

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis dan Desain Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif. Penelitian deskriptif adalah penelitian yang menggambarkan atau memotret masalah kesehatan yang terkait dengan kesehatan sekelompok tertentu (Notoatmodjo, 2010). Tujuan penggunaan jenis penelitian deskriptif adalah memperoleh segala informatif yang rinci sesuai dengan tujuan penelitian yaitu data mengenai gambaran tingkat konsumsi lemak dan natrium terhadap tekanan darah pasien Hipertensi di Puskesmas Pandanwangi Kota Malang.

B. Waktu dan Tempat Penelitian

1. Waktu

Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Januari 2024 selama dua minggu.

2. Tempat

Penelitian ini dilaksanakan di Puskesmas Pandanwangi Kota Malang.

C. Populasi dan Sampel

Populasi pada penelitian ini adalah pasien Hipertensi yang berada pada wilayah kerja Puskesmas Pandanwangi Kota Malang. Sampel pada penelitian ini adalah 14 orang pasien rawat jalan dengan riwayat penyakit Hipertensi yang pernah melakukan pemeriksaan dan terdata pada Puskesmas Pandanwangi periode bulan Oktober - Desember 2023.

Teknik pengambilan sampel menggunakan consecutive non random sampling, yaitu pemilihan sampel dengan menetapkan subjek yang memenuhi kriteria penelitian dimasukkan dalam penelitian sampai kurun waktu tertentu, sehingga jumlah sampel terpenuhi (Nursalam, 2017). Pada penelitian ini, semua subjek yang menderita hipertensi datang di Puskesmas Pandanwangi serta memenuhi kriteria inklusi akan dimasukkan dalam penelitian sampai jumlah subjek yang diperlukan terpenuhi sehingga didapatkan jumlah sampel sebesar 14 responden.

a. Kriteria Inklusi :

1. Berusia 45 – 80 tahun.
2. Pasien yang menderita hipertensi dengan tekanan darah sistole >140 mmhg dan diastole > 90 mmhg.
3. Pasien hipertensi terkontrol dan tidak terkontrol.
4. Pasien terdaftar di buku register Puskesmas Pandanwangi Kota Malang.

b. Kriteria Eksklusi :

1. Hipertensi gravidarum
2. Pasien yang memiliki penyakit kronis (diabetes tipe 1 dan 2, gagal ginjal kronik, gagal jantung, stroke)

D. Variabel Penelitian

1. Variabel Independen (bebas)

Variabel independen dalam penelitian ini adalah tingkat konsumsi lemak dan natrium.

2. Variabel Dependen (terikat)

Variabel dependen dalam penelitian ini adalah tekanan darah pada pasien hipertensi.

E. Definisi Operasional Variabel

Tabel 3. Definisi Operasional Variabel

Variabel	Definisi Oprasional	Cara Ukur	Alat Ukur	Hasil Ukur	Skala
Hipertensi	Terjadinya peningkatan tekanan darah sistolik dan diastolik di atas normal yang ada pada responden penderita hipertensi	Pengukuran tekanan darah	Sphygmo manometer	Dinyatakan dalam satuan mmHg Menurut JNC-VIII : 1. Normal = TDS <120 mmHg, TDD <80 mmHg 2. Prehipertensi = TDS 120 - 139 mmHg, TDD 80 - 89 mmHg 3. Hipertensi I = TDS 140-159 mmHg, TDD 90-99 mmHg 4. Hipertensi II = TDS >160 mmHg, TDD >100 mmHg	Ordinal
Tingkat Konsumsi Lemak	Jumlah rata-rata asupan lemak selama 3 hari dibandingkan dengan kebutuhan lemak dan dikali 100%	Wawancara menggunakan formulir recall selama 3 hari	Kuesioner Food Recall 24 Jam	Klasifikasi menurut AKG, 2019 : Defisit tingkat berat (<69% AKG), Defisit tingkat sedang (70-79% AKG), Defisit tingkat ringan (80-89% AKG), Normal (90–120% AKG) dan Lebih (>120% AKG)	Ordinal

Variabel	Definisi Oprasional	Cara Ukur	Alat Ukur	Hasil Ukur	Skala
Tingkat Konsumsi Natrium	Jumlah rata-rata asupan natrium selama 3 hari dibandingkan dengan kebutuhan AKG natrium dan dikali 100%	Wawancara menggunakan formulir recall selama 3 hari	Kuesioner Food Recall 24 Jam	Klasifikasi menurut AKG, 2019 : Defisit tingkat berat (<69% AKG), Defisit tingkat sedang (70-79% AKG), Defisit tingkat ringan (80-89% AKG), Normal (90–120% AKG) dan Lebih (>120% AKG)	Ordinal
Tekanan darah	Pemeriksaan tekanan darah sistolik dan diastolic yang dilakukan oleh petugas bidan puskesmas pada saat pertama kali melakukan penelitian terhadap responden Hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Pandanwangi Kota Malang	Pengukuran tekanan darah yang dilakukan oleh bidan	Sphygmo manometer	Klasifikasi Menurut JNC-VIII : 1. Normal = TDS <120 mmHg, TDD <80 mmHg 2. Prehipertensi = TDS 120 - 139 mmHg, TDD 80 - 89 mmHg 3. Hipertensi I = TDS 140-159 mmHg, TDD 90-99 mmHg 4. Hipertensi II = TDS >160 mmHg, TDD >100 mmHg	Ordinal

F. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian adalah alat-alat yang digunakan untuk pengumpulan data (Notoatmodjo, 2010). Instrumen yang dibutuhkan dalam penelitian ini yaitu:

1. Lembar persetujuan menjadi responden
2. Lembar surat perijinan Penelitian
3. Formulir kuisisioner
4. Form foodRecall 24 jam

5. Buku foto bahan makanan
6. Timbangan digital dengan ketelitian 0,1 kg
7. Mikrotome dengan ketelitian 0,1 cm
8. Laptop
9. Microsoft Word dan Microsoft Excel

G. Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Data karakteristik responden diperoleh melalui wawancara terhadap responden dengan menggunakan formulir data karakteristik responden. Data yang diambil meliputi jenis kelamin, pekerjaan, riwayat penyakit keluarga, lama waktu latihan fisik, riwayat penyakit responden, dan riwayat kebiasaan gaya hidup responden.
2. Data asupan lemak diperoleh melalui wawancara menggunakan formulir food recall 1x24 jam selama 3 hari.
3. Data asupan natrium diperoleh melalui wawancara menggunakan formulir food recall 1x24 jam selama 3 hari.
4. Data tekanan darah responden diperoleh dari pemeriksaan yang dilakukan oleh petugas bidan puskesmas pada saat pertama kali melakukan penelitian.

H. Teknik Pengolahan Data

1. Data karakteristik responden yaitu meliputi usia, jenis kelamin, riwayat penyakit keluarga, pekerjaan dan status gizi responden diperoleh dari hasil wawancara menggunakan media kuesioner dan selanjutnya ditabulasi dalam bentuk grafik pie.
2. Data tingkat konsumsi lemak dibandingkan dengan kebutuhan lemak yang diolah menggunakan program nutrisurvey dengan cara menginput jumlah bahan yang telah dikonsumsi dan selanjutnya dibandingkan dengan kebutuhan lemak menggunakan rumus Harris Benedict dan dikali dengan 100%. Data tersebut disajikan dalam bentuk tabel dan dianalisis secara deskriptif sesuai dengan hasil penelitian yang didapatkan.
3. Data asupan natrium dibandingkan dengan kebutuhan natrium yang

diolah menggunakan aplikasi nutrisurvey dengan cara menginput jumlah bahan yang telah dikonsumsi dibandingkan dengan kebutuhan natrium menggunakan anjuran AKG 2019 dan dikali dengan 100%. Data tersebut disajikan dalam bentuk tabel dan dianalisis secara deskriptif sesuai dengan hasil penelitian yang didapatkan.

5. Data tekanan darah diolah dengan cara merekap hasil pengukuran di microsoft excel kemudian disajikan dalam bentuk grafik pie dan dianalisis secara deskriptif sesuai dengan hasil penelitian yang didapatkan serta diklasifikasikan berdasarkan acuan penelitian pada buku JNC-VIII dikategorikan sebagai berikut:

- 1) Normal = TDS <120 mmHg, TDD <80 mmHg
- 2) Prehipertensi = TDS 120 - 139 mmHg, TDD 80 - 89 mmHg
- 3) Hipertensi I = TDS 140-159 mmHg, TDD 90-99 mmHg
- 4) Hipertensi II = TDS >160 mmHg, TDD >100 mmHg

I. Analisis data

Jenis analisis yang digunakan dalam penelitian ini yaitu analisis univariat. Analisis univariat adalah langkah awal yang perlu dilakukan pada setiap variabel. Pada analisis univariat data yang diperoleh dari hasil pengumpulan data dapat disajikan dalam bentuk tabel distribusi dan frekuensi variabel yang akan dilakukan analisis dalam penelitian ini adalah variabel tingkat konsumsi lemak dan natrium. Hasil analisis univariat akan diketahui gambaran distribusi dan frekuensi setiap variabel.