

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Rancangan Penelitian

Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan menggunakan metode potong lintang (*cross section study*), yaitu suatu metode pengumpulan data dengan melakukan pengukuran atau pengamatan secara bersamaan (Hidayat, 2017). Kegiatan yang dilakukan yaitu pengumpulan data terhadap variabel dependen dan independen dalam satu waktu. Variabel dependen dalam penelitian ini yaitu konsumsi buah dan sayur serta variabel independen yaitu ketersediaan buah dan sayur.

B. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi yang diteliti dalam penelitian ini adalah remaja yang berstatus sebagai mahasiswa/i kesehatan Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur yang berjumlah 596 mahasiswa (angkatan 2018), meliputi 6 program studi kesehatan yaitu S1 Keperawatan dengan jumlah 140 mahasiswa, D3 Keperawatan dengan jumlah 102 mahasiswa, S1 Ilmu Farmasi dengan jumlah 140 mahasiswa, S1 Kesehatan Masyarakat dengan jumlah 166 mahasiswa, S1 Kesehatan Lingkungan dengan jumlah 39 mahasiswa, D3 Kesehatan Lingkungan dengan jumlah 9 mahasiswa.

2. Sampel

Sampel merupakan bagian dari jumlah populasi yang akan diteliti atau sebagian dari jumlah karakteristik yang dimiliki oleh populasi (Hidayat, 2017). Agar karakteristik sampel tidak menyimpang dari populasi maka sebelum dilakukan pengambilan sampel perlu ditentukan kriteria inklusi dan esklusi. Kriteria inklusi dan eksklusi dalam penelitian ini meliputi:

a. Kriteria inklusi

Kriteria inklusi merupakan subjek penelitian yang dapat mewakili dalam sampel penelitian dan memiliki syarat sebagai sampel (Hidayat, 2017).

Kriteria inklusi dari responden dalam penelitian ini yaitu :

- 1) Mahasiswa kesehatan khususnya Fakultas Keperawatan, Kesehatan Masyarakat, Kesehatan Lingkungan, dan Farmasi yang bersedia menjadi responden
- 2) Mahasiswa kesehatan yang berstatus sebagai mahasiswa aktif tahun 2020/2021 khususnya Fakultas Keperawatan, Kesehatan Masyarakat, Kesehatan Lingkungan, dan Farmasi
- 3) Mahasiswa kesehatan khususnya Fakultas Keperawatan, Kesehatan Masyarakat, Kesehatan

Lingkungan, dan Farmasi tahun masuk (angkatan)
2018

b. Kriteria eksklusi

Kriteria eksklusi yaitu subjek penelitian yang tidak dapat mewakili sampel karena tidak memenuhi kriteria sebagai sampel penelitian (Hidayat, 2017).

Kriteria eksklusi dari responden dalam penelitian ini yaitu :

- 1) Tidak hadir saat penelitian
- 2) Tidak bersedia menjadi responden

Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini yaitu menggunakan teknik *probability sampling* ialah *proportionate stratified random sampling* dengan memakai rumus slovin. Probability sampling merupakan teknik pengambilan sample dengan memberikan peluang yang sama pada setiap populasi untuk dijadikan sampel (Sugiyono, 2010).

a. Rumus *Slovin*

Untuk menentukan besarnya sampel ditentukan dengan rumus *Slovin* :

$$n = \frac{N}{1 + Ne^2}$$

Keterangan :

n = Jumlah sampel

N = Jumlah populasi

e = Error level/ tingkat kesalahan (5%)

populasi dalam penelitian ini berjumlah 596 orang dengan tingkat kesalahan 5% atau 0,05, maka dapat dihitung besar sampel dalam penelitian ini yaitu :

$$n = \frac{N}{1 + N \times e^2}$$

$$n = \frac{596}{1 + 596 \times 0,05^2}$$

$$n = \frac{596}{2,49}$$

$$= 239,357 \text{ dibulatkan menjadi } 239$$

Jadi, jumlah keseluruhan responden dalam penelitian ini adalah 239 orang

b. Teknik Pengambilan Sampel

Proportoinate stratified random sampling merupakan teknik yang digunakan jika populasi tidak homogen dan berstrata secara proporsional (Sugiyono, 2010).

Rumus:

$$\text{Jumlah sampel tiap kelas} = \frac{\text{jumlah sampel}}{\text{jumlah populasi}} \times \text{jumlah tiap kelas}$$

Tabel 3. 1 Perhitungan Jumlah Sampel

No	Program Studi	Perhitungan	Sampel
1.	S1 Keperawatan	$= \frac{239}{596} \times 140 = 56,14$	56
2.	D3 Keperawatan	$= \frac{239}{596} \times 102 = 40,90$	41
3.	S1 ilmu Farmasi	$= \frac{239}{596} \times 140 = 56,14$	56
4.	S1 Kesehatan Masyarakat	$= \frac{239}{596} \times 166 = 66,56$	66
5.	S1 Kesehatan Lingkungan	$= \frac{239}{596} \times 39 = 15,63$	16
6.	D3 Kesehatan	$= \frac{239}{596} \times 9 = 3,60$	4

Lingkungan	
Jumlah	239

C. Waktu dan Tempat Penelitian

1. Waktu penelitian

Waktu penelitian dimulai dari pengumpulan data sampai dengan penyusunan skripsi yang terdiri dari persiapan pada bulan Januari 2021 sampai dengan bulan juni 2021

2. Tempat penelitian

Penelitian tentang hubungan ketersediaan buah dan sayur dengan konsumsi buah dan sayur pada mahasiswa kesehatan telah dilakukan di Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur yang terletak di Jalan Ir. Juanda Samarinda.

D. Definisi Operasional

Variabel penelitian dihubungkan dengan kerangka konsep pada penelitian ini. Variabel pada penelitian ini yaitu variabel independen dan variabel dependen.

Tabel 3. 2 Definisi Operasional

Definisi Operasional					
No	Variabel Penelitian	Definisi Operasional	Cara Ukur dan Alat Ukur	Hasil Ukur	Skala
1.	Variabel Independen: Ketersediaan buah dan sayur	Ketersediaan buah dan sayur merupakan kemudahan individu dalam mendapatkan buah dan sayur yang cukup di rumah untuk memenuhi kebutuhan gizinya.	Responden mengisi sendiri pertanyaan yang telah di berikan dengan menggunakan alat ukur kuesioner. Dari 10 item pertanyaan, setiap pertanyaan diberi 5 pilihan jawaban yang	Ketersediaan buah dan sayur : data tidak berdistribusi normal, maka dikatakan 0. kurang : < median (30) 1. baik : ≥ median (30)	Ordinal

			terdiri dari 5 poin. 1. Point 5 = selalu 2. Point 4 = sering 3. Point 3 = kadang-kadang 4. Point 2 = jarang 5. Point 1 = tidak pernah		
2.	Variabel dependen: Konsumsi buah dan sayur	Konsumsi buah dan sayur merupakan kebiasaan mahasiswa dalam mengonsumsi buah dan sayur per hari	Wawancara dengan menggunakan alat ukur FFQ (<i>Food Frequency questionnaire</i>) semi kuantitatif	0. kurang: jika < 400 gram perhari 1. cukup: jika ≥ 400 gram perhari (Kemenkes, 2014)	Ordinal

E. Instrumen Penelitian

Instrumen dalam penelitian ini menggunakan instrumen kuesioner yang digunakan untuk mengumpulkan pertanyaan-pertanyaan terkait variabel independen yaitu ketersediaan buah dan sayur dan FFQ semi kuantitatif untuk memperoleh data dari variabel dependen yaitu konsumsi buah dan sayur. Berikut ini penjelasan mengenai instrumen yang digunakan dalam penelitian ini :

1. Kuesioner karakteristik yaitu kuesioner yang digunakan untuk memperoleh informasi tentang data diri mahasiswa yang meliputi jenis kelamin, usia, program studi, dan uang saku mahasiswa perbulan dengan responden mengisi sendiri kuesioner yang telah diberikan.

2. Kuesioner Ketersediaan buah dan sayur di rumah: kuesioner ketersediaan buah dan sayur di rumah berdasarkan modifikasi dari penelitian terdahulu yaitu Nurlidyawati (2015), yang terdiri dari 10 pertanyaan dengan masing-masing pertanyaan diberi 5 pilihan jawaban dan setiap pilihan jawaban masing-masing memiliki poin yaitu diberi poin 5 untuk pilihan selalu, poin 4 untuk pilihan sering, poin 3 untuk pilihan kadang-kadang, poin 2 untuk pilihan jarang, dan poin 1 untuk pilihan tidak pernah. Kemudian data ketersediaan buah dan sayur dikategorikan menjadi kurang dan baik. Pada penelitian ini data tidak berdistribusi normal, maka dikatakan kurang jika nilai skor < median (30) dan diberi kode "0" dan dikatakan baik jika nilai skor \leq median (30) dan diberi kode "1".
3. FFQ (*Food Frequency Questionnaire*) merupakan kuesioner yang digunakan untuk mengetahui gambaran dari frekuensi konsumsi buah dan sayur responden. FFQ bersifat terbuka karena responden menjawab dengan menuliskan sendiri berapa kali responden mengkonsumsi buah dan sayur. Pada penelitian ini peneliti menggunakan lembar FFQ modifikasi dari penelitian Nurlidyawati (2015). Responden menjawab dengan memilih salah satu kolom frekuensi pada setiap bahan makanan apakah 1 kali per hari, 2-4 hari perminggu, 5-6 hari perminggu dan tidak pernah. Selain itu, responden juga mengisi

ukuran makanan setiap kali makan di kolom URT (Ukuran Rumah Tangga) serta responden juga mengisi berat makanan buah dan sayur yang di konsumsi setiap kali makan di kolom gram. Untuk mengetahui ukuran makanan yang dikonsumsi setiap kali makan dapat menggunakan berapa sendok makan untuk ukuran makanan sayur. Sedangkan untuk ukuran buah dapat menggunakan buah, potong, biji, dan porsi. Untuk mengetahui berat buah dan sayur yang dikonsumsi dapat menggunakan kartu peraga konsumsi buah dan sayur dalam Riskesdas 2007 dan Kemenkes 2014.

F. Uji Validitas dan Reliabilitas

1. Uji validitas

Uji validitas instrument digunakan untuk mengetahui sejauh mana ketepatan alat ukur atau sebuah instrumen tersebut dapat digunakan dan diterima atau untuk mengetahui standar dari alat ukur tersebut. Instrument dikatakan valid apabila r hitung $>$ r tabel dan jika, r hitung $<$ r tabel maka instrument tersebut atau item pertanyaan tidak berkorelasi secara signifikan terhadap skor total dan dinyatakan tidak valid (Hidayat, 2017).

Pada penelitian ini, peneliti hanya melakukan uji validitas pada kuesioner variabel independen yaitu ketersediaan buah dan sayur di rumah. Dan untuk variabel dependen peneliti tidak

melakukan uji validitas karena peneliti menggunakan kuesioner dari penelitian terdahulu dan telah di uji validitas oleh peneliti terdahulu.

- a. Kuesioner untuk variabel dependen lembar FFQ telah dilakukan uji validitas empiris atau kriteria oleh Nurlidyawati (2015) dan telah dinyatakan lulus uji validitas. Menurut Nurlidyawati (2015), alasan menggunakan uji validitas empiris pada lembar FFQ dan tidak menggunakan uji validitas jenis lain dikarenakan bentuk pertanyaan dalam lembar FFQ bersifat terbuka sehingga apabila responden dapat menjawab pertanyaan tersebut dengan benar dan mudah maka dapat di katakan lulus uji validitas empiris.
- b. Kuesioner untuk variabel independen ketersediaan buah dan sayur di rumah yang terdiri dari 10 pertanyaan, dilakukan uji validitas *Bivariate Person* (Produk Momen Pearson) menggunakan program SPSS (*Statistical Product and Service Solution*) kepada 30 mahasiswa program studi S1 keperawatan ITKES Wiyata Husada Samarinda semester 6 dengan tingkat signifikan 5%. Nilai r tabel pada penelitian ini dtentukan dengan melihat nilai r tabel untuk kasus sebanyak 30. Dengan tingkat signifikansi 5% maka didapatkan nilai r tabel dengan jumlah kasus 30 sebesar

0,361. Hasil uji validitas kuesioner dapat dilihat pada tabel 3.3 berikut ini:

Tabel 3.3 Hasil uji validitas kuesioner

Variabel	Kode Variabel	Pertanyaan	<i>Corrected Item – Total Correlation</i>
Ketersediaan buah dan sayur dirumah	B	B1	0,717
		B2	0,836
		B3	0,745
		B4	0,669
		B5	0,682
		B6	0,789
		B7	0,817
		B8	0,739
		B9	0,784
		B10	0,732

Berdasarkan tabel diatas maka kuesioner ketersediaan buah dan sayur dirumah masing-masing pertanyaan memiliki nilai r hasil (nilai *corrected item-total correlation*) bersifat positif yaitu mempunyai nilai r hasil lebih besar dari nilai r tabel (0,361) maka dapat dinyatakan masing-masing pertanyaan dinyatakan valid untuk mengukur validitas variabel ketersediaan buah dan sayur di rumah.

2. Uji reliabilitas

Uji reliabilitas instrument dilakukan untuk mengetahui apakah alat ukur atau instrument dapat digunakan atau tidak dan untuk mengetahui sejauh mana hasil pengukuran dapat dipercaya. Apabila didapatkan nilai *Cronbach's Alpha* lebih besar dari nilai r tabel maka instrumen dikatakan reliable atau dapat dipercaya (Hidayat, 2017).

Pada penelitian ini, peneliti telah melakukan uji reliabilitas untuk kuesioner ketersediaan buah dan sayur dan didapatkan nilai *Cronbach's Alpha* pada variabel ketersediaan buah dan sayur dirumah yaitu 0,912 yang artinya bernilai positif dan lebih besar dari nilai r tabel (0,361) sehingga dapat dinyatakan pertanyaan pada variabel ketersediaan buah dan sayur reliabel atau dapat dipercaya.

G. Teknik Pengumpulan Data

Sumber data dalam penelitian ini yaitu terdiri dari :

1. Data Primer

Data primer dari penelitian ini dikumpulkan dari pengisian kuesioner dan lembar FFQ (*Food Frequency Questionnaire*) yang telah diberikan kepada responden melalui google form. Sebelumnya telah dijelaskan terlebih dahulu kepada responden tata cara pengisian kuesioner baik secara lisan menggunakan google meet dan secara tertulis dengan membagikan tata cara pengisian kedalam grup whatsapp. Data ketersediaan buah dan sayur dan karakteristik responden di kumpulkan melalui pengisian lembar kuesioner. Sedangkan data konsumsi buah dan sayur dikumpulkan dengan menggunakan lembar FFQ (*Food Frequency Questionnaire*).

2. Data Sekunder

Data sekunder dalam penelitian ini yaitu meliputi data umum

yang terdiri dari absensi dan jumlah mahasiswa aktif tahun ajaran 2020/2021 khususnya Fakultas Keperawatan, Kesehatan Masyarakat, Kesehatan Lingkungan, dan Farmasi angkatan 2018 yang di peroleh dari staff BAA Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.

H. Teknik Analisis Data

Menurut Hidayat (2017) teknik analisa data digunakan untuk mengolah data agar data dapat disimpulkan atau diinterpretasikan menjadi informasi. Terdapat beberapa langkah yang harus ditempuh dalam proses pengolahan data diantaranya yaitu :

1. Editing

Data yang diperoleh dan telah dikumpulkan melalui lembar FFQ dan kuesiner, kemudian diperiksa, dikoreksi, dan diseleksi kelengkapannya terlebih dahulu meliputi kesalahan pengisian, konsistensi pengisian, dan kelengkapan pengisian. Tahap ini dapat dilakukan saat masih di lapangan (tempat penelitian) dengan memastikan bahwa setiap pertanyaan telah terisi lengkap jelas dan konsisten.

2. Coding

Kegiatan ini dilakukan dengan memberikan kode numerik (angka) terhadap data yang terdiri dari beberapa kategori. Dengan tujuan agar memudahkan kegiatan mengolah dan

menganalisis data. Berikut penjelasan tentang kode dari masing-masing variabel yang diteliti :

a. Karakteristik Responden

1) Program Studi

Karakteristik program Studi dibagi menjadi 6 kategori, yaitu untuk Program Studi S1 Keperawatan diberi kode "0", D3 Keperawatan diberi kode "1", S1 Ilmu Farmasi diberi kode "2", S1 Kesehatan Masyarakat diberi kode "3", S1 Kesehatan Lingkungan diberi kode "4", dan untuk program studi D3 Kesehatan Lingkungan diberi kode "5".

2) Jenis Kelamin

Untuk jenis kelamin laki-laki diberi kode "0" dan untuk jenis kelamin perempuan diberi kode "1"

3) Usia

Pada penelitian ini responden berusia 20 tahun dan 21 tahun, oleh karena itu untuk responden yang berusia 20 tahun diberi kode "0" dan responden yang berusia 21 tahun diberi kode "1"

4) Uang Saku

Uang saku dalam penelitian ini dibagi menjadi 2 kategori yaitu untuk kategori Rp. <500.000,- diberi kode "0" dan untuk uang saku Rp. ≥500.000,- diberi kode "1"

b. Variabel dependen

Variabel dependen konsumsi buah dan sayur pada penelitian ini memiliki 2 kategori yaitu untuk kategori kurang diberi kode "0" dan untuk kategori cukup diberi kode "1". Dikatakan kurang apabila konsumsi buah dan sayur < 400 gram perhari dan dikatakan cukup apabila konsumsi buah dan sayur \geq 400 gram perhari. Untuk mendapatkan data konsumsi buah dan sayur di gunakan lembar FFQ yang telah diolah dengan cara mengubah setiap frekuensi konsumsi ke dalam satuan hari terlebih dahulu.

Contoh:

- Mahasiswa A biasa mengonsumsi buah manga 1 kali per hari dengan URT $\frac{1}{2}$ buah sedang dan berat 50 gram, jeruk 2 hari per minggu dengan URT 2 buah dan berat 200 gram maka nilainya menjadi:

Manga: $1/1$ hari x 50 gram = 50 gram

Jeruk: $2/7$ hari x 200 gram = 57,14 gram

Selanjutnya, nilai tersebut dijumlahkan dan didapatkan hasil konsumsi buah sebanyak 107,14 gram per hari .

- Setelah itu mahasiswa A biasa mengonsumsi sayur kangkung 1 kali per hari dengan URT 1 sendok sayur dan berat 50 gram, bayam 3 hari perminggu dengan URT 1 sendok panis dan berat 100 gram, ketimun 4

hari perminggu dengan URT 1 piring kecil dan berat 100 gram maka nilainya menjadi:

Kangkung: $1/1 \text{ hari} \times 50 \text{ gram} = 50 \text{ gram}$

Bayam: $3/7 \text{ hari} \times 100 \text{ gram} = 42,85 \text{ gram}$

ketimun: $4/7 \text{ hari} \times 100 \text{ gram} = 57,14 \text{ gram}$

Selanjutnya nilai tersebut dijumlahkan, dan didapatkan hasil konsumsi sayur sebanyak 149,99 gram per hari. Berdasarkan contoh diatas maka mahasiswa A mengonsumsi buah dan sayur = $107,14 \text{ gram} + 149,99 \text{ gram} = 257,13 \text{ gram}$ per hari. Hasil ini menunjukkan bahwa konsumsi buah dan sayur pada mahasiswa A kurang yaitu $< 400 \text{ gram}$ per hari dan di beri kode "0".

c. Variabel independen

Variabel independen ketersediaan buah dan sayur di rumah yang terdiri dari 10 pertanyaan dengan masing-masing pertanyaan diberi 5 pilihan jawaban dan setiap pilihan jawaban memiliki poin masing-masing yaitu diberi poin "5" pada pilihan selalu, poin "4" pada pilihan sering, poin "3" pada pilihan kadang-kadang, poin "2" pada pilihan jarang, dan poin "1" untuk pilihan jawaban tidak pernah. Kemudian data ketersediaan buah dan sayur dikategorikan menjadi kurang dan baik. Pada penelitian ini data tidak berdistribusi normal, maka dikatakan kurang jika nilai skor $<$ median (30)

dan diberi kode “0” dan dikatakan baik jika nilai skor \leq median (30) dan diberi kode “1”.

3. Data entry

Pada tahap ini merupakan proses memasukkan data yang telah dikumpulkan berupa kode jawaban kedalam kolom template yang sudah dibuat sebelumnya di *database* computer.

4. Melakukan teknik analisis

a. Analisis Univariat

Untuk melihat distribusi frekuensi setiap variabel independen dan dependen dilakukan analisis univariat. Pada penelitian ini analisis univariat dilakukan untuk mengetahui frekuensi ketersediaan buah dan sayur serta frekuensi konsumsi buah dan sayur pada mahasiswa setiap harinya. Untuk mengetahui frekuensi dari masing-masing variabel digunakan rumus distribusi frekuensi sebagai berikut :

$$P = \frac{f}{n} \times 100\%$$

Keterangan :

P = Presentase

F = Frekuensi teramati

N = Jumlah responden menjadi sampel

100% = Bilangan tetap (Sumanto, 2014)

b. Analisis Bivariat

Analisis bivariat pada penelitian ini bertujuan untuk mengetahui ada atau tidak adanya hubungan antara variabel independen (ketersediaan buah dan sayur di rumah) dengan variabel dependen (konsumsi buah dan sayur). Dengan menggunakan metode uji statistik yaitu uji korelasi Spearman Rank (Rho). Uji korelasi Spearman Rank digunakan untuk mengukur ada tidaknya, keeratan hubungan antara dua variabel yaitu variabel independen (ketersediaan buah dan sayur) dan variabel dependen (Konsumsi buah dan sayur) yang berskala ordinal. Berikut rumus uji korelasi *Spearman Rank* (Rho) yang digunakan dengan tingkat signifikansi 5% :

$$r_s = 1 - \frac{6 \sum d^2}{n(n^2 - 1)}$$

Keterangan :

r_s : nilai korelasi *spearman rank*

d^2 : selisih setiap pasangan *rank*

n : Jumlah pasangan *rank* untuk spearman

jika p *value* yang di peroleh $< \alpha$ (0,05) maka H_0 ditolak yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara variabel independen dengan variabel dependen. Sedangkan apabila p *value* $\geq \alpha$ (0,05) maka H_0 diterima sehingga tidak ada hubungan yang signifikan antara

variabel independen dengan variabel dependen yang diteliti (Hidayat, 2017).

I. Etika Penelitian

Menurut Notoatmodjo (2012) etika penelitian merupakan suatu pedoman etik yang berlaku disetiap kegiatan penelitian dengan melibatkan pihak peneliti dan pihak yang diteliti (subjek penelitian) dan masyarakat yang dapat memperoleh dampak dari hasil penelitian tersebut.

Menurut Milton (1999) dalam Notoatmodjo, (2012) dalam pelaksanaan sebuah penelitian secara gari besar, terdapat empat prinsip yang harus dipegang teguh diantaranya yaitu:

1. Menghormati harkat dan martabat manusia (Respect for human dignity)

Dalam melakukan proses penelitian, peneliti perlu mempertimbangkan apa saja yang menjadi hak responden seperti mendapatkan informasi yang terbuka berkaitan dengan jalannya penelitian, kebebasan responden dalam menentukan pilihannya, serta terbebas dari paksaan untuk berpartisipasi dalam melakukan kegiatan penelitian. Sebagai ungkapan peneliti dalam menghargai harkat dan martabat subjek penelitian, maka peneliti perlu mempersiapkan formulir persetujuan subjek (informed consent).

2. Menghormati privasi dan kerahasiaan subjek penelitian (respect for privacy and confidentiality)

Peneliti hendaknya menggunakan kode sebagai pengganti identitas responden agar informasi mengenai identitas dan kerahasiaan identitas responden tetap terjaga.

3. Keadilan dan inklusivitas/ keterbukaan (respect for justice and inclusiveness)

Dalam melakukan penelitian sebaiknya peneliti memegang prinsip terbuka, adil, jujur, serta hati-hati. Oleh sebab itu, peneliti perlu mengkondisikan lingkungan penelitian sehingga dapat memenuhi prinsip keterbukaan yakni peneliti dapat menjelaskan prosedur penelitian, memperlakukan setiap responden dengan perlakuan yang sama tanpa membedakan gender, agama, etnis, dan sebagainya.

4. Memperhitungkan manfaat dan kerugian yang di timbulkan (balancing harms and benefits)

Dalam melakukan penelitian, peneliti hendaknya meminimalkan dampak kerugian yang dapat merugikan bagi masyarakat dan hendaknya sebuah penelitian memiliki manfaat semaksimal mungkin bagi masyarakat pada umumnya, dan khususnya pada subyek penelitian.

J. Jalannya Penelitian

Jalannya kegiatan penelitian ini melalui tahapan-tahapan sebagai

berikut:

1. Tahap persiapan

a. Menentukan masalah penelitian

Sebelum menentukan permasalahan yang akan diteliti hendaknya terlebih dahulu mencari nilai penelitian. Yang dimaksud dari nilai penelitian yaitu apakah sebuah permasalahan dapat berguna dikemudian hari untuk masyarakat sehingga permasalahan tersebut dapat diselesaikan dan dipecahkan secara bersama-sama. Pada penelitian ini peneliti mengambil permasalahan mengenai kebiasaan konsumsi buah dan sayur pada mahasiswa kesehatan.

b. Menentukan judul penelitian

Setelah menentukan permasalahan yang akan diteliti, langkah selanjutnya yaitu menentukan judul penelitian. Pada penelitian ini peneliti mengangkat judul "Hubungan Ketersediaan Buah dan Sayur dengan Kebiasaan Konsumsi Buah dan Sayur Pada Mahasiswa Kesehatan Di Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur".

c. Mengkonsultasikan dengan pembimbing mengenai judul penelitian dan penyusunan proposal

Selanjutnya adalah dengan mengkonsultasikan judul penelitian kepada pembimbing dan menjelaskan mengenai

alasan pengambilan judul penelitian dan mengkonsultasikan mengenai penyusunan proposal

d. Mengurus surat izin studi pendahuluan

Langkah selanjutnya setelah berkonsultasi dengan pembimbing ialah dengan mengurus surat izin pendahuluan kepada pihak akademik dan mencantumkan tempat penelitian yang akan menjadi responden pada penelitian ini

e. Melakukan studi pendahuluan

Apabila surat ijin penelitian telah selesai diproses oleh pihak akademik, langkah selanjutnya yaitu melakukan studi pendahuluan ditempat yang akan diteliti dengan melampirkan surat ijin penelitian bahwa akan dilaksanakan penelitian ditempat tersebut

f. Studi kepustakaan

Studi kepustakaan merupakan salah satu hal yang harus dilakukan dalam penelitian. Studi kepustakaan merupakan segala bentuk upaya yang dilakukan peneliti untuk mengumpulkan informasi yang relevan dengan topic permasalahan yang akan diteliti. Informasi tersebut dapat diperoleh dari buku, karangan ilmiah, laporan penelitian, dan sumber-sumber lainnya.

g. Menyusun proposal dan jadwal penelitian

Penyusunan proposal dimulai dari bab 1 - 3 dengan

menyesuaikan dengan judul penelitian. Agar proses penelitian berjalan dengan sistematis, terjadwal, dan terdokumentasi dengan baik, maka langkah berikutnya dengan menentukan jadwal penelitian.

- h. Mengkonsultasikan dengan pembimbing dan melakukan revisi

Setelah penyusunan proposal dari bab 1-3 telah selesai selanjutnya yaitu melakukan konsultasi dengan pembimbing mengenai proposal dan mempertanggungjawabkan isi proposal yang telah dibuat. Dan jika pembimbing memberikan revisi maka segera melakukan revisi dan mengkonsultasikannya kembali setelah di revisi.

- i. Mempresentasikan proposal penelitian

Proposal yang telah di acc oleh pembimbing, kemudian di presentasikan dalam sidang proposal yang telah dilakukan pada bulan februari 2021. Setelah sidang proposal maka dilakukan revisi kembali sampai dinyatakan acc

- 2. Tahap pengumpulan data

Kegiatan selanjutnya setelah proposal di acc yaitu dengan mulai mencari data. Data yang telah dikumpulkan kemudian diolah, setelah selesai melakukan pengolahan data, maka peneliti akan melaksanakan ujian hasil.

K. Jadwal Penelitian

Tabel 3. 4 jadwal penelitian

No	Kegiatan	Bulan ke						
		1	2	3	4	5	6	7
1	Pengajuan judul penelitian	■						
2	Studi pendahuluan							
3	Proses pembuatan proposal	■	■					
4	Seminar proposal		■					
5	Perbaikan proposal		■	■	■			
6	Persiapan lapangan					■		
7	Pengambilan data						■	
8	Pengolahan data						■	
9	Analisa data						■	
10	Penyusunan laporan peneliti dan pembahasan						■	
11	Seminar hasil							■
12	Revisi laporan hasil							■