

BAB IV

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Desain penelitian ini menggunakan desain cross sectional yaitu rancangan penelitian dimana pengukuran variabel independen (penampilan dan rasa makanan, nilai gizi menu, asupan) dan variabel dependen (menu) dilakukan secara bersamaan.

B. Tempat dan Waktu Penelitian

1. Tempat

Penelitian ini dilaksanakan di Depo Pendidikan Latihan Tempur Rindam IX/Udayana TNI-AD Buleleng Bali

2. Waktu

Penelitian ini dilakukan selama dua bulan dari April - Juni tahun 2018.

C. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi penelitian ini adalah seluruh siswa bintara yang mengikuti pendidikan di Depo Pendidikan Latihan Tempur Rindam IX/Udayana Buleleng Bali berjumlah 78 orang.

2. Besar Sampel

Penentuan besar sampel dihitung menggunakan rumus :

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

Keterangan :

n : jumlah sampel

N : populasi

d : tingkat kepercayaan peneliti sebesar 95%

Maka $\alpha = 0,05$ dengan nilai sebaran normal 1,96

Perhitungan :

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

$$n = \frac{78}{78(0,05^2)+1}$$

$$n = 65$$

Berdasarkan rumus besar sampel maka didapat hasil besar sampel dalam penelitian ini minimal sebanyak 65 sampel.

3. Teknik Pengambilan Sampel

Anggota populasi dari penelitian ini sampel yang diambil adalah dengan metode *simple random sampling* yaitu menggunakan bilangan random. Dari 78 populasi diambil 65 sampel dengan kriteria inklusi dan eksklusi :

a. Kriteria Inklusi

- 1) Rentan umur 18-24 tahun
- 2) Siswa Secaba
- 3) Sedang menjalani pendidikan di Depo Pendidikan Latihan Tempur Rindam IX/Udayana Buleleng Bali

- 4) Mendapat makanan dari Depo Pendidikan Latihan Tempur Rindam IX/Udayana Buleleng Bali

b. Kriteria Esklusi

- 1) Dalam keadaan sakit
- 2) Sedang melakukan tugas luar

D. Jenis dan Cara Pengumpulan Data

1. Jenis data

Jenis data yang akan dikumpulkan dalam penelitian ini ada dua jenis, yaitu data primer dan data sekunder. Data primer merupakan data yang didapatkan langsung dari sampel/sampel penelitian sedangkan data sekunder merupakan data yang diperoleh secara tidak langsung oleh peneliti berdasarkan catatan yang sudah ada.

a. Data primer dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

- 1) Data identitas sampel meliputi nomor siswa, nama, tempat tanggal lahir, umur, alamat, nomor telepon, berat badan dan tinggi badan.
- 2) Data evaluasi menu makan meliputi variasi, warna, besar porsi, rasa, aroma, tingkat kematangan, tekstur pada menu yang disajikan untuk siswa secaba.
- 3) Data nilai gizi meliputi menu makanan yang disajikan kemudian ditimbang lalu dimasukkan kedalam nutrisurvey untuk siswa secaba.
- 4) Data asupan meliputi hasil recall 1x24 jam pada menu ke-1 kepada siswa secaba.

b. Data sekunder dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

Data gambaran umum Depo Pendidikan Latihan Tempur Rindam IX/Udayana TNI-AD Buleleng Bali yang meliputi nama institusi, alamat institusi, dan jenis institusi yang meliputi sejarah, lokasi, tujuan, visi dan misi serta pengelolaan penyelenggaraan makanan.

2. Cara Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data merupakan cara yang digunakan untuk memperoleh data dengan menggunakan instrumen pengumpul data. Metode pengumpulan data adalah salah satu langkah penting untuk melihat fakta yang ada dilapangan sehingga informasi yang disampaikan akurat.

- a. Data identitas sampel diambil dengan cara memberikan angket kepada sampel.
- b. Data evaluasi menu berdasarkan nilai gizi diambil dengan cara menimbang menu makanan sehari selama 5 hari yaitu pada menu siklus ke-1 sampai ke-5.
- c. Data evaluasi menu berdasarkan penampilan dan cita rasa diambil dengan cara membagikan angket kepada sampel.
- d. Data evaluasi menu berdasarkan jumlah asupan diambil dengan cara recall 1x24 jam pada siklus menu ke-1 yang dibantu oleh enumerator sejumlah 3 orang.
- e. Data gambaran umum Depo Pendidikan Latihan Tempur Rindam IX/Udayana TNI-AD Buleleng Bali dan penyelenggaraan makanan diambil dengan cara wawancara kepada petugas dan observasi.

E. Pengolahan dan Analisis Data

Data yang diperoleh disajikan dengan menggunakan tabel frekuensi dan tabel silang. Selanjutnya dianalisis secara deskriptif.

1. Pengolahan Data

Data yang telah terkumpul kemudian dilakukan pengolahan, sebagai berikut:

a. Identitas Sampel

Data identitas sampel akan diolah secara deskriptif.

b. Nilai gizi menu

Data nilai gizi menu dilakukan dengan menggunakan aplikasi *Nutri Survey* dimana menu sehari yang disajikan ditimbang selama 5 hari kemudian dirata-rata:

Energi = kkal

Protein = gram

Lemak= gram

KH = gram

c. Evaluasi menu berdasarkan penampilan dan cita rasa

Data penilaian penampilan dan rasa makanan, dilakukan skoring pada menu sehari dengan rentang nilai 1-4 yang terdiri dari variasi, warna, besar porsi, rasa, aroma, tingkat kematangan dan tekstur. Dari hasil skoring selama 5 hari yang telah dilakukan, data dirata-ratakan.

d. Jumlah asupan

Data jumlah asupan dilihat dari hasil wawancara recall 1x24 jam. Dimana wawancara langsung pada sampel mengenai hidangan dan bahan makanan apa saja yang dikonsumsi selama sehari sebelumnya (24 jam kemarin), termasuk berapa perkiraan porsi dalam ukuran rumah tangga (URT) yang nantinya akan dicatat dalam form *Food Recall* 24 jam dan berat URT akan dikonversikan ke dalam gram. Setelah itu akan dicari jumlah konsumsi khususnya energi dengan menggunakan *nutrisurvey*. Setelah analisis bahan makanan dilakukan, kemudian hasil perhitungan dipersentasekan dengan standart yang digunakan oleh peneliti berdasarkan berdasarkan aktivitas fisik, umur, jenis kelamin. Selanjutnya dibahas menggunakan parameter kategori asupan sebagai berikut:

(Kemenkes, 2013)

- a. Lebih : $> 110\%$ standar kebutuhan
- b. Baik : $\geq 100\%$ standar kebutuhan
- c. Cukup : $80 - 99\%$ standar kebutuhan
- d. Kurang : $70 - 79\%$ standar kebutuhan
- e. Defisit : $< 70\%$ standar kebutuhan

2. Analisis Data

Berdasarkan data yang telah dikumpulkan data diolah menggunakan analisis deskriptif dan ditampilkan dengan menggunakan tabel silang.