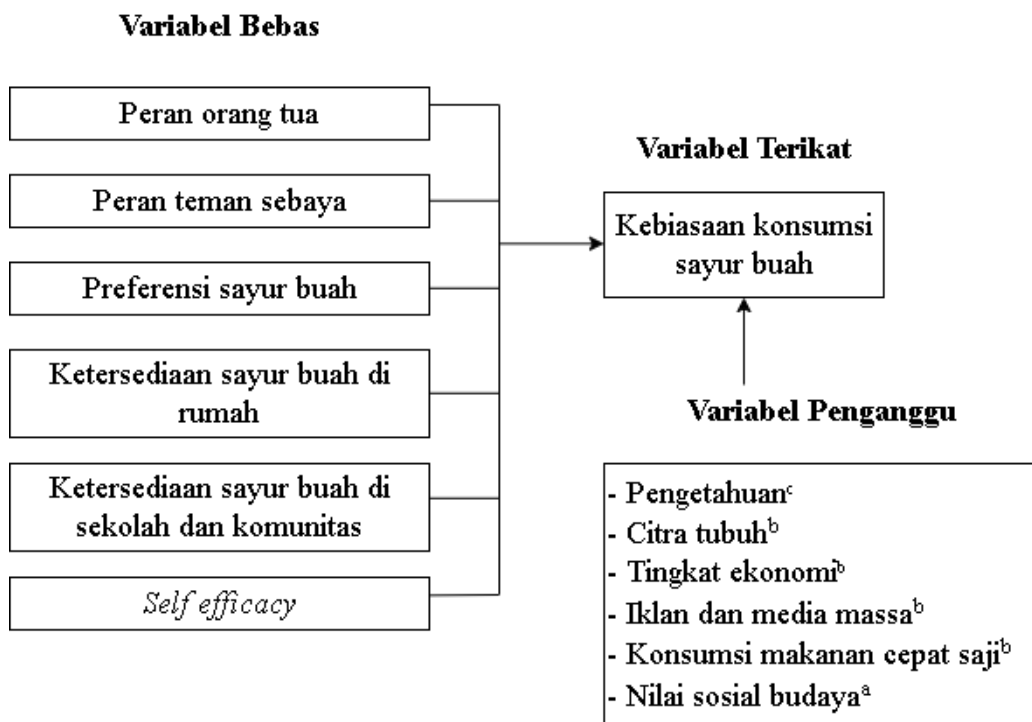


BAB III

METODE PENELITIAN

A. Kerangka Konsep



Gambar 3. 1 Kerangka Konsep

Keterangan:

a : Variabel dikendalikan oleh kriteria sampel

b : Variabel tidak diteliti karena keterbatasan penelitian

c : Variabel dianggap sama

B. Hipotesis Penelitian

1. Ha : Ada hubungan antara peran orang tua dengan kebiasaan konsumsi sayur dan buah pada remaja di SMP Negeri 7 Tasikmalaya tahun 2025.

Ho : Tidak ada hubungan antara peran orang tua dengan kebiasaan konsumsi sayur dan buah pada remaja di SMP Negeri 7 Tasikmalaya tahun 2025.

2. Ha : Ada hubungan antara peran teman sebaya dengan kebiasaan konsumsi sayur dan buah pada remaja di SMP Negeri 7 Tasikmalaya tahun 2025.

Ho : Tidak ada hubungan antara peran teman sebaya dengan kebiasaan konsumsi sayur dan buah pada remaja di SMP Negeri 7 Tasikmalaya tahun 2025.

3. Ha : Ada hubungan antara preferensi sayur dan buah dengan kebiasaan konsumsi sayur dan buah pada remaja di SMP Negeri 7 Tasikmalaya tahun 2025.

Ho : Tidak ada hubungan antara preferensi sayur dan buah dengan kebiasaan konsumsi sayur dan buah pada remaja di SMP Negeri 7 Tasikmalaya tahun 2025.

4. Ha : Ada hubungan antara ketersediaan sayur dan buah di rumah dengan kebiasaan konsumsi sayur dan buah pada remaja di SMP Negeri 7 Tasikmalaya tahun 2025.

Ho : Tidak ada hubungan antara ketersediaan sayur dan buah di rumah dengan kebiasaan konsumsi sayur dan buah pada remaja di SMP Negeri 7 Tasikmalaya tahun 2025.

5. Ha : Ada hubungan antara ketersediaan sayur dan buah di sekolah dan komunitas dengan kebiasaan konsumsi sayur dan buah pada remaja di SMP Negeri 7 Tasikmalaya tahun 2025.

Ho : Tidak ada hubungan antara ketersediaan sayur dan buah di sekolah dan komunitas dengan kebiasaan konsumsi sayur dan buah pada remaja di SMP Negeri 7 Tasikmalaya tahun 2025.

6. Ha : Ada hubungan antara *self efficacy* dengan kebiasaan konsumsi sayur dan buah pada remaja di SMP Negeri 7 Tasikmalaya tahun 2025.

Ho : Tidak ada hubungan antara *self efficacy* dengan kebiasaan konsumsi sayur dan buah pada remaja di SMP Negeri 7 Tasikmalaya tahun 2025.

C. Variabel dan Definisi

1. Variabel Bebas/*Independent*

Variabel bebas atau *independent* adalah variabel yang dapat mempengaruhi variabel terikat atau *dependent*. Variabel bebas atau *independent* dalam penelitian ini adalah pengaruh orang tua, pengaruh teman sebaya, preferensi sayur dan buah, ketersediaan sayur dan buah di rumah, ketersediaan sayur dan buah di sekolah dan komunitas, dan *self efficacy*.

2. Variabel Terikat/*Dependent*

Variabel terikat atau *dependent* adalah variabel yang dipengaruhi oleh variabel bebas atau *independent*. Variabel terikat atau *dependent* dalam penelitian ini adalah kebiasaan konsumsi sayur dan buah.

3. Variabel Pengganggu

Variabel pengganggu dalam penelitian ini adalah pengetahuan, citra tubuh, tingkat ekonomi, iklan dan media massa, konsumsi makanan cepat saji dan sosial budaya.

D. Definisi Operasional

Tabel 3. 1

Definisi Operasional

No	Variabel	Definisi Operasional	Cara Pengukuran	Alat Ukur	Hasil Ukur	Skala
1.	Peran orang tua	Perilaku yang dicontohkan dan dukungan yang berpengaruh terhadap kebiasaan konsumsi sayur dan buah.	Responden mengisi sendiri kuesioner yang diberikan.	Kuesioner modifikasi Cullen, 2001	0 = kurang, jika total skor < 25 1 = baik, jika skor nilai ≥ 25 (Anggraeni dan Sudiarti, 2018)	Ordinal
2.	Peran teman sebaya	Perilaku yang dicontohkan dan dukungan yang berpengaruh terhadap kebiasaan konsumsi sayur dan buah	Responden mengisi sendiri kuesioner yang diberikan.	Kuesioner modifikasi Nisa, 2020.	0 = kurang, jika total skor < 18 1 = baik, jika skor nilai ≥ 18 (Anggraeni dan Sudiarti, 2018)	Ordinal

No	Variabel	Definisi Operasional	Cara Pengukuran	Alat Ukur	Hasil Ukur	Skala
3.	Preferensi sayur dan buah	Tingkat kesukaan responden terhadap sayur dan buah.	Responden mengisi sendiri kuesioner yang diberikan.	Kuesioner modifikasi Nuraeni, 2023.	0 = kurang baik jika skor < 2 1 = baik jika skor = 2 (Farisa, 2013)	Ordinal
4.	Ketersediaan sayur dan buah di rumah	Tersedia atau tidaknya sayur dan buah di rumah	Responden mengisi sendiri kuesioner yang diberikan.	Kuesioner Bourdeaud huij 2004.	0 = kurang, jika total skor < 21 1 = baik, jika skor nilai ≥ 21 (Anggraeni dan Sudiarti, 2018)	
5.	Ketersediaan sayur dan buah di sekolah	Tersedia atau tidaknya sayur dan buah di sekolah	Responden mengisi sendiri kuesioner yang diberikan.	Kuesioner modifikasi Halimah, 2022.	0 = kurang, jika total skor < 15 1 = baik, jika skor nilai ≥ 15 (Anggraeni dan Sudiarti, 2018)	Ordinal
6.	<i>Self efficacy</i>	Derajat kesiapan responden untuk mengonsumsi	Responden mengisi sendiri kuesioner yang diberikan.	Kuesioner modifikasi Granner, 2022.	0 = kurang, jika total skor < 22 1 = baik, jika skor nilai ≥ 22	Ordinal
7.	Konsumsi sayur dan buah	Jumlah rata-rata responden dalam mengonsumsi sayur dan buah secara langsung dan olahan sederhana dalam satu hari	Wawancara	<i>Semi Quantitative Food Frequency Questioner (SQFFQ)</i>	0 = kurang, jika konsumsi sayur dan buah < 400 gr per hari 1 = cukup, jika konsumsi sayur dan buah ≥ 400 gr per hari (WHO, 2023, Permenkes No 41 tahun 2014)	Ordinal

E. Rancangan/Desain Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian observasional yang menggunakan desain studi *cross sectional*. *Cross sectional* adalah penelitian yang dengan pengambilan data variabel baik bebas maupun terikat dilakukan dalam satu waktu (Abduh *et al.*, 2023).

F. Populasi dan Sampel

1. Populasi Penelitian

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas 7 dan 8 di SMP Negeri 7 Tasikmalaya. Jumlah populasi sebanyak 321 orang.

2. Sampel Penelitian

a. Jumlah Sampel

Jumlah sampel yang diperlukan dihitung menggunakan Rumus Slovin (Sugiyono, 2019) dengan rumus sebagai berikut:

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

$$n = \frac{321}{1 + 321 \times 0,0025}$$

$$n = \frac{321}{1,8}$$

$$n = 178,3 \text{ atau } 179$$

Keterangan :

n : Jumlah sampel yang diperlukan

N : Jumlah Populasi

E : Batas kesalahan maksimal yang dapat ditolelir yaitu 5% (0,05)

Berdasarkan hasil perhitungan didapat jumlah sampel minimal yang dibutuhkan sebanyak 179 orang.

b. Pengambilan Sampel

Pengambilan sampel dilakukan dengan menggunakan teknik *proportional random sampling*. Masing-masing sampel dari setiap

kelas diambil secara berimbang sesuai dengan jumlah populasi yang dipilih dengan cara undian. Pengambilan sampel dihitung menggunakan rumus berikut :

$$n_i = \frac{n}{N} \times \text{jumlah sampel}$$

Keterangan :

n_i : Jumlah sampel tiap kelas

n : Jumlah siswa tiap kelas

N : Jumlah poplasi

Tabel 3. 2

Tabel Distribusi Sampel

Populasi	Jumlah (orang)
Kelas VII A	$\frac{32}{321} \times 179 = 17,84$ atau 18
Kelas VII B	$\frac{32}{321} \times 179 = 17,84$ atau 18
Kelas VII C	$\frac{31}{321} \times 179 = 17,28$ atau 18
Kelas VII D	$\frac{32}{321} \times 179 = 17,84$ atau 18
Kelas VII E	$\frac{32}{321} \times 179 = 17,84$ atau 18
Kelas VIII A	$\frac{28}{321} \times 179 = 15,61$ atau 16
Kelas VIII B	$\frac{27}{321} \times 179 = 15,05$ atau 16
Kelas VIII C	$\frac{27}{321} \times 179 = 15,05$ atau 16
Kelas VIII D	$\frac{26}{321} \times 179 = 14,49$ atau 15
Kelas VIII E	$\frac{27}{321} \times 179 = 15,05$ atau 16
Kelas VIII F	$\frac{27}{321} \times 179 = 15,05$ atau 16

c. Kriteria Inklusi dan Eksklusi

1) Kriteria Inklusi

- a) Siswa dan siswi kelas 7 dan 8 SMP Negeri 7 Tasikmalaya
- b) Bersedia menjadi responden penelitian

c) Berasal dari suku sunda

2) Kriteria Eksklusi

- a) Responden tidak hadir saat penelitian dilaksanakan
- b) Responden mengundurkan diri dari penelitian
- c) Jika responden tidak mengisi kuesioner dengan benar, hanya menjawab beberapa pertanyaan, tidak menjawab beberapa pertanyaan dan tidak menjawab seluruh pertanyaan.
- d) Jika responden tidak mengonsumsi buah dan sayur sama sekali atau total konsumsi adalah 0 gram.

G. Instrumen Penelitian

Penelitian ini menggunakan instrument penelitian berupa kuesioner (Lampiran 3). Kuesioner yang digunakan dalam penelitian adalah:

1. Kuesioner pengaruh orang tua terhadap konsumsi sayur dan buah.
2. Kuesioner pengaruh teman sebaya terhadap konsumsi sayur dan buah.
3. Kuesioner preferensi sayur dan buah.
4. Kuesioner ketersediaan sayur dan buah di rumah
5. Kuesioner ketersediaan sayur dan buah di sekolah dan komunitas.
6. Kuesioner *self efficacy*.
7. SQFFQ.
8. Buku foto makanan

H. Prosedur Penelitian

1. Tahap Awal

- a. Mengurus surat izin pengambilan data ke SBAP Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Siliwangi yang ditujukan kepada Dinas Kesehatan Kota Tasikmalaya.
- b. Mengumpulkan literatur yang berkaitan dengan faktor-faktor yang berhubungan dengan kebiasaan konsumsi sayur dan buah pada remaja.
- c. Melakukan survei awal ke SMP Negeri 7 Tasikmalaya.

2. Tahap Persiapan

- a. Mempersiapkan semua kuesioner (Lampiran 3) sebagai instrumen penelitian yang akan digunakan.
- b. Melakukan uji validitas dan reliabilitas untuk semua kuesioner yang akan digunakan. Hasil uji menunjukkan bahwa semua kuesioner valid dan reliabel (Lampiran 4).
- c. Mengurus perizinan etik penelitian.
- d. Menentukan enumerator sebanyak 4 orang untuk membantu peneliti dengan syarat merupakan mahasiswa Program Studi Gizi yang sudah mengambil mata kuliah Penilaian Status Gizi.
- e. Mengurus surat perizinan penelitian ke SBAP Fakultas Ilmu Kesehatan yang ditujukan kepada Kepala Dinas Pendidikan Kota Tasikmalaya.

- f. Mengurus surat perizinan penelitian ke SBAP Fakultas Ilmu Kesehatan yang ditujukan kepada Kepala Sekolah SMP Negeri 7 Tasikmalaya.
- g. Melakukan koordinasi dengan pihak sekolah terkait waktu yang tersedia untuk melaksanakan penelitian.

3. Tahap Pelaksanaan

- a. Mengumpulkan sampel sesuai kriteria.
- b. Memberikan lembar penjelasan penelitian dan *informed consent* kepada orang tua siswa sebagai tanda persetujuan untuk mengikuti penelitian.
- c. Pada hari pelaksanaan peneliti menjelaskan terkait pengisian kuesioner dan wawancara untuk SQFFQ.
- d. Responden mengisi kuesioner secara mandiri setelah selesai dilanjutkan dengan wawancara untuk mengisi SQFFQ.
- e. Peneliti dan enumerator akan membantu responden selama pengisian kuesioner.
- f. Responden yang telah selesai mengisi kuesioner dan melakukan wawancara dipersilahkan untuk meninggalkan ruangan.

I. Pengolahan dan Analisis Data

1. Pengolahan Data

a. *Editing*

Tahap *editing* dilakukan untuk memeriksa kelengkapan dan kejelasan jawaban responden pada setiap pertanyaan. Proses ini

dilakukan setelah semua data terkumpul, sehingga memudahkan pelacakan responden jika ada data yang tidak akurat atau meragukan.

b. *Scoring* dan Kategori

Kuesioner penelitian ini menggunakan Skala Likert 5 poin (Mahmud, 2022). Tahapan ini dilakukan untuk memberikan nilai dan kategori pada setiap variabel dengan penilaian sebagai berikut:

1) Variabel peran orang tua terdiri dari 8 pertanyaan dengan 5 pilihan jawaban, yaitu:

- (a) 5 = sangat sering
- (b) 4 = sering
- (c) 3 = kadang-kadang
- (d) 2 = jarang
- (e) 1 = tidak pernah

Pengkategorian untuk variabel pengaruh orang tua dibagi menjadi 2 berdasarkan median dari total skor pertanyaan.

Dinyatakan kurang jika total skor < 25 dan baik jika total skor ≥ 25 .

2) Variabel peran teman sebaya terdiri dari 6 pertanyaan dengan 5 pilihan jawaban, yaitu:

- (a) 5 = sangat sering
- (b) 4 = sering
- (c) 3 = kadang-kadang

(d) 2 = jarang

(e) 1 = tidak pernah

Pengkategorian untuk variabel pengaruh teman sebaya dibagi menjadi 2 berdasarkan median dari total skor pertanyaan. Dinyatakan kurang jika total skor < 18 dan baik jika total skor ≥ 18 .

3) Variabel preferensi terdiri dari 11 pertanyaan dengan 2 pertanyaan utama dan 9 pertanyaan pendukung. Terdapat dua jawaban untuk masing-masing pertanyaan utama yaitu tidak suka dengan skor 0 dan suka dengan skor 1. Pengkategorian preferensi baik dan kurang dibedakan dengan total skor pertanyaan utama. Preferensi kurang baik jika skor < 2 dan preferensi baik jika skor = 2.

4) Variabel ketersediaan sayur dan buah di rumah terdiri dari 6 pertanyaan dengan 5 pilihan jawaban, yaitu :

(a) 5 = sangat sering

(b) 4 = sering

(c) 3 = kadang-kadang

(d) 2 = jarang

(e) 1 = tidak pernah

Pengkategorian untuk variabel ketersediaan sayur dan buah di sekolah dibagi menjadi 2 berdasarkan median dari total skor

pertanyaan. Dinyatakan kurang jika total skor < 21 dan baik jika total skor ≥ 21 .

- 5) Variabel ketersediaan sayur dan buah di sekolah dan komunitas terdiri dari 6 pertanyaan dengan 5 pilihan jawaban, yaitu :

(f) 5 = sangat sering

(g) 4 = sering

(h) 3 = kadang-kadang

(i) 2 = jarang

(j) 1 = tidak pernah

Pengkategorian untuk variabel ketersediaan sayur dan buah di sekolah dibagi menjadi 2 berdasarkan median dari total skor pertanyaan. Dinyatakan kurang jika total skor < 15 dan baik jika ≥ 15 .

- 6) Variabel *self efficacy* terdiri dari 6 pertanyaan dengan 5 pilihan jawaban, yaitu :

(a) 5 = sangat setuju

(b) 4 = setuju

(c) 3 = ragu-ragu

(d) 2 = tidak setuju

(e) 1 = sangat tidak setuju

Pengkategorian untuk variabel *self efficacy* dibagi menjadi 2 berdasarkan median dari total skor pertanyaan. Dinyatakan kurang jika total skor < 22 dan baik jika total skor ≥ 22 .

7) Pengambilan data untuk variabel konsumsi sayur dan buah menggunakan instrumen *Semi Quantitative Food Frequency Questionnaire* (SQFFQ) dengan pengkategorian kurang jika konsumsi sayur dan buah < 400 gram per hari dan cukup jika konsumsi sayur dan buah ≥ 400 gram per hari (WHO, 2023). Adapun untuk konsumsi sayur dan buah secara terpisah akan dikategorikan berdasarkan Permenkes No. 41 Tahun 2014.

c. *Coding*

Tahap *coding* yaitu tahap dimana data dari masing-masing variabel akan diberi kode angka untuk memudahkan pengolahan data. Adapun kode untuk setiap variabel terdapat dalam Tabel 3.4.

Tabel 3. 3

Coding Variabel Penelitian

Variabel	Kategori	Kode
Pengaruh orang tua	Kurang baik	0
	Baik	1
Pengaruh teman sebaya	Kurang baik	0
	Baik	1
Preferensi	Kurang baik	0
	Baik	1
Ketersediaan sayur dan buah di sekolah	Kurang baik	0
	Baik	1
<i>Self efficacy</i>	Kurang baik	0
	Baik	1
Konsumsi buah dan sayur	Kurang	0
	Cukup	1

d. *Entry*

Memasukan data responden ke dalam *Microsoft Excel* kemudian dianalisis dengan menggunakan aplikasi SPSS.

e. *Cleaning*

Tahap *cleaning* dilakukan untuk membersihkan data yang telah dimasukan ke dalam tabel untuk dikoreksi dan divalidasi ulang agar kualitas data terjaga dan kesalahan data dapat dihindari.

2. Analisis Data

a. Analisis Univariat

Analisis univariat digunakan untuk mengetahui distribusi frekuensi dari masing-masing variabel yang diteliti meliputi variabel pengaruh orang tua, penaruh teman sebaya, preferensi, ketersediaan sayur dan buah di sekolah, *self efficacy*, kebiasaan konsumsi makanan cepat saji, dan konsumsi sayur dan buah.

b. Analisis Bivariat

Analisis bivariat merupakan analisis statistik yang digunakan untuk mengetahui hubungan antara variabel bebas yaitu peran orang tua, peran teman sebaya, preferensi, ketersediaan sayur buah di sekolah dan komunitas, *self efficacy*, kebiasaan konsumsi makanan cepat saji, dengan variabel terikat yaitu konsumsi sayur dan buah. Uji statistik yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji *chi square*. Data yang telah didapat akan diolah menggunakan program SPSS. Kesimpulan akan ada atau tidaknya hubungan antar variabel

ditentukan oleh nilai signifikansi (*p-value*) dimana jika *p-value* < 0,05 maka terdapat hubungan signifikan dan jika *p-value* > 0,05 maka tidak terdapat hubungan signifikan (Wulandari, *et al*, 2021).