

BAB IV

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Jenis yang digunakan dalam penelitian ini adalah *observasional* dengan rancangan penelitian *Cross Sectional*, dimana sarapan pagi sebagai variabel bebas dan status gizi serta hasil belajar sebagai variabel terikat yang pengukurannya dilakukan hanya satu kali pengukuran (Budiarto, 2004).

B. Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SD Negeri No. 5 Tonja, Denpasar Utara.

Tempat ini dipilih sebagai tempat penelitian karena :

1. Sebelumnya tidak pernah dilakukan penelitian atau pengumpulan data mengenai hubungan sarapan pagi dengan status gizi dan hasil belajar.
2. Permasalahan yang paling menonjol pada anak sekolah dasar adalah terjadinya status gizi kurang hasil belajar menurun yang disebabkan oleh tidak sarapan pagi.
3. Diharapkan dengan melakukan penelitian ini dapat memberikan manfaat bagi siswa SD Negeri No.5 Tonja, Denpasar Utara.
4. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Januari-Juni tahun 2018.

C. Populasi dan Sampel Penelitian

1. Populasi penelitian

Populasi penelitian ini adalah seluruh murid kelas IV dan V SD Negeri No. 5 Tonja, Denpasar Utara terhitung tahun ajaran 2018/2019 dan masih

terdaftar di sekolah bersangkutan pada bulan dan tahun dilaksanakannya penelitian yang berjumlah 176 orang. Ditentukan kelas IV dan V karena sudah bisa diajak berkomunikasi untuk mengingat konsumsi yang dimakan tadi pagi. Untuk kelas I, II, III tidak dijadikan sampel oleh peneliti karena masih terlalu kecil dan sulit diwawancarai untuk mengingat konsumsi yang dimakan tadi pagi. Sedangkan kelas VI tidak dijadikan sampel oleh peneliti karena sedang mempersiapkan pemantapan ujian nasional.

2. Sampel penelitian

Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah bagian dari populasi, dimana sampel yang diambil adalah semua jumlah populasi yang ada di SD kelas IV dan V SD Negeri No. 5 Tonja dengan jumlah 63 orang yang memiliki kriteria sebagai berikut :

1. Terdaftar sebagai murid kelas V dan VI SD Negeri No. 5 Tonja, Denpasar Utara tahun ajaran 2018/2019.
2. Bersedia menjadi sampel atau responden.
3. Laki-laki maupun perempuan.
4. Tidak dalam keadaan sakit.
5. Usia sampel antara 10-12 tahun.

Besar sampel dihitung dengan menggunakan rumus slovin sebagai berikut : (Sevilla, Consuelo G.et.al. 2007)

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

Keterangan :

n = jumlah sampel

N = jumlah populasi

e = tingkat signifikansi (p) (contoh perhitungan terlampir)

Jumlah sampel 63 orang.

D. Teknik Pengambilan Sampel

Dalam penelitian ini sampel ditentukan dengan cara *simple random sampling* atau acak sederhana dengan menggunakan rumus komputer.

E. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data

1. Jenis data

Jenis data yang dikumpulkan dalam penelitian ini adalah 2 jenis, yaitu data primer dan data sekunder.

a. Data primer

Data primer yang dikumpulkan peneliti meliputi,

1. Data konsumsi sarapan pagi
2. Data status gizi

b. Data sekunder

Data sekunder meliputi hasil belajar dan gambaran umum mengenai SD Negeri No. 5 Tonja, Denpasar Utara.

2. Teknik pengumpulan data

- a. Data konsumsi sarapan pagi dikumpulkan dengan aplikasi nutri survey dengan menggunakan formulir recall konsumsi makan.
- b. Data status gizi dikumpulkan dengan metode antropometri dengan menimbang berat badan dan mengukur tinggi badan.
- c. Data hasil belajar ditentukan dengan mencatat hasil laporan belajar dari masing-masing siswa.

3. Instrumen pengumpulan data

Pada penelitian ini menggunakan instrumen pengumpulan data sebagai berikut :

- a. Sarapan pagi menggunakan formulir recall 24 jam.
- b. Status gizi menggunakan timbangan injak digital merk *camry EB9301* dengan kapasitas 150 kg dan ketelitian 0,1 kg dan microtoice dengan kapasitas 200 cm dengan tingkat ketelitian 0,1 cm.
- c. Hasil belajar menggunakan tabel hasil belajar yaitu tabel penyajian data dari nilai rata-rata raport siswa.

F. Pengolahan dan Analisis Data

1. Pengolahan data

Data yang diperoleh, diolah dengan cara dikelompokkan berdasarkan variabel yang diteliti.

a. Data konsumsi sarapan pagi

1. Data jenis sarapan pagi

Hasil recall makan pagi yang diperoleh kemudian dikelompokkan menurut jenisnya yaitu baik 9-12 jenis, cukup 5-8 jenis dan kurang 4-1 jenis (Djiteng Rojito).

2. Data jumlah sarapan pagi

Hasil recall makan pagi yang diperoleh kemudian di konversi ke zat gizi energi (kkal) dan protein (gram) dengan menggunakan aplikasi nutri survey, kemudian dari hasil tersebut dibandingkan dengan $\frac{1}{3}$ hasil kebutuhan energi dan protein dari sarapan pagi per individu

lalu dikategorikan normal : 90-119%, defisit tingkat ringan : 80-89%, defisit tingkat sedang : 70-79%, defisit tingkat berat : <70%, dan lebih : $\geq 120\%$.

b. Data status gizi

Hasil pengukuran tinggi badan dan berat badan yang diperoleh kemudian digunakan untuk menghitung status gizi dengan menggunakan rumus IMT/U. Adapun rumusnya sebagai berikut :

$$IMT = \frac{\text{Berat Badan (kg)}}{\text{Tinggi Badan dalam meter (m)}^2}$$

Selanjutnya dikelompokkan dengan standar z-score berdasarkan IMT/U menurut umur anak 9-10 tahun sebagai berikut :

- a. Sangat kurus : Z-score < -3 SD
 - b. Kurus : Z-score -3 SD sampai dengan < -2 SD
 - c. Normal : Z-score -2 SD sampai dengan 1 SD
 - d. Gemuk : Z-score >1 SD sampai dengan 2 SD
 - e. Obesitas : Z-score >2 SD
- c. Data hasil belajar

Nilai (angka) rata-rata hasil belajar dari mata pelajaran yang diujikan yaitu IPA, Matematika dan Bahasa Indonesia yang diperoleh dari laporan hasil belajar semester 1 dikelompokkan menjadi 3 yaitu baik : 80-100, cukup : 60-79 dan kurang : 0-59.

2. Analisis Data

Untuk menentukan hubungan sarapan pagi dengan status gizi dan hasil belajar digunakan analisis dekriptif dengan menggunakan tabel frekuensi

dan tabel silang. Kemudian tabel tersebut diuraikan. Untuk uji hipotesis menggunakan uji statistik korelasi pearson (Sulistyo-Basuki, 2006).

Rumus Korelasi Pearson :

$$r = \frac{\Sigma xy - \frac{(\Sigma x)(\Sigma y)}{n}}{\sqrt{(\Sigma x^2 - \frac{(\Sigma x)^2}{n})(\Sigma y^2 - \frac{(\Sigma y)^2}{n})}}$$

Keterangan :

r = nilai korelasi

x = variabel x

y = variabel y

G. Etika Penelitian

1. Setiap subjek yang memenuhi kriteria sampel dimohon kesediaannya untuk menjadi sampel dengan mengisi dan mendatangi formulir pernyataan bersedia menjadi sampel.
2. Pengambilan data dilakukan setelah diadakan perjanjian terlebih dahulu dengan subjek penelitian.