BAB III

PROSEDUR PENGAMATAN

A. Tempat dan Waktu Pengamatan

1. Tempat Pengamatan

Pengamatan ini dilaksanakan di Puskesmas Sidemen, Kecamatan Sidemen, Kabupaten Karangasem.

2. Waktu Pengamatan

Pengamatan ini dilaksanakan pada bulan Maret sampai Juli 2022.

B. Cara Memilih Subjek Pengamatan

Cara memilih subjek pengamatan yaitu, semua pasien hipertensi yang melakukan kunjungan rawat jalan dan datang di Puskesmas Sidemen, dengan kreteria sebagai berikut :

1. Jenis kelamin laki-laki atau perempuan yang berusia > 18 tahun sampai dengan usia 70 tahun.
2. bersedia menjadi bagian dari pengamatan, dengan menandatangani surat pernyataan maka akan dipilih sebagai subjek pengamatan.
3. Dapat berkomunikasi dengan baik.

C. Jenis dan Cara 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, jenis kelamin, tempat tanggal lahir, umur, no HP/telepon (pasien atau pihak keluarga), data konsumsi zat gizi makro (energi, karbohidrat, protein, dan lemak), tekanan darah serta status gizi sampel.

b. Data Sekunder

Data Gambaran Umum Puskesmas Sidemen diperoleh dengan mengutip data Profil Puskesmas Sidemen, dan data kunjungan tahunan pasien hipertensi.

2. Cara Pengumpulan Data

a. Data Primer

1. Data mengenai identitas sampel diperoleh dengan wawancara langsung menggunakan form identitas sampel.
2. Data mengenai Pola konsumsi meliputi jenis zat gizi dan sumber zat gizi diperoleh dengan wawancara langsung menggunakan formulir recall 1x24 jam. Dengan langkah-langkah sebagai berikut :
   - Pewawancara/enumerator menanyakan pangan yang dikomsumsi pada periode 24 jam yang lalu (sejak bangun tidur sampai bangun tidur lagi) dan mencatat dalam ukuran rumah tangga (URT) mencakup nama masakan/makanan, cara persiapan dan pemasakan, serta bahan makanannya.
   - Pewawancara/enumerator memperkirakan atau melakukan estimasi dari URT ke dalam satuan berat (gram) untuk

pangan yang dikonsumsi.

- Petugas menganalisis energi dan zat gizi berdasarkan data hasil recall konsumsi pangan sehari (24 jam).
- Petugas menganalisis tingkat kecukupan energy dan zat gizi subyek dengan membandingkan dengan kebutuhan individu subyek.

3. Data status gizi, dilakukan dengan cara penimbangan berat badan menggunakan timbangan digital dengan kadan pengukuran tinggi badan menggunakan microtoise dalam keadaan sampel berdiri tegak dan umur yang ditanyakan langsung kepada sampel.
4. Data tekanan darah, dilakukan dengan cara pengukuran tekanan darah dibantu dengan menggunakan tensimeter, dalam keadaan sampel duduk.

b. Data Sekunder

Data gambaran umum Puskesmas Sidemen diperoleh dengan mengutip data Profil Puskesmas Sidemen, dan data kunjungan tahunan pasien hipertensi.

D. Instrumen Pengamatan

Instrumen yang digunakan dalam pengumpulan data pada pengamatan ini adalah buku tulis, alat tulis, kalkulator, laptop, dan software pengolah data yaitu *nutri survey* dan kuesioner yang mencangkup data identitas sampel dan form Recall 1x24 jam. Dan alat yang digunakan adalah timbangan berat badan digital dan pengukuran tinggi badan

microtoice.

E. Cara Pengolah Data

1. Data Identitas Sampel

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

2. 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 dikonversikan dalam bentuk satuan gram kemudian diolah dengan menggunakan *software nutri survey*. sehigga diperoleh nilai gizi dalam sehari, kemudian dirata-ratakan dari hasil recall.

1) jumlah zat gizi sehari dibandingkan dengan kebutuhan sehingga diperoleh tingkat konsumsi yang dikatagorikan sebagai berikut (WNPG,2018)

   a) Lebih: ≥110%
   b) Baik : 80-110%
   c) Kurang : ≤80%

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

   a) Tidak beragam : < 5 jenis
   b) Beragam : > 5 jenis

3. 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 :

Tabel 4

Kategori IMT

KATEGORI	IMT
Kategori kurus tingkat ringan	IMT 17,0 – 18,5 kg/m^2
Kategori normal	IMT ≥ 18,5 – 25,0 kg/m^2
Kategori gemuk tingkat ringan	IMT ≥ 25,0 – 27,0 kg/m^2
Obesitas	IMT ≥27,0 kg/m^2

Depkes RI (1996)

4. 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 ≥140/90 mmHg dan normal <140/90 mmHg.