

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Jenis dan Desain Penelitian**

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan jenis penelitian kualitatif dengan metode *observasional deskriptif*. Penelitian deskriptif yaitu suatu metode penelitian yang dilakukan dengan tujuan utama untuk membuat gambaran atau deskripsi tentang suatu keadaan secara objektif (Setiadi, 2013). Sedangkan penelitian observasional yaitu dilakukan dengan cara melakukan pengamatan atau pengukuran terhadap berbagai variabel subjek penelitian (Alatas, 2004). Metode penelitian deskriptif observasional adalah penelitian dengan menggambarkan suatu keadaan atau masalah yang digali melalui pengamatan yang terjadi dilapangan.

#### **B. Tempat dan Waktu Penelitian**

##### **1. Tempat Penelitian**

Penelitian ini dilakukan di Pondok Pesantren Mamba'ul Hisan Blitar.

##### **2. Waktu Penelitian**

Penelitian ini dilakukan pada bulan Januari 2023.

#### **C. Populasi, Sampel, dan Teknik Pengambilan Sampel**

##### **1. Populasi**

Semua santri usia 16-18 tahun Pondok Pesantren Mamba'ul Hisan Blitar berjumlah 23 santri.

##### **2. Sampel**

Santri-santri Pondok Pesantren Mamba'ul Hisan Blitar yang telah memenuhi kriteria inklusi :

- a. Santri bersedia menjadi responden.
- b. Santri mengonsumsi makanan dari pondok setiap hari.
- c. Santri dengan usia 16-18 tahun.
- d. Santri tidak ada gangguan nafsu makan.
- e. Santri tidak ada gangguan pada pencernaan.

Kriteria eksklusi :

- a. Santri tidak dapat berkomunikasi.
- b. Saat penelitian berlangsung kondisi santri sedang sakit.

### 3. Teknik Pengambilan Sampel

Teknik pengambilan sampel untuk santri dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan *purposive sampling*. Maka sampel yang diambil untuk penelitian ini yaitu santri rentang usia remaja sehingga mudah dalam berkomunikasi.

### 4. Besar Sampel

Menurut (Sugiyono, 2015) sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Bila populasi besar, dan peneliti tidak mungkin mempelajari semua yang ada pada populasi, misalnya karena keterbatasan dana, tenaga dan waktu, maka peneliti dapat menggunakan sampel yang diambil dari populasi itu. Adapun penentuan jumlah sampel yang dikembangkan oleh Roscoe dalam (Sugiyono,2015) adalah ukuran sampel yang layak dalam penelitian adalah antara 30 sampai dengan 500. Oleh karena itu peneliti menetapkan besar sampel untuk penelitian ini adalah 30 santri namun hanya 21 responden yang memenuhi persyaratan lengkap. Jadi, hasil akhir sampel yang digunakan adalah sebanyak 21 sampel.

## **D. Variabel Penelitian**

Variabel penelitian: pola menu, kesesuaian besar porsi, dan sisa makanan

## E. Definisi Operasional Variabel

Tabel 3.1 Definisi Operasional Variabel

Variabel	Definisi	Alat Ukur	Cara Ukur	Hasil Ukur	Skala
Pola menu	Pola menu adalah susunan makanan yang disajikan untuk para santri di Pondok Pesantren Mamba'ul Hisan Blitar yang dinilai oleh peneliti.	<i>Form</i> penilaian pola menu	<i>Observasi</i>	<p><b>Seimbang:</b> Jika menu yang disajikan terdiri dari minimal 4 komponen dari makanan pokok, lauk hewani, lauk nabati, sayur, dan buah.</p> <p><b>Kurang seimbang:</b> Jika menu yang disajikan hanya 3 komponen.</p> <p><b>Tidak seimbang:</b> Jika menu yang disajikan kurang dari 3 komponen.</p>	Ordinal
Kesesuaian Besar Porsi	Kesesuaian besar porsi adalah kesesuaian berat bersih makanan matang yang disajikan untuk satu santri dalam sekali makan dan dinyatakan dalam berat (gram) yang dinilai oleh peneliti.	Timbangan makan, <i>form</i> penilaian kesesuaian besar porsi.	Penimbangan dan observasi.	<p><b>Sesuai:</b> Besar porsi yang disajikan 90-119% dari kesesuaian besar porsi. (Hardinsyah,2002)</p> <p><b>Tidak sesuai:</b> Besar porsi yang disajikan lebih besar atau lebih kecil dari standart porsi.</p>	Ordinal

<b>Variabel</b>	<b>Definisi</b>	<b>Alat Ukur</b>	<b>Cara Ukur</b>	<b>Hasil Ukur</b>	<b>Skala</b>
Sisa Makanan	Sisa makanan adalah makanan yang tidak dikonsumsi santri yang dinilai oleh peneliti.	<i>Observasi</i>	<i>Form visual Comstock</i>	<b>0%:</b> Dikonsumsi seluruhnya (habis dimakan). <b>15%:</b> Tersisa $\frac{1}{4}$ porsi. <b>50%:</b> Tersisa $\frac{1}{2}$ porsi. <b>25%:</b> Tersisa $\frac{3}{4}$ porsi <b>75%:</b> Dikonsumsi sedikit. <b>100%:</b> Utuh	Ordinal

## **F. Instrumen Penelitian**

Alat dan bahan yang digunakan :

1. *Form* penilaian pola menu.
2. *Form* penilaian kesesuaian besar porsi.
3. *Form visual comstock* untuk menjumlah sisa makanan.
4. Timbangan makanan digital.
5. Kalkulator

## **G. Metode Pengumpulan Data**

Metode pengumpulan data penelitian ini yaitu :

1. Data mengenai gambaran umum Pondok Pesantren Mamba'ul Hisan Blitar diperoleh melalui wawancara secara langsung dengan petugas pengurus bagian dapur Pondok Pesantren Mamba'ul Hisan Blitar.
2. Data pola menu yang disajikan pada penyelenggaraan makanan di Pondok Pesantren Mamba'ul Hisan Blitar diperoleh dengan *observasi* secara langsung dengan melihat menu siklus yang telah disediakan dibantu dengan pengisian *form checklist* oleh peneliti.
3. Data kesesuaian porsi pada penyelenggaraan makanan di Pondok Pesantren Mamba'ul Hisan Blitar diperoleh dengan cara menimbang menggunakan timbangan makanan digital masing-masing contoh makanan yang dinilai oleh peneliti.
4. Data sisa makanan santri diperoleh dengan cara mengamati dari jumlah sisa makanan santri selama 3 hari yaitu tanggal 13,14 dan 16 Januari 2023. Kemudian peneliti menaksirkan berdasarkan skala *comstock* lalu dikonversikan kedalam persentase.

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

Metode pengolahan data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan beberapa cara, yaitu dengan cara penjabaran dari wawancara, penyusunan menggunakan gambar, membandingkan ketetapan menjadi kenyataan dan penaksiran. Untuk penyajian data dengan dua cara yaitu dengan bentuk narasi dan tabel. Sedangkan data dianalisis secara deskriptif. Data yang diambil dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

### 1. Gambaran Umum

Data gambaran umum Pondok Pesantren Mamba'ul Hisan Blitar diolah dengan cara penjabaran dari wawancara dengan petugas pengurus bagian dapur Pondok Pesantren Mamba'ul Hisan Blitar, disajikan dalam bentuk narasi dan dianalisis secara deskriptif.

### 2. Pola Menu

Data pola menu yang digunakan pada penyelenggaraan makanan di Pondok Pesantren Mamba'ul Hisan Blitar diolah dengan mentabulasikan masing-masing jenis bahan makanan yang disajikan dalam bentuk gambar kemudian dianalisis secara deskriptif dengan mengklasifikasikan data sebagai berikut (Ardiyani, 2015):

- a. Seimbang, yaitu jika menu yang disajikan terdiri minimal 4 komponen dari makanan pokok, lauk hewani, lauk nabati, sayur, dan buah.
- b. Kurang seimbang, yaitu jika menu terdiri dari <4 komponen dari makanan pokok, lauk hewani, lauk nabati, sayur, dan buah.
- c. Tidak seimbang, yaitu jika menu yang disajikan <3 komponen dari makanan pokok, lauk hewani, lauk nabati, sayur, dan buah.

### 3. Kesesuaian Besar Porsi

Data kesesuaian besar porsi dan penerapannya pada penyelenggaraan makanan di Pondok Pesantren Mamba'ul Hisan Blitar diolah dengan membandingkan porsi makanan yang disajikan (per bahan makanan) dengan standar besar porsi yang telah ditetapkan oleh pondok pesantren kemudian disajikan dalam bentuk gambar, dan dianalisis secara deskriptif dengan mengklasifikasikan data sebagai berikut (Hardinsyah. 2002) :

- a. Sesuai, yaitu besarnya porsi yang disajikan 90% - 119% dari standar porsi.
- b. Tidak sesuai, yaitu besarnya porsi yang disajikan lebih kecil atau lebih besar dari standar porsi.

Dengan rumus :

$$\text{Standar Porsi} = \frac{\text{besar porsi yang disajikan}}{\text{standar porsi yang ditetapkan}} \times 100\%$$

#### 4. Sisa Makan Santri

Data sisa makanan santri Pondok Pesantren Mamba'ul Hisan Blitar diolah dengan cara mengamati dari jumlah sisa makanan santri, disajikan dalam bentuk gambar, dan dianalisis secara deskriptif dengan mengklasifikasikan data sebagai berikut :

- a. 0% jika dikonsumsi seluruhnya ( habis dimakan ).
- b. 15% jika tersisa  $\frac{1}{4}$  porsi.
- c. 50% jika tersisa  $\frac{1}{2}$  porsi.
- d. 25% jika tersisa  $\frac{3}{4}$  porsi.
- e. 75% jika tersisa sedikit.
- f. 100% jika utuh.