

BAB 3

METODE PENELITIAN

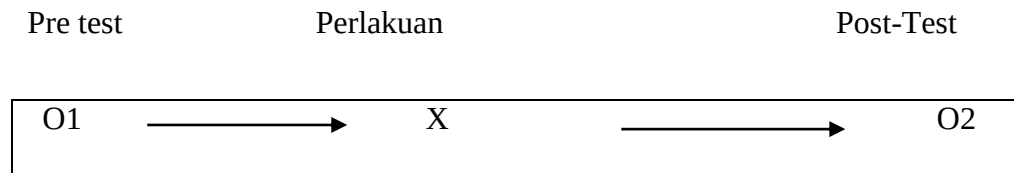
Bab ini menjelaskan mengenai : 1) Desain penelitian, 2) Populasi Sampling, dan Sampel Data, 3) Identifikasi Variabel, 4) Definisi Operasional, 5) Kerangka Kerja, 6) Pengumpulan, Pengolahan, Analisa Data, 7) Waktu dan Tempat Penelitian, 8) Etika Penelitian

3.1 Desain Penelitian

Jenis penelitian ini adalah kuantitatif Quasi eksperimental, penelitian kuantitatif Quasi eksperimental merupakan penelitian yang memberikan perlakuan kepada kelompok tertentu untuk mengetahui pengaruhnya, namun tidak menggunakan randomisasi dalam pemilihan subjek (Aswati, 2023).

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah pre-eksperimental design, dengan pendekatan *one group pre-test and post-test* adalah salah satu bentuk desain dalam penelitian Quasi Eksperimental di mana hanya terdapat satu kelompok subjek yang diberikan perlakuan (treatment), kemudian dilakukan pengukuran sebelum (pre-test) dan sesudah (post-test) perlakuan untuk melihat adanya perubahan yang terjadi (M.syahrin et.al., 2022).

Desain penelitian ini adalah pre-test dan post-test.



Gambar 3. 1 Desain Penelitian

Keterangan:

O1 = Pre-test

X = Intervensi

O2 = Post test

Perbedaan antara O1 dengan O2 dapat diasumsikan sebagai efek atau pengaruh dari perlakuan yang ada dalam rancangan penelitian ini tidak ada kelompok pembanding (kontrol), tetapi dilakukan observasi pertama (pre-test) yang memungkinkan peneliti dapat menguji perubahan yang terjadi setelah adanya perlakuan.

3.2 Populasi, Sampel dan sampling

3.2.1 Populasi Penelitian

Menurut Amin et al.(2023) Populasi adalah keseluruhan objek/subjek penelitian yang sangat penting karena merupakan sumber informasi. populasi yang ditetapkan adalah kelompok orang, seperti individu atau klien, yang memiliki ciri-ciri tertentu yang diteliti. Populasi yang diambil dalam penelitian ini adalah seluruh siswa Anak Sekolah Dasar kelas IV,V,VI SDN Tongas Kulon Kabupaten Probolinggo dengan jumlah populasi (n) 138 siswa.

3.2.2 Sampel

Menurut Dinilhaq et al.(2025) Sampel penelitian pendidikan adalah sebagian dari populasi yang memiliki karakteristik tertentu dan dipilih secara sistematis untuk mewakili keseluruhan populasi dalam suatu penelitian. Pemilihan sampel dilakukan karena keterbatasan waktu, tenaga, dan biaya, sehingga tidak memungkinkan untuk meneliti seluruh anggota populasi. Sampel dalam penelitian ini adalah Siswa Anak Sekolah Dasar Kelas 4,5 dan 6 SDN Tongas Kulon Kabupaten Probolinggo yang berjumlah 138 responden. Penentuan sampel dilakukan dengan cara total sampling.

3.2.3 Teknik Sampling

Menurut Dinilhaq et al.(2025) metode sampling merupakan metode sampling merupakan langkah penting yang menentukan kualitas generalisasi hasil penelitian. Metode sampling digunakan untuk memilih sebagian individu dari populasi yang akan diteliti, sehingga data yang diperoleh dapat merepresentasikan kondisi populasi secara keseluruhan.

Dalam penelitian ini, teknik sampling yang digunakan teknik total sampling karena populasi relatif kecil ($n=138$) dan terjangkau untuk diobservasi secara penuh. Total sampling dipilih untuk meningkatkan power statistik dan representasi populasi yang lebih baik dibandingkan sampling parsial.

3.3 Identifikasi Variabel

Menurut Haifa et al.(2025) variabel penelitian adalah segala sesuatu yang ditentukan oleh peneliti untuk dipelajari, sehingga dapat diperoleh informasi mengenai hal tersebut dan kemudian diambil kesimpulannya.

1.1 Variabel bebas

Menurut Haifa et al.(2025) Variabel yang nilainya dipengaruhi oleh variabel lain disebut variabel bebas. Dalam kebanyakan kasus, variabel bebas dimanipulasi, diamati, dan diukur untuk mengetahui bagaimana ia berinteraksi dengan variabel lain. Akibatnya, tindakan yang dilakukan oleh peneliti berdampak pada variabel dependent. Edukasi gizi melalui audiovisual (vidio) adalah variabel bebas yang digunakan dalam penelitian ini.

2.1 Variabel Terkait

Menurut Haifa et al.(2025) menyatakan bahwa dalam penelitian ini, konsumsi buah dan sayur adalah variabel terikat, yang diamati dan diukur untuk menentukan apakah ada hubungan atau pengaruh dari variabel bebas.

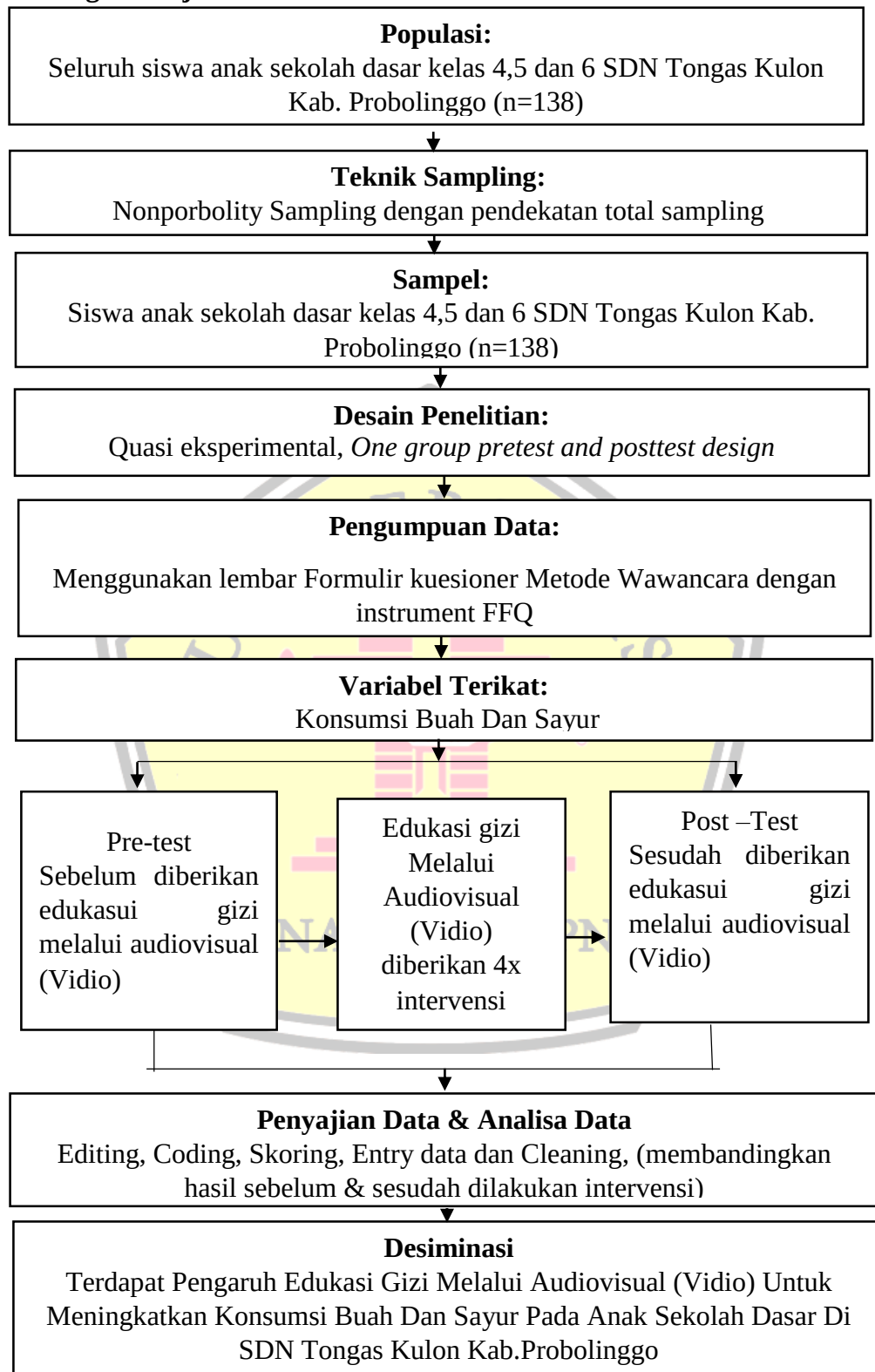
3.4 Definisi Operasional

Definisi operasional adalah definisi berdasarkan karakteristik yang diamati dari apa yang sedang didefinisikan. Karakteristik yang dapat diamati (dapat diukur) adalah kunci definisi operasional (Nursalam,2022).

Tabel 3. 2 Definisi Operasional Edukasi Gizi Melalui Audiovisual (Vidio) Untuk Meningkatkan Konsumsi Buah Dan Sayur Pada Anak Sekolah Dasar

Variabel	Definisi Operasional	Indikator	Alat Ukur	Skala Data	Hasil Ukur
Edukasi Gizi melalui audiovisual (video)	Pemberian materi tentang pentingnya konsumsi buah dan sayur dalam bentuk video yang ditayangkan kepada responden selama durasi tertentu	Penyampaian materi melalui Audiovisual (video)	Media permainan berupa game-estafet digunakan sebagai metode pembelajaran yang aktif dan interaktif untuk meningkatkan pemahaman, minat belajar, serta keterlibatan peserta didik, sehingga dapat mendukung tercapainya perubahan perilaku.	kegiatan promotif dan preventif dapat dilihat dari perubahan pada peserta setelah diberikan edukasi tentang konsumsi buah dan sayur.	
Konsumsi Buah Dan Sayur	Kebiasaan responden dalam mengonsumsi berbagai jenis buah dan sayur dalam seminggu	Banyaknya Frekuensi konsumsi buah dan sayur, Jumlah porsi konsumsi buah dan sayur, Jenis buah dan sayur yang dikonsumsi dalam seminggu	Lembar formulir kuesioner metode wawancara FFQ	Ordinal	1. Beragam: ≥ 3 jenis buah dan sayur yang dikonsumsi dalam seminggu 2. Tidak Beragam: ≤ 3 jenis buah dan sayur yang dikonsumsi dalam seminggu

3.5 Kerangka Kerja



Gambar 3. 2 Kerangka Kerja hubungan antara sebelum dan sesudah diberikan edukasi tentang konsumsi buah dan sayur

3.6 Pengumpulan, Pengolahan dan Analisa Data

3.6.1 Instrumen Pengumpulan Data

Jumlah pertanyaan yang dibuat untuk mengumpulkan data dari responden disebut instrumen (Hidayat, 2019). Dalam penelitian ini pengumpul data menggunakan lembar kuisioner FFQ terahir digunakan untuk mencatat frekuensi konsumsi buah dan sayur, jumlah porsi konsumsi buah dan sayur dan jenis buah dan sayur yang dikonsumsi siswa dalam 24 jam terahir maupun dalam perminggu.

3.6.2 Prosedur Pengolahan Data

Pengolahan data adalah bagian penting dari penelitian karena proses pengumpulan data harus dipantau untuk memastikan bahwa data yang dikumpulkan tetap valid dan dapat diandalkan. Teknik pengumpulan data dilakukan dalam beberapa tahapan yaitu:

1. Tahap Persiapan
 - a. Peneliti mempersiapkan penyusunan proposal penelitian terlebih dahulu dan melakukan konsultasi ke pembimbing
 - b. Peneliti mengajukan surat permohonan izin penelitian ke pihak Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto pada tanggal 1 Maret 2026.
 - c. Peneliti mendapatkan izin penelitian dari Rektor Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto di SDN tongas kulon kab.probolinggo pada tanggal 2 Maret 2026.
 - d. Peneliti mengurus surat izin dari kampus universitas Bina sehat PPNI Mojokerto

- e. Peneliti mendapatkan izin melakukan penelitian SDN Tongas Kulon Kab. Probolinggo pada tanggal 9 Mei 2026.
- f. Peneliti mempersiapkan lembar permohonan untuk menjadi responden.

2. Tahap Pelaksanaan

- a. Peneliti menjelaskan maksud dan tujuan penelitian secara detail kepada responden.
- b. Peneliti memberikan lembar permohonan kepada responden untuk ikut serta dalam penelitian tersebut pada tanggal 12 Mei 2026.
- c. Apabila responden bersedia, peneliti akan memberikan lembar persetujuan (*informed consent*) yang menyatakan bahwa responden berpartisipasi dalam penelitian ini
- d. Peneliti menjelaskan cara pengisian formulir kuesioner kepada responden.
- e. Peneliti memberi kesempatan kepada responden untuk menanyakan perihal penelitian yang tidak dimengerti atau belum jelas.
- f. Peneliti memberikan formulir kuesioner pre-test dengan membagikan kuesioner konsumsi buah dan sayur.
- g. Setelah pre-test, peneliti memberikan edukasi gizi melalui media audiovisual dilanjut dengan game estafet tentang pentingnya mengonsumsi buah dan sayur pada anak sekolah dasar.
- h. Peneliti memberikan penjelasan singkat dan penguatan materi dari game tersebut .

- i. Peneliti melakukan diskusi atau tanya jawab untuk meningkatkan pemahaman responden .
- j. Peneliti melakukan post-test dengan membagikan kembali formulir kuesioner yang sama dilakukan 4x intervensi dimana hasil intervensi terakhir yang akan diambil.
- k. Peneliti memeriksa kelengkapan formulir kuesioner yang telah diisi oleh responden.

3. Tahap Terminasi (Penutup)

- a. Peneliti mengumpulkan seluruh formulir kuesioner yang telah diisi oleh responden.
- b. Peneliti melakukan pengecekan akhir untuk memastikan data lengkap dan tidak ada yang terlewat.
- c. Peneliti mengucapkan terima kasih kepada responden atas partisipasinya dalam penelitian ini.
- d. Peneliti menyampaikan ucapan terimakasih kepada responden atas partisipasi dalam penelitian.
- e. Peneliti mendokumentasikan kegiatan sebagai bukti pelaksanaan penelitian.

3.6.3 Pengolahan Data

Setelah survei diperiksa ulang, peserta akan diberi kode dan skor total.

Kode ini terdiri dari angka yang menunjukkan berbagai karakteristik, seperti:

1. *Editing*

Menurut Hidayat (2019), editing adalah proses memeriksa kembali data yang baru diperoleh atau dikumpulkan. Di sini peneliti memeriksa kembali lembar kuesioner untuk memastikan bahwa isinya lengkap, termasuk lembar persetujuan responden dan jawaban mereka. Pada tahap ini dilakukan pengecekan data sekunder untuk melihat kejelasan dan kesesuaian pertanyaan, data sekunder berupa nama siswa, jenis kelamin serta jumlah siswa.

2. *Coding*

Coding yaitu memberikan kode pada setiap kuesioner yang akan masuk dalam kategori yang diteliti, tujuan dari coding ini adalah untuk mempermudah dalam melakukan tabulasi dan analisa data (Setiadi, 2016). Kode angka disediakan oleh peneliti untuk membantu proses pengolahan data dalam SPSS. Pada tahap ini dilakukan pengklasifikasian jawaban-jawaban/ data yang ada umumnya dengan angka, pengkodean yang dilakukan adalah sebagai berikut :

Coding pada kuesioner buah dan sayur

a. Data Umum (Karakteristik Responden)

1) Jenis Kelamin

Laki-Laki : Kode 1

Perempuan : Kode 2

2) Usia

6-8 tahun : Kode 1

9-10 tahun : Kode 2

11-12 tahun : Kode 3

3) Kelas

4 : Kode 1

5 : Kode 2

6 : Kode 3

b. Data Khusus (Variabel Penelitian)

1). Konsumsi buah dan sayur

1. Beragam: ≥ 3 jenis buah dan sayur yang dikonsumsi/minggu:

(kode 1)

2. Tidak Beragam: ≤ 3 jenis buah dan sayur yang dikonsumsi/minggu:

(Kode 2)

3. *Scoring*

Scoring adalah penilaian alat yang harus diberikan skor, setiap jawaban diberikan oleh peneliti dengan tujuan untuk mempermudah pengumpulan data

Berikut *scoring* konsumsi buah dan sayur:

1. Beragam ≥ 3 jenis buah dan sayur yang dikonsumsi/minggu : 1
2. Tidak Beragam ≤ 3 jenis buah dan sayur yang dikonsumsi/minggu: 2

4. *Tabulating*

Tabulasi adalah Pembuatan tabel data yang selaras dengan tujuan penelitian atau kebutuhan peneliti disebut sebagai tabulasi (Mulyadi, 2020). Tabulasi adalah proses menampilkan jawaban para responden dengan metode tertentu (T. B. Sembiring et al., 2024). Interpretasi presentase adalah sebagai berikut :

100%	: Seluruhnya
76-99%	: Hampir seluruhnya
51-75%	: Sebagian besar
50%	: Setengah
6-49%	: Hampir setengah
1-5%	: Sebagian kecil
0%	: Tidak satupun (Arikunto, 2013).

3.7 Analisis Data

Proses pengolahan data untuk mendapatkan informasi yang dapat digunakan untuk membuat keputusan dalam memecahkan masalah dikenal sebagai analisis data (Notoatmodjo, 2021). Studi ini menganalisis dua variabel dengan membandingkan hasil pretest dan post-test.

3.8 Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian ini akan dilaksanakan pada bulan April di SDN Tongas Kulon Kab Probolinggo. Penelitian ini tentang Edukasi Gizi Melalui Audiovisual (Vidio) Untuk meningkatkan Konsumsi Buah Sayur Pada Anak sekolah Dasar Di Kabupatren Probolinggo.

3.9 Etika Penelitian

Untuk menghindari masalah etika yang merugikan baik peneliti maupun responden, Penelitian tentang manusia harus mempertimbangkan etika penelitian. Studi dilakukan setelah menerima surat rekomendasi dari Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto. Penelitian dimulai dengan melakukan prosedur penelitian berikut ini:

1. Lembar Persetujuan (*Informed Consent*)

Sebelum mengikuti penelitian, setiap responden diberikan lembar persetujuan yang berisi informasi mengenai tujuan penelitian. Dalam penelitian ini responden telah dijelaskan dan semua responden telah setuju untuk diteliti dengan menandatangani lembar persetujuan.

2. Tanpa nama (*Anonimity*)

Dalam penelitian ini, peneliti tidak mencantumkan dan hanya menggunakan nomor / kode responden.

3. Kerahasiaan (*Confidentialy*)

Semua data yang diperoleh dari responden, termasuk identitas diri, seberapa banyak mengonsumsi buah dan sayur dan jawaban kuesioner, dijaga kerahasiaannya. Dalam penelitian ini data hanya digunakan untuk kepentingan penelitian, setiap responden diberikan kode agar identitasnya tidak terlihat dalam laporan penelitian.

4. Keadilan (*Justice*)

Penelitian harus dilakukan dengan jujur, berkemanusiaan, hati-hati, profesional, dan mempertimbangkan kecermatan dan ketepatan. Penelitian ini tidak membedakan orang berdasarkan jenis kelamin, usia, suku, atau pekerjaan karena tidak adil.

5. Asas Kemanfaatan (*Beneficiency*)

Tujuan penelitian, manfaat, dan teknik penelitian dibahas secara menyeluruh dengan responden sebelum dilakukan. Penelitian tidak boleh dilakukan kecuali manfaatnya lebih besar dari risikonya karena subjeknya tidak boleh menderita.

3.10 Keterbatasan Penelitian

Dalam penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan, yaitu:

1. kondisi siswa yang tidak selalu kondusif selama pelaksanaan edukasi gizi menggunakan media audiovisual karena sebagian siswa masih berbicara dengan teman dan kurang fokus memperhatikan video.
2. Suasana kelas yang terkadang ramai.
3. Penelitian hanya dilakukan dalam satu sekolah dasar
4. Pengukuran konsumsi buah dan sayur dilakukan menggunakan formulir kuesioner yang bergantung pada kejujuran dan kemampuan responden dalam mengingat kebiasaan konsumsinya, sehingga masih memungkinkan terjadinya bias informasi.
5. Tidak mengukur terkait kandungan gizi

