

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan desain *deskriptif komparatif*, dimana peneliti membandingkan variabel sarapan pagi, tidak sarapan pagi dengan konsentrasi. Pendekatan yang digunakan adalah pendekatan *cross sectional design* yaitu mengumpulkan informasi yang dilakukan satu kali dalam satu periode. Informasi yang didapatkan peneliti merupakan hasil jawaban dari penyebaran survey kuesioner, dimana pertanyaan didalamnya telah disusun secara sistematis dan mudah dipahami responden. Penelitian Ini Dilakukan Untuk Mengetahui Perbedaan Tingkat Konsentrasi Pada Siswa Yang Melakukan Sarapan Pagi Dengan Siswa Yang Tidak Melakukan Sarapan Pagi Di SDN Srandol Wetan 06 Kecamatan Banyumanik Kota Semarang.

B. Lokasi Penelitian dan Waktu Penelitian

Penelitian ini telah dilakukan di SDN Srandol Wetan 06 Kecamatan Banyumanik Kota Semarang pada Hari Rabu, 4 Desember 2019.

C. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Menurut Notoatmodjo (2010) keseluruhan objek penelitian atau objek yang diteliti tersebut adalah populasi penelitian. Populasi dalam penelitian ini adalah anak kelas 4, 5, 6 di SDN Srandol Wetan 06 Banyumanik Semarang dengan jumlah siswa 101 anak. Tetapi ada beberapa anak yang tidak masuk sekolah, kelas 4 yang mulanya 41 anak berkurang 3 menjadi 38, kemudian

kelas 5 yang mulanya 31 anak berkurang 2 menjadi 29. Jadi total populasi dalam penelitian ini sebesar 96 responden.

Tabel 3.1 Jumlah Populasi

KELAS	JUMLAH
4	38 anak
5	29 anak
6	29 anak
Jumlah	96 anak

2. Sampel

Sampel adalah wakil populasi yang akan diteliti (Arikunto, 2010). Sampel dalam penelitian ini adalah seluruh anak kelas 4, 5, dan 6 di SDN Srandol Wetan 06 Banyumanik Semarang yang berjumlah 96 anak. Kelas 4 berjumlah 38 anak, kelas 5 berjumlah 29 anak dan kelas 6 berjumlah 29 anak. Teknik dalam pengambilan sampel penelitian ini menggunakan teknik *Nonprobability* yaitu sampel jenuh atau sering disebut *total sampling*. Menurut Sugiyono (2009), sampel jenuh yaitu teknik penentuan sampel dengan cara mengambil seluruh anggota populasi sebagai responden atau sampel. Guna mengendalikan faktor lain yang mempengaruhi penelitian maka peneliti menetapkan faktor inklusi dan eksklusi.

Dengan kriteria sebagai berikut :

a. Kriteria Inklusi

- 1) Bersedia menjadi responden

2) Anak kelas 4, 5, 6 SDN Srandol Wetan 06 Banyumanik Semarang.

b. Kriteria Eksklusi

1) Siswa yang sedang puasa.

2) Siswa yang sakit / ijin.

D. Definisi Operasional

Tabel 3.2 Definisi Operasional

No	Variabel	Definisi Operasional	Alat Ukur	Hasil Ukur	Skala
1	Sarapan	Segala bentuk intake makanan dan minuman yang dikonsumsi mulai pukul 06.00 sampai pukul 09.00.	Kuesioner	Sarapan Tidak Sarapan	Nominal
2	Tingkat Konsentrasi	Tingkatan kemampuan seseorang dalam memusatkan pikiran terhadap sebuah kegiatan. Dalam penelitian ini yaitu pikiran fokus mengerjakan <i>concentration grid test</i> .	<i>Concentration Grid Test</i> .	Konsentrasi Sangat Baik Jumlah skor \geq 21 Konsentrasi Baik Jumlah skor 16 – 20 Konsentrasi Sedang Jumlah skor 11 – 15 Konsentrasi Kurang Jumlah skor 6 – 10 Konsentrasi Sangat kurang Jumlah skor \leq 5	Ordinal

E. Pengumpulan Data

1. Alat pengumpulan data

a. Konsumsi Sarapan

Instrument yang digunakan untuk menilai konsumsi sarapan yaitu kuesioner. Kuesioner konsumsi sarapan yang digunakan oleh peneliti terdiri dari 1 item yang terdiri atas pernyataan tentang konsumsi sarapan. Kuesioner yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner tidak baku, sehingga sebelum digunakan maka kuesioner ini di uji terlebih dahulu dengan melakukan uji validitas dan uji reliabilitas.

1. Uji Validitas

Validitas adalah suatu indeks yang menunjukkan alat ukur itu benar – benar mengukur apa yang di ukur (Notoatmodjo, 2010). “Instrumen yang valid berarti alat ukur yang digunakan untuk mendapatkan data itu valid. Valid berarti instrumen tersebut dapat digunakan untuk mengukur apa yang hendak diukur” (Sugiyono, 2010).

Kuesioner yang dijadikan alat ukur telah di uji validitas dengan *expert judgement* oleh :

1. Indri Mulyasari, S.Gz., M.Gizi

Ibu Indri berpendapat jika kuesioner harus ditambahkan jenis makanan, agar ketika responden yang sarapan dapat menuliskan jenis sarapannya. Hasil jenis sarapan dapat ditambahkan dalam pembahasan pada BAB V.

2. Riva Mustika Anugrah, S.Gz., M.Gizi

Ibu Riva berpendapat mengenai point ke 2 dalam kuesioner sarapan pagi, yang awalnya ditulis karbohidrat dan ada beberapa yang kurang cocok, diganti menjadi jenis jenis sarapan dengan langsung menyebutkan nama makanannya.

3. Purbowati, S.Gz., M.Gizi

Ibu Purbo berpendapat bahwa karbohidrat diganti nama jenis sarapannya, agar responden paham.

b. Konsentrasi

Instrumen yang digunakan dalam menilai konsentrasi yaitu menggunakan *Test Concentration Grid Exercise* dari Harris and Bette L. Harris p. 189 dalam (Leisure Press,1984). *Concentration Grid Test* merupakan suatu alat ukur yang digunakan untuk memperoleh data tentang perbedaan konsentrasi siswa yang melakukan sarapan pagi dengan siswa yang tidak melakukan sarapan pagi.

Instrument yang akan digunakan adalah sebagai berikut :

Konsentrasi di ukur dengan *Grid Concentration Test*

Hasil ukur :

1. 21 keatas Konsentrasi Sangat baik
2. 16 – 20 Konsentrasi Baik
3. 11 – 15 Konsentrasi Sedang
4. 6 – 10 Konsentrasi Kurang
5. 5 kebawah Konsentrasi Sangat kurang

88	27	51	78	59	52	13	85	61	55
28	60	92	04	97	90	31	57	29	33
32	96	65	39	80	77	49	86	18	70
76	87	71	95	98	81	01	46	88	00
48	82	89	47	35	17	10	42	62	34
44	67	93	11	07	43	72	94	69	56
53	79	05	22	54	74	58	14	91	02
06	68	99	75	26	15	41	66	20	40
50	09	64	08	38	30	36	45	83	24
03	73	21	23	16	37	25	19	12	63

Gambar 3.3 Grid Concentration Exercise Leisure Press (1984).

Cara Melakukan Test :

- a. Sebelum melaksanakan tes kondisi sampel dalam keadaan yang sama diantaranya:
 - 1) Setiap sampel dianjurkan untuk istirahat dengan cukup
 - 2) Dianjurkan sebelum melakukan tes, sampel sudah melakukan sarapan
- b. Dalam pelaksanaan tes ini, sampel duduk di tempat yang sudah disediakan.
- c. Peserta mengisi biodata yang telah disediakan
- d. Setiap peserta mengurutkan angka dari nilai yang terkecil hingga nilai terbesar dengan cara menghubungkan angka dengan garis baik

horizontal, maupun vertikal.

Contoh :

Gambar 3.4

Contoh Pengisian *Test Grid Concentration*

04	05	22	74	07	58	14	02	91
69	94	72	84	43	93	11	67	44
03	12	73	19	25	21	23	37	16
88	46	01	95	98	71	87	00	76

- e. Waktu yang diberikan untuk mengisi adalah satu menit
- f. Penilaian diambil dari angka yang terhubung dengan benar, yang dicapai oleh sampel.

Kriteria penilaian tesnya yaitu :

1. 21 keatas Konsentrasi Sangat baik
2. 16 – 20 Konsentrasi Baik
3. 11 – 15 Konsentrasi Sedang
4. 6 – 10 Konsentrasi Kurang
5. 5 kebawah Konsentrasi Sangat kurang

F. Prosedur Pengambilan Data

1. Peneliti mengajukan surat rekomendasi penelitian kepada institusi pendidikan Universitas Ngudi Waluyo.

2. Menemui Kepala Sekolah SDN Srandol Wetan 06 untuk meminta izin penelitian di SD tersebut.
3. Menemui Guru Kelas masing – masing dan meminta izin untuk melakukan penelitian.
4. Peneliti di bantu oleh 4 asisten penelitian yang sudah di briefing sebelumnya mengenai cara pengisian lembar kuesioner.
5. Peneliti masuk ke kelas 6, 2 asisten masuk ke kelas 5 dan 2 asisten lainnya masuk ke kelas 4.
6. Memberikan salam pada responden.
7. Peneliti mengenalkan diri.
8. Peneliti menyampaikan tujuan berada ditempat penelitian.
9. Peneliti menanyakan pada responden apakah ada yang sedang berpuasa atau tidak.
10. Peneliti menanyakan pada responden apakah ada yang tidak masuk sekolah.
11. Membagikan lembar persetujuan menjadi responden
12. Membagikan kuesioner sarapan pagi dan lembar *concentration grid test*.
13. Peneliti memandu responden untuk mengerjakan kuesioner.
14. Memberi waktu untuk mengerjakan
15. Mengumpulkan kembali kuesioner yang sudah dikerjakan.
16. Peneliti berpamitan kepada responden kemudian menemui guru kelas dan kepala sekolah untuk berpamitan.
17. Setelah semua data terkumpul peneliti melakukan analisa data.

18. Peneliti menyusun hasil penelitian.

G. Pengolahan Data

Pengolahan data dapat dilakukan dengan beberapa tahapan, yaitu :

1. *Editing*

Peneliti dalam tahapan ini melakukan pemeriksaan data seperti, kelengkapan pengisian, kesalahan dan konsistensi dari setiap jawaban. *Editing* dilakukan di tempat pengumpulan data sehingga jika ada kekurangan data bisa dilengkapi, yaitu apabila ada jawaban yang belum di isi maka diberikan kepada responden lagi untuk di isi kembali.

2. *Scoring*

Scoring adalah pemberian skor terhadap jawaban responden untuk memperoleh data kuantitatif yang diperlukan. Skor / nilai akan diberikan pada masing – masing jawaban responden (Sugiyono, 2010).

a. Konsumsi sarapan

Untuk pernyataan konsumsi sarapan dengan jawaban :

1. Sarapan : 1
2. Tidak Sarapan : 0

b. Konsentrasi

Pemberian skor untuk variabel konsentrasi yaitu :

1. 21 keatas Konsentrasi Sangat baik
2. 16 – 20 Konsentrasi Baik
3. 11 – 15 Konsentrasi Sedang

4. 6 – 10 Konsentrasi Kurang

5. 5 dibawah Konsentrasi Sangat kurang

3. *Coding*

Coding dilakukan untuk mempermudah proses pengolahan data maka peneliti memberikan kode pada data yang diperoleh untuk mempermudah pengelompokan dan klasifikasi data. Setiap item pemeriksaan diberi kode sesuai dengan karakter masing – masing.

Pemberian kode pada variabel konsumsi sarapan dalam penelitian ini adalah :

Sarapan : 2

Tidak Sarapan : 1

Pemberian kode pada variabel konsentrasi dalam penelitian ini adalah :

Sangat baik : 5

Baik : 4

Sedang : 3

Kurang : 2

Sangat kurang : 1

4. *Tabulating*

Tabulating penyusunan data merupakan pengorganisasian sedemikian rupa agar dengan mudah dijumlahkan, disusun dan ditata untuk disusun dan dianalisis.

5. *Entering*

Entering merupakan suatu proses pemasukan data ke dalam komputer untuk selanjutnya dilakukan analisa data dengan menggunakan program *Microsoft Excel*.

6. *Transferring*

Pemindahan kode – kode ke dalam suatu sistem tertentu, dalam hal ini peneliti menggunakan komputer dari program *Microsoft Excel* ke program SPSS versi 21.

H. Etika Penelitian

Menurut Notoatmodjo (2010) etika membantu manusia melihat atau menilai secara kritis moralitas yang dihayati dan dianut oleh masyarakat. Etika juga membantu dalam merumuskan pedoman etis atau norma – norma yang diperlukan dalam kelompok masyarakat, termasuk masyarakat professional. Dalam melaksanakan sebuah penelitian ada empat prinsip yang harus dipegang teguh, antara lain :

1. *Informed Consent*

Informed Consent merupakan bentuk persetujuan antara peneliti dengan responden. *Informed Consent* tersebut diberikan sebelum penelitian dilakukan dengan memberikan lembar persetujuan untuk menjadi responden. Tujuan *informed consent* adalah agar subjek mengerti maksud dan tujuan penelitian, mengetahui dampaknya.

2. *Anonimity* (Tanpa Nama)

Masalah etika merupakan masalah yang memberikan jaminan dalam penggunaan subjek penelitian dengan cara tidak memberikan

atau mencantumkan nama. Pada lembar alat ukur, responden hanya menuliskan inisial.

3. *Confidentiality* (Kerahasiaan)

Setiap orang mempunyai hak – hak dasar individu termasuk privasi dan kebebasan individu dalam memberikan informasi. Peneliti menggunakan *coding* sebagai pengganti identitas responden.

4. Memperhitungkan manfaat dan kerugian yang ditimbulkan (*balancing harms and benefits*)

Setiap penelitian hendaknya memperoleh manfaat semaksimal mungkin bagi masyarakat pada umumnya, dan subjek penelitian pada khususnya. Peneliti meminimalisir dampak yang merugikan responden, dengan cara tidak mengganggu waktu responden.

I. Analisis Data

Data yang sudah diolah kemudian dilakukan analisis secara bertahap sesuai tujuan penelitian, meliputi :

1. Analisis Univariat

Analisis univariat adalah analisa yang menggambarkan setiap variabel (variabel independen dan variabel dependen) dengan menggunakan distribusi frekuensi dan proporsi, sehingga tergambar fenomena yang berhubungan dengan variabel yang diteliti (Notoadmodjo, 2010) yaitu :

- a. Gambaran sarapan pagi pada siswa di SDN Srandol Wetan 06 Kecamatan Banyumanik Kota Semarang.
- b. Gambaran tingkat konsentrasi pada siswa di SDN Srandol Wetan 06 Kecamatan Banyumanik Kota Semarang.

2. Analisis Bivariat

Analisa bivariat dilakukan untuk mengetahui hubungan terhadap dua variabel yang diduga berhubungan atau berkorelasi (Notoatmodjo, 2010). Perbedaan konsentrasi pada siswa yang melakukan sarapan pagi dengan siswa yang tidak melakukan sarapan pagi di SDN Srandol Wetan 06 Banyumanik Semarang. Menurut Sugiyono (2010), untuk memperjelas pembahasan serta mengetahui hubungan antara variabel maka dilakukan uji statistic korelasi dengan menggunakan *chi square* (x^2). Dalam penelitian ini, diketahui *p* value 0,000 dengan syarat *chi square* terpenuhi yaitu count diatas 0 dan expected count diatas 5. Kesimpulan penelitian ini yaitu ada perbedaan tingkat konsentrasi pada siswa yang melakukan sarapan pagi dengan yang tidak melakukan sarapan pagi pada siswa di SDN Srandol Wetan 06 Banyumanik Semarang.