

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Jenis penelitian ini menggunakan metode Observasional Analitik yaitu penelitian yang diarahkan untuk menjelaskan suatu keadaan atau situasi. Peneliti mencoba untuk mencari hubungan variabel asupan lemak, kebiasaan merokok dengan kejadian hipertensi pada pasien prolansis di wilayah kerja Puskesmas Bululawang kabupaten Malang.

B. Desain Penelitian

Desain penelitian ini menggunakan pendekatan cross sectional karena dilakukan dengan cara pendekatan, pengumpulan data secara sekaligus yang diambil pada waktu bersamaan dengan variabel independen (asupan lemak, dan kebiasaan merokok) serta variabel dependen (kejadian hipertensi).

C. Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian dilaksanakan pada Bulan Mei – Juli 2024 di wilayah kerja Puskesmas Bululawang kabupaten Malang.

D. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pasien prolansis di wilayah kerja Puskesmas Bululawang Kabupaten Malang yang berjumlah 205 orang.

2. Kriteria Sampel

Sampel yang dipilih pada penelitian ini adalah pasien prolansis yang hadir pada saat penelitian, dengan kriteria sebagai berikut :

a. Kriteria inklusi :

- Bersedia menjadi responden
- Responden dengan usia ≥ 18 tahun
- Responden kooperatif bisa mendengar dan merespon dengan baik

b. Kriteria eksklusi :

- Responden berpindah domisili saat pengumpulan data

- Responden meninggal dunia

1. Besar Sampel

Berdasarkan rumus dari Taro Yamane, penentuan jumlah sampling pada penelitian ini sebagai berikut:

$$n = \frac{N}{Nd^2 + 1}$$

Keterangan :

n = besar sampel

N = jumlah populasi yang diketahui

D = presisi yang ditetapkan

Dalam penelitian ini, penulis menggunakan toleransi kesalahan sebesar 10%.

Berdasarkan rumus diatas, maka perhitungan sampel untuk penelitian ini adalah:

$$\begin{aligned}n &= \frac{205}{205 \times 0,1^2 + 1} \\n &= \frac{205}{205 \times 0,01 + 1} \\n &= \frac{205}{2,05 + 1} = \frac{205}{3,05} = 67\end{aligned}$$

Dengan demikian jumlah sampel yang diteliti dalam penelitian ini sebesar 67 orang.

2. Teknik sampling

Pada penelitian ini teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah *non probability sampling* dengan *purposive sampling*. Purposive sampling yaitu suatu teknik penentuan dan pengambilan sampel yang ditentukan oleh peneliti dengan pertimbangan tertentu (Maharani & Bernard, 2018).

E. Variabel Penelitian

1. Variabel bebas (independent variable) : Asupan lemak dan kebiasaan merokok.
2. Variabel terikat (dependent variable) : Kejadian hipertensi.

F. Definisi Operasional Variabel

Tabel 1. Definisi Operasional Variabel

Variabel	Definisi Operasional	Cara Ukur	Hasil Ukur	Skala Ukur
Hipertensi	Tekanan darah seseorang yang melebihi batas normal yaitu tekanan darah sistolik >140 mmHg dan diastolik ≥90 mmHg.	Tekanan darah diukur menggunakan sphygmomanometer ketika responden dalam keadaan duduk tenang, posisi lengan atas sejajar dengan jantung.	Kategori tekanan darah : 1. Normal jika tekanan darah <120/80 mmHg 2. Prehipertensi jika tekanan darah 120/80 mmHg – 139/89 mmHg 3. Hipertensi stage 1 jika tekanan darah 140/90 mmHg – 159/99 mmHg 4. Hipertensi stage 2 jika tekanan darah >160/100 mmHg. (Sumber : JNC VII, 2003)	Ordinal
Asupan lemak	Banyaknya makanan sumber lemak yang dikonsumsi responden	Menggunakan food recall 2×24 jam	Kategori pemenuhan asupan berdasarkan kecukupan gizi : 1. Defisit : <70% AKG 2. Kurang : 70-80% AKG 3. Cukup : 80-100% AKG 4. Baik : 100-110% AKG 5. Lebih : >110% AKG (Sumber : Gibson, 2005) Batas maksimal asupan lemak total pada dewasa : 30% dari total energi, dengan pembagian : - 10% asam lemak jenuh (SFA) - 10% asam lemak tak jenuh tunggal (MUFA) - 10% asam lemak tak jenuh ganda (PUFA) (Sumber : Sartika, 2008)	Ordinal
Kebiasaan merokok	Perilaku responden dalam menghisap rokok sehari-hari	Melalui wawancara langsung dengan responden secara observatif menggunakan kuesioner. Terdapat empat pertanyaan yaitu jenis rokok, frekuensi merokok, jumlah rokok, dan waktu pada saat merokok.	Kategori merokok: a. Bukan perokok b. Perokok ringan (jika responden merokok < 10 batang dalam sehari) c. Perokok sedang (jika responden merokok 10-20 batang sehari) d. Perokok berat (jika responden merokok > 20 batang sehari) (Sumber: Mu'tadin Z, 2002)	Ordinal

G. Instrumen Penelitian

Instrumen pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah:

1. Lembar identitas responden memuat informasi mengenai nama, usia, nomor telepon, alamat, pekerjaan, data tekanan darah, dan kepatuhan konsumsi obat.
2. Lembar persetujuan calon responden (informed consent) memuat penjelasan terkait tujuan, manfaat, dan prosedur penelitian serta surat pernyataan atas kesediaan dalam mengikuti penelitian ini.
3. Form Food Recall 24 jam merupakan lembar pencatatan yang berisikan tentang asupan makan responden.
4. Kuesioner kebiasaan merokok merupakan lembar berisi pertanyaan singkat mengenai kebiasaan merokok.
5. *Sphygmomanometer* adalah alat untuk mengukur tekanan darah responden.
6. AKG 2019 merupakan rujukan untuk mengetahui standar angka kecukupan gizi asupan lemak responden.
7. Porsimetri atau buku foto makanan merupakan alat untuk memperkirakan besar dan berat ukuran makanan/minuman yang dikonsumsi oleh responden.
8. Aplikasi Nutrisurvey digunakan untuk mengolah data asupan lemak setiap responden setelah proses pengambilan data.
9. Software SPSS merupakan suatu aplikasi yang digunakan untuk menganalisis hubungan asupan lemak, dan kebiasaan merokok dengan kejadian hipertensi.
10. Alat tulis dan buku catatan untuk mencatat.

H. Metode Pengumpulan Data

a. Data Karakteristik Responden

Data gambaran umum responden berupa nama, usia, alamat rumah, pekerjaan, riwayat hipertensi keluarga, dan kepatuhan konsumsi obat diperoleh dari hasil wawancara.

b. Data Asupan Lemak

Data asupan lemak diperoleh dari hasil wawancara pengisian form food recall 2x24 jam oleh subjek penelitian.

c. Data kebiasaan merokok

Data kebiasaan merokok didapat dari wawancara responden dengan cara responden menjawab kuesioner singkat.

d. Data tekanan darah

Pengukuran tekanan darah dilakukan dengan menggunakan *sphygmomanometer* sesuai prosedur pengukuran tekanan darah yang benar. Pengukuran tekan darah pada responden dilakukan 1 kali oleh tenaga kesehatan puskesmas.

I. Pengolahan dan Analisis Data

1. Data karakteristik responden

Data karakteristik responden berupa nama, usia, alamat rumah, pekerjaan, riwayat hipertensi keluarga, dan kepatuhan konsumsi obat yang sudah dikumpulkan diolah dengan cara ditabulasikan dan dianalisis secara deskriptif.

2. Data asupan lemak

Menghitung data asupan lemak dengan cara sebagai berikut:

- a. Mengonversikan hasil recall dari ukuran rumah tangga kedalam bentuk gram.
- b. Menganalisis bahan makanan kedalam zat gizi, kemudian dihitung dalam bentuk persentase dengan rumus sebagai berikut:

$$\text{Tingkat konsumsi lemak} = \frac{\text{rata - rata konsumsi}}{\text{kecukupan zat gizi sehari (AKG 2019)}} = 100\%$$

- c. Mengklasifikasikan tingkat asupan lemak kedalam 5 kategori yaitu

:

- Defisit tingkat berat : <70% AKG
- Defisit tingkat sedang : 70-79% AKG
- Defisit tingkat ringan : 80-89% AKG
- Normal : 90-119% AKG

- Lebih : $\geq 120\%$ AKG

(Sumber : Gibson, 2005)

3. Data kebiasaan merokok

Dari data yang sudah terkumpul, kebiasaan merokok dikategorikan sebagai berikut :

- a. Bukan perokok
- b. Perokok ringan, jika responden merokok ≤ 10 batang/hari
- c. Perokok sedang, jika responden merokok 11-20 batang/hari
- d. Perokok berat, jika responden merokok > 20 batang/hari

(Sumber : Rahmatika, 2021)

4. Data tekanan darah

Dari data yang telah dikumpulkan, data tekanan darah dikategorikan dengan klasifikasi, yaitu :

- a. Normal : $< 120 / < 80$ mmHg
- b. Prehipertensi : $120 - 139 / 80 - 89$ mmHg
- c. Hipertensi Stage I : $140 - 159 / 90 - 99$ mmHg
- d. Hipertensi Stage II : $\geq 160 / 100$ mmHg.

(Sumber : JNC VII, 2003)

5. Analisis data

Data tentang hubungan antar variabel yaitu diolah dengan menggunakan program Statistical Package for Social Science (SPSS)

Adapun hipotesis yang diuji adalah sebagai berikut :

- a. Asupan lemak dengan kejadian hipertensi.

H_0 : Tidak ada hubungan antara asupan lemak dengan kejadian hipertensi.

H_1 : Ada hubungan antara asupan lemak dengan kejadian hipertensi.

- b. Kebiasaan merokok dengan kejadian hipertensi.

H_0 : Tidak ada hubungan antara kebiasaan merokok dengan kejadian hipertensi.

H_1 : Ada hubungan antara kebiasaan merokok dengan kejadian hipertensi.

Penarikan kesimpulan :

- a. Jika $p\text{-value} \leq \alpha$ maka H_1 ditolak, berarti ada hubungan antar variabel yang diujikan.
- b. Jika $p\text{-value} > \alpha$ maka H_0 diterima, berarti tidak ada hubungan antar variabel yang diujikan.