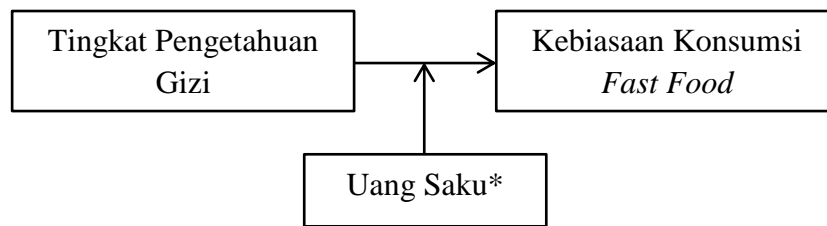


### BAB III

#### METODE PENELITIAN

##### A. Kerangka Konsep

Kerangka konsep penelitian ini ditunjukkan pada gambar 3.1



Gambar 3. 1 Kerangka Konsep

Keterangan : \* = Dianalisis univariat

##### B. Hipotesis

1. Hipotesis Nol ( $H_0$ ) : Tidak ada hubungan antara tingkat pengetahuan gizi dengan kebiasaan konsumsi *fast food* pada remaja di SMAN 7 Kota Tangerang tahun 2022.
2. Hipotesis Alternatif ( $H_a$ ) : Ada hubungan antara tingkat pengetahuan gizi dengan kebiasaan konsumsi *fast food* pada remaja di SMAN 7 Kota Tangerang tahun 2022.

##### C. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional

1. Variabel Penelitian
  - a. Variabel independen : Tingkat pengetahuan gizi
  - b. Variabel dependen : Kebiasaan konsumsi *fast food*.

## 2. Definisi Operasional

Tabel 3. 1  
Definisi Operasional

Variabel	Definisi Operasional	Cara Ukur	Alat Ukur	Hasil Ukur	Skala
<b>Variabel Independen</b>					
Tingkat Pengetahuan gizi	Tingkat pengetahuan siswa tentang gizi yang diperoleh dari jumlah skor jawaban benar responden pada tes pengetahuan terkait definisi gizi seimbang dan <i>fast food</i> , sumber zat gizi, fungsi zat gizi, jenis <i>fast food</i> , kandungan <i>fast food</i> , dampak konsumsi <i>fast food</i> , dan menu seimbang.	Tes yang berisi 15 pertanyaan dengan skor jawaban : 0 = Salah 1 = Benar (Khomsan, 2021)	Tes	1. Kurang = <60% (<9 soal yang benar) 2. Cukup = 60-80 % (9-12 soal yang benar) 3. Baik = >80% (>12 soal yang benar) (Khomsan, 2021)	Ordinal
<b>Variabel Dependen</b>					
Kebiasaan konsumsi <i>fast food</i>	Frekuensi responden mengonsumsi berbagai macam <i>fast food</i> dalam kurun waktu satu bulan.	<i>Food Frequency Questionnaire</i> (FFQ) dengan skor jawaban : 1 = Tidak pernah 2 = 1-3 kali/bulan 3 = 1-3 kali/minggu 4 = 4-6 kali/minggu 5 = Setiap hari (Putri dan Sartika, 2021)	Formulir FFQ	1. Buruk = skor $\geq 60$ 2. Baik = skor < 60 Modifikasi (Nurhikmah, 2021)	Ordinal

#### D. Desain Penelitian

Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif yang menggunakan metode observasional analitik dengan desain rancangan *cross sectional* karena pengukuran variabel independen dan variabel dependen pada penelitian ini dilakukan pada satu waktu yang sama.

#### E. Populasi dan Sampel Penelitian

##### 1. Populasi

Populasi pada penelitian ini adalah seluruh siswa SMAN 7 Kota Tangerang kelas X, XI, dan XII dengan jumlah 994 siswa.

Tabel 3. 2  
Distribusi Populasi

Populasi	Jumlah Siswa
Kelas X	354
Kelas XI	336
Kelas XII	304
Total	994

##### 2. Sampel

###### a. Jumlah sampel

Populasi suatu penelitian ada yang jumlah populasinya tidak diketahui dan ada yang diketahui. Perhitungan ukuran sampel yang akan digunakan perlu memperhatikan kedua jenis populasi tersebut. Pada penelitian ini jumlah populasi sudah diketahui, maka perhitungan sampel menggunakan rumus Yamane (Sugiyono, 2020).

$$n = \frac{N}{1 + N (e)^2}$$

Keterangan :

$n$  = Jumlah sampel yang diperlukan

$N$  = Jumlah populasi yaitu sebesar 994

$e$  = Tingkat kesalahan sebesar 10%

Dari rumus diatas dapat dihitung besar sampel, yaitu :

$$n = \frac{994}{1 + 994 (0,1)^2}$$

$$n = \frac{994}{1 + 994 (0,01)}$$

$$n = \frac{994}{10,94}$$

$$n = 90,85$$

Dari hasil perhitungan diatas dengan menggunakan rumus Yamane maka yang akan menjadi sampel dari penelitian ini sebesar 90,85 yang dibulatkan menjadi 91 sampel.

#### b. Cara Pengambilan Sampel

Cara pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling*, karena pengambilan subjek yang didasarkan pada suatu pertimbangan tertentu yang dibuat oleh peneliti sendiri. Perhitungan jumlah sampel untuk tiap kelas ditentukan dengan rincian sebagai berikut:

$$ni = \frac{Ni}{N} \times n$$

Keterangan:

$ni$  = jumlah sampel untuk tiap kelas

$Ni$  = jumlah populasi tiap kelas

$N$  = total populasi keseluruhan kelas

$n$  = besar sampel

Jumlah sampel tiap kelas berdasarkan perhitungan di atas

yaitu:

a. Kelas X :  $\frac{354}{994} \times 91 = 32$  siswa

b. Kelas XI :  $\frac{336}{994} \times 91 = 31$  siswa

c. Kelas XII :  $\frac{304}{994} \times 91 = 28$  siswa

c. Kriteria Inklusi

Kriteria inklusi pada penelitian ini yaitu bersedia menjadi responden dengan mengisi lembar persetujuan responden.

d. Kriteria Eksklusi

Kriteria eksklusi pada penelitian ini yaitu responden yang tidak hadir saat pengambilan data.

## F. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian ini menggunakan tes dan kuesioner. Kuesioner atau angket merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawab (Sugiyono, 2020). Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini yaitu sebagai berikut

### 1. Tes Tingkat Pengetahuan Gizi

Tes tingkat pengetahuan gizi berupa soal pilihan berganda (*multiple choice test*) berjumlah 15 soal dan tiap soal memiliki lima pilihan ganda. Soal *multiple choice test* disusun dalam bentuk pertanyaan dan responden hanya memilih satu jawaban yang

menurutnya benar. Tes ini mencakup tingkat pengetahuan gizi tentang definisi gizi seimbang dan *fast food*, sumber zat gizi, fungsi zat gizi, jenis *fast food*, kandungan *fast food*, dampak konsumsi *fast food*, menu seimbang.

Tabel 3. 3  
Kisi-Kisi Instrumen Tes Tingkat Pengetahuan Gizi

Sub Materi	Indikator	Kategori & Nomor Urut Soal						Jumlah
		C1	C2	C3	C4	C5	C6	
Gizi Seimbang	Menjelaskan definisi gizi seimbang	1						1
	Merancang menu seimbang					20		1
Zat Gizi	Menunjukkan kelompok bahan makanan sumber zat gizi		2, 3, 4					3
	Menerapkan manfaat zat gizi pada tubuh			5, 6, 7				3
	Memberi saran yang tepat terkait masalah gizi					18, 19*		2
Fast Food	Menjelaskan definisi <i>fast food</i>	11						1
	Memberi contoh makanan yang termasuk jenis <i>fast food</i>		12, 13*, 14*					3
	Menentukan kandungan zat gizi yang terdapat pada <i>fast food</i>			8, 9*, 10*				3
	Menganalisis kaitan antara <i>fast food</i> dengan dampaknya terhadap kesehatan				15, 16, 17			3
	Jumlah							20

Keterangan : \* = tidak valid

Tes tingkat pengetahuan gizi telah dilakukan uji validitas dan reliabilitas kepada 30 responden siswa SMAN 9 Tangerang melalui *google form*. Berikut hasil uji validitas dan reliabilitas.

a. Uji Validitas

Uji validitas dilakukan dengan bantuan program komputer *Statistical Package for Social Science* (SPSS) versi 25, kemudian menentukan nilai  $r$  hitung dan hasilnya dibandingkan dengan nilai  $r$  tabel. Nilai  $r$  tabel yang digunakan untuk jumlah responden 30 orang dengan signifikansi 5% yaitu 0,361. Setelah dilakukan uji validitas dari 20 pertanyaan, diperoleh 15 pertanyaan yang memiliki nilai  $r$  hitung lebih besar dari nilai  $r$  tabel sehingga dinyatakan valid.

b. Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas dilakukan dengan bantuan program komputer SPSS versi 25. Hasil uji reliabilitas menunjukkan bahwa instrumen tes tingkat pengetahuan gizi dinyatakan reliabel dengan nilai *cronbach alpha* lebih dari 0,6 yaitu sebesar 0,756.

2. Formulir *Food Frequency Questionnaire* (FFQ)

Metode frekuensi makanan (*Food Frequency Questionnaires*) dapat dilakukan pada penelitian yang bertujuan untuk mengetahui kebiasaan atau pola konsumsi dari sekelompok masyarakat (Supariasa, Bakri dan Fajar, 2016). FFQ pada penelitian ini digunakan untuk mengukur kebiasaan konsumsi *fast food* yang mencakup frekuensi konsumsi 20 jenis *fast food* dalam kurun waktu tertentu, kemudian dibagi menjadi dua kategori yaitu kebiasaan buruk apabila skor konsumsi  $\geq 60$  dan kebiasaan baik apabila skor konsumsi  $< 60$ .

## **G. Prosedur Penelitian**

1. Tahap Persiapan Penelitian
  - a. Meminta surat izin penelitian kepada kampus.
  - b. Peneliti mengajukan surat persetujuan etik kepada komite etik.
  - c. Peneliti mengunjungi SMAN 7 Kota Tangerang untuk meminta izin melaksanakan penelitian dan pengambilan data serta membuat kesepakatan dengan pihak sekolah untuk hari pelaksanaan penelitian.
  - d. Mencetak formulir FFQ kebiasaan konsumsi fast food, formulir tes tingkat pengetahuan gizi, dan pernyataan persetujuan menjadi responden penelitian.
2. Tahap Pelaksanaan Penelitian
  - a. Mengunjungi kelas yang menjadi responden penelitian
  - b. Menjelaskan tujuan penelitian dan membagikan pernyataan persetujuan menjadi responden kepada siswa yang bersedia menjadi responden
  - c. Menjelaskan tata cara pengisian formulir tes tingkat pengetahuan gizi dan formulir FFQ, kemudian membagikannya kepada responden
  - d. Melakukan pengawasan ketika responden mengisi tes tingkat pengetahuan gizi untuk mencegah kecurangan dalam pengisian jawaban.
  - e. Responden yang telah selesai mengisi tes tingkat pengetahuan gizi diinstruksikan mengisi formulir FFQ kebiasaan konsumsi fast food.
  - f. Mengumpulkan formulir yang telah diisi responden



- g. Jawaban dari formulir tes tingkat pengetahuan gizi dan formulir FFQ akan dijadikan data penelitian yang selanjutnya dilakukan pengolahan dan analisis data dengan menggunakan program *Microsoft Office Excel* dan SPSS versi 25.

## H. Pengolahan dan Analisis Data

### 1. Pengolahan Data

Proses pengolahan data dalam penelitian ini menggunakan program *Microsoft Office Excel* dan SPSS versi 25 dengan tahapan berikut.

#### a. Pemeriksaan (*Editing*)

Data yang telah dikumpulkan dilakukan pemeriksaan, seperti tingkat pengetahuan gizi melalui tes dan kebiasaan konsumsi *fast food* melalui formulir FFQ.

#### b. Pemberian skor (*Scoring*)

Data dari hasil pengukuran variabel tingkat pengetahuan gizi dan kebiasaan konsumsi *fast food* diperiksa dan diberi skor.

##### 1) Variabel tingkat pengetahuan gizi

- a) Jawaban yang benar diberi skor 1.
- b) Jawaban yang salah diberi skor 0.

##### 2) Variabel kebiasaan konsumsi *fast food*

Pilihan jawaban pada formulir FFQ diberi skor menurut Putri dan Sartika (2021)

- a) Tidak pernah = 1
- b) 1-3 kali/bulan = 2

c) 1-3 kali/minggu = 3

d) 4-6 kali/minggu = 4

e) Setiap hari = 5

Selanjutnya menjumlahkan skor dari setiap jawaban untuk dibagi menjadi dua kategori.

c. Kategorisasi Data

1) Variabel tingkat pengetahuan gizi

Pengkategorian data dilakukan menggunakan kategori menurut Khomsan (2021) yang ditunjukkan pada Tabel 3.4.

Tabel 3. 4  
Kategori Tingkat Pengetahuan Gizi

Kategori	Keterangan	Hasil Perhitungan
Baik	>80%	>12 soal yang benar
Cukup	60-80%	9-12 soal yang benar
Kurang	<60%	<9 soal yang benar

Sumber : Khomsan (2021)

2) Variabel kebiasaan konsumsi *fast food*

Penilaian dari kuesioner FFQ kebiasaan konsumsi *fast food* menggunakan kategori menurut Nurhikmah (2021) yang akan dikategorikan menjadi buruk :  $X \geq M$  dan baik :  $X < M$ .

Perhitungan skor :

Skor maksimum = skor tertinggi x jumlah pertanyaan

Skor minimum = skor terendah x jumlah pertanyaan

Mean =  $\frac{1}{2}$  (skor maksimum + skor minimum)

Perhitungan :

Skor maksimum =  $5 \times 20 = 100$

Skor minimum	= $1 \times 20 = 20$
Mean	= $\frac{1}{2} (100 + 20) = 60$
Buruk	= skor $\geq M$ = skor $\geq 60$
Baik	= skor $< M$ = skor $< 60$

Skor yang telah diperoleh akan dikategorikan menjadi dua, yaitu:

- a) Kategori buruk : skor  $\geq 60$
- b) Kategori baik : skor  $< 60$

d. Pemberian kode (*Coding*)

Pada tahap ini dilakukan pemberian kode untuk masing-masing variabel yang telah dikumpulkan.

1) Variabel tingkat pengetahuan gizi

Kurang = 1

Cukup = 2

Baik = 3

2) Variabel kebiasaan konsumsi *fast food*

Buruk = 1

Baik = 2

e. *Entry*

Data tingkat pengetahuan gizi dan kebiasaan konsumsi *fast food* dimasukkan ke dalam program SPSS versi 25.

f. *Tabulating*

Data disusun dan disajikan dalam bentuk tabel.

2. Analisis Data

a. Analisis Univariat

Analisis univariat digunakan untuk mengetahui distribusi frekuensi masing-masing variabel yang diteliti, yaitu variabel tingkat pengetahuan gizi dan variabel kebiasaan konsumsi *fast food*.

b. Analisis Bivariat

Analisis bivariat digunakan untuk mengetahui hubungan antara variabel tingkat pengetahuan gizi dengan variabel kebiasaan konsumsi *fast food*. Analisis bivariat menggunakan program SPSS versi 25 dengan uji *spearman rank* karena data yang dikorelasikan merupakan data ordinal. Interpretasi hasil uji korelasi didasarkan pada nilai  $p$ , kekuatan korelasi, serta arah korelasinya (Suyanto *et al.*, 2018). Jika nilai  $p < 0,05$  berarti terdapat hubungan yang bermakna antara tingkat pengetahuan gizi dengan kebiasaan konsumsi *fast food* pada remaja di SMAN 7 Kota Tangerang, sedangkan jika nilai  $p > 0,05$  berarti tidak terdapat hubungan yang bermakna antara tingkat pengetahuan gizi dengan kebiasaan konsumsi *fast food* pada remaja di SMAN 7 Kota Tangerang.

Interpretasi hasil uji hipotesis berdasarkan kekuatan korelasi sebagai berikut

1) 0,0 s.d. <0,2 = Sangat lemah

- 2) 0,2 s.d. <0,4 = Lemah
- 3) 0,4 s.d. <0,6 = Sedang
- 4) 0,6 s.d. <0,8 = Kuat
- 5) 0,8 s.d. 1 = Sangat kuat

Arah korelasi :

- 1) Positif (+) artinya searah, semakin besar nilai satu variabel semakin besar pula nilai variabel lainnya.
- 2) Negatif (-) artinya berlawanan arah, semakin besar nilai satu variabel, semakin kecil nilai variabel lainnya.