

BAB IV

LAPORAN PENELITIAN

A. Orientasi Kancah Penelitian

Dalam penelitian ini, peneliti mengambil subyek penelitian dengan karakteristik populasi yaitu remaja putri yang berusia 16-18 tahun dan masih duduk di bangku sekolah. Akhirnya peneliti mengambil tempat penelitian di SMK PL Tarcisius I Semarang, dikarenakan SMK ini memiliki murid yang mayoritasnya berjenis kelamin perempuan.

SMK Tarcisius ini memiliki 2 jurusan yaitu akuntansi dan administrasi perkantoran. Pada jurusan akuntansi dan administrasi SMK Tarcisius membuka 3 kelas pada masing-masing jurusan. Khusus Administrasi semua siswanya berjenis kelamin perempuan. SMK Tarcisius ini sudah banyak dikenal dikalangan masyarakat dan dikenal cukup maju, hal ini dibuktikan bahwa SMK Tarcisius memiliki sertifikat ISO (Organization for Standardization) yang menjamin bahwa suatu organisasi atau perusahaan telah menerapkan sistem manajemen tertentu guna mencapai tujuan yang sesuai dengan kebijakan dan sasaran yang telah ditetapkan. Mata pelajaran yang diberikan sama seperti SMA pada umumnya, namun perbedaannya saat siswa di SMK Tarcisius naik pada peringkat dua atau naik ke kelas XI, maka akan ada mata pelajaran penjurusan yang lebih diutamakan sehingga mata pelajaran lain seperti bahasa Jawa, IPA, IPS, PKN akan dihilangkan.

Peneliti menentukan lokasi penelitian tersebut dengan pertimbangan sebagai berikut:

1. Karakter subyek sesuai dengan ciri-ciri populasi penelitian.
2. Kepala SMK Tarcisius bersedia untuk dijadikan lokasi penelitian.
3. Mayoritas siswanya berjenis kelamin perempuan membuat remaja putri di SMK PL. Tarcisius I lebih memperhatikan fisik karena setelah selesai bersekolah mereka akan bisa langsung bekerja.
4. Lokasi penelitian secara tepat dapat mewakili anggota populasi.

B. Persiapan Penelitian

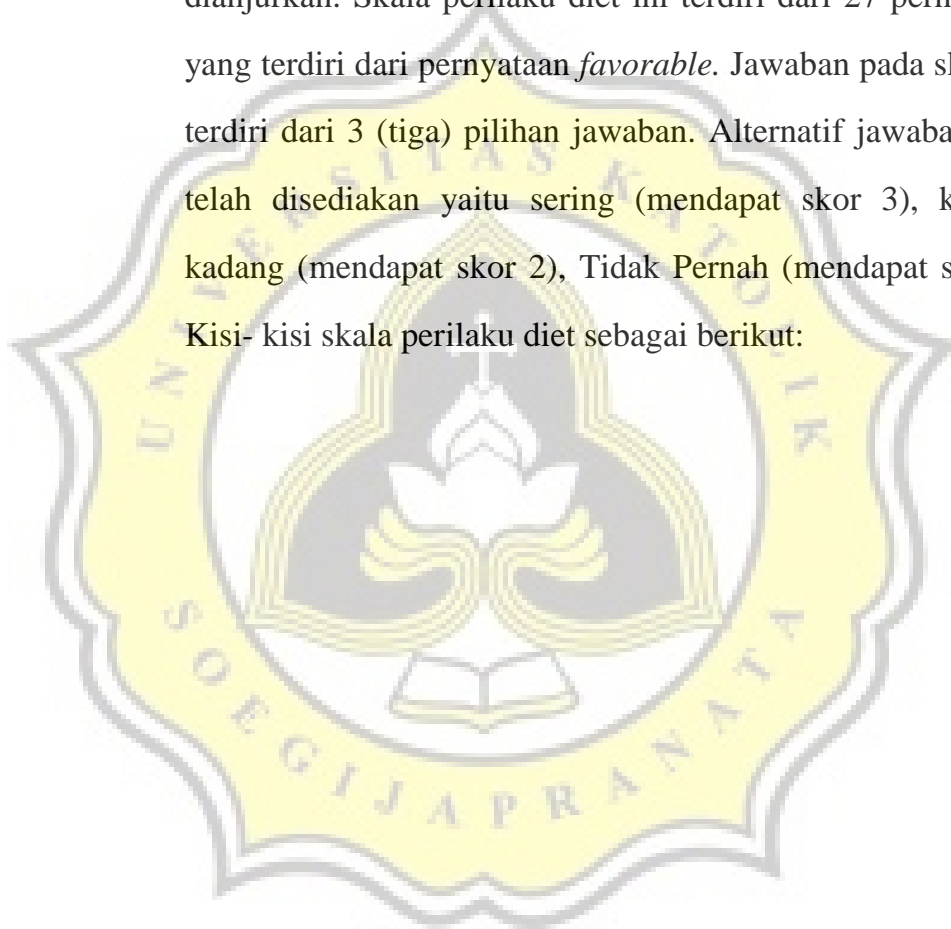
Peneliti melakukan persiapan sebelum penelitian dilaksanakan. Persiapan tersebut terdiri dari pembuatan alat ukur atau skala, perijinan penelitian, dan pelaksanaan penelitian skala dengan validitas dan reliabilitas skala. Penelitian dilakukan setelah semua tahap persiapan dilakukan.

1. Penyusunan Alat Ukur

Penelitian menggunakan skala sebagai alat pengumpul data. Skala terdiri dari dua bagian yaitu skala perilaku diet penurunan berat badan dan tes pengetahuan gizi. Penyusunan skala berdasarkan aspek-aspek perilaku diet penurunan berat badan dan pengetahuan tentang gizi. Skala akan memberikan pilihan jawaban dan responden dimintai untuk memberikan jawaban sesuai pilihan jawaban yang telah tersedia. Penyusunan alat ukur diuraikan sebagai berikut:

a. Skala Perilaku Diet Penurunan Berat Badan

Skala perilaku diet penurunan berat badan disusun berdasarkan aspek-aspek atau indikator perilaku diet penurunan berat badan yang terdiri dari sumber makanan dengan bahan makanan yang dianjurkan dan yang tidak dianjurkan. Skala perilaku diet ini terdiri dari 27 pernyataan, yang terdiri dari pernyataan *favorable*. Jawaban pada skala ini terdiri dari 3 (tiga) pilihan jawaban. Alternatif jawaban yang telah disediakan yaitu sering (mendapat skor 3), kadang-kadang (mendapat skor 2), Tidak Pernah (mendapat skor 1). Kisi- kisi skala perilaku diet sebagai berikut:



Tabel 5
Kisi- kisi Skala Perilaku Diet Penurunan Berat Badan

No	Indikator	Sebaran Item	Jumlah Sebaran Item
1.	Melakukan pengaturan pola makan. (Mengatur frekuensi makan pagi, makan dalam sehari, mengonsumsi cemilan, makan daging dalam seminggu, makan buah dan sayur)	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9	9
2.	Memilih jenis makanan yang masuk ke dalam tubuh. (Mengonsumsi makanan yang dianjurkan bagi kesehatan seperti pada table)	10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18	9
3.	Membatasi dan melakukan variasi makanan yang masuk ke dalam tubuh. (Mengatur jumlah kalori dan jenis makanan yang masuk ke dalam tubuh)	19, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26, 27	9
Total Sebaran Item			27

b. Tes Pengetahuan Tentang Gizi

Tes pengetahuan tentang gizi akan diungkap dengan menggunakan aspek mengenai pengetahuan gizi yang terdiri dari karbohidrat, protein, lemak, vitamin, mineral dan air.

pengetahuan tes yang digunakan untuk memberikan skor dari jawaban angket adalah skala Guttman (*scalogram*). Jawaban dari angket pengetahuan tentang gizi tersebut berupa jawaban “Benar” atau “Salah”. Untuk jawaban “Benar” diberi skor (1), dan jawaban “Salah” diberi skor (0).

Tabel 6
Kisi- kisi Tes Pengetahuan Tentang Gizi

No	Jenis Asupan Gizi	Sebaran Item	Jumlah
1.	Kabohidrat	1, 2, 3	3
2.	Protein	4, 5, 6	3
3.	Lemak	5, 8, 9	3
4.	Vitamin	10, 11, 12	3
5.	Mineral	13, 14, 15	3
6.	Air	16, 17, 18	3
Jumlah			18

2. Permohonan Ijin Penelitian

Peneliti sebelum pada tahap pengumpulan data, mempersiapkan ijin penelitian dengan mengajukan permohonan ijin penelitian sebagai bentuk legalitas terhadap penelitian yang akan dilakukan. Permohonan ijin dilakukan pada pihak-pihak yang terkait seperti:

- a. Dekan Fakultas Psikologi Katolik Soegijapranata Semarang sebagai surat perijinan penelitian dari Universitas Katolik Soegijapranata Semarang. Surat pengantar diajukan kepada Kepala Sekolah SMK PL.

Tarcisius I Semarang. Nomer surat pengantar 3624/B.7.3/FP/VII/2017.

- b. Peneliti menyampaikan surat tebusan ijin penelitian kepada Yang bersangkutan.
- c. Pelaksanaan Penelitian

Pada pelaksanaan penelitian ini peneliti memberikan tes pengetahuan dan skala perilaku diet. Pelaksanaan penelitian dilaksanakan tiga kali dan semua dilaksanakan di SMK. PL. Tarcisius I Semarang dengan rincian sebagai berikut.

C. Pelaksanaan Penelitian

Pelaksanaan penelitian tidak jauh berbeda dengan pelaksanaan penelitian diatas. Peneliti dalam pengambilan data dibantu oleh seorang guru atau karyawan SMK PL. Tarcisius yang bekerja sebagai guru bimbingan konseling atau BK. Peneliti sebelumnya telah memberikan petunjuk tentang prosedur pengumpulan data pada guru bimbingan konseling tersebut.

Peneliti melakukan pengambilan data saat pelajaran BK (Bimbingan Konseling) berlangsung dan mendapatkan jam pelajaran terakhir. Peneliti masuk kedalam kelas, memberi salam dan memperkenalkan diri serta menjelaskan tujuan dari penelitian yang dilakukan dan meminta calon responden untuk mengisi angket yang akan diedarkan. Setelah anget selesai diedarkan peneliti memberikan petunjuk dalam pengisian anget mulai dari data diri, nomer subyek, dan

setelah responden selesai dapat menutup dan mengecek kembali jawaban sehingga tidak ada kolom yang terlewatkan.

Pemberian intruksi penelitian juga dibantu oleh guru BK agar tersebut siswa lebih fokus dan teliti dalam pengerjaannya, sehingga hasil dari penyebaran angket tidak sia-sia. Jam pelajaran BK yang tersedia adalah 45 menit, namun responden dalam pengerjaannya membutuhkan waktu kurang lebih 20 menit. Peneliti juga memeriksa kelengkapan jawaban responden sebelum meninggalkan lokasi penelitian dan semua item skala sudah terisi oleh jawaban dari responden.

Tabel 7
Rincian Jadwal Pelaksanaan Penelitian

No	Hari dan Tanggal	Kelas	Jumlah Siswa	Pelaksanaan Penelitian
1.	Jum`at 11 Agustus 2017	XII Administrasi 2	30	Jumat, 12 Agustus 2017.
2.	Sabtu 12 Agustus 2017	XII Administrasi 3	32	Sabtu, 13 Agustus 2017.
3.	Senin 14 Agustus 2017	XII Akuntansi 4	23	Senin, 15 Agustus 2017.
Total Subjek			85	

Subjek adalah remaja putri dengan rentang usia 16-18 tahun yang sedang duduk di bangku kelas dua belas (XII) atau tiga SMK. Hasil penelitian akan dijabarkan sebagai berikut:

1. Uji Validitas

Peneliti melakukan penelitian terhadap tes pengetahuan tentang gizi dan skala perilaku diet penurunan berat badan terhadap 85 subjek. Data yang diperoleh dari penyebaran 85 bendel tes pengetahuan gizi dan perilaku diet penurunan berat badan, kemudian peneliti memberikan skor pada angket yang telah diisi jawaban oleh responden dan membuat table tabulasi. Peneliti selanjutnya melakukan uji validitas dengan teknik *product moment* skala perilaku diet. Pengolahan validitas dilakukan secara komputerisasi menggunakan program *Statistical Package for Social Sciences (SPSS) for Windows Release 13.00*. Hasil uji validitas dapat dilihat pada lampiran.

a. Skala Perilaku Diet Penurunan Berat Badan

Berdasarkan uji validitas skala perilaku diet yang berisi 27 item, terdapat satu item yang gugur dalam putaran pertama dengan hasil r hitung $< r$ tabel ($n = 85$) yaitu item nomer 23 (r hitung 0,054). Pada putaran kedua 26 item dinyatakan valid. Koefisien korelasi untuk item yang valid berkisar antara 0,240–0,686. Hasil perhitungan selanjutnya dapat dilihat pada lampiran. Item skala perilaku diet yang gugur dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 8
Sebaran Item Valid dan Gugur
Skala Perilaku Diet Penurunan Berat Badan

No	Indikator	Sebaran Item	Jumlah Item Valid
1.	Melakukan pengaturan pola makan. (Mengatur frekuensi makan pagi, makan dalam sehari, mengonsumsi cemilan, makan daging dalam seminggu, makan buah dan sayur)	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9	9
2.	Memilih jenis makanan yang masuk ke dalam tubuh. (Mengonsumsi makanan yang dianjurkan bagi kesehatan seperti pada table)	10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18	9
3.	Membatasi dan melakukan variasi makanan yang masuk ke dalam tubuh. (Mengatur jumlah kalori dan jenis makanan yang masuk ke dalam tubuh)	19, 20, 21, 22, 23*, 24, 25, 26, 27	8
Total Sebaran Item			26

Keterangan: * Nomer Item yang Gugur

b. Tes Pengetahuan Tentang Gizi

Uji validitas isi pengetahuan tentang gizi yang berisi 18 item dinyatakan valid dan sesuai dengan teori yang ada. Lampiran hasil sebaran item dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 9
Sebaran Item
Tes Pengetahuan Tentang Gizi

No	Jenis Asupan Gizi	Sebaran Item	Jumlah
1.	Kabohidrat	1, 2, 3	3
2.	Protein	4, 5, 6	3
3.	Lemak	5, 8, 9	3
4.	Vitamin	10, 11, 12	3
5.	Mineral	13, 14, 15	3
6.	Air	16, 17, 18	3
Jumlah			18

Keterangan: Seluruh dinyatakan Valid

c. Uji Reliabilitas Alat Ukur

Reliabilitas atau keterandalan skala dalam penelitian diuji dengan menggunakan teknik uji reliabilitas *cronbach's alpha* menggunakan program *Statistical Package for Social Sciences (SPSS) for windows release 13.00*. Hasil uji reliabilitas *cronbach's alpha* skala perilaku diet penurunan berat badan sebesar 0,892. Hasil uji reliabilitas dapat dilihat pada lampiran.