

BAB IV

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian Observasional yang bersifat deksriptif dengan pendekatan *Cross Sectional* karena dalam pengumpulan data variabel independent yaitu pola konsumsi zat gizi makro dan status gizi sedangkan variabel dependent yaitu tekanan darah pada penderita hipertensi. Dilakukan pada waktu yang bersamaan dan hanya melakukan pengamatan secara langsung serta mencatat informasi sesuai dengan hasil yang didapatkan di tempat penelitian, tanpa memberikan intervensi atau perlakuan khusus pada variabel.

B. Tempat dan Waktu Penelitian

1. Tempat Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di Puskesmas Dawan I, dipilihnya tempat tersebut karena atas pertimbangan sebagai berikut :

- a. Puskesmas tersebut melayani pasien rawat jalan pada pasien penyakit tidak menular salah satunya adalah hipertensi.
- b. Jumlah kasus hipertensi pada tahun 2018 sebanyak 2.458 kunjungan.
- c. Rata-rata perbulan selama tahun 2018 yakni 204 kunjungan.

2. Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan pada bulan April - Mei 2019.

C. Populasi dan Sampel Penelitian

1. Populasi Penelitian

Populasi adalah keseluruhan sesuatu yang karakteristiknya mungkin diselidiki atau diteliti. (Rachmad, 2016). Populasi dalam penelitian ini adalah semua penderita hipertensi di puskesmas Dawan I.

2. Sampel Penelitian

Sampel penelitian adalah bagian dari populasi yang menjadi objek penelitian. Sampel pada penelitian ini adalah sampel yang memenuhi kriteria inklusi yaitu sebagai berikut :

- a. Bersedia diteliti dan menandatangani surat pernyataan bersedia menjadi sampel.
- b. Berkomunikasi dengan baik.
- c. Berusia 45-70 tahun.
- d. Telah terdiagnosa oleh tenaga kesehatan menderita penyakit hipertensi dengan tekanan darah $\geq 140/90$ mmHg.
- e. Mengonsumsi obat anti hipertensi yang telah diresepkan oleh tenaga kesehatan.
- f. Terdaftar sebagai pasien hipertensi di puskesmas Dawan I

Sementara itu, kriteria eksklusi yaitu sebagai berikut :

- a. Penderita hipertensi yang tidak dapat berkomunikasi dengan baik.
- b. Penderita hipertensi dengan penyakit penyerta berat sehingga perlu dirujuk ke Rumah Sakit

D. Besar Sampel dan Teknik Pengambilan Sampel

1. Besar Sampel Penelitian

Besaran sampel dalam penelitian ini mengacu pada (Rachmad, 2016)

yakni sebagai berikut :

$$n = \frac{(Z_{1-\alpha/2})^2 \cdot P (1 - P)}{d^2}$$

Keterangan :

n : Besar sampel

$Z_{1-\alpha/2}$: Tingkat kemaknaan ($\alpha 0,005 = 1,96$)

P : Proporsi (0,5)

d^2 : Presisi (0.15)

Sehingga hasil perhitungan yang dapat dijabarkan sebagai berikut :

$$n = \frac{(1,96)^2 \cdot 0,5 (1 - 0,5)}{(0,15)^2}$$

$$n = \frac{3,8416 \cdot 0,5 \cdot 0,5}{0,0225}$$

$$n = \frac{0,9604}{0,0225}$$

$$n = 43 \text{ orang}$$

2. Teknik Pengambilan Sampel

Teknik atau cara pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik *non probability (non random) sampling* dengan metode *purposive* yaitu memenuhi kriteria sebagai sampel penelitian sampai memenuhi jumlah sampel yang diperlukan hingga mencapai besar sampel yang telah ditentukan.

D. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data

1. Jenis Data

Jenis data yang dikumpulkan meliputi data primer dan data sekunder.

a. Data primer

Data primer merupakan data yang secara langsung dikumpulkan peneliti meliputi identitas sampel penelitian (nama, umur, jenis kelamin, agama, alamat), data konsumsi zat gizi makro (energi, karbohidrat, protein, dan lemak), serta status gizi sample.

b. Data Sekunder

Data gambaran umum Puskesmas Dawan I diperoleh dengan mengutip data Profil Puskesmas Dawan I, dan data tekanan darah sampel yang diperoleh dari hasil pengukuran oleh perawat/ bidan yang bertugas.

2. Teknik Pengumpulan Data

a. Cara Pengumpulan Data

- 1) Data karakteristik sampel penelitian (data subyektif) dikumpulkan dengan metode wawancara dengan menggunakan form identitas sampel.
- 2) Data konsumsi zat gizi makro (energi, karbohidrat, protein dan lemak) dikumpulkan dengan metode wawancara dengan menggunakan form *Semi Quantitatif Food Frequency Questionare* (SQ-FFQ).
- 3) Antropometri dikumpulkan dengan cara melakukan pengukuran tinggi badan dan berat badan.

- 4) Data tekanan darah diperoleh dari data sekunder dari pemeriksaan langsung oleh petugas yang berwenang Puskesmas Dawan I.
- b. Pengumpulan data dibantu oleh mahasiswi DIII Gizi semester VI sebanyak 5 enumerator yang sudah mendapat pengarahan mengenai penelitian yang dilaksanakan dan sudah memahami wawancara dengan metode SQ-FFQ 1 bulan terakhir.
- c. Alat dan Instrumen Penelitian
Alat yang digunakan dalam penelitian ini adalah buku tulis, alat tulis, kalkulator, laptop, dan software pengolah data yaitu *nutri survey*.
Instrument yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner yang mencakup data identitas sampel dan form SQ-FFQ.

F. Cara Pengolahan dan Analisis Data

1. Cara Pengolahan Data

a. Data Identitas Sampel

Data identitas sampel dikumpulkan dengan cara wawancara menggunakan formulir kuesioner yang mencakup data identitas sampel dan pencatatan langsung yang selanjutnya diolah secara manual dan disajikan secara deskriptif.

b. Data Pola Konsumsi Zat Gizi Makro

Data pola konsumsi zat gizi makro (energi, protein, lemak dan karbohidrat) masing-masing bahan makanan dalam ukuran rumah tangga yang dikumpulkan dengan form SQ-FFQ. Cara mengolah pola konsumsi zat gizi makro yaitu menghitung total konsumsi sebulan untuk seluruh bahan makanan yang dikonsumsi selama satu bulan terakhir yang dibagi

menjadi 3 bagian yaitu harian (tidak dibagi), mingguan (dibagi 7), dan bulanan (dibagi 30) yang dikonversikan dalam bentuk satuan gram kemudian diolah dengan menggunakan *software nutri survey*.

1) Jumlah bahan makanan yang dikonsumsi dikategorikan menjadi dua (WNPG, 2004)

a) Lebih: $\geq 110\%$

b) Baik : 80-110%

c) Kurang : $\leq 80\%$

2) Jenis bahan makanan yang dikonsumsi dikategorikan menjadi dua (Widyaningsih, dkk 2018)

a) Tidak beragam : < 5 jenis

b) Beragam : > 5 jenis

3) Frekuensi makan dikategorikan menjadi dua kategori (Gibson, 2005 dalam Nurlita, 2017)

a) Sering : 3-6x/ minggu

b) Jarang : 1-2x/ minggu

c. Data Tekanan Darah

Data tekanan darah dicatat berdasarkan hasil pengukuran tekanan darah penderita. Kemudian dibandingkan dengan rujukan yang telah ditetapkan dan dikategorikan tinggi apabila hasil ukur $\geq 140/90$ mmHg dan normal $< 140/90$ mmHg.

d. Status Gizi

Status gizi pada sampel dilakukan dengan menggunakan metode antropometri dengan menggunakan IMT (Indeks Masa Tubuh). Adapun ambang batas yang digunakan di Indonesia yaitu sebagai berikut :

Kategori kurus tingkat berat : $IMT < 17,0 \text{ kg/m}^2$

Kategori kurus tingkat ringan : $IMT 17,0 - 18,5 \text{ kg/m}^2$

Kategori normal : $IMT \geq 18,5 - 25,0 \text{ kg/m}^2$

Kategori gemuk tingkat ringan: $IMT \geq 25,0 - 27,0 \text{ kg/m}^2$

Kategori gemuk tingkat berat : $IMT \geq 27,0 \text{ kg/m}^2$

2. Analisis Data

Data karakteristik sampel akan dikumpulkan kemudian dibuatkan tabel distribusi frekuensi dan dideskripsikan. Data pola konsumsi zat gizi makro dan tekanan darah dikumpulkan kemudian dibuatkan tabel silang kemudian dijelaskan dalam bentuk narasi. Data status gizi dan data tekanan darah juga dibuatkan tabel silang kemudian diterjemahkan dalam bentuk narasi.

G. Etika Penelitian

1. Mengurus ijin penelitian dan Ethical Clearance sebelum penelitian dilakukan.
2. Setiap sampel yang memenuhi kriteria dimohon kesediaanya untuk mengisi dan menandatangani formulir informed consent.
3. Pengambilan data dilakukan setelah diadakan perjanjian terlebih dahulu dengan sampel.
4. Sampel bersifat sukarela dan dijamin kerahasiaan datanya, serta diberikan kompensasi telah bersedia berpartisipasi dalam penelitian.