

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis dan Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif yaitu observasional analitik dengan desain penelitian *cross sectional*. Penelitian observasional analitik merupakan penelitian yang mengkaji hubungan antara dua variabel ataupun lebih dan peneliti hanya mengamati tanpa melakukan intervensi pada subjek penelitian. Pendekatan *cross-sectional* merupakan jenis penelitian yang hanya melakukan pengukuran data pengamatan sebanyak satu waktu. Satu waktu yang dimaksud yaitu bukanlah semua subjek penelitian diteliti secara bersamaan di saat yang sama akan tetapi setiap subjek hanya diobservasi satu kali dan pengukuran variabel subjek dilakukan pada saat tersebut (Harlan & Johan, 2018)

B. Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan di SMAN 7 Kota Malang pada bulan Mei 2024

C. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi dalam penelitian adalah siswa kelas kelas XI-1 , XI-2, XI-7 dan XI-8 SMAN 7 Kota Malang sebanyak 144 siswa.

2. Sampel

Cara pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling* dimana pengambilan sampel menggunakan kriteria inklusi dan eksklusi pada penelitian ini sebagai berikut

1. Kriteria inklusi

- a. Responden sudah sarapan sebelum pengukuran
- b. Berdasarkan hasil skrining distribusi pemilihan makanan sumber natrium responden berisiko menderita tekanan darah tinggi

2. Kriteria eksklusi

- a. Responden memiliki gangguan pendengaran
- b. Responden tidak bersedia menjadi subjek penelitian

c. Responden tidak ada di tempat ketika dilakukan penelitian

D. Besar Sampel

Jumlah sampel yang digunakan pada penelitian ini adalah semua responden yang telah memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi yaitu sebanyak 97 orang.

E. Variabel Penelitian

Variabel dalam penelitian ini sebagai berikut.

1. Variabel Independen (Variabel Bebas)

Variabel independent dalam penelitian ini adalah kebiasaan konsumsi makanan sumber natrium

2. Variabel Dependen (Variabel Terikat)

Variabel dependen dalam penelitian ini adalah hipertensi

F. Definisi Operasional Variabel

Definisi operasinal variabel penelitian ini sebagai berikut.

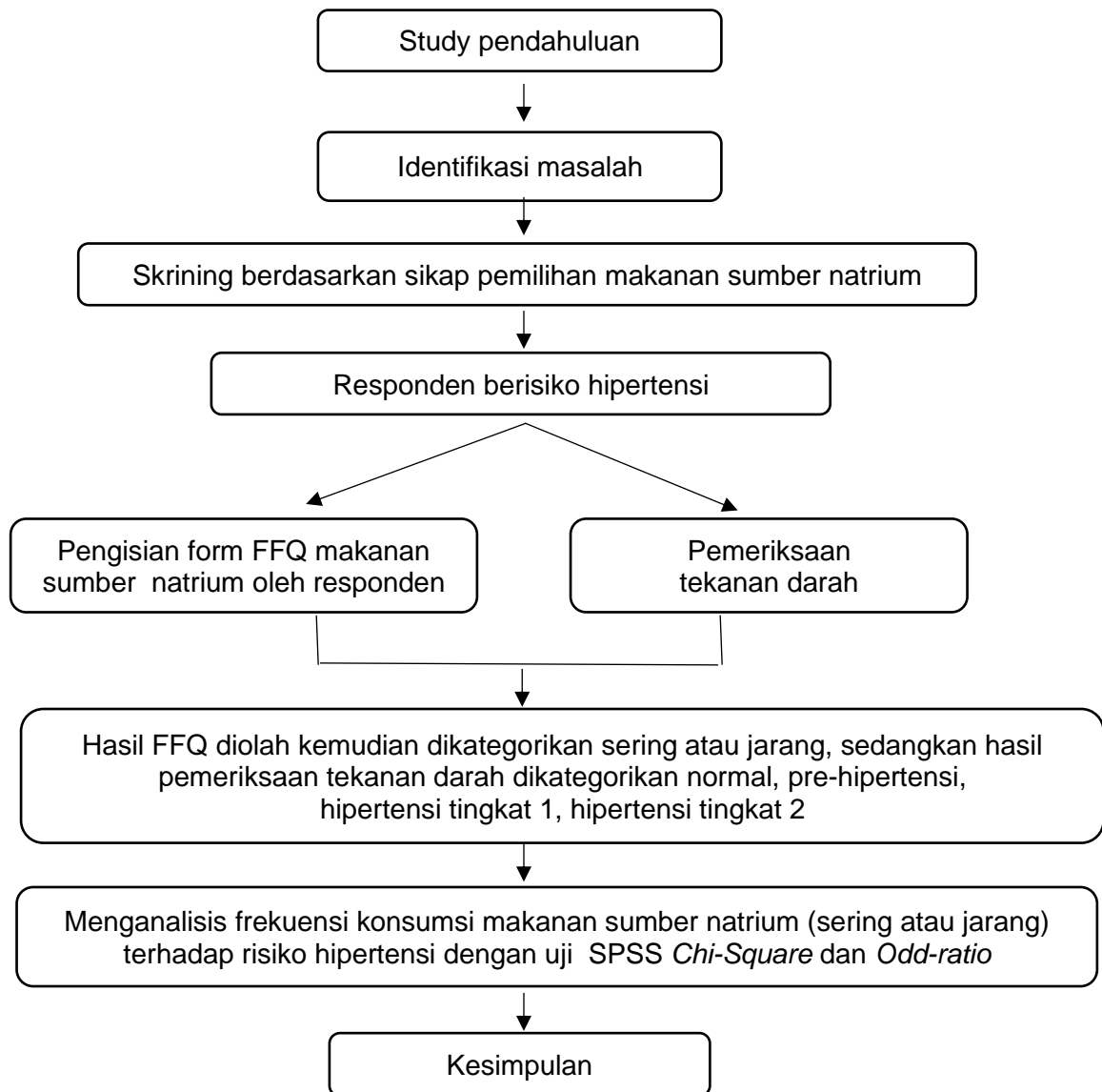
Tabel 3. Definisi Operasional Variabel

Variabel	Definisi Operasional Variabel	Alat Ukur	Hasil Ukur	Skala Ukur
Variabel Independen (Variabel Bebas)				
Kebiasaan mengkonsumsi makanan sumber natrium	Frekuensi responden mengkonsumsi makanan sumber natrium dalam waktu satu bulan terakhir	Kuesioner FFQ dengan skor pilihan jawaban : 0 = Tidak pernah 5 = 2x/bln 10 = 1-2x/minggu 15 = 3-6x/minggu 25 = 1x/hari 50 = >3x/hari (Sirajuddin et al., 2018)	Sering : \geq mean skor penelitian (≥ 303) Jarang : $<$ mean skor penelitian (< 303) (Sirajuddin et al., 2018)	Ordinal
Variabel Dependen (Variabel Terikat)				
Hipertensi	Hipertensi adalah suatu keadaan	Sphygmoma nometer	Normal : $< 120/80$ mmHg	Rasio

Variabel	Definisi Operasional Variabel	Alat Ukur	Hasil Ukur	Skala Ukur
	seseorang yang mengalami tekanan darah di atas normal		Pre hipertensi: >120-139 / 80-89 mmHg Hipertensi Tk.1: 140-159 / 90-99 mmHg Hipertensi Tk.2 : >160/90 mmHg <i>JNC-VII</i> (Kemenkes, 2018)	

G. Alur Penelitian

Berikut ini merupakan langkah-langkah penelitian mulai awal dan akhir penelitian.



Gambar 2. Alur Penelitian

H. Instrumen Penelitian

Berikut instrument penelitian yang digunakan.

- 1) *Informed Consent*
- 2) Sphygnanometer
- 3) Microtoice
- 4) Timbangan

- 5) Kuesioner karakteristik responden
- 6) Kuesioner skrining hipertensi
- 7) Kuesioner FFQ (*Food Frequency Questionnaire*)

I. Uji Validitas, Realibilitas, dan Penentuan Cut Of Point

1. Uji Validitas

Penelitian ini menggunakan modifikasi kuesioner baru untuk berfungsi sebagai alat skrining untuk mengukur risiko hipertensi berdasarkan distribusi sikap pemilihan makanan sumber natrium. Uji validitas merupakan suatu ukuran yang menunjukkan tingkat kevalidan suatu instrumen. Instrumen dikatakan valid apabila mampu mengukur data variabel yang diteliti secara tepat (Nursalam, 2017). Berikut ini hasil uji validitas instrument dengan 20 responden.

Tabel 4. Hasil Uji Validitas

Pernyataan	Nilai Pearson Corelation	Nilai R Tabel	Keterangan
Apakah anda selama ini biasa mengkonsumsi makanan asin	0,511	0,361	Valid
Apakah saat memasak anda suka menggunakan bumbu masakan instan seperti masako, royko, racik dsb	0,364	0,361	Valid
Apakah anda suka menambahkan garam meja (garam halus) ketika makan	0,449	0,361	Valid
Apakah anda lebih sering membeli makanan di luar daripada memasak sendiri	0,861	0,361	Valid
Apakah anda lebih suka telur asin daripada telur rebus biasa	0,657	0,361	Valid
Apakah anda suka mengkonsumsi makanan kalengan seperti kornet dan sarden	0,427	0,361	Valid
Apakah anda sering mengkonsumsi makanan yang digoreng menggunakan margarin atau mentega	0,637	0,361	Valid
Apakah anda lebih suka mengkonsumsi nasi goreng, nasi udak daripada nasi putih	0,385	0,361	Valid
Apakah saat makan anda	0,544	0,361	Valid

Pernyataan	Nilai Pearson Corelation	Nilai R Tabel	Keterangan
sering mengkonsumsi kerupuk			
Apakah anda lebih suka semur kecap dan makanan bersantan daripada sayur bening	0,679	0,361	Valid
Apakah anda sering mengkonsumsi daging olahan seperti nugget, bakso dan sosis	0,389	0,361	Valid
Apakah anda suka mengkonsumsi ikan asin	0,710	0,361	Valid
Apakah anda lebih suka minuman kemasan daripada air putih	0,498	0,361	Valid

2. Uji Realibilitas

Uji reabilitas adalah kesamaan hasil pengukuran atau pengamatan bila fakta diukur berkali-kali dalam waktu yang berbeda (Nursalam, 2017). Kuesioner dikatakan reliable jika nilai cronbach alpa > 0,7. Hasil uji realibilitas lebih dari 0,7 yaitu 0,749 sehingga dinyatakan reliabel. (Lampiran)

3. Penentuan *Cut Of Poin* ROC

Analisis ROC merupakan analisis yang digunakan untuk menilai kemampuan suatu test diagnostik yang hasil pengukurannya berskala kontinyu untuk mendeteksi adanya suatu penyakit menggunakan kurva yang disebut kurva ROC. Berdasarkan hasil uji cut of poin ROC hasil skrining dinyatakan berisiko hipertensi jika skor ≥ 8 dan tidak berisiko hipertensi jika <8 . (Lampiran)

J. Teknik Pengumpulan Data

Data yang dikumpulkan pada penelitian ini yaitu:

1. Identitas responden

Peneliti menanyakan identitas responden serta kesediaannya untuk menjadi responden sesuai dengan kriteria.

2. Pengisian *Inform consent*

Responden menandatangani surat kesediaan menjadi responden (*inform consent*). Setelah itu peneliti menjelaskan secara ringkas prosedur yang dilakukan untuk pengambilan data, termasuk pengisian kuesioner

skrining.

3. Kuesioner karakteristik responden

Peneliti memberikan lembar kuesioner untuk diisi mandiri responden yang terdiri dari nama, jenis kelamin, berat badan dan tinggi badan yang telah diukur peneliti, alamat, No. Hp dan riwayat hipertensi keluarga.

4. Pengambilan data kebiasaan konsumsi makanan tinggi natrium

Peneliti memberikan arahan kepada responden tentang cara mengisi form FFQ kemudian responden mengisi sendiri form FFQ untuk mengetahui kebiasaan konsumsi makanan sumber natrium.

5. Tekanan Darah

Peneliti bekerja sama dengan perawat untuk memeriksa tekanan darah pada saat penelitian.

K. Teknik Pengolahan Data

Untuk memperoleh penyajian data dan kesimpulan yang baik, maka diperlukan suatu proses yang disebut pengolahan data. Pengolahan data disajikan sebagai berikut.

1. Karakteristik responden

Data diolah dan disajikan dengan cara ditabulasi serta dianalisis secara deskriptif

2. Kebiasaan mengkonsumsi makanan sumber natrium

FFQ kebiasaan konsumsi makanan sumber natrium menggunakan kategori menurut Sirajuddin et al. (2018) yang ditentukan berdasarkan nilai rata-rata jumlah skor penelitian. Nilai rata-rata jumlah skor penelitian didapatkan melalui bantuan aplikasi software SPSS dengan cara sebagai berikut:

- a. Memasukkan jumlah skor FFQ kebiasaan konsumsi makanan sumber natrium dari tiap responden ke dalam SPSS pada Data View
- b. Memilih Analyze – Descriptive Statistic – Descriptives
- c. Memindahkan jumlah skor FFQ kebiasaan konsumsi makanan sumber natrium ke dalam kolom variables
- d. Memilih Options, mencentang Mean dan klik OK.

Kemudian dikategorikan sebagai berikut.

- a. Sering : \geq mean skor penelitian

b. Jarang : < mean skor penelitian
(Sirajuddin et al., 2018)

3. Tekanan Darah

Data diolah dan di analisis secara deskriptif dengan dikategorikan Data kebiasaan mengkonsumsi makanan sumber natrium terhadap peningkatan tekanan darah diolah dengan cara menganalisis frekuensi yaitu jarang atau sering. Semakin sering mengkonsumsi makanan sumber natrium maka peluang terjadinya hipertensi meningkat atau tidak. Tekanan darah dikategorikan berdasarkan *Joint National Commite on Prevention Detection, Evaluation, and Treatment or High Pressure (JNC-VII)* (Kemenkes, 2018).

Normal : <120/80 mmHg

Pre-hipertensi : >120-139 / 80-89 mmHg

Hipertensi Tk.1: 140-159 / 90-99 mmHg

Hipertensi Tk.2 :>160/90 mmHg

L. Analisis Data

Analisa data dilakukan secara bertahap, yang meliputi analisis univariate dan analisis bivariate, sebagai berikut :

1. Analisa Univariat

Dalam pengambilan analisa data, variabel yang dianalisa dengan univariate dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui kebiasaan mengkonsumsi makanan sumber natrium terhadap risiko hipertensi. Pada penelitian ini meliputi data umum dan data khusus. Data umum yaitu karakteristik responden meliputi jenis kelamin, status gizi, dan riwayat hipertensi keluarga. Sedangkan data khusus yaitu kebiasaan mengkonsumsi makanan sumber natrium dan tekanan darah pada siswa.

2. Analisa Bivariat

Analisa dalam penelitian ini menggunakan analisis bivariate, yaitu untuk melihat hubungan variabel independen (kebiasaan konsumsi makanan sumber natrium) dan variabel dependen (hipertensi). Pada penelitian ini akan dilakukan uji *Chi-Square* untuk mengetahui hasil nilai nilai derajat hubungan yaitu *Odds Ratio* (OR).

M. Etik Penelitian

Penelitian ini telah mendapatkan persetujuan etik dari Komisi Etik Penelitian Kesehatan (KEPK) Poltekkes Kemenkes Malang dengan No.DP.04.03/F.XXI.31/0771/2024