

## BAB 3

### METODE PENELITIAN

#### 3.1 Desain Penelitian

Desain penelitian ini merupakan penelitian observasional analitik, yaitu penelitian yang melakukan pengamatan terhadap objek yang diteliti tanpa pemberian intervensi (Sugiyono, 2023). Penelitian ini menggunakan desain *case control* dengan pendekatan kuantitatif. Subjek ditentukan berdasarkan status gizinya, kemudian ditelusuri riwayat kepatuhan sarapan pagi (*Morning Meal Adherence*) dan konsumsi jajanan (*Snacking*) untuk menganalisis hubungan kedua faktor tersebut dengan status gizi anak sekolah dasar.

Desain penelitian ini menggunakan penelitian observasional analitik dengan pendekatan *case control*, yaitu penelitian diawali dengan mengidentifikasi subjek berdasarkan akibat yang telah terjadi, kemudian melihat faktor-faktor yang berperan sebagai penyebab atau faktor risiko. Dalam penelitian ini, subjek ditentukan berdasarkan status gizi anak pada masa pelaksanaan Program Makan Bergizi Gratis (MBG) di MI Miftahul Huda Pecalukan, kemudian mencari data mengenai riwayat *Morning Meal Adherence* dan *Snacking* pada masing-masing responden. Pendekatan ini bersifat retrospektif karena melihat kembali paparan yang telah terjadi tanpa adanya intervensi lanjutan, dengan tujuan untuk mengetahui hubungan antara “*Morning Meal Adherence* dan *Snacking* dengan status gizi anak dalam masa pelaksanaan Program Makan Bergizi Gratis (MBG) di MI Miftahul Huda Pecalukan”

## 3.2 Populasi, Sampling, dan Sampel

### 3.2.1 Populasi

Menurut Sugiyono (2019), populasi merupakan seluruh elemen yang menjadi sasaran penelitian dan memiliki karakteristik yang ditetapkan, sehingga dapat digunakan sebagai dasar dalam pengambilan kesimpulan penelitian. Populasi merupakan keseluruhan elemen yang menjadi objek penelitian, baik berupa individu, benda, transaksi, maupun kejadian yang memiliki karakteristik tertentu untuk dipelajari. Adapun populasi pada penelitian ini adalah seluruh siswa kelas 4, 5, dan 6 di MI Miftahul Huda Pecalukan sebanyak 166 siswa.

### 3.2.2 Sampling

Menurut Notoatmodjo (2013), sampling merupakan suatu proses pemilihan sampel yang dirancang sedemikian rupa sehingga setiap unsur yang terdapat dalam populasi memiliki kesempatan yang sama untuk terpilih sebagai anggota sampel. Dalam penelitian ini, teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *Proportional Stratified Random Sampling*, yaitu teknik pengambilan sampel yang digunakan apabila populasi mempunyai anggota atau unsur yang tidak homogen dan berstrata secara proporsional. Pada teknik ini, populasi dibagi ke dalam beberapa strata, kemudian jumlah sampel pada masing-masing strata ditentukan secara proporsional sesuai dengan jumlah anggota populasi pada setiap strata, dan selanjutnya dilakukan pengambilan sampel secara acak pada masing-masing strata.

Dalam penelitian ini, populasi terdiri dari siswa kelas 4, 5, dan 6 dengan jumlah keseluruhan sebanyak 166 siswa. Penentuan jumlah sampel menggunakan rumus Slovin dengan tingkat kesalahan 5% sebagai berikut:

$$n = \frac{N}{1+N(e)^2} = \frac{166}{1+166(0,05)^2} = \frac{166}{1,415} = 117$$

Keterangan :

$n$  = Jumlah sampel

$N$  = Jumlah populasi

$e$  = tingkat kesalahan (5%)

Berdasarkan perhitungan tersebut, jumlah sampel dalam penelitian ini adalah sebanyak 117 responden.

Selanjutnya, jumlah sampel pada masing-masing kelas ditentukan secara proporsional dengan rumus:

$$n_i = \frac{N_i}{N} \times n$$

Hasil pembagian sampel pada setiap strata tercantum pada tabel 3.1

**Tabel 3. 1 Pembagian Sampel Setiap Strata**

Kelas	Jumlah Populasi	Sampel
Kelas 4	50	35
Kelas 5	53	37
Kelas 6	63	45
<b>Total</b>	166	117

### 3.2.3 Sampel

Menurut Sugiyono (2019), sampel merupakan sebagian elemen dari populasi yang dipilih melalui prosedur tertentu dengan tujuan mampu merepresentasikan karakteristik populasi secara keseluruhan. Dalam penelitian

ini, jumlah sampel ditentukan menggunakan rumus Slovin dengan tingkat kesalahan 10% dari total populasi sebanyak 166 siswa, sehingga diperoleh jumlah sampel sebanyak 117 responden.

### 3.3 Identifikasi Variabel dan Definisi Operasional

#### 3.3.1 Variabel

Variabel merupakan segala bentuk karakteristik atau atribut yang ditentukan oleh peneliti untuk ditelaah dan dianalisis, sehingga dari hasil pengamatan tersebut dapat diperoleh informasi yang selanjutnya digunakan sebagai dasar penarikan kesimpulan (Sugiyono, 2019).

##### 1. Variabel Independen (X)

Variabel independen pada penelitian ini terdiri atas dua aspek yaitu, *Morning Meal Adherence* dan *Snacking*

##### 2. Variabel Dependen (Y)

Variabel dependen pada penelitian ini adalah status gizi

Variabel bebas diartikan sebagai faktor yang berperan memengaruhi atau menjadi penyebab timbulnya perubahan pada variabel terikat, sedangkan variabel terikat merupakan variabel yang dipengaruhi atau menjadi akibat dari adanya variabel bebas.

#### 3.3.2 Definisi Operasional

Definisi operasional menguraikan makna setiap variabel beserta aktivitas yang perlu dilakukan untuk mengukurnya, sekaligus menjelaskan cara variabel tersebut diamati dan dinilai dalam penelitian (Arikunto, 2021).

Tabel 3. 2 Definisi Operasional

Variabel	Definisi Operasional	Indikator	Alat Ukur	Skala	Kriteria
<b>Independen : Morning Meal Adherence (Kepatuhan Sarapan Pagi)</b>	<i>Morning meal adherence</i> pada penelitian ini merupakan tingkat kepatuhan anak usia sekolah (kelas 3, 4, 5, dan 6 MI Miftahul Huda Pecalukan) yang menerima Program Makan Bergizi Gratis (MBG) dalam melaksanakan sarapan pagi secara teratur sebelum memulai aktivitas sekolah. Sarapan pagi didefinisikan sebagai kegiatan makan dan/atau minum yang mengandung sumber energi, dilakukan setelah bangun tidur hingga pukul 09.00 WIB.	1. Frekuensi sarapan 2. Jenis sarapan 3. Waktu sarapan 4. Cara memperoleh sarapan 5. Penyebab tidak sarapan 6. Jumlah sarapan	K U E S I O N E R	O R D I N A L	-Tidak Patuh = $X < M - SD$ -Cukup = $M - SD \leq X < M + SD$ -Patuh = $X \geq M + SD$
<b>Independen : Snacking</b>	<i>Snacking</i> dalam penelitian ini adalah kebiasaan anak usia sekolah (kelas 3, 4, 5, dan 6 di MI Miftahul Huda Pecalukan) yang merupakan penerima Program Makan Bergizi Gratis (MBG), dalam mengonsumsi makanan atau minuman jajanan yang dibeli dan siap dikonsumsi di lingkungan sekolah maupun sekitarnya.	1. Jenis jajanan 2. Frekuensi jajanan 3. Cara memilih jajanan	K U E S I O N E R	O R D I N A L	-Rendah = $X < M - SD$ -Sedang = $M - SD \leq X < M + SD$ -Tinggi = $X \geq M + SD$
<b>Dependen : Status Gizi</b>	Status gizi dalam penelitian ini adalah keadaan fisik anak usia sekolah (kelas 3, 4, 5, dan 6 di MI Miftahul Huda Pecalukan), penerima Program Makan Bergizi Gratis (MBG), yang mencerminkan keseimbangan antara asupan zat gizi dengan kebutuhan tubuh.	1. Berat badan (Kg) 2. Tinggi badan (cm) 3. Usia (tahun)	IMT/U 1.Timbangan BB 2.Microtoise 3.Kuesioner usia	O R D I N A L	IMT/U -Gizi Kurang -3 SD sd <-2 SD -Gizi Baik - 2 SD sd +1 SD --Gizi Lebih +1 SD sd +2 SD -Obesitas >+2 SD

### 3.4 Prosedur Penelitian

Prosedur penelitian merupakan rangkaian tahapan atau langkah sistematis dalam kegiatan ilmiah yang dilakukan secara terstruktur mulai dari tahap persiapan hingga tahap akhir penelitian (Sugiyono, 2023). Adapun tahapan-tahapan dalam penelitian ini meliputi:

1. Peneliti memperoleh izin untuk melaksanakan penelitian lapangan dari dosen pembimbing sesuai dengan prosedur penelitian pada tanggal 10 April 2026. Peneliti kemudian mengajukan permohonan izin penelitian kepada Kepala MI Miftahul Huda Pecalukan pada tanggal 11 April 2026.
2. Peneliti melakukan koordinasi dengan wali kelas 4, 5, dan 6 terkait jumlah siswa pada masing-masing kelas yang akan dijadikan responden penelitian setelah memperoleh persetujuan dari pihak sekolah. Pemilihan responden dilakukan menggunakan teknik pengundian dengan bantuan aplikasi spin wheel berdasarkan data siswa yang diberikan oleh masing-masing wali kelas pada tanggal 13 April 2026.
3. Peneliti melaksanakan **technical meeting** bersama asisten penelitian pada tanggal 13 April 2026. Kriteria asisten penelitian meliputi:
  - a. Mahasiswa keperawatan semester akhir
  - b. Memiliki kemampuan komunikasi yang baik,
  - c. Memahami prosedur pengukuran antropometri
  - d. Bersedia mengikuti seluruh rangkaian penelitian hingga selesai

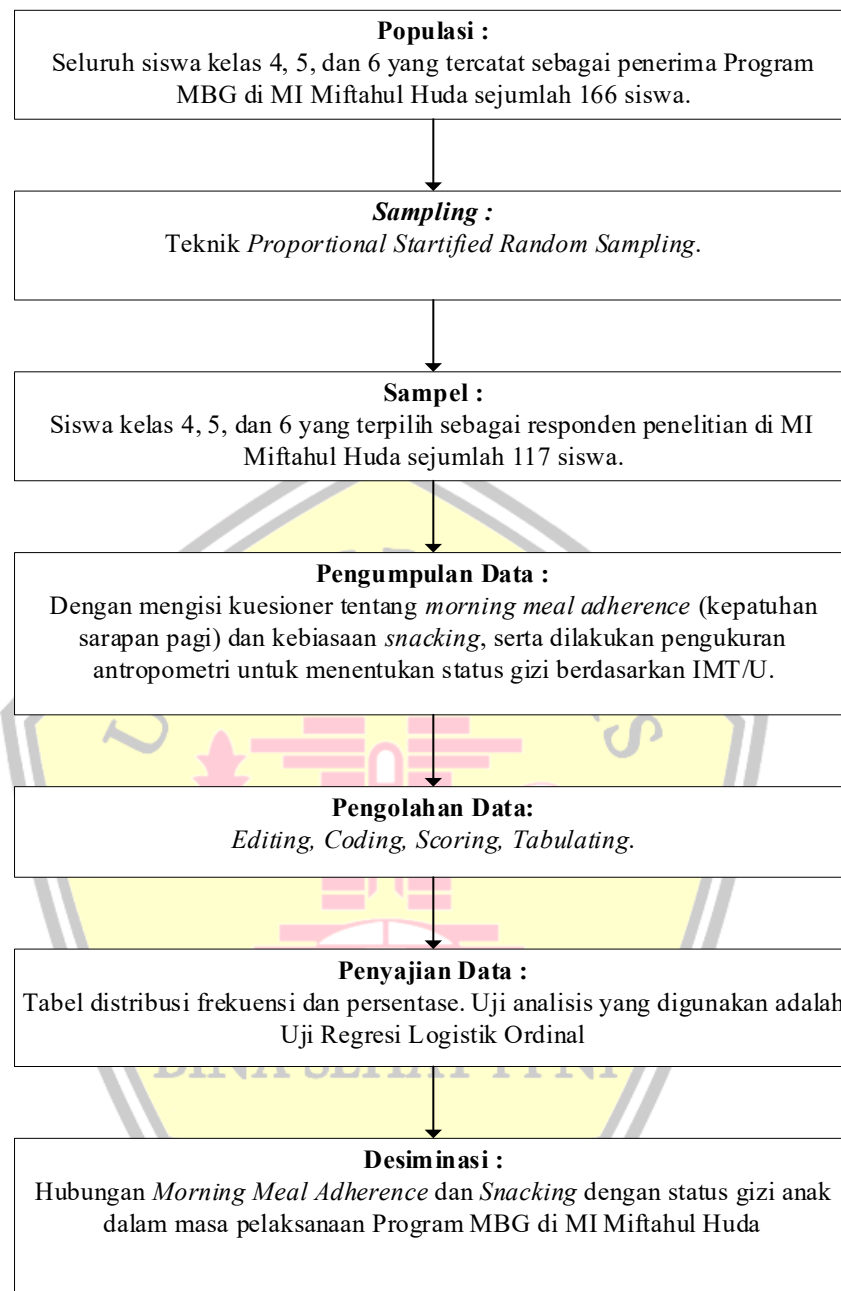
Peneliti menyampaikan prosedur penelitian, teknis pembagian kuesioner, tata cara pengukuran antropometri, serta etika penelitian selama berinteraksi dengan responden dalam kegiatan technical meeting.

4. Penelitian dilaksanakan selama tiga hari, yaitu tanggal 14 April 2026 pada siswa kelas 4, tanggal 15 April 2026 pada siswa kelas 5, dan tanggal 16 April 2026 pada siswa kelas 6.
5. Peneliti terlebih dahulu memperkenalkan diri serta menjelaskan maksud dan tujuan penelitian kepada responden pada saat pelaksanaan penelitian. Peneliti juga menjelaskan bahwa seluruh data yang diperoleh akan dijaga kerahasiaannya dan hanya digunakan untuk kepentingan penelitian.
6. Peneliti membagikan lembar *informed consent* yang berisi kesediaan menjadi responden penelitian. Jumlah responden yang menandatangani lembar *informed consent* sebanyak 117 responden, yang menunjukkan bahwa seluruh responden bersedia mengikuti penelitian
7. Terdapat 2 responden yang tidak hadir di sekolah selama proses pengambilan data. Peneliti melakukan pengundian ulang menggunakan data siswa yang belum terpilih sebagai responden.
8. Peneliti melakukan pengukuran antropometri yang meliputi berat badan dan tinggi badan untuk menentukan status gizi siswa sebelum pembagian kuesioner. Pengumpulan data dilakukan melalui pembagian kuesioner guna me-recall riwayat morning meal adherence (kepatuhan sarapan pagi) serta kebiasaan snacking (konsumsi jajanan) responden selama dua bulan terakhir pada masa pelaksanaan program MBG.

9. Peneliti melakukan pengecekan kembali setelah seluruh data terkumpul untuk memastikan bahwa seluruh item pernyataan pada kuesioner telah diisi secara lengkap oleh responden.
10. Peneliti melakukan proses tabulasi, pengkategorian data, dan analisis data sesuai dengan metode penelitian yang telah ditentukan setelah seluruh data dinyatakan lengkap.
11. Peneliti memperoleh surat balasan dari pihak MI Miftahul Huda Pecalukan pada hari terakhir penelitian yakni tanggal 16 April 2026 yang menyatakan bahwa penelitian telah dilaksanakan sesuai dengan prosedur yang berlaku.



### 3.5 Kerangka Kerja



**Gambar 3. 1 Kerangka Kerja Hubungan Morning Meal Adherence Dan Snacking Dengan Status Gizi Anak Dalam Masa Pelaksanaan Program Makan Bergizi Gratis Di Sekolah Dasar**

### 3.6 Pengumpulan Data

Menurut Arikunto (2021), peneliti dapat memanfaatkan berbagai teknik pengumpulan data sebagai cara untuk memperoleh informasi yang dibutuhkan dalam penelitian. Teknik tersebut merupakan suatu konsep yang bersifat abstrak, tidak tampak secara langsung, namun penerapannya dapat digunakan dalam proses pengambilan data. Pada penelitian ini, teknik pengumpulan data yang digunakan adalah melalui skala.

Skala dalam penelitian ini digunakan untuk memperoleh data mengenai *morning meal adherence* dan yang kemudian dihubungkan dengan status gizi anak. Skala kepatuhan sarapan pagi bersifat tertutup karena setiap pernyataan yang diajukan telah disediakan alternatif jawaban yang kemudian dikelompokkan ke dalam kategori tidak patuh, cukup patuh, dan patuh. Sedangkan skala perilaku konsumsi jajanan juga bersifat tertutup, dengan hasil penilaian yang diklasifikasikan menjadi tiga kategori yaitu tinggi, sedang, dan rendah.

#### 3.6.1 Instrumen

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

##### 1. Instrumen *Morning Meal Adherence*

Instrumen ini digunakan sebagai alat ukur untuk menilai variabel *morning meal adherence*. Kuesioner yang digunakan pada penelitian ini merupakan hasil adopsi dari penelitian War Rahmat Nariyah 2023. Uji validitas instrumen dilakukan kepada 10 responden di luar sampel penelitian menggunakan bantuan

IBM SPSS Statistics. Hasil uji validitas menunjukkan bahwa dari 27 item pernyataan terdapat 18 item yang dinyatakan valid karena memiliki nilai  $r$  hitung  $>$   $r$  tabel (0,632), sedangkan 9 item lainnya dinyatakan tidak valid karena memiliki nilai  $r$  hitung  $<$   $r$  tabel. Oleh karena itu, item yang valid digunakan sebagai instrumen penelitian, sedangkan item yang tidak valid tidak digunakan dalam penelitian. Berdasarkan hasil uji reliabilitas pada penelitian tersebut, diperoleh nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,871 dengan jumlah item 21. Nilai  $\alpha = 0,871 (> 0,70)$  menunjukkan bahwa instrumen kebiasaan sarapan pagi dinyatakan reliabel dengan tingkat reliabilitas sangat kuat/tinggi, sehingga layak digunakan sebagai alat ukur dalam penelitian ini. Variabel *morning meal adherence* terdiri atas enam indikator, dengan rincian penjelasan sebagai berikut:

**Tabel 3. 3 Kisi-Kisi Skala *Morning Meal Adherence***

Variabel	Indikator	Pernyataan		Jumlah
		Favorable	Unfavorable	
<i>Morning Meal Adherence</i>	Frekuensi Sarapan	1	4, 10, 17	21
	Jenis Sarapan	13, 14, 20	11	
	Waktu Sarapan	6	15, 18	
	Cara Memperoleh Sarapan	2, 3, 5	7, 9, 21	
	Penyebab Tidak Sarapan		10, 16, 19	
	Jumlah Sarapan	8, 12		

## 2. Instrumen *Snacking*

Instrumen ini dipergunakan sebagai alat pengukuran untuk menilai variabel *snacking* pada anak sekolah. Kuesioner yang digunakan merupakan hasil adopsi dari penelitian Ifah Nita Safitri (2018). Uji

validitas instrumen dilakukan kepada 10 responden di luar sampel penelitian menggunakan bantuan IBM SPSS Statistics. Hasil uji validitas menunjukkan bahwa seluruh item pernyataan memiliki nilai  $r$  hitung  $> r$  tabel (0,632) dengan rentang nilai korelasi sebesar 0,647–0,907, sehingga seluruh item dinyatakan valid dan dapat digunakan dalam penelitian. Berdasarkan hasil uji reliabilitas pada penelitian tersebut, diperoleh nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,962 dengan jumlah item 18 pernyataan dan jumlah responden uji coba sebanyak 10 orang. Nilai  $\alpha = 0,962 (> 0,90)$  menunjukkan bahwa instrumen memiliki reliabilitas sangat tinggi (*excellent reliability*), sehingga layak digunakan sebagai alat ukur dalam penelitian ini. Variabel *snacking* dalam penelitian ini terdiri dari tiga indikator, dengan uraian masing-masing sebagai berikut:

Tabel 3. 4 Kisi-Kisi Skala *Snacking*

Variabel	Indikator	Pernyataan		Jumlah
		Favorable	Unfavorable	
<i>Snacking</i>	Jenis jajanan	2, 4, 6	1, 3, 5	18
	Frekuensi jajanan	7, 9, 11	8, 10, 12	
	Cara memilih jajanan	13, 14, 16	15, 17, 18	

### 3. Antropometri

Pengukuran antropometri bertujuan untuk mengetahui status gizi responden (Kemenkes RI, 2023). Data yang dikumpulkan meliputi berat badan dan tinggi badan. Berikut tahapan pelaksanaannya:

#### 1) Pengukuran Berat Badan

- a. Timbangan digital disiapkan dalam kondisi baik dan sudah terkalibrasi.
  - b. Timbangan diletakkan pada permukaan yang datar, keras, dan stabil sebelum digunakan.
  - c. Sebelum penimbangan, responden melepas alas kaki, jaket, topi, serta barang bawaan atau aksesori yang dapat memengaruhi hasil.
  - d. Responden berdiri di atas timbangan dengan posisi tubuh tegak, pandangan lurus ke depan, dan kedua tangan di samping tubuh.
  - e. Hasil yang tertera pada layar timbangan dicatat sesuai angka yang muncul.
- 2) Pengukuran Tinggi Badan
- a. Microtoise dipasang pada dinding yang rata dan tegak lurus, dengan titik nol sejajar permukaan lantai.
  - b. Responden tidak menggunakan alas kaki, penutup kepala, atau benda lain yang dapat memengaruhi hasil pengukuran.
  - c. Responden berdiri tegak membelakangi dinding, bagian tumit, betis, bokong, dan punggung menempel pada dinding, serta pandangan lurus ke depan.
  - d. Alat pengukur diturunkan hingga menyentuh bagian atas kepala dengan posisi kepala tegak (bidang Frankfurt sejajar lantai).
  - e. Angka pada skala dibaca dan dicatat sebagai hasil pengukuran tinggi badan.

### 3.6.2 Lokasi dan waktu penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di MI Miftahul Huda Pecalukan sebagai lokasi pengambilan data dan pelaksanaan seluruh rangkaian kegiatan penelitian. Adapun waktu pelaksanaannya berlangsung pada 14 April 2026 s.d 16 April 2026.

## 3.7 Analisis Data

### 3.7.1 Teknik Pengolahan Data

#### 1. *Editing*

Data yang telah terkumpul perlu melalui tahap penyuntingan guna mempermudah proses pengolahan selanjutnya. Pada tahap ini, peneliti meneliti kembali setiap kuesioner dengan memastikan seluruh pertanyaan telah diisi secara lengkap serta tidak terdapat item penilaian yang terlewat.

#### 2. *Coding*

Peneliti mencantumkan kode berupa angka pada proses tabulasi hasil penelitian, yang disusun sesuai dengan ketentuan pengkodean berikut :

Data Umum

#### 1) Responden


Responden 1 = (1)

Responden 2 = (2)

Responden 3 = (3)

Dan seterusnya

#### 2) Jenis Kelamin

- Laki-laki = (1)
- Perempuan = (2)
- 3) Umur
- 9-10 tahun = (1)
- 11-12 tahun = (2)
- <12 tahun = (3)
- 4) Kebiasaan Menghabiskan MBG
- Dihabiskan = (1)
- Dihabiskan Sebagian = (2)
- Tidak Dihabiskan = (3)
- 5) Penyediaan Sarapan Oleh Keluarga
- Selalu = (1)
- Jarang = (2)
- Tidak Pernah = (3)
- 6) Kebiasaan Makan Sayur
- Baik = (1)
- Cukup = (2)
- Kurang = (3)
- 7) Uang Saku
- Rp5.000 – Rp10.000 = (1)
- Rp11.000 – Rp15.000 = (2)
- >Rp15.000 = (3)
- Data Khusus
- 
- The image contains a large, semi-transparent watermark logo for Universitas Bina Sehat PPNI. The logo is a yellow shield with a grey border. Inside the shield, the word 'UNIVERSITAS' is written in a large, grey, serif font at the top. Below it is a stylized red and white emblem featuring a building and a caduceus (a staff with two snakes). Underneath the emblem, the text 'PPNI' is written in a smaller, red, sans-serif font. At the bottom of the shield, the words 'BINA SEHAT PPNI' are written in a grey, sans-serif font.

8) *Morning Meal Adherence*

Tidak Patuh = (1)

Cukup Patuh = (2)

Patuh = (3)

9) *Snacking*

Rendah = (1)

Sedang = (2)

Tinggi = (3)

## 10) Status Gizi

Gizi Kurang = (1)

Gizi Baik = (2)

Gizi Lebih = (3)

Obesitas = (4)

3. *Scoring*

*Scoring* merupakan tahapan pengolahan data yang dilakukan sebagai dasar untuk penarikan kesimpulan. Proses ini dilakukan dengan menjumlahkan seluruh jawaban responden, yang selanjutnya disusun dalam bentuk tabulasi data (Ghozali, 2023). Pemberian skor dilakukan pada setiap variabel :

(1) *Morning Meal Adherence*

Setelah melakukan pengisian kuesioner mengenai indikator *Morning Meal Adherence*, akan dikelompokkan menjadi empat bagian dengan *range* angka 1-4

## Pernyataan Favorable

Tidak Pernah = 1

Jarang = 2

Sering = 3

Selalu = 4

## Pernyataan Unfavorable

Selalu = 1

Sering = 2

Jarang = 3

Tidak Pernah = 4

Selanjutnya, skor yang diperoleh dari kuesioner *Morning Meal Adherence* dianalisis dan diklasifikasikan berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan dalam penelitian. Pengkategorian dilakukan dengan menghitung total skor masing-masing responden, kemudian dikelompokkan ke dalam kategori tertentu sesuai dengan rentang nilai yang telah ditentukan sebagai berikut : (Sugiyono, 2019)

Diketahui :

- 1) Menentukan Nilai Responden ( $X$ )

$X$  = Jumlah skor setiap responden

- 2) Menentukan *Mean* ( $\bar{x}$ )

$$\bar{x} = \frac{\sum(f \cdot X)}{n}$$

- 3) Menentukan Standar Deviasi (SD)

$$SD = \frac{\sqrt{\sum(X-\bar{x})^2}}{n}$$

Keterangan :

- a.  $X$  = Nilai setiap sampel
- b.  $f$  = Frekuensi
- c.  $\bar{x}$  = Mean (rata-rata sampel)
- d.  $n$  = Jumlah sampel
- e.  $\sum$  = Jumlah seluruh data

Berdasarkan hasil perhitungan tersebut, variabel *Morning Meal Adherence* selanjutnya diklasifikasikan ke dalam kategori sebagai berikut (Sugiyono, 2019) :

Tidak Patuh	$= X < M - SD$
Cukup	$= M - SD \leq X < M + SD$
Patuh	$= X \geq M + SD$

## (2) *Snacking*

Setelah kuesioner terkait indikator *snacking* diisi oleh responden, skor yang diperoleh kemudian diklasifikasikan ke dalam empat kategori. Pengelompokan tersebut didasarkan rentang nilai 1-4 sesuai dengan hasil penilaian yang telah ditetapkan

Pernyataan Favorable

Tidak Pernah = 1

Jarang = 2

Sering	= 3
Selalu	= 4
Pernyataan Unfavorable	
Selalu	= 1
Sering	= 2
Jarang	= 3
Tidak Pernah	= 4

Selanjutnya, skor yang diperoleh dari kuesioner *snacking* dianalisis dan diklasifikasikan berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan dalam penelitian. Pengkategorian dilakukan dengan menghitung total skor masing-masing responden, kemudian dikelompokkan ke dalam kategori tertentu sesuai dengan rentang nilai yang telah ditentukan sebagai berikut : (Sugiyono, 2019)

Diketahui :

- 1) Menentukan Nilai Responden ( $X$ )

$X$  = Jumlah skor setiap responden

- 2) Menentukan *Mean* ( $\bar{x}$ )

$$\bar{x} = \frac{\sum(f \cdot X)}{n}$$

- 8) Menentukan Standar Deviasi (SD)

$$SD = \frac{\sqrt{\sum(X - \bar{x})^2}}{n}$$

Keterangan :

- a.  $X$  = Nilai setiap sampel
- b.  $f$  = Frekuensi
- c.  $\bar{x}$  = Mean (rata-rata sampel)
- d.  $n$  = Jumlah sampel
- e.  $\Sigma$  = Jumlah seluruh data

Berdasarkan hasil perhitungan tersebut, variabel *snacking* selanjutnya diklasifikasikan ke dalam kategori sebagai berikut (Sugiyono, 2019) :

- Rendah =  $X < M - SD$
- Sedang =  $M - SD \leq X < M + SD$
- Tinggi =  $X \geq M + SD$

### (3) Status Gizi

Skor ditentukan berdasarkan hasil pengukuran antropometri (IMT/U) yang diklasifikasikan ke dalam kategori sebagai berikut

- Gizi Kurang =  $-3 SD$  sd  $<-2 SD$
- Gizi Baik =  $-2 SD$  sd  $+1 SD$
- Gizi Lebih =  $+1 SD$  sd  $+2 SD$
- Obesitas =  $>+2 SD$

#### 4. *Tabulating*

*Tabulating* merupakan proses penyajian data, khususnya dalam tahap pengolahan yang mengarah pada analisis kuantitatif. Proses ini dilakukan dengan menyusun data ke dalam bentuk tabel distribusi frekuensi.

### 3.7.2 Teknik Analisis Data

#### 1. Univariat

Analisis univariat merupakan teknik analisis yang digunakan untuk mengkaji satu variabel secara mandiri sehingga diperoleh gambaran dalam bentuk distribusi frekuensi serta persentase (Notoatmodjo, 2013). Pada penelitian ini, analisis univariat dilakukan terhadap variabel *morning meal adherence* dan *snacking*. Selanjutnya, dalam penafsiran hasil persentase, penelitian ini mengacu pada pedoman kategori persentase menurut Arikunto (2021) sebagai dasar dalam penarikan kesimpulan.

100%	: seluruhnya
76-99%	: hampir seluruhnya
51-75%	: sebagian besar
50%	: setengah
25-49%	: hampir setengah
1-25%	: sebagian kecil
0%	: tidak satupun

#### 2. Bivariat

Analisis hubungan antara *morning meal adherence* dan *snacking* dengan status gizi anak sekolah dasar dalam penelitian ini dilakukan melalui

analisis bivariat menggunakan Uji Regresi Logistik Ordinal. Pemilihan uji ini didasarkan pada tujuan penelitian untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antar variabel, serta karena seluruh variabel yang diteliti berbentuk kategori (ordinal). Pengolahan dan analisis data dilakukan dengan bantuan program SPSS for Windows versi 20.0. Kriteria pengambilan keputusan adalah apabila nilai p value  $< 0,05$  maka  $H_1$  diterima, yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara variabel independen dan variabel dependen. Sebaliknya, apabila p value  $\geq 0,05$ , yang menunjukkan tidak terdapat hubungan yang signifikan.

Karena variabel yang dianalisis berskala ordinal dan disajikan dalam bentuk kategori, maka hasil analisis regresi logistik ordinal diinterpretasikan berdasarkan nilai signifikansi (p value) pada tabel Parameter Estimates. Apabila nilai p value  $< 0,05$ , maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara variabel independen dan variabel dependen. Nilai p value  $\geq 0,05$  menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan. Selain melihat nilai signifikansi, peneliti juga memperhatikan pola penyebaran data pada tabel silang untuk memberikan gambaran yang lebih jelas mengenai kecenderungan distribusi antar kategori variabel yang diteliti.

### 3. Multivariat

Analisis multivariat dalam penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan morning meal adherence dan snacking secara simultan terhadap status gizi anak sekolah dasar menggunakan Uji Regresi

Logistik Ordinal. Pemilihan uji ini didasarkan pada bentuk variabel dependen yang berskala ordinal serta variabel independen yang disajikan dalam bentuk kategori. Pengolahan dan analisis data dilakukan dengan bantuan IBM SPSS Statistics for Windows versi 20.0.

Interpretasi hasil analisis multivariat dilakukan berdasarkan nilai signifikansi (p value) pada tabel *Model Fitting Information*. Tabel tersebut digunakan untuk mengetahui apakah model regresi logistik ordinal yang dibentuk layak dan signifikan untuk digunakan dalam menjelaskan hubungan antara variabel independen dan variabel dependen. Apabila diperoleh nilai p value  $< 0,05$ , maka model dinyatakan signifikan, yang berarti variabel independen secara bersama-sama memiliki hubungan dengan variabel dependen. Sebaliknya, apabila nilai p value  $\geq 0,05$ , maka model dinyatakan tidak signifikan, sehingga variabel independen secara simultan tidak memiliki hubungan dengan variabel dependen.

### **3.8 Etika Penelitian**

Pada tahap pelaksanaan, peneliti terlebih dahulu mengajukan permohonan izin kepada institusi Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto, kemudian dilanjutkan dengan permohonan izin kepada Kepala MI Miftahul Huda Pecalukan. Setelah seluruh perizinan disetujui, penelitian dapat dilaksanakan dengan diawali pembagian lembar persetujuan menjadi responden, disertai penjelasan terkait aspek etika penelitian yang meliputi

### 3.8.1 Tanpa Nama

Guna melindungi anonimitas responden, peneliti tidak menuliskan identitas nama pada lembar pengumpulan data. Setiap kuesioner yang telah diisi hanya diberi tanda berupa kode tertentu. Dalam penelitian ini, identitas responden digantikan dengan nomor atau angka sebagai bentuk anonimitas.

### 3.8.2 Lembar Persetujuan Responden (*informed consent*)

Lembar persetujuan dibagikan kepada seluruh subjek sebelum penelitian dimulai dengan tujuan agar responden memahami maksud dan tujuan penelitian yang akan dilakukan. Apabila subjek bersedia berpartisipasi, maka mereka diminta menandatangani lembar persetujuan tersebut. Namun, jika tidak bersedia, peneliti wajib menghargai keputusan dan hak responden. Pada penelitian ini, *informed consent* disertakan dalam bentuk kuesioner persetujuan menjadi responden.

### 3.8.3 Kerahasiaan (*confidentially*)

Subjek penelitian berhak mengajukan agar seluruh data yang telah diberikan dijaga kerahasiaannya. Oleh karena itu, peneliti perlu menerapkan prinsip anonimitas (tanpa mencantumkan nama) serta kerahasiaan (*confidentiality*) dalam pengelolaan data.

## 3.9 Keterbatasan Penelitian

Keterbatasan penelitian ini adalah :

1. Pengumpulan data pada variabel *morning meal adherence* dan *snacking* dilakukan menggunakan kuesioner dengan metode *recall* selama dua bulan terakhir. Kondisi tersebut menyebabkan data yang diperoleh sangat

bergantung pada kemampuan ingatan responden, sehingga memungkinkan terjadinya *recall bias*.

2. Kuesioner *morning meal adherence* yang digunakan dalam penelitian ini belum mengkaji secara rinci mengenai jenis dan kandungan makanan yang dikonsumsi saat sarapan. Instrumen penelitian hanya berfokus pada kebiasaan dan kepatuhan sarapan pagi, sehingga kualitas gizi dari menu sarapan belum dapat dianalisis secara mendalam.
3. Kuesioner penelitian belum menggambarkan secara menyeluruh pola makan dan asupan gizi responden selama satu hari penuh. Penelitian ini belum menilai total konsumsi energi, zat gizi makro, maupun zat gizi mikro yang dapat memengaruhi status gizi responden.
4. Selama proses pengambilan data, terdapat beberapa responden yang menyatakan lupa terhadap kebiasaan makan dan jajanan yang dikonsumsi sebelumnya. Kondisi tersebut dapat memengaruhi ketepatan jawaban responden pada kuesioner penelitian.

