BAB III
METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan desain penelitian kualitatif dengan pendekatan deskriptif. Pilihan tersebut diambil karena ingin menelaah secara mendalam peran keluarga dalam membentuk kebiasaan makan anak prasekolah melalui pola pengasuhan, cara memberi makan, contoh perilaku orang tua, serta interaksi yang terjadi di lingkungan keluarga. Metode kualitatif memungkinkan peneliti menggali pengalaman, persepsi, dan makna yang diberikan oleh orang tua terkait pembentukan perilaku makan anak. Data dikumpulkan lewat wawancara mendalam, observasi, serta dokumentasi terhadap orang tua atau anggota keluarga yang secara langsung terlibat dalam pengasuhan anak usia 3–6 tahun. Data yang terkumpul kemudian dianalisis secara tematik untuk menemukan pola dan tema yang berhubungan dengan peran keluarga dalam membentuk kebiasaan makan anak. Pemilihan desain ini berlandaskan pada temuan penelitian yang menunjukkan bahwa praktik pemberian makan oleh orang tua, lingkungan makan keluarga, serta perilaku makan orang tua memiliki dampak signifikan terhadap pembentukan perilaku makan anak prasekolah.

B. Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini akan dilakukan pada bulan Juli tahun 2026 di TK Pertiwi Kedungpucang yang berada di Desa Kedungpucang, Kecamatan Bener, Kabupaten Purworejo, Provinsi Jawa Tengah. TK Pertiwi Kedungpucang adalah lembaga pendidikan anak usia dini yang menyelenggarakan program belajar bagi anak usia 4-6 tahun. Alasan pemilihan lokasi penelitian meliputi:

a. TK Pertiwi Kedungpucang memiliki jumlah siswa yang cukup, dengan total peserta aktif sebanyak 57 anak.
b. Lokasi penelitian terletak di daerah pedesaan dengan karakteristik sosio-kultural khas yang relevan untuk ditelaah dalam konteks pembentukan kebiasaan makan anak.

c. Observasi awal menunjukkan variasi kebiasaan makan anak yang diduga berkaitan dengan perbedaan peran keluarga.
d. Belum ada penelitian serupa yang pernah dilakukan di tempat ini.
e. Pihak sekolah memberikan dukungan dan bekerja sama untuk pelaksanaan penelitian.

C. Subjek Penelitian

1. Teknik Pemilihan Informan

   Pemilihan partisipan dalam studi ini dilakukan menggunakan metode Purposive Sampling dengan kriteria inklusi. Metode ini mengambil partisipan dengan pertimbangan dan kriteria spesifik yang telah ditetapkan oleh peneliti, untuk menjamin bahwa data yang diperoleh memiliki kedalaman serta relevansi terhadap tujuan penelitian

2. Kriteria Informan

   Untuk memperoleh informasi yang akurat dan mendetail, peneliti menentukan kriteria untuk subjek penelitian yang dikelompokkan ke dalam dua jenis, yaitu Subjek Utama dan Subjek Pendukung (Triangulasi Sumber).

   a) Informan Utama

      Informan utama merupakan orang yang berperan sebagai pengasuh utama dirumah yang terlibat langsung setiap hari dengan anak pada saat waktu makan. Kriterianya meliputi:

      - Orang tua (Ibu atau Ayah) yang tinggal serumah dengan anak.
      - Memiliki anak usia pra-sekolah (usia 3–6 tahun).
      - Bersedia menjadi informan dan di wawancara secara mendalam (*in-depth interview*).

   b) Informan Pendukung (Triangulasi Sumber)

      Informan pendukung digunakan untuk memperkuat keabsahan data dan memberikan perspektif tambahan mengenai kebiasaan makan

anak di luar rumah. Dalam penelitian ini informan pendukungnya yaitu Guru TK Pertiwi Kedungpucang yang terlibat dalam proses makan anak beserta Bidan Desa atau Bidan setempat.

D. Teknik Pengambilan Sampel

Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini memakai non-probability sampling dengan pendekatan purposive sampling. Purposive sampling merupakan cara memilih responden secara sengaja berdasarkan kriteria yang sesuai dengan tujuan penelitian, yaitu keluarga yang memiliki anak pra-sekolah (3–6 tahun) dan berperan aktif dalam mengasuh serta membentuk kebiasaan makan anak. Pendekatan ini dipilih karena dapat memberi peneliti data mendalam dari responden yang benar-benar mengerti fenomena yang diteliti, sehingga hasilnya lebih relevan dan bermakna untuk menjawab fokus penelitian kualitatif (Ahmad, M., & Wilkins, S. 2024).

Jumlah responden dalam penelitian ini adalah 7 ibu yang memiliki anak usia pra sekolah di TK Pertiwi, 1 guru yang terlibat mengajar di TK Pertiwi dan juga 1 tenaga kesehatan yaitu bidan setempat. Dalam penelitian kualitatif, jumlah sampel tidak ditentukan untuk representasi statistik, tetapi berdasarkan kecukupan informasi (data adequacy) dan kejenuhan data (data saturation)**,** yaitu kondisi ketika data yang diperoleh sudah berulang dan tidak muncul informasi baru dari informan tambahan. Oleh karena itu, jumlah 9 responden dianggap memadai untuk menggali variasi pengalaman, pola asuh, dan kebiasaan makan anak dalam keluarga yang berbeda-beda, sehingga menghasilkan pemahaman yang lebih komprehensif terhadap fenomena penelitian. (Kurnia,S.W.,dkk 2025)

Pemilihan responden juga mempertimbangkan variasi karakteristik keluarga seperti tingkat pendidikan orang tua, pekerjaan, serta pola pengasuhan dalam pemberian makan anak. Hal ini dilakukan agar data yang diperoleh lebih beragam dan mampu menggambarkan kondisi nyata di lapangan secara lebih menyeluruh. Dengan pendekatan purposive sampling, peneliti dapat memilih informan yang paling sesuai dengan kebutuhan penelitian sehingga hasil yang

diperoleh bersifat mendalam, kontekstual, dan sesuai dengan tujuan penelitian kualitatif yang berfokus pada pemahaman makna sosial. (Andriani, D., dkk. (2025).

E. Fokus Penelitian

Dalam penelitian kualitatif, batasan dalam studi sangat penting agar peneliti bisa mengumpulkan data dengan lebih spesifik, mendalam, dan menyeluruh. Penelitian ini membahas peran orang tua dalam membentuk, memandu, dan membentuk kebiasaan makan anak-anak prasekolah yang berusia 3 sampai 6 tahun. Penelitian ini tidak bertujuan menguji hubungan sebab-akibat antar variabel secara statistik, melainkan untuk memahami makna yang lebih dalam, pola cara berinteraksi, serta tantangan yang dihadapi keluarga dalam proses tersebut sehari-hari.

Fokus Penelitian	Sub Fokus	Indikator	Teknik Pengumpulan Data
Pola Asuh Pemberian Makan (Feeding Practices)	a. Aturan dan jadwal makan	- Penerapan jam makan yang konsisten di rumah. - Toleransi orang tua saat anak menolak makanan.	Wawancara mendalam dan Observasi
	b. Pendekatan dan interaksi	- Penggunaan metode *reward* (hadiah), hukuman, atau pemaksaan. - Suasana psikologis yang dibangun orang tua di meja makan.	Wawancara mendalam dan Observasi

Penyediaan Lingkungan Makanan (*Food Environment*)	a. Pemilihan dan Akses Makanan	- Pertimbangan orang tua dalam membeli bahan makanan (gizi vs praktis). -Ketersediaan camilan sehat dibanding *junk food* di rumah.	Wawancara mendalam dan Observasi
	b. Variasi Sajian	- Kreativitas orang tua dalam mengolah dan menyajikan makanan agar menarik bagi anak pra-sekolah.	Observasi atau dokumentasi

Pemodelan Perilaku (*Role Modeling*)	a. Perilaku Makan Orang Tua	- Kebiasaan makan ayah/ibu yang dilihat langsung oleh anak. - Konsistensi orang tua memakan makanan yang mereka wajibkan ke anak (misal: makan sayur).	Wawancara mendalam dan Observasi
	b. Pengaruh Anggota Keluarga Lain	- Peran kakak, adik, atau kakek/nenek di rumah dalam memengaruhi preferensi rasa anak.	Wawancara mendalam

Tantangan dan Solusi Keluarga	a. Hambatan Internal dan Eksternal	- Cara menghadapi fase anak pemilih makanan (*picky eating*). - Manajemen waktu pemberian makan pada ibu bekerja. - Pengaruh jajanan di luar lingkungan rumah.	Wawancara mendalam
	b. Solusi dan Strategi Keluarga	- Upaya konkrit orang tua dalam mengatasi mogok makan (*gerakan tutup mulut/GTM*). - Kerja sama antar anggota keluarga dalam menjaga	Wawancara mendalam

		kebiasaan makan anak.	

Tabel. 1.4 Fokus Penelitian

F. Sumber Data

Informan atau subjek yang akan dijadikan sebagai sumber data adalah orangtua yang mempunyai anak pra sekolah usia 3 hingga 6 tahun dan tinggal satu rumah. Selain orangtua, anggota keluarga lain yang tinggal dirumah, seperti nenek atau pengasuh, juga bisa menjadi sumber informasi tambahan untuk memvalidasi data dengan cara triangulasi sumber. Sumber data yang digunakan adalah sumber data primer yaitu sumber data yang didapatkan secara langsung dari informan dengan melakukan wawancara secara langsung dengan orangtua yang mempunyai anak pra sekolah usia 3 hingga 6 tahun di TK Pertiwi Kedungpucang.

G. Teknik Pengumpulan Data

Dalam studi kualitatif ini, peneliti berfungsi sebagai alat utama yang terlibat langsung di lapangan. Ini karena peneliti sendiri yang menentukan fokus penelitian, memilih peserta sebagai sumber informasi, melakukan pengumpulan data, menilai kualitas informasi, menganalisis informasi, menafsirkan informasi, sampai membuat kesimpulan dari apa yang ditemukan. Proses pengumpulan data tentang bagaimana peran keluarga dalam membentuk kebiasaan makan anak-anak pra-sekolah tidak bisa dilakukan secara cepat atau hanya menggunakan kuesioner tertutup, melainkan harus dijelajahi melalui interaksi yang mendalam dan terhubung dengan konteks.

Untuk mendapatkan data yang kaya, mendetail, dan memiliki tingkat kevalidan yang tinggi, peneliti menggunakan prinsip triangulasi dalam teknik pengumpulan data. Triangulasi adalah metode pengumpulan data yang mencakup penggunaan berbagai cara pengumpulan data yang berbeda untuk mendapatkan informasi dari sumber yang sama. Berikut adalah rincian teknik pengumpulan data yang akan dilakukan oleh peneliti di lapangan:

1) Wawancara

   Peneliti melakukan wawancara semi-terstruktur dengan orang tua (informan) yang dilakukan secara langsung di tempat atau di TK (misalnya saat menjemput anak) atau melalui daring dengan WhatsApp Video Call/Zoom. Metode ini digunakan untuk memahami pandangan orang tua tentang cara memberi makan di rumah, bagaimana keluarga berperilaku, dan hambatan yang dihadapi dalam mengatur makan anak setiap hari. Wawancara direkam dengan alat perekam suara setelah mendapat persetujuan dari informan.

2) Observasi Partisipatif Pasif di Sekolah

   Peneliti melakukan pengamatan langsung di lingkungan taman kanak-kanak, terutama saat waktu istirahat atau saat makan bersama yang dilakukan oleh sekolah. Peneliti berperan sebagai pengamat sepenuhnya (tidak terlibat dalam kegiatan anak) dengan menggunakan daftar observasi (Sugiyono, 2024). Aspek yang diperhatikan mencakup tampilan kebiasaan yang dibentuk oleh keluarga, seperti jenis dan variasi makanan dan bekal yang dibawa anak dari rumah, bagaimana anak bereaksi terhadap makanan tersebut, serta sejauh mana kemandirian anak saat makan di tengah teman-temannya.

3) Studi Dokumentasi

   Peneliti mengumpulkan dokumen pendukung yang signifikan untuk memperkuat temuan dari wawancara dan observasi. Dokumen yang diambil dalam penelitian di taman kanak-kanak ini mencakup foto bekal makanan anak yang dibawa dari rumah, foto momen anak saat menikmati waktu makan bersama di kelas, catatan harian menu bekal yang mungkin disediakan oleh sekolah serta salinan atau foto dari data antropometri anak, seperti grafik

tinggi dan berat badan, yang biasanya tercantum dalam Buku KIA/KMS atau lembar rekam kesehatan reguler milik sekolah.

H. Teknik keabsahan Data

Keabsahan data dalam penelitian kualitatif dilakukan untuk menanggapi keraguan yang ada agar data yang diperoleh dapat dipertanggungjawabkan berdasarkan ilmiah. Untuk mengevaluasi kredibilitas atau kepercayaan terhadap data yang diperoleh tentang peran keluarga dalam membentuk kebiasaan makan anak, peneliti menerapkan metode triangulasi (Sugiyono, 2024). Jenis triangulasi pertama yang diterapkan adalah triangulasi teknik, yaitu memverifikasi keakuratan data dengan cara memeriksa data dari sumber yang sama tetapi dengan metode pengumpulan data yang berbeda (Creswell, 2023), seperti mencocokkan hasil wawancara mendalam dengan orang tua. Hasil wawancara tersebut dibandingkan dengan observasi perilaku makan dan jenis bekal anak di taman kanak-kanak, serta diperkuat dengan dokumentasi seperti foto menu bekal atau catatan dalam Buku KIA/KMS anak. Jenis kedua adalah triangulasi sumber, yang melibatkan pengumpulan informasi dari berbagai sumber untuk mendapatkan pandangan yang lebih objektif (Moleong, 2021).

Dalam penelitian ini, keabsahan data dilakukan melalui triangulasi sumber, yaitu dengan membandingkan informasi yang diperoleh dari berbagai informan yang memiliki keterkaitan dengan fokus penelitian. Informan utama dalam penelitian ini adalah orang tua yang memiliki anak usia prasekolah di TK Pertiwi Kedungpucang. Data yang diperoleh dari orang tua kemudian dikonfirmasi kepada informan triangulasi, yaitu guru TK dan bidan desa.

Guru TK dipilih sebagai informan triangulasi karena guru berinteraksi secara langsung dengan anak selama kegiatan belajar di sekolah, termasuk pada saat kegiatan makan bersama. Guru dapat memberikan informasi mengenai perilaku makan anak di lingkungan sekolah, seperti jenis makanan yang dikonsumsi, kebiasaan anak dalam menghabiskan makanan, respons anak terhadap sayur dan buah, serta perilaku memilih-milih makanan (picky eater). Informasi dari guru digunakan untuk membandingkan apakah kebiasaan makan

yang disampaikan oleh orang tua sesuai dengan perilaku anak ketika berada di lingkungan sekolah.

Selain guru, bidan desa juga dipilih sebagai informan triangulasi karena bidan merupakan tenaga kesehatan yang memiliki peran dalam pemantauan tumbuh kembang anak, pemberian edukasi gizi kepada keluarga, serta pelaksanaan program kesehatan ibu dan anak di wilayah desa. Bidan memiliki pengetahuan dan pengalaman mengenai kondisi gizi anak, praktik pemberian makan yang dianjurkan, serta berbagai permasalahan gizi yang sering ditemukan pada anak usia prasekolah. Melalui informasi dari bidan desa, peneliti dapat memperoleh sudut pandang profesional mengenai praktik pemberian makan dalam keluarga, kesesuaiannya dengan prinsip gizi seimbang, serta faktor-faktor yang dapat memengaruhi terbentuknya kebiasaan makan anak.

Dengan melakukan konfirmasi data kepada orang tua, guru TK, dan bidan desa, peneliti dapat membandingkan informasi yang diperoleh dari berbagai sumber sehingga meningkatkan kredibilitas hasil penelitian. Data subjektif yang diperoleh melalui wawancara dengan orang tua dapat divalidasi melalui pengamatan guru terhadap perilaku makan anak di sekolah serta penjelasan bidan desa berdasarkan aspek kesehatan dan gizi anak. Apabila informasi yang diperoleh dari ketiga sumber menunjukkan kesesuaian, maka tingkat kepercayaan (credibility) data menjadi lebih tinggi. Sebaliknya, apabila ditemukan perbedaan informasi, peneliti melakukan penelusuran lebih lanjut melalui wawancara mendalam hingga diperoleh pemahaman yang utuh mengenai fenomena yang diteliti. Dengan demikian, penerapan triangulasi sumber dalam penelitian ini diharapkan mampu menghasilkan data yang lebih akurat, objektif, dapat dipertanggungjawabkan, dan mencerminkan kondisi yang sebenarnya mengenai peran keluarga dalam membentuk kebiasaan makan pada anak usia prasekolah di TK Pertiwi Kedungpucang.

I. Teknik Analisi Data

Teknik analisis data yang dipakai dalam penelitian ini mengikuti model interaktif dari Miles, Huberman, dan Saldaña, yang terdiri dari tiga langkah yang berlangsung bersamaan, yaitu pengurangan data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan atau verifikasi.

Langkah pertama adalah pengurangan data, di mana peneliti memilih, memusatkan perhatian, menyederhanakan, dan mengubah data asli yang diperoleh dari transkripsi wawancara dengan orang tua, catatan lapangan hasil pengamatan saat makan di TK, serta foto dokumentasi menu makanan anak. Data yang tidak berkaitan dengan peran keluarga dalam membentuk kebiasaan makan anak akan dipilah dan dihapus, sementara data yang relevan akan diberi kode agar lebih teratur.

Langkah kedua adalah penyajian data, di mana peneliti menyusun data yang telah dikurangi ke dalam format teks naratif yang deskriptif, matriks, atau tabel singkat. Penyajian data ini dibuat untuk mengatur informasi secara sistematis sehingga memudahkan peneliti dalam melihat hubungan antara pola asuh orang tua dan kebiasaan makan anak di sekolah, serta memahami tantangan nyata yang dihadapi keluarga seperti masalah memilih makanan.

Langkah terakhir adalah penarikan kesimpulan dan verifikasi, di mana peneliti mulai mencari arti dari setiap pola, keteraturan, dan hubungan sebab-akibat yang muncul di lapangan sejak awal pengumpulan data. Kesimpulan awal ini bersifat sementara dan akan terus diuji serta diverifikasi keabsahannya dengan bukti nyata di lapangan, seperti konfirmasi dari guru TK melalui triangulasi, hingga akhirnya mendapatkan kesimpulan yang kuat, dapat dipercaya, dan menjawab semua masalah yang diteliti.

Uji kredibilitas dalam penelitian ini dilakukan untuk memastikan bahwa data yang diperoleh dari informan sesuai dengan kondisi yang sebenarnya dan dapat dipercaya. Kredibilitas data dilakukan melalui triangulasi sumber, yaitu membandingkan informasi yang diperoleh dari beberapa sumber, meliputi orang tua sebagai informan utama serta guru TK dan bidan desa sebagai informan pendukung. Data hasil wawancara dari masing-masing informan dibandingkan dan

dikaji untuk mengetahui kesesuaian informasi mengenai peran keluarga dalam pemberian makan dan kebiasaan makan anak usia prasekolah. Dengan demikian, triangulasi sumber digunakan untuk meningkatkan kepercayaan terhadap hasil penelitian sehingga data yang diperoleh dapat dipertanggungjawabkan secara ilmiah.

J. Kisi-Kisi Wawancara Informan

No.	Aspek yang Digali	Indikator	Sumber Informan
1		Pengaturan jadwal makan anak sehari-hari	Orang tua
		Penerapan aturan makan di rumah	Orang tua
		Respons orang tua ketika anak sulit makan atau menolak makanan	Orang tua
		Upaya orang tua dalam membujuk atau memotivasi anak untuk makan	Orang tua
		Penggunaan iming-iming atau penghargaan dalam pemberian makan	Orang tua
		Suasana dan interaksi keluarga saat anak makan	Orang tua
2	**Penyediaan Makanan dan Lingkungan Makan (*Food Environment*)**	Pertimbangan orang tua dalam menentukan menu makanan	Orang tua
		Penyediaan dan pemilihan bekal sekolah	Orang tua

		Variasi makanan yang diberikan kepada anak	Orang tua
		Upaya membuat makanan menarik dari segi penampilan dan cita rasa	Orang tua
		Ketersediaan makanan ringan atau camilan di rumah	Orang tua
3	**Pemodelan Perilaku (*Role Modeling*)**	Kebiasaan makan orang tua di rumah	Orang tua
		Keteladanan orang tua dalam mengonsumsi makanan sehat	Orang tua
		Perilaku anak dalam meniru kebiasaan makan orang tua	Orang tua
		Pengaruh anggota keluarga lain terhadap kebiasaan makan anak	Orang tua
4	**Tantangan dan Strategi Keluarga**	Perilaku memilih makanan (*picky eater*) pada anak	Orang tua
		Jenis makanan yang disukai dan tidak disukai anak	Orang tua
		Pengaruh jajanan di luar rumah terhadap kebiasaan makan anak	Orang tua
		Pengaruh teman sebaya terhadap kebiasaan makan anak	Orang tua
		Kendala keluarga dalam membentuk kebiasaan makan anak	Orang tua

		Strategi keluarga dalam mengatasi anak yang sulit makan	Orang tua
5	**Kebiasaan Makan Anak di Sekolah**	Gambaran suasana makan dan waktu kudapan di sekolah	Guru
		Jenis dan variasi makanan atau bekal yang dibawa anak	Guru
		Kebiasaan makan anak selama berada di sekolah	Guru
		Perilaku memilih makanan pada anak	Guru
		Respons anak terhadap makanan yang tidak disukai	Guru
6	**Keterlibatan Keluarga dalam Pembentukan Kebiasaan Makan**	Keterlibatan orang tua dalam menyediakan makanan anak	Guru
		Peran keluarga dalam mengenalkan makanan sehat	Guru
		Pengaruh kebiasaan makan di rumah terhadap perilaku anak di sekolah	Guru
		Komunikasi orang tua dengan guru mengenai kebiasaan makan anak	Guru
7	**Kerja Sama Keluarga dan Sekolah**	Bentuk kerja sama keluarga dan sekolah dalam pembiasaan makan sehat	Guru

		Program sekolah yang berkaitan dengan kebiasaan makan sehat	Guru
		Tantangan keluarga dalam membiasakan anak makan sehat	Guru
		Harapan terhadap kerja sama keluarga dan sekolah	Guru
8	**Kondisi Gizi dan Kebiasaan Makan Anak**	Gambaran umum status gizi dan tumbuh kembang anak prasekolah	Bidan
		Masalah kebiasaan makan yang sering ditemukan pada anak prasekolah	Bidan
		Kebiasaan konsumsi makanan dan jajanan anak	Bidan
9	**Peran Keluarga dalam Pemenuhan Gizi Anak**	Kesadaran keluarga dalam memberikan makanan dengan gizi seimbang	Bidan
		Pola pengasuhan keluarga yang memengaruhi kebiasaan makan anak	Bidan
		Respons orang tua terhadap edukasi mengenai gizi dan kebiasaan makan	Bidan
		Kendala yang dihadapi keluarga dalam memenuhi kebutuhan makan anak	Bidan
10	**Edukasi dan Kolaborasi**	Bentuk edukasi gizi kepada keluarga	Bidan
		Program kesehatan terkait gizi anak prasekolah	Bidan

		Kerja sama tenaga kesehatan dengan pihak sekolah	Bidan
		Kolaborasi antara keluarga, sekolah, dan tenaga kesehatan	Bidan
		Upaya yang dapat dilakukan keluarga dalam membentuk kebiasaan makan sehat	Bidan
		Saran untuk keluarga dan sekolah dalam meningkatkan kebiasaan makan anak	Bidan