

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis dan Desain Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah analitik *observasional* dengan menggunakan pendekatan *cross sectional*. *Cross sectional* adalah suatu desain penelitian dimana variabel independen dan variabel dependen diobservasi atau pengumpulan data sekaligus pada waktu yang bersamaan (Notoatmodjo, 2012). Variabel independen yang akan diobservasi meliputi tingkat asupan energi dan zat gizi santri. Sedangkan untuk variabel dependennya adalah tingkat kepuasan santri pada makanan yang disajikan.

B. Waktu dan Tempat Penelitian

1. Waktu penelitian

Penelitian ini dilakukan pada bulan Januari tahun 2023.

2. Tempat penelitian

Penelitian ini dilakukan di pondok pesantren Mamba'ul Hisan Blitar.

C. Populasi dan Sampel

1. Populasi penelitian

Populasi dalam penelitian ini adalah semua remaja santri putri usia 16-18 tahun yang berjumlah 22 orang di pondok pesantren Mamba'ul Hisan Blitar.

2. Sampel penelitian

Pengambilan sampel dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan teknik sampling jenuh/total sampling yaitu teknik pengambilan sampel dengan cara mengambil semua responden yang ada (Sari dkk., 2020). Pada pondok pesantren Mamba'ul Hisan Blitar remaja putri yang berusia 16-18 tahun hanya terdapat 22 santri. Oleh karena itu, peneliti menetapkan jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 22. Adapun kriteria inklusi dan eksklusi santri sampel adalah sebagai berikut:

a. Kriteria inklusi

Kriteria inklusi merupakan kriteria atau ciri-ciri yang harus dipenuhi oleh setiap anggota populasi yang akan dijadikan sebagai sampel (Notoatmojo, 2018). Kriteria inklusi sampel pada penelitian ini adalah:

- 1) Santri putri yang berusia 16-18 tahun
- 2) Santri putri yang bersedia menjadi responden
- 3) Santri putri yang mengonsumsi makanan dari pondok selama 3 hari waktu penelitian
- 4) Santri putri yang tidak mengalami gangguan nafsu makan

b. Kriteria eksklusi

Kriteria eksklusi merupakan kriteria atau ciri-ciri anggota populasi yang tidak dapat dijadikan sampel (Notoatmojo, 2018). Kriteria eksklusi dalam penelitian ini adalah:

- 1) Santri putri yang tidak mengikuti kegiatan penelitian secara lengkap
- 2) Santri putri yang sakit saat penelitian
- 3) Santri putri yang mengundurkan diri disaat penelitian

D. Definisi Operasional

Tabel 2. Definisi Operasional

Variabel	Definisi	Metode	Alat Ukur	Hasil Ukur	Skala Ukur
Tingkat kepuasan	Kepuasan responden mengenai penyediaan makanan oleh penyelenggara makanan yang meliputi: a. Ketepatan waktu pemberian makanan b. Variasi menu c. Citarasa makanan	Wawancara	Kuesioner dengan skala <i>Likert</i> : 1 : Sangat Tidak Puas 2 : Tidak Puas 3 : Puas 4 : Sangat Puas	$\frac{\text{Skor kepuasan}}{\text{Total skor}} \times 100\%$	Rasio

Tingkat asupan energi	Perbandingan antara kandungan energi dalam makanan yang dikonsumsi dengan kecukupan energi yang dianjurkan.	Recall 3 × 24 jam	Form food recall 3 × 24 jam	$\frac{\text{Hasil recall}}{\text{Zat Gizi (AKG)}} \times 100\%$	Rasio
Tingkat asupan zat gizi makro	Perbandingan antara kandungan zat gizi makro dalam makanan yang dikonsumsi dengan kecukupan zat gizi makro yang dibutuhkan oleh tubuh. Zat gizi makro meliputi: a. Protein b. Lemak c. Karbohidrat	Recall 3 × 24 jam	Form food recall 3 × 24 jam	$\frac{\text{Hasil recall}}{\text{Zat Gizi (AKG)}} \times 100\%$	Rasio
Tingkat asupan zat gizi mikro	Perbandingan antara kandungan zat gizi mikro dalam makanan yang dikonsumsi dengan kecukupan zat gizi mikro yang dibutuhkan oleh tubuh. Zat gizi mikro yang digunakan yaitu zat besi.	Recall 3 × 24 jam	Form food recall 3 × 24 jam	$\frac{\text{Hasil recall}}{\text{Zat Gizi (AKG)}} \times 100\%$	Rasio

E. Instrumen Penelitian

Alat dan bahan yang digunakan untuk penelitian:

1. Form food recall
2. Kuesioner tingkat kepuasan responden
3. Buku porsimetri
4. Aplikasi *Nutrisurvey 2007*
5. Aplikasi *Statistical Program for Social Science (SPSS) for Windows Versi 25*
6. Daftar tabel Angka Kecukupan Gizi (AKG) 2019
7. Kalkulator

F. Metode Pengumpulan Data

1. Data tingkat kepuasan responden diperoleh dengan melakukan wawancara pada responden dengan menggunakan kuesioner. Kuesioner diperoleh dari penelitian terdahulu oleh Nurqisthy dkk., (2016) yang berjudul Hubungan Kepuasan Pelayanan Makanan dengan Tingkat Kecukupan Energi dan Protein Pasien di Rumah Sakit Universitas Airlangga Surabaya. Kuesioner yang diberikan berisi pertanyaan terkait dengan pandangan responden terhadap penyelenggaraan makanan di pondok pesantren Mamba'ul Hisan Blitar. Adapun pertanyaan yang terdapat pada kuesioner meliputi variasi menu, citarasa makanan, dan ketepatan waktu dalam pemberian makanan berdasarkan yang dirasakan responden di pondok pesantren Mamba'ul Hisan Blitar.
2. Untuk data tingkat asupan energi dan zat gizi pada responden diperoleh melalui pengisian form food recall 3 × 24 jam oleh responden. Responden mengisi berdasarkan makanan yang sudah dikonsumsi oleh masing-masing individu. Untuk pengisian kolom ukuran rumah tangga (URT) dan gram oleh responden, peneliti menyediakan buku porsimetri untuk melihat seberapa besar porsi yang sudah dikonsumsi oleh responden. Kemudian data hasil food recall 3 × 24 jam diolah menggunakan aplikasi *nutrisurvey 2007* untuk mengetahui kandungan energi dan zat gizi dari asupan makanan responden.

G. Pengolahan, Penyajian, dan Analisis Data

1. Data tingkat kepuasan responden terhadap penyelenggaraan makanan di pondok pesantren Mamba'ul Hisan Blitar yang meliputi variasi menu, citarasa makanan, dan ketepatan waktu dalam pemberian makanan didapatkan melalui penilaian responden pada kuesioner yang sudah diberikan. Kemudian dilakukan *scoring* untuk mengetahui hasil dari kuesioner. Cara penilaian *scoring* yakni menggunakan skala *Likert* dengan 4 kategori tingkat kepuasan yaitu sangat tidak puas, tidak puas, puas, dan sangat puas yang masing-masing diberi skor 1 – 4. Kemudian hasil yang diperoleh dikompositkan dan dikatakan tidak puas apabila skor 0% - 20%, kurang puas apabila skor 21% - 40%, cukup puas apabila skor 41% - 60%, puas apabila skor 61% - 80%, sangat puas apabila skor 81% - 100% (Novaryatiin dkk., 2018). Data tingkat kepuasan ini akan dianalisa secara deskriptif dan disajikan dalam bentuk tabel.
2. Data tingkat asupan energi dan zat gizi yang didapatkan melalui pengisian form food recall 3 × 24 jam kemudian diolah menggunakan aplikasi *nutrisurvey 2007* untuk mengetahui total asupan energi dan zat gizinya. Selanjutnya dihitung tingkat konsumsi energi dan zat gizi dan dibandingkan dengan angka kecukupan gizi yang dianjurkan (AKG) dan dikalikan 100%.

$$\text{Tingkat Konsumsi} = \frac{\text{Hasil Recall}}{\text{Zat Gizi (AKG)}} \times 100\%$$

3. Analisis data

Teknik analisis data yang digunakan yaitu analisis univariat dan analisis bivariat. Perhitungan dan pengolahan data diproses dengan bantuan program komputasi *Statistical Program for Social Science (SPSS) for Windows Versi 25*.

- a. Analisis univariat

Analisis univariat digunakan untuk mengetahui gambaran data responden yang meliputi jenis kelamin dan usia responden, serta hasil tabulasi kuesioner pada variabel tingkat kepuasan makanan, asupan energi dan zat gizi. Deskripsi data hasil penelitian pada analisis univariat dapat diketahui dengan melihat ukuran distribusi frekuensi.

b. Analisis bivariat

Analisis bivariat untuk menganalisis hubungan antara tingkat kepuasan dengan asupan energi dan zat gizi menggunakan uji Korelasi Spearman Rank. Sebelum dilakukan uji korelasi terlebih dahulu dilakukan uji normalitas data untuk mengetahui apakah data berdistribusi normal atau tidak berdistribusi normal. Keputusan uji Korelasi Spearman Rank yaitu H_0 ditolak dan H_a diterima jika nilai Signifikansi Spearman Rank $\leq 0,05$, sebaliknya H_0 diterima dan H_a ditolak jika diperoleh nilai Signifikansi Spearman Rank $> 0,05$.