoadmodjo, 2012).

- a) Bersedia menjadi responden
- b) Siswa sekolah bola yang mengonsumsi makanan yang disajikan di ASIFA Kota Malang.
- c) Siswa sekolah bola yang mengikuti kegiatan makan selama masa penelitian.
- d) Siswa sekolah bola yang tidak sedang sakit
- e) Siswa sekolah bola yang tidak sedang berpuasa
- f) Sehat jasmani dan rohani

2. Kriteria Eksklusi Penelitian

Kriteria eksklusi merupakan kriteria dimana subjek penelitian tidak dapat mewakili sampel karena tidak memenuhi syarat sebagai sampel penelitian (Notoadmodjo, 2012).

Kriteria eksklusi penelitian ini adalah:

- a) Siswa sekolah bola yang sakit ditengah penelitian berlangsung.
- b) Siswa sekolah bola yang tidak mengonsumsi makanan lengkap yang disediakan pihak ASIFA Kota Malang.
- c) Siswa sekolah bola yang mengisi form daya terima secara kurang lengkap.
- d) Siswa sekolah bola yang tergabung dalam tim pertandingan luar kota selama masa penelitian.

c. Besar Sampel

Dalam penelitian ini peneliti mengambil sampel berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditetapkan sebanyak 24 siswa sekolah bola di ASIFA Kota Malang.

D. Variabel Penelitian

1. Variabel Bebas (*Independent Variable*)

Pola menu dan variasi makanan

2. Variabel Terikat (*Dependent Variable*)

Daya terima makanan siswa sepak bola

E. Definisi Operasional Penelitian

Tabel 3. Definisi Operasional Variabel

Variabel	Definisi Operasional	Cara Ukur	Alat Ukur	Hasil Ukur	Skala Ukur
Pola Menu	Susunan makanan yang disajikan setiap kali makan selama satu siklus. Susunan makanan terdiri dari makanan pokok, lauk hewani, lauk nabati, sayur dan buah.	Observasi siklus menu	Form pola menu	Susunan Makanan - 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

Variasi Makanan	Susunan menu yang dihidangkan secara menarik dengan memperlihatkan rasa, warna, bentuk, kekerasan dan susunan makanan yang dibuat. Variasi makanan terdiri dari variasi rasa, warna, tekstur, bahan makanan, dan metode pengolahan.	Observasi siklus menu	Form variasi makanan	<p>Variasi Makanan</p> <p>Bervariasi jika tidak terjadi penggunaan hidangan yang sama dalam satu siklus menu atau tidak terjadi pengulangan rasa, warna, tekstur, bahan makanan, dan metode pemasakan dalam satu kali makan.</p> <p>Kurang bervariasi jika terjadi penggunaan hidangan yang sama dalam satu siklus menu atau terjadi pengulangan rasa, warna, tekstur, bahan makanan, dan metode pemasakan dalam satu kali makan. (Bakri, 2018)</p>	
Daya Terima Makanan dengan Kesukaan	Penilaian responden terhadap karakteristik kesukaan makanan yang meliputi rasa, aroma, warna, tekstur, tampilan/bentuk, dan suhu makanan yang diberikan	Observasi dan wawancara	Form daya terima makanan	<p>Kriteria daya terima berdasarkan tingkat kesukaan yang diperoleh dari hasil penilaian aspek rasa, warna, aroma, tekstur, tampilan, dan suhu dengan menggunakan rumus.</p> <p>Baik = $\geq 80\%$</p> <p>Cukup = 60-80%</p> <p>Kurang = $\leq 60\%$</p> <p>(Lestari, 2015)</p>	Ordinal

F. Instrumen Penelitian

1. Formulir identitas siswa untuk pengisian data karakteristik responden.
2. Formulir pola menu untuk menilai susunan makanan yang disajikan setiap kali makan.
3. Formulir daya terima makanan untuk menilai persentase tingkat kesukaan makanan yang disajikan.
4. Alat tulis, antara lain pulpen, tip-x, kertas, pensil, penghapus, staples sebagai penunjang dalam pengumpulan data.
5. Laptop untuk menyimpan data.

G. Metode Pengumpulan Data

1. Data Primer
 - a. Data pola menu makan siswa sekolah bola ASIFA diperoleh dengan cara observasi terhadap siklus menu selama satu siklus.
 - b. Data variasi makanan siswa sekolah bola ASIFA diperoleh dengan cara observasi terhadap siklus menu selama satu siklus
 - c. Data daya terima makanan siswa sekolah bola ASIFA diperoleh dengan cara pengisian kuesioner kesukaan oleh responden selama 1 siklus yang sudah disediakan oleh peneliti.
2. Data Sekunder

Data gambaran umum penyelenggaraan makanan siswa sekolah bola diperoleh melalui observasi dan wawancara dengan ahli gizi sekolah bola ASIFA.

H. Teknik Pengolahan, Penyajian, dan Analisis Data

1. Data Primer
 - a. Data Pola Menu

Data pola menu didapatkan dengan mentabulasikan masing-masing jenis makanan selama satu siklus 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 (Ardiyani, 2015).

b. Variasi Makanan

Data variasi makanan didapatkan dengan mentabulasikan masing-masing aspek penilaian (rasa, warna, tekstur, bahan makanan, dan metode pengolahan) selama satu siklus yang disajikan dalam bentuk tabel kemudian dianalisis secara deskriptif dengan ketentuan:

- Bervariasi jika tidak terjadi penggunaan hidangan yang sama dalam satu siklus menu atau tidak terjadi pengulangan rasa, warna, tekstur, bahan makanan, dan metode pemasakan dalam satu kali makan.
- Kurang bervariasi jika terjadi penggunaan hidangan yang sama dalam satu siklus menu atau terjadi pengulangan rasa, warna, tekstur, bahan makanan, dan metode pemasakan dalam satu kali makan (Bakri, 2018).

c. Daya Terima dengan Kesukaan

Data penilaian daya terima makanan dengan kesukaan selama satu siklus yang meliputi rasa, warna, aroma, tekstur, tampilan, dan suhu dapat diketahui dengan pengisian nilai menggunakan form daya terima dengan cara memberikan nilai 1-4. Kriteria dalam pengisian form sebagai berikut :

- (1) Sangat tidak suka
- (2) Tidak suka
- (3) Suka
- (4) Sangat suka

Kemudian data yang diperoleh berdasarkan kriteria diatas, diolah per aspek (rasa, warna, aroma, tekstur, tampilan, dan suhu) dengan menggunakan rumus sebagai berikut :

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

Setelah didapatkan persentase per aspek daya terima dengan kesukaan, hasil tersebut dikategorikan berdasarkan kriteria daya terima sebagai berikut:

Baik = $\geq 80\%$

Cukup = 60-80%

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

Hasil per aspek kemudian dicari rata-rata perolehan persentase daya terima untuk menyimpulkan kriteria per komponen pada satu siklus.

2. Data Sekunder

a. Data Gambaran Umum dan Karakteristik Responden

Data gambaran umum diolah dan disajikan secara deskriptif. Data karakteristik responden di ASIFA Kota Malang diolah dan disajikan secara deskriptif.