

## BAB IV

### METODE PENELITIAN

#### A. Jenis Penelitian dan Rancangan

Jenis penelitian ini adalah *Pre experimental* (Pra eksperimen) dengan rancangan yang digunakan dalam penelitian ini adalah *One-Group Pretest-Posttest Design* yaitu menggunakan satu kelompok subjek, pengukuran yang dilakukan sebelum dan sesudah perlakuan. Hasil perlakuan dapat diketahui lebih akurat karena dapat membandingkan dengan keadaan sebelum dan sesudah diberi perlakuan (Sugiyono, 2014).

Desain ini digambarkan sebagai berikut :

<i>Pre-test</i>	Intervensi	<i>Post-test</i>
O <sub>1</sub>	X	O <sub>2</sub>

**Gambar 1. Rancangan Penelitian**

Keterangan

- a. O<sub>1</sub> : Pre-test sebelum diberikan intervensi
- b. O<sub>2</sub> : Post-test sesudah diberikan intervensi
- c. X : Intervensi yaitu pemberian edukasi

Dalam rancangan ini tidak ada kelompok pembanding (kontrol), tetapi dilakukan observasi pertama (*pretest*) sebelum diberikan intervensi berupa edukasi gizi dan dilakukan observasi kedua (*posttest*) sesudah diberikan intervensi berupa edukasi gizi. Setelah sebuah intervensi diberikan, nilai sebelum dan

sesudah intervensi dibandingkan. Perbedaan kedua hasil pengukuran dianggap sebagai efek perlakuan (Saryono, 2010). Keunggulan dari eksperimen ini adalah dapat membandingkan nilai sebelum dan sesudah perlakuan pada partisipan yang sama dengan menggunakan alat ukur yang sama.

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

### **1. Tempat penelitian**

Tempat penelitian ini dilaksanakan di SMP Negeri 1 Tabanan. Dengan pertimbangan sebagai berikut :

- a. Mendapat izin untuk melaksanakan penelitian dari pihak sekolah
- b. Belum pernah dilakukan penelitian terkait perilaku sarapan sebelum dan sesudah edukasi gizi melalui WhatsApp dengan media video.
- c. Adanya remaja sebagai subjek penelitian dan bersedia sebagai sampel penelitian.

### **2. Waktu Penelitian**

- a. Mengurus izin penelitian dilakukan pada bulan Oktober – Desember 2021.
- b. Pengumpulan data dilakukan pada bulan Desember 2021- Januari 2022.
- c. Pengolahan data dan pembuatan laporan Skripsi dilakukan pada bulan Februari – Maret 2022.

## **C. Populasi dan Sampel**

### **1. Populasi**

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa di SMP Negeri 1 Tabanan yang berjumlah 1.275 orang. Sedangkan populasi target pada penelitian

ini adalah siswa kelas IX (Sembilan) SMP Negeri 1 Tabanan tahun ajaran 2021/2022 yang berjumlah 434 orang.

## 2. Sampel

### a. Besar sampel

Menurut Sugiyono (2017) sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Dalam pengambilan jumlah sampel penulis menggunakan rumus sebagai berikut (Notoatmodjo, 2012)

Rumus :

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

Keterangan :

n = Jumlah sampel

N = Total populasi

d = Presisi (10%)

Penelitian ini menggunakan tingkat keandalan 90% dan menggunakan tingkat kelonggaran ketidaktelitian sebesar 10%. Apabila dilakukan perhitungan menggunakan rumus, maka jumlah sampel yang di peroleh adalah:

$$n = \frac{434}{1+434.(0,1)^2}$$

$$n = \frac{434}{5,34}$$

$$n = 81,27$$

Perhitungan menggunakan rumus diatas didapatkan sebanyak 81 sampel

b. Teknik pengambilan sampel

Teknik sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Proporsional random sampling*. Teknik ini merupakan teknik pengambilan sampel yang memberikan peluang yang sama bagi setiap anggota populasi yang dipilih untuk menjadi sampel (Sugiyono, 2010). Untuk menentukan besarnya sampel pada setiap kelas dilakukan dengan alokasi proporsional. Tahapan yang dilakukan dalam penentuan sampel penelitian, sebagai berikut :

- 1) Mendata jumlah anggota di setiap kelas, yaitu jumlah siswa pada setiap kelas yang ada di SMP Negeri 1 Tabanan
- 2) Menetapkan besar sampel di setiap kelas menggunakan teknik *Proportional random sampling*.
- 3) Menentukan sampel pada setiap kelas pada siswa kelas IX di SMP Negeri 1 Tabanan menggunakan teknik *Simple Random Sampling*, dimana proses pengambilan sampel dilakukan dengan memberi kesempatan yang sama pada setiap anggota populasi target menjadi anggota sampel. Sampel yang memenuhi kriteria inklusi digunakan sebagai sampel penelitian dan sampel diambil secara acak dengan menggunakan undian.

d. Kriteria inklusi sampel

Kriteria inklusi adalah kriteria atau ciri yang harus dipenuhi setiap masing – masing anggota populasi yang akan dijadikan sampel (Notoadmodjo, 2010) :

- 1) Siswa kelas IX berstatus aktif bersekolah di SMP N 1 Tabanan tahun ajaran 2021/2022
- 2) Siswa memiliki handphone serta memiliki aplikasi *whatsapp*

- 3) Bersedia untuk menjadi sampel penelitian
- 4) Hadir saat dilakukan penelitian
- e. Kriteria eksklusi sampel

Kriteria eksklusi adalah kriteris atau ciri anggota populasi yang tidak bisa dijasikan sebagai sampel penelitian (Notoadmodjo, 2010) :

- 1) Siswa tidak hadir pada saat penelitian pengambilan data awal (pre-test) dan data akhir (post-test) baik dengan alasan izin, sakit atau tanpa keterangan
- 2) Siswa tidak hadir pada saat edukasi gizi dengan alasan izin, sakit atau tanpa keterangan

## **D. Jenis dan Cara Pengumpulan Data**

### **1. Jenis data**

Ada dua jenis data yang dikumpulkan dalam penelitian ini yaitu data primer dan data sekunder.

- a. Data primer yang meliputi :
  - 1) Identitas sampel meliputi : nama, jenis kelamin, tanggal lahir, alamat, nomor WA, dan kelas
  - 2) Pengetahuan siswa tentang sarapan sebelum dan sesudah edukasi gizi melalui WhatsApp dengan media video
  - 3) Sikap siswa tentang sarapan sebelum dan sesudah edukasi gizi melalui WhatsApp dengan media video
  - 4) Praktik siswa tentang sarapan sarapan sebelum dan sesudah edukasi gizi melalui WhatsApp dengan media video.

b. Data sekunder

Data sekunder adalah data yang diperoleh peneliti dari sumber yang sudah ada berupa dokumen yang ada di sekolah tersebut meliputi: gambaran umum sekolah, data berdirinya sekolah, jumlah siswa dan seluruh tenaga pendidik.

**2. Cara pengumpulan data**

a. Data primer

- 1) Data identitas sampel dikumpulkan dengan cara pengisian kuesioner secara langsung oleh siswa
- 2) Data mengenai pengetahuan sampel terhadap sarapan dilakukan dengan cara pengisian kuesioner secara langsung oleh siswa
- 3) Data mengenai sikap sampel terhadap sarapan dilakukan dengan cara pengisian kuesioner secara langsung oleh siswa
- 4) Data mengenai praktik sampel terhadap sarapan dilakukan dengan cara pengisian kuesioner secara langsung oleh siswa. Pada umumnya praktik tersebut harus di amati secara langsung akan tetapi penelitian ini praktik diperoleh dengan menggunakan kuesioner dikarenakan keterbatasan daripada waktu peneliti tidak bisa melihat langsung praktik sampel mengenai sarapan, sehingga peneliti menggunakan kuesioner praktik yang menanyakan tentang hal kemarin yang dilakukan atau mengingat kembali apa yang sudah dilakukan oleh sampel sebelumnya.
- 5) Pengumpulan data pengetahuan, sikap dan praktik dilakukan dua kali yaitu sebelum dan sesudah edukasi.

- b. Data sekunder

Data sekunder diperoleh dengan metode pencatatan dari laporan sekolah atau salah satu tenaga pendidik sekolah.

### 3. Instrumen pengumpulan data

Instrument yang digunakan dalam penelitian ini yaitu sebagai berikut :

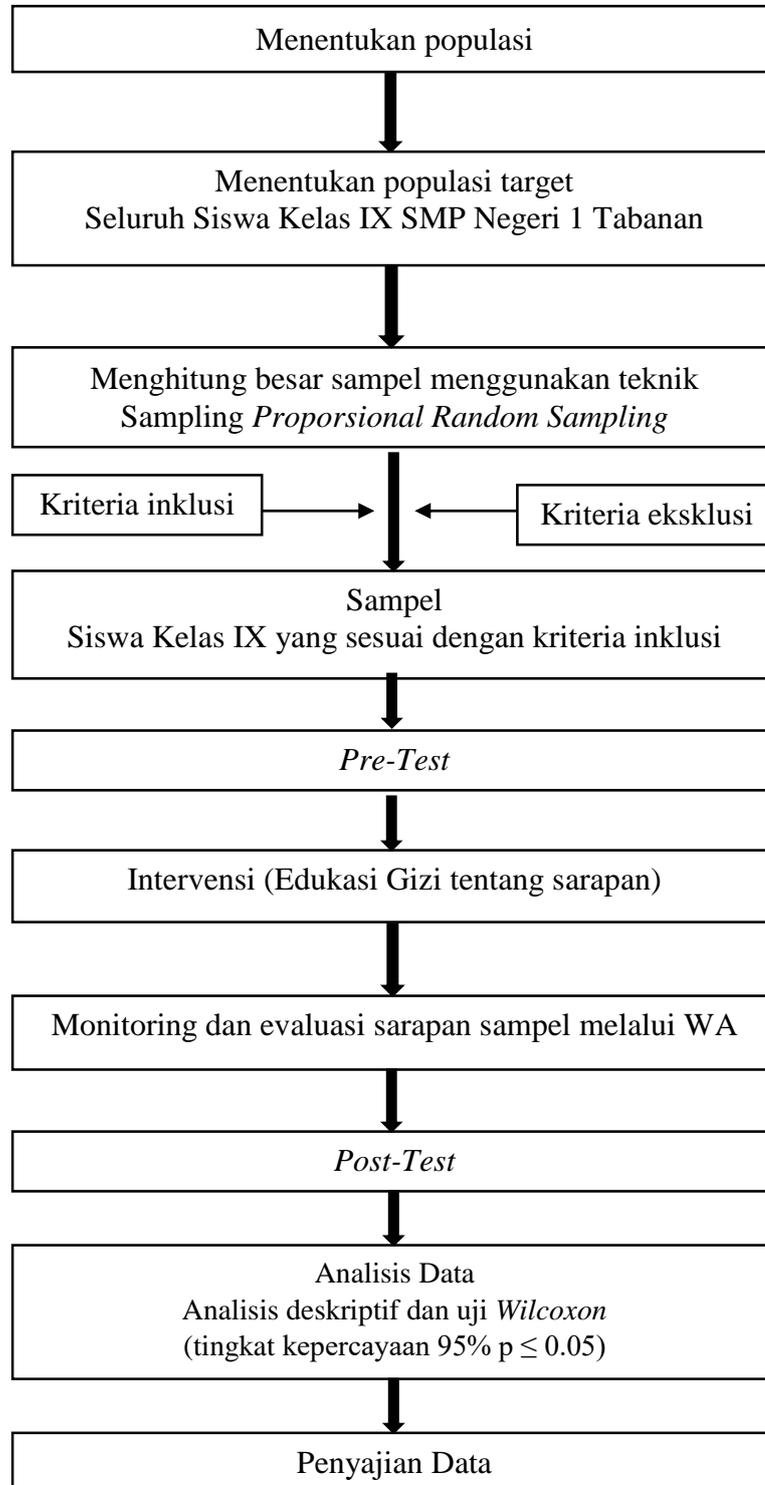
- a. Aplikasi *whatsapp* pada handphone yang digunakan dalam penyampaian materi mengenai sarapan. Pada penyampaian materi di *Whatsapp* juga dibantu dengan media video. Di dalam media video menjelaskan materi mengenai pengertian sarapan, manfaat sarapan, jenis komposisi pangan sarapan, kandungan gizi untuk sarapan, faktor yang mempengaruhi kebiasaan sarapan, akibat jika tidak sarapan, susunan menu sarapan sesuai isi piringku dan contoh menu sarapan remaja
- b. Formulir identitas yang berisi nama sampel, jenis kelamin, tempat tanggal lahir, alamat, dan nomor WA aktif. Formulir diisi oleh sampel secara langsung (tatap muka).
- c. Kuesioner pengetahuan *pre-test* dan *post-test*. Kuesioner pengetahuan terdiri dari 10 pertanyaan. Kuesioner pengetahuan diisi oleh sampel secara langsung yang sudah disediakan oleh peneliti. Kuesioner diisi dengan memilih salah satu option sesuai dengan apa yang diketahui sampel. Sehingga pertanyaan positif pilihan Ya diberi skor 1 dan Tidak diberi skor 0 sedangkan pertanyaan negative pilihan Ya diberi skor 0 dan Tidak diberi skor 1.
- d. Kuesioner sikap *pre-test* dan *post-test*. Kuesioner berupa pernyataan positif dan pernyataan negatif sejumlah 10 pernyataan dengan 4 pilihan

jawaban yaitu sangat setuju (SS), setuju (S), tidak setuju (TS), dan sangat tidak setuju (STS) menurut skala *likert*. Kuesioner sikap diisi oleh sampel secara langsung (tatap muka) yang sudah disediakan oleh peneliti.

- e. Kuesioner praktik *pre-test* dan *post-test*. Kuesioner praktik berupa 10 pertanyaan. Kuesioner diisi dengan memilih salah satu jawaban yaitu Ya dan Tidak sesuai dengan apa yang menjadi kebiasaan sampel. Sehingga pertanyaan positif pilihan Ya diberi skor 1 dan Tidak diberi skor 0 sedangkan pertanyaan negative pilihan Ya diberi skor 0 dan Tidak diberi skor 1. Kuesioner praktik/tindakan diisi oleh sampel secara langsung (tatap muka) yang sudah disediakan oleh peneliti.

#### 4. Prosedur penelitian

Prosedur dalam penelitian ini dapat dilihat pada tabel dibawah ini :



**Gambar 2. Bagan Alur Penelitian**

## **E. Pengolahan dan Analisis Data**

### **1. Teknik pengolahan data**

#### a. Data identitas

Setelah mendapatkan data identitas sampel dilakukan langkah editing. Secara umum editing merupakan kegiatan untuk pengecekan dan perbaikan. Apabila ada jawaban-jawaban yang belum lengkap, jika memungkinkan perlu dilakukan pengambilan data ulang untuk melengkapi data-data tersebut.

#### b. Data pengetahuan

Pengolahan data tentang pengetahuan dengan pernyataan positif jika sampel menjawab benar (B) diberi skor 1 dan jika menjawab salah (S) diberi skor 0. Pada pernyataan negative, jika sampel menjawab benar (B) diberi skor 0 dan jika menjawab salah (S) diberi skor 1. Kemudian dilakukan persentase dengan menggunakan rumus (Damayanti T, dkk, 2019) :

$$\text{skor} = \frac{\text{jumlah skor yang dicapai}}{\text{skor maksimal}} \times 100$$

Untuk memudahkan penyajian dan pembahasan, kemudian dikategorikan menjadi 3 kategori pengetahuan yaitu (Arikunto, 2006) :

Baik : 76 – 100

Cukup : 60 - 75

Kurang : <60

c. Data sikap

Pengolahan data mengenai sikap tentang sarapan dari sampel dengan cara skorsing menggunakan skala *likert*. Pada pernyataan positif (*favorable*), jika sampel/responden menjawab dengan sangat setuju (SS) diberi skor 4, setuju (S) diberi skor 3, tidak setuju (TS) diberi skor 2, dan sangat tidak setuju (STS) diberi skor 1. Pada pernyataan negative (*unfavorable*), jika sampel / responden menjawab dengan sangat tidak setuju (STS) diberi skor 4, tidak setuju (TS) diberi skor 3, setuju (S) diberi skor 2, dan sangat setuju (ST) diberi skor 1. Kemudian dilakukan persentase dengan menggunakan rumus (Damayanti T, dkk, 2019) :

$$\text{skor} = \frac{\text{jumlah skor yang dicapai}}{\text{skor maksimal}} \times 100$$

Untuk memudahkan penyajian dan pembahasan, kemudian dikategorikan menjadi 3 kategori sikap yaitu (Arikunto, 2006) :

Baik : 76 - 100

Cukup : 60 - 75

Kurang : <60

d. Data praktik

Pengolahan data mengenai praktik tentang sarapan pada pernyataan positif jika sampel menjawab Ya diberi skor 1 dan Tidak diberi skor 0. Pada pertanyaan negative jika sampel menjawab Tidak diberi skor 1 dan Ya diberi skor 1. Kemudian dilakukan persentase dengan menggunakan rumus (Damayanti T, dkk, 2019) :

$$\text{skor} = \frac{\text{jumlah skor yang dicapai}}{\text{skor maksimal}} \times 100$$

Untuk memudahkan penyajian dan pembahasan, kemudian dikategorikan menjadi 3 kategori praktik yaitu (Arikunto, 2006) :

Baik : 76 - 100

Cukup : 60- 75

Kurang : <60

## 2. Analisis data

Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis univariat dan analisis bivariat.

### a. Analisis univariat

Analisis univariat merupakan analisis yang dilakukan terhadap tiap variabel dari hasil penelitian (Sugiyono, 2018). Dalam penelitian ini, analisis univariat digunakan untuk mengetahui distribusi dan persentase pengetahuan, sikap dan praktik mengenai sarapan baik *pre-test* dan *post-test*. Analisis univariat merupakan analisis deskriptif tiap variabel berupa standar deviasi, rata-rata, nilai terendah, dan nilai tertinggi.

### b. Analisis bivariat

Analisis bivariat dilakukan terhadap variabel pengetahuan, sikap dan praktik untuk mengetahui perbedaan pengetahuan, sikap dan praktik sarapan sebelum dan sesudah edukasi gizi melalui *WhatsApp* dengan media video pada siswa SMP Negeri 1 Tabanan. Untuk membuktikan hipotesis sesuai dengan judul peneliti terlebih dahulu melakukan uji normalitas. Uji normalitas dapat dilakukan dengan uji Kolmogorov-Smirnov. Suatu data dikatakan berdistribusi normal

apabila nilai signifikansi (Sig.) > 0,05. Didapatkan bahwa data tidak berdistribusi normal maka uji yang digunakan untuk membuktikan atau menguji hipotesis adalah analisis statistik non parametrik yakni *uji Wilcoxon* yang diolah melalui aplikasi SPSS dengan kriteria uji sebagai berikut :

- 1) Ho ditolak H<sub>1</sub> diterima jika  $p \leq \alpha$  (0,05) yang artinya ada perbedaan pengetahuan sarapan sebelum dan sesudah edukasi gizi melalui *WhatsApp* dengan media video pada siswa di SMP Negeri 1 Tabanan.
- 2) Ho ditolak H<sub>1</sub> diterima jika  $p \leq \alpha$  (0,05) yang artinya ada perbedaan sikap sarapan sebelum dan sesudah edukasi gizi melalui *WhatsApp* dengan media video pada siswa di SMP Negeri 1 Tabanan.
- 3) Ho ditolak H<sub>1</sub> diterima jika  $p \leq \alpha$  (0,05) yang artinya ada perbedaan praktik sarapan sebelum dan sesudah edukasi gizi melalui *WhatsApp* dengan media video pada siswa di SMP Negeri 1 Tabanan.

## **F. Etika Penelitian**

Peneliti melakukan pengumpulan data dengan menekankan etika penelitian yaitu :

### 1. Lembar persetujuan (*informed consent*)

*Informed consent* merupakan lembar persetujuan untuk menjadi responden/sampel yang diedarkan sebelum diberikan intervensi, jika subjek bersedia untuk diteliti maka subjek harus mencantumkan tanda tangan pada lembar persetujuan menjadi responden/sampel dengan terlebih dahulu membaca isinya dan jika subjek menolak untuk diteliti maka penulis tidak akan memaksa dan tetap menghormati hak-hak subjektif.

### 2. Kerahasiaan (*confidentiality*)

Kerahasiaan informasi yang telah dikumpulkan dan subjek dijaga kerahasiaannya oleh peneliti. Data hanya akan disajikan dalam bentuk kelompok yang berhubungan dengan penelitian. Dalam penelitian ini peneliti akan menjelaskan kepada responden/sampel bahwa peneliti akan menjaga semua kerahasiaan tentang jawaban yang telah diisi oleh responden/sampel pada kuesioner.

### 3. Bermanfaat (*beneficience*)

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan pengetahuan tentang sarapan serta manfaatnya bagi kesehatan, sehingga dengan terpaparnya informasi tentang sarapan melalui edukasi dapat meningkatkan pengetahuan, sikap dan praktik/tindakan mengenai sarapan yang nantinya diharapkan dapat menurunkan perilaku sarapan yang tidak baik.

4. Tidak menyakiti (*do no harm*)

Penelitian ini tidak akan menyakiti pihak manapun, baik responden/sampel yang akan diteliti, apabila dalam penelitian ada pihak yang merasa dirugikan atau disakiti peneliti akan menanggung segala kerugiannya.