

BAB III

METODE PENELITIAN

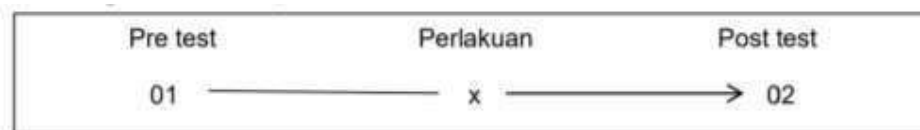
A. Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian dilakukan di Puskesmas wilayah kerja Kecamatan Batang Kuis. Waktu penelitian dilaksanakan pada bulan November 2024 – Desember 2024. Pengumpulan data dilakukan pada 29 November 2024 – 28 Desember 2024.

B. Jenis dan Desain Penelitian

Jenis penelitian ini merupakan penelitian dengan pendekatan kuantitatif dengan rancangan *Quasi Eksperiment* dengan *One Group Pre test – Post test Design*, tanpa kelompok kontrol/pembanding (Notoatmodjo, 2012).

Gambar 3. Bentuk Rancangan One Group Pre-Post Test



Keterangan :

01 : *Pre test*, yaitu pengukuran pengetahuan, sikap, dan kepatuhan sebelum konseling *Dash Diet*

X : *Perlakuan*, yaitu melaksanakan konseling gizi *Dash Diet* dengan media *leaflet*

02 : *Post test*, yaitu pengukuran pengetahuan, sikap, dan kepatuhan setelah konseling *Dash Diet*

C. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi dalam penelitian ini adalah pasien yang berkunjung ke Puskesmas Wilayah Kerja Batang Kuis pada saat penelitian. Populasi sebanyak 70 orang.

2. Sampel

Sampel pada penelitian ini adalah sebagian dari populasi yang memenuhi kriteria yaitu ibu penderita hipertensi di puskesmas wilayah kerja Batang Kuis yang berada di Desa Sugiharjo.

Dalam penelitian ini, besarnya sampel ditentukan dengan menggunakan rumus Slovin. Adapun perhitungan rumus Slovin pada penelitian ini adalah sebagai berikut:

$$n = \frac{N}{1 + N(e)^2}$$

Keterangan:

n = ukuran sampel

N = ukuran populasi

e = *standar error* (0,1)

Berdasarkan rumus Slovin, maka besarnya sampel yang diperoleh adalah sebagai berikut:

$$n = \frac{54}{1 + 54(0,1)^2}$$

$$n = \frac{54}{1 + 54 (0,01)}$$

$$n = \frac{54}{1 + 0,54}$$

$$n = \frac{54}{1,54}$$

$$n = \frac{54}{1,54}$$

$$n = 35,06$$

$$n = 35$$

Berdasarkan hasil perhitungan, jumlah sampel sebanyak 35 orang.

Kriteria :

- a. Penderita Hipertensi dengan tekanan darah (>140/90)
- b. Berusia 20-55 tahun
- c. Bersedia menjadi sampel dan menandatangani *Informed Consent*
- d. Bersedia mengikuti *Dash diet*

- e. Berdomisili di batang kuis
- f. Tidak memiliki riwayat penyakit ginjal dan hati

D. Jenis dan Cara Pengumpulan Data

1. Jenis Data

a. Data Primer

Data yang termasuk data primer meliputi :

- 1) Data identitas penderita hipertensi (nama, umur, alamat, pekerjaan, dan pendidikan)
- 2) Data pengukuran tekanan darah, diperoleh dengan menggunakan alat tensi meter atau Sphygmomanometer digital sebelum dan setelah pemberian intervensi.
- 3) Data pengetahuan, diperoleh menggunakan kuesioner sebelum dan sesudah pemberian intervensi melalui wawancara langsung.
- 4) Data sikap, diperoleh dengan menggunakan kuesioner sebelum dan sesudah pemberian intervensi melalui wawancara langsung.
- 5) Data kepatuhan, diperoleh dengan menggunakan lembar observasi juga wawancara langsung dari rumah ke rumah dengan bantuan 4 enumerator yaitu mahasiswa jurusan gizi menggunakan formulir *food recall* sebelum dan sesudah pemberian intervensi.

b. Data Sekunder

Data sekunder berupa gambaran umum lokasi penelitian yang meliputi letak geografis dan jumlah pasien hipertensi di Puskesmas Kerja Wilayah Batang Kuis.

2. Cara Pengumpulan Data

a. Persiapan

- 1) Mengurus surat pengantar perizinan dari kampus Poltekkes Kemenkes Medan Jurusan Gizi.
- 2) Meminta perizinan kepada pihak Puskesmas Batang Kuis untuk melakukan penelitian pada ibu penderita hipertensi yang terdaftar di Puskesmas Wilayah Kerja Batang Kuis.
- 3) Menetapkan jadwal pengambilan data dan melakukan penelitian secara langsung dari rumah ke rumah.

- 4) Menentukan sampel sesuai dengan kriteria yang telah ditentukan peneliti.
- 5) Sampel diminta untuk menandatangani *informed consent* untuk mengikuti kegiatan dari awal hingga akhir.

b. Data Identitas Sampel

Identitas sampel meliputi nama, umur, tanggal lahir, alamat, pendidikan, pekerjaan. Data identitas sampel diperoleh dari wawancara dengan sampel menggunakan formulir identitas, juga data yang didapatkan sebelumnya dari puskesmas.

c. Data Tekanan darah

Data tekanan darah diperoleh menggunakan tensi meter atau Sphygmomanometer digital. Pengukuran tekanan darah dilakukan oleh 1 orang perawat mandiri yang diundang atas permintaan tenaga kesehatan di Puskesmas karena alasan kesibukan tenaga kesehatan di Puskesmas. Perlakuan diberikan sebanyak 3 kali pemeriksaan untuk mengambil rata-rata tekanan darah sampel sebelum dan sesudah intervensi.

Prosedur dalam menggunakan Sphygmomanometer digital adalah sebagai berikut:

- 1) Melakukan kalibrasi alat Sphygmomanometer digital terlebih dahulu.
- 2) Pengukuran dilakukan pada lengan kiri.
- 3) Responden duduk dikursi dengan posisi kursi sedekimian rupa sehingga lengan kiri responden dapat bertumpu pada meja dengan nyaman.
- 4) Posisi duduk responden tegak bersandar pada kursi dan kaki relaks tidak menggantung/menekuk.
- 5) Lilitkan manset Sphygmomanometer digital ke lengan atas kiri 2 jari di atas siku.
- 6) Pastikan posisi lengan yang dipasang manset sejajar dengan jantung.
- 7) Pastikan posisi selang manset lurus sejajar dengan jari telunjuk/tengah tangan kiri.
- 8) Tekan tombol power untuk menyalakan tensimeter digital. Pada beberapa produk ada tombol start yang harus ditekan. Jika prosesnya benar maka perlahan-lahan selubung akan mengembang dan setelah

mencapai tekanan yang ditentukan perlahan-lahan selubung akan mengempes antara 2 hingga 5 mmHg/ detik. Semua ini akan ditunjukkan di layar tensimeter.

- 9) Catat angka yang ditunjukkan pada tensimeter digital. Angka yang lebih tinggi merupakan tekanan sistole atau tekanan ketika jantung berkontraksi dan angka yang lebih rendah merupakan tekanan diastole atau tekanan ketika jantung berelaksasi.

d. Data Pengetahuan

Data pengetahuan diperoleh dengan wawancara langsung dari rumah ke rumah dengan bantuan 4 enumerator yaitu mahasiswa jurusan gizi yang sudah menempuh pendidikan hingga semester 7 menggunakan kuesioner sebanyak 15 pertanyaan sebelum dan sesudah pemberian intervensi. Dilakukan penilaian, benar = 1 dan salah = 0.

e. Data Sikap

Data pengetahuan diperoleh dengan wawancara langsung dari rumah ke rumah dengan bantuan 4 enumerator yaitu mahasiswa jurusan gizi yang sudah menempuh pendidikan hingga semester 7 menggunakan kuesioner sebanyak 10 pertanyaan sebelum dan sesudah pemberian intervensi. Dilakukan penilaian, setuju = 1 dan tidak setuju = 0.

f. Data Kepatuhan

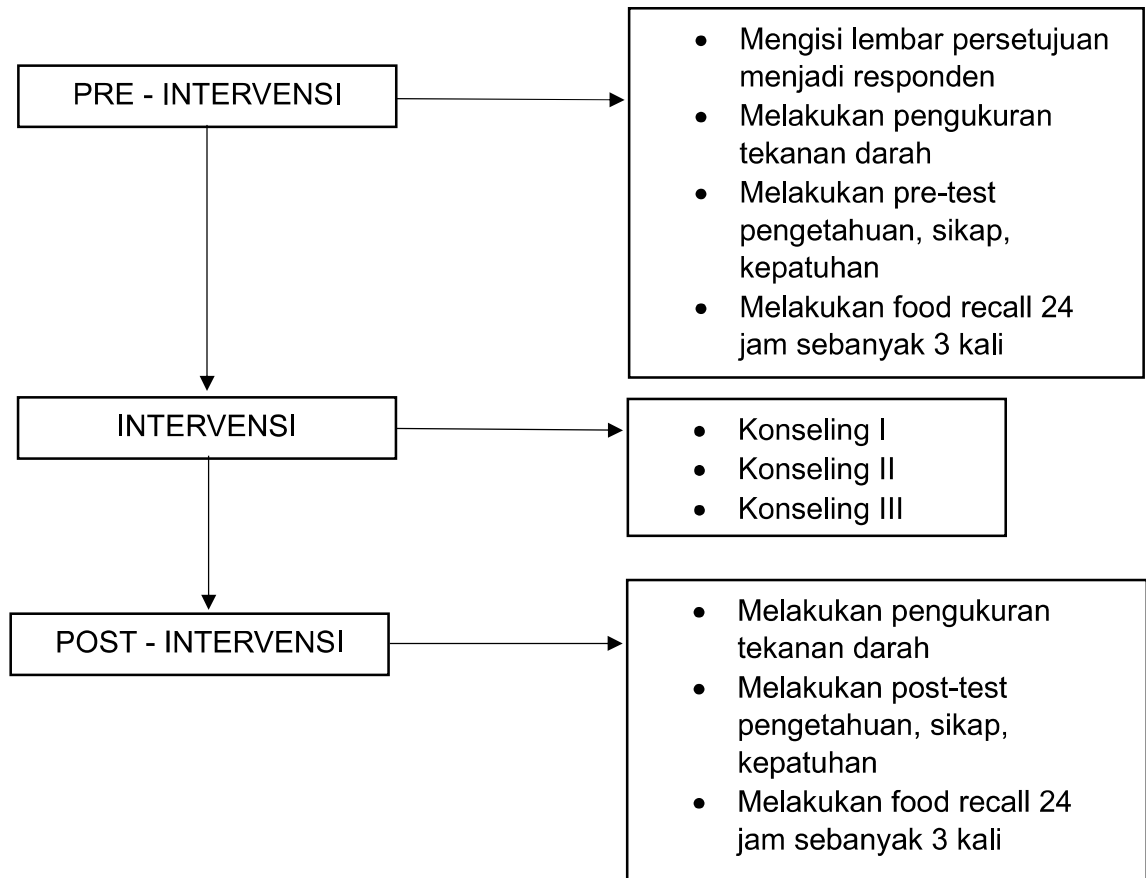
Data kepatuhan, diperoleh dengan menggunakan wawancara langsung dari rumah ke rumah dengan bantuan 4 enumerator yaitu mahasiswa jurusan gizi yang sudah menempuh pendidikan hingga semester 7 menggunakan formulir *food recall* dan lembar observasi sebelum dan sesudah pemberian intervensi. Dilakukan penilaian, patuh = 1 dan tidak patuh = 0

Prosedur dalam menggunakan metode *food recall* 24 jam adalah sebagai berikut:

- 1) Menanyakan form survei konsumsi makanan dengan *Food Recall* 24 jam dengan bantuan food model dan buku foto bahan makanan yang disertai dengan wawancara guna adanya bias.

- 2) Memeriksa kembali form survei yang telah diisi, apabila terdapat ketidakcocokan responden akan diminta untuk menjawab ulang kembali angket yang baru.

E. Alur Penelitian



F. Tahap Pemberian Intervensi

1. Tahapan pemeriksaan awal

Setelah mengisi lembar persetujuan, penderita hipertensi akan menerima pemeriksaan awal berupa :

- Pengukuran tekanan darah menggunakan Sphygmomanometer.
- Pengukuran pengetahuan dan sikap menggunakan kuesioner pre-test.
- Pengukuran kepatuhan menggunakan formulir *food recall* dan lembar observasi.

Pre-Test dilaksanakan pada 1 minggu sebelum pemberian intervensi.

2. Tahapan Intervensi

Pemberian intervensi dilakukan dengan konseling gizi dan pemberian media *leaflet* dengan pembagian materi yaitu pengertian *dash diet*, manfaat *dash diet*, pola makan *dash diet*, dan makanan yang tidak dianjurkan dalam *dash diet*. Konseling gizi dilakukan sebanyak 3 kali pertemuan dengan jarak seminggu untuk setiap pertemuannya. Pemberian konseling dilakukan selama 30-45 menit.

3. Tahapan Pemeriksaan Akhir

Setelah pemberian konseling gizi selama 3 kali maka akan dilakukan pemeriksaan akhir sebagai berikut :

- a. Pengukuran tekanan darah menggunakan Sphygmomanometer
- b. Pengukuran pengetahuan dan sikap menggunakan kuesioner post-test.
- c. Pengukuran kepatuhan menggunakan formulir *food recall* dan lembar observasi.

Hal ini dilakukan pada 1 hari setelah pemberian konseling gizi terakhir untuk mengetahui perubahan tekanan darah dan perubahan pengetahuan, sikap serta kepatuhan penderita hipertensi.

G. Pengolahan dan Analisis Data

1. Pengolahan Data

Teknik pengolahan data dilakukan sesuai dengan proses pengolahan data yang terdiri dari :

1) Memeriksa Data (Editing)

Setelah semua data dikumpulkan, kemudian dilakukan proses editing. Kegiatan yang dilakukan adalah memeriksa kembali data-data yang telah diperoleh untuk melihat kelengkapan data yang diinginkan.

2) Mengentry Data (Entering)

Data identitas responden, pengetahuan, sikap, kepatuhan yang telah diperoleh kemudian dilakukan proses mengentry data atau menginput data ke dalam program komputer SPSS.

1. Data pengetahuan

Setiap Pertanyaan diberi skor benar = 1 dan salah = 0.

Pengetahuan dikategorikan menjadi 3 :

- a. Baik : jika skor 10-15

- b. Cukup : jika skor 5-9
- c. Kurang : jika skor 1-4

2. Data sikap

Setiap Pertanyaan diberi skor setuju = 1 dan tidak setuju = 0. Jumlah maksimal skor = 10.

Sikap dikategorikan menjadi 3 :

- a. Baik : jika skor 8-10
- b. Cukup : jika skor 4-7
- c. Kurang : jika skor 1-3

3. Data kepatuhan

Setiap Aspek yang dinilai diberi skor patuh = 1 dan tidak patuh = 0.

Jumlah maksimal skor = 8.

Kepatuhan dikategorikan menjadi 2 :

- a. Patuh : jika skor >4
- b. Tidak patuh : jika skor <4

3) Menyusun Data (Tabulating)

Kegiatan selanjutnya adalah mengelompokkan data sesuai dengan tujuan penelitian yang selanjutnya hasil data dimasukkan dalam tabel sesuai dengan kriteria untuk keperluan analisis.

2. Analisis Data

a. Analisis Univariat

Analisis univariat yaitu distribusi frekuensi berdasarkan pengetahuan dan sikap dimana hasil penelitian dilakukan interpretasi dari data item pertanyaan dengan cara menghitung persentase jawaban. Selanjutnya untuk setiap item yang dijawab diberi nilai sesuai dengan kategori yang telah ditentukan.

Tujuan dari analisis ini adalah untuk mendeskripsikan data yang dilakukan pada tiap variabel yang diteliti, antara lain umur, jenis kelamin, tingkat pengetahuan, sikap, dan kepatuhan sebelum dan sesudah pemberian konseling gizi *dash diet*. Dengan menggunakan tabel distribusi frekuensi menggunakan program komputer spss, dapat di peroleh frekuensi, persen, persentase yang valid dan persen kumulatif.

b. Analisis Bivariat

Uji ini dilakukan untuk melihat ada tidaknya pengaruh variabel bebas dan variabel terikat dilakukan analisis bivariat dengan uji T dependen untuk sebaran data yang berdistribusi normal dengan pengambilan keputusan jika $p \leq 0,05$ maka H_a diterima artinya ada pengaruh sebelum dan sesudah dilakukan pemberian konseling gizi *dash diet* dan pemberian leaflet terhadap pengetahuan, sikap dan kepatuhan penderita hipertensi. Dengan tingkat kesalahan 5% dan daya tingkat kepercayaan 95%.