

BAB III METODE PENELITIAN

3.1 Jenis Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan merupakan observatif analitik kuantitatif dengan pendekatan *cross-sectional* untuk mengetahui variabel independen (konsumsi makan) berdasarkan jumlah, jenis, dan jadwal terhadap variabel dependen kejadian hipertensi. *Cross-sectional* merupakan suatu penelitian untuk mempelajari hubungan antara faktor risiko dengan cara pengumpulan data sekaligus pada satu saat tertentu saja. (Argaheni, 2020)

3.2 Lokasi dan Waktu Penelitian

3.2.1 Lokasi Penelitian

Penelitian ini akan dilakukan di wilayah kerja puskesmas Pulo Brayan, Kecamatan Medan Baru, Kota Medan.

3.2.2 Waktu Penelitian

Waktu penelitian ini akan dilaksanakan pada bulan April 2024 di wilayah kerja Puskesmas Pulo Brayan, Kecamatan Medan Baru, Kota Medan.

3.3 Populasi dan Sampel

3.3.1 Populasi

Yang akan menjadi populasi dalam penelitian ini adalah masyarakat penderita hipertensi yang berumur 40-60 tahun di wilayah kerja puskesmas Pulo Brayan sebanyak 250 orang.

3.3.2 Sampel

Pada penelitian ini pengambilan sampel dari populasi menggunakan teknik *accidental sampling*. Teknik *accidental sampling* merupakan teknik penentuan sampel berdasarkan kebetulan, yaitu siapa saja yang kebetulan bertemu dengan peneliti dapat digunakan sebagai sampel, jika dipandang

orang yang kebetulan ditemui cocok dengan kriteria inklusi yang telah di tentukan. (Sugiyono, 2020)

Kriteria Inklusi yang harus dipenuhi adalah:

1. Masyarakat penderita hipertensi yang berumur 40-60 tahun.
2. Masyarakat yang dapat berkomunikasi dengan baik.
3. Responden yang tidak mengalami gangguan pendengaran
4. Aktif dalam kegiatan posyandu Penyakit Tidak Menular (PTM)

3.4 Besar Sampel

Dikarenakan jumlah populasi masyarakat yang terkena hipertensi di daerah wilayah kerja puskesmas Pulo Brayon tidak diketahui, maka teknik penentuan jumlah sampling dengan menggunakan rumus Lemeshow berikut:

Rumus:

$$n = \frac{Z^2 \times p(1-p)}{d^2}$$

Keterangan:

n : Jumlah Sampel

Z : Nilai Standar = 1,96

p : Maksimal estimasi = 50% =0,5

d : Alpa (0,10) atau sampling error = 10%

Diketahui:

$$n = \frac{Z^2 \times p(1-p)}{d^2}$$

$$n = \frac{1,96^2 \times 0,5(1-0,5)}{0,10^2}$$

$$= 96,04$$

3.5 Teknik Pengambilan Sampel

Teknik pengambilan sampel yang digunakan peneliti adalah *non probability sampling* dengan metode *simple random sampling*. Dimana teknik *simple random sampling* ini merupakan sampel yang dipilih secara acak oleh peneliti dan sesuai dengan kriteria inklusi yaitu penderita hipertensi yang berusia 40-60 tahun dan aktif dalam kegiatan posyandu Penyakit Tidak Menular (PTM). (Gultom et al., 2020)

3.6 Defenisi Operasional

No.	Variabel	Defenisi Operasional	Cara Ukur	Alat Ukur	Hasil Ukur	Skala Ukur
Dependen						
1.	Hipertensi	Hipertensi terjadi ketika tekanan darah meningkat drastic, dimana tekanan sistolik >140 dan diastolik >90	Memeriksa tekanan darah	Tensi Meter	1. Hipertensi jika tekanan darah sistolik $\geq 140/90$ mmHg. 2. Tidak hipertensi jika tekanan darah sistolik <140/90 mmHg.	Ordinal
Independen						
2.	Konsumsi Makan					
a.	Jenis Makanan	Jenis Makanan yang berisiko hipertensi dan jenis makanan yang tidak berisiko hipertensi	wawancara	Kuisisioner FFQ	1. Berisiko, jika jenis makanan mengandung Natrium, sodium dan lemak yang tinggi. 2. Tidak berisiko jika jenis makanan tidak mengandung natrium, sodium dan lemak yang tinggi	Ordinal

b. Jumlah makanan	Ukuran makanan yang dikonsumsi setiap kali makan	Angket	Kuesioner FFQ	Kriteria Objektif: 1 = Sesuai jika memenuhi kebutuhan karbohidrat sebesar 60-65%, protein sebesar 10-15%, lemak sebesar 20-25% AKG harian. 2 = tidak sesuai jika tidak memenuhi kebutuhan karbohidrat sebesar 60-65%, protein sebesar 10-15%, lemak sebesar 20-25% AKG harian. (Permenkes, 2019)	Ordinal
c. Frekuensi Makan	Seringnya seseorang makan dalam sehari termasuk sarapan, makan siang, makan malam, makan selingan dan juga seringnya makan makanan yang tinggi garam, lemak dan makanan yang berisiko lainnya (Permenkes, 2012)	Angket	Kuesioner FFQ	1. Sering dimakan, jika 1x sehari-3x seminggu. 2. Jarang dimakan, jika 2 minggu sekali – 1x sebulan.	Ordinal

3.7 Instrumen Penelitian

Penelitian ini menggunakan alat ukur tensi meter dan form FFQ Semi Kuantitatif sebagai instrument dalam pengumpulan data.

3.8 Pengumpulan Data

3.8.1 Observasi

Dalam penelitian ini observasi yang dilakukan adalah survey terkait konsumsi makan penderita hipertensi yang berumur 40-60 tahun.

3.8.2 Pengukuran

Pada penelitian ini peneliti melakukan pengukuran tekanan darah menggunakan tensimeter. Setelah melakukan pengukuran tensi darah peneliti melanjutkan dengan wawancara.

3.8.3 Wawancara

Wawancara ini dilakukan oleh peneliti di puskesmas Pulo Brayon dengan responden setelah pengukuran tensi darah. Dalam wawancara ini, peneliti dibantu oleh 2 orang teman peneliti yang sudah paham dan berkompeten dalam mewawancarai responden menggunakan form FFQ ini.

Wawancara merupakan suatu metode yang dipergunakan untuk mengumpulkan data, agar peneliti mendapatkan informasi secara lisan maupun tulisan dari responden terkait dengan konsumsi makan penderita hipertensi yang berumur 40-60 tahun..

3.9 Pengolahan dan Analisa Data

Pengolahan data yang didapat dari responden akan dioleh dengan beberapa tahapan dibawah ini:

1. Editing

Editing dilakukan dengan memeriksa kembali kuesioner yang telah diisi pada saat pengumpulan data, pengecekan ini dilakukan untuk

melihat jawaban yang ada di kuesioner lengkap, relevan, dan konsisten.

2. Coding

Coding dilakukan dengan cara merubah data kedalam bentuk lebih ringkas dengan menggunakan kode tertentu, kegiatan ini tujuannya agar pada saat analisis dan pemasukan data bisa dengan cepat dan mudah.

3. Memasukkan Data

Setelah data di edit dan diberikan kode, maka langkah selanjutnya adalah memasukkan data yang sudah dikumpulkan kedalam program computer.

4. Pembersihan Data

Pembersihan data ini dilakukan jika ada data yang tidak sesuai dengan jawaban yang tersedia di dalam kuesioner.

5. Proses

Proses pengolahan data ini dilakukan dengan menggunakan program statistic yang mana nanti hasil dari pengolahan disajikan dalam bentuk tabel distribusi.

3.10 Analisis data

3.10.1 Analisis Univariat

Analisis univariat digunakan untuk memperoleh gambaran distribusi frekuensi masing-masing variabel independen yang akan disajikan dalam bentuk tabel. Perhitungan diambil berdasarkan rumus yang dikutip dari Inggriyati Djerol (2022) :

$$P = \text{Nilai } f/n \times 100\%$$

Keterangan:

P = Nilai persentase responden

F = Frekuensi responden berdasarkan kategori

n = Jumlah keseluruhan responden

3.10.2 Analisis Bivariat

Analisa bivariate ini dipakai untuk melihat hubungan antara variabel independen dengan variabel dependen. Gunanya untuk mengetahui adanya hubungan antara variabel dengan menggunakan uji (*chi square*) dengan rumus:

$$X^2 = \sum (O - E)^2 / E$$

Keterangan:

X^2 = Chi square

O = Nilai Observasi (hasil)

E = Nilai Ekspektasi (Nilai Harapan)

Σ = Jumlah total.

Jika p-value > 0,05 menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang bermakna antara variabel independen dengan variabel dependen.

Jika p-value < 0,05 menunjukkan bahwa adanya hubungan yang bermakna antara variabel independen dengan variabel dependen.