BAB IV

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Jenis penelitian ini adalah obervasional dengan rancangan *Cross Sectional* dengan variabel bebas yaitu konsumsi karbohidrat dan variabel terikat yaitu kadar glukosa yang diukur secara bersamaan (Notoatmodjo, S. 2010)

B. Tempat dan Waktu Penelitian

1. Tempat Penelitian

   Penelitian ini dilakukan di Hotel Inaya Putri Bali, Badung Provinsi Bali. Dipilihnya Hotel Inaya Putri Bali sebagai lokasi penelitian berdasarkan atas beberapa pertimbangan antara lain :

   a. Adanya penyelenggaraan makanan bagi tenaga kerja di Hotel Inaya Putri Bali sehingga dapat digunakan sebagai tempat penelitian

   b. Memungkinkan untuk mendapatkan sampel pada bagian *Back Office.*

   c. Hotel Inaya Putri Bali mengijinkan terlaksananya penelitian.

2. Waktu Penelitian

   Penelitian dilakukan pada bulan Mei sampai dengan bulan Juni 2019.

C. Populasi dan Sampel Penelitian

1. Populasi

   Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh tenaga kerja bagian *Back Office* di Hotel Inaya Putri Bali, Badung

2. Sampel penelitian

   Sampel penelitan adalah bagian dari tenaga kerja *Back Office* di Hotel Inaya Putri Bali, Badung.

   Besaran sampel dalam penelitia ini berdasarkan rumus dari Notoadmodjo (2005) sebagai berikut :

$$n = \frac{N}{1 + \mathrm{N}\ (\mathrm{d}^2)}$$

   Keterangan :

   n : Besar Sampel

   N : Besar Populasi

   d^2 : Tingkat Kepercayaan/Ketepatan yang diinginkan (0,15)

   jumlah populasi diketahui 480 orang, sehingga hasil perhitungan dapat dijabarkan sebagai berikut :

$$n = \frac{480}{1 + 480\ (0.15^2)}$$

$$n = \frac{480}{11.8}$$

   n = 40,68

   n = 40,67 dibulatkan menjadi 41 orang

   Berdasarkan rumus perhitungan diatas, diperoleh sampel minimal 41 orang sampel.

3. Kriteria Sampel

A. Kriteria Inklusi

a. Tercatat sebagai tenaga kerja permanen atau tenaga kerja kontrak pada bagian *Back Office* di Hotel Inaya Putri Bali, Badung.

b. Kelompok umur 20 – 60 tahun

c. Jenis kelamin laki – laki maupun perempuan.

d. Mampu berkomunikasi dengan baik.

e. Bersedia untuk menjadi sampel dengan menandatangani *inform consent.*

B. Kriteria Eksklusi

a. Menderita penyakit DM

D. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data

1. Jenis Data

Jenis data yang dikumpulkan pada penelitian ini terdiri dari :

a. Data Primer yaitu data yang di peroleh secara langsung dari sampel, yang meliputi :

1) Data Identitas Sampel (nama, umur, agama, jenis kelamin, pekerjaan, dan alamat).

2) Data konsumsi makananan satu hari sebelumnya pada tenaga kerja di Hotel Inaya Putri Bali, Badung.

3) Data Kadar Glukosa Darah Sewaktu dari masing – masing sampel.

4) Data Obesitas Sentral sampel yang diukur berdasarkan Lingkar Pinggang.

b. Data Sekunder yaitu data yang diperoleh secara tidak langsung oleh peneliti berdasarkan data yang sudah ada, meliputi :

1) Gambaran Umum Hotel Inaya Putri Bali, Badung.

2) Data Ketenagakerjaan di Hotel Inaya Putri Bali, Badung.

2. Cara Pengumpulan Data

a. Identitas sampel

Data identitas sampel dikumpulkan dengan metode wawancara.

b. Data konsumsi makanan sampel

Data konsumsi makanan sampel diperoleh dengan menggunakan metode recall 1 x 24 jam. Yang mana langkah pertama dari pengumpulan data konsumsi makan sampel ini dengan cara membuat daftar ringkas makanan yang dikonsumsi sehari sebelumnya, lalu mereview kembali makanan yang di konsumsi sehingga tidak ada makanan yang terlewat atau lupa disebutkan, setelah itu menggali hidangan yang dikonsumsi dengan waktu makan atau aktivitas dan selanjutnya menanyakan rincian hidangan menurut jenis bahan makanan, jumlah, berat, terakhir melakukan review kembali semua jawaban untuk menghindari kemungkinan masih adanya makanan dikonsumsi yang terlupakan.

c. Cara mengukur obesitas sentral berdasarkan lingkar pinggang

Berikut cara pengukuran lingkar pinggang pada sampel :

1. Buka sebagian baju sehingga bagian badan yang sejajar dengan pusar terbuka.
2. Ambil napas biasa, sehingga perut berada dalam keadaan normal.
3. Gunakan metline untuk mengukur lingkar perut sejajar dengan pusar, dimulai dari pusar. Lingkarkan metline menempel secara longgar pada kulit sekeliling perut.
4. Baca skala pada metline.
5. Lakukan pengukuran sekali lagi dengan prosedur di atas untuk meyakinkan hasil pengukuran anda

d. Data Kadar Glukosa Darah

Data kadar glukosa darah sewaktu ditentukan dengan metode glukometer yang dilakukan oleh tenaga kesehatan bidang analis sebelum tenaga kerja Hotel Inaya Putri Bali, Badung makan siang.

E. Alat dan Instrumen Penelitian

Alat dan instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah :

1. Form *Inform Consent*
2. Form untuk mengumpulkan data identitas sampel.
3. Form recall 1 x 24 jam
4. Alat glukometer, alcohol swap, strip glukometer, dan jarum lanset untuk mengambil darah kapiler sampel.
5. Timbangan berat badan dan Microtoice
6. Metline
7. Laptop untuk mengolah data.

F. Pengolahan dan Analisis Data

1. Pengolahan data

   Data yang telah terkumpul diolah secara deskriptif kemudian hasilnya disajikan dengan cara deskriptif.

   a. Data identitas sampel

      Data identitas sampel ditabulasi kemudian dikelompokkan dan disajikan dalam bentuk tabel dan dianalisis.

   b. Data konsumsi

      Konsumsi zat gizi di olah menggunakan program *nutri 2008* dengan tujuan agar mengkategorikan apakah konsumsi zat gizi makro khususnya karbohidrat pada tenaga kerja terpenuhi atau masih kurang

bahkan lebih berdasarkan makanan yang disajikan di Hotel Inaya Putri Bali, Badung. Tingkat konsumsi zat gizi tenaga kerja dilihat dari segi apakah konsumsi makan siang sudah memenuhi 30% dari total kecukupan atau kurang 30 % atau bahkan lebih dari 30% dari total kecukupan/ hari (Djaeni 2009).

c. Data kadar glukosa masing – masing sampel

Kadar Glukosa dari masing – masing sampel yang diambil secara acak dengan kategori bukan DM dan belum pasti DM.

d. Data Lingkar Pinggang

Data yang didapatkan kemudian di tabulasi dan dikelompoknya menurut kategori lebih dan normal

2. Analisis Data

Data yang diperoleh selanjutnya disajikan menggunakan tabel silang dan diuraikan secara deskriptif.

G. Etika Penelitian

1. Mengurus ijin dan ethical clearance.
2. Setiap tenaga kerja yang akan digunakan sebagi sampel penelitian terlebih dahulu diminta untuk mengisi formulir kesediaan menjadi sampel dengan menandatangani *Inform Consent*.
3. Pengambilan data dilakukan setelah ada kesepakatan bersama, antara peneliti dan sampel.
4. Menjaga kerahasiaan semua data peserta penelitian
5. Memberikan imbalan sebagai kompensasi waktu yang telah diluangkan berupa souvenir.