

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Lokasi dan waktu penelitian

Penelitian ini dilakukan di Posyandu D Telaga Sari yaitu bagian dari Puskesmas Dalu Sepuluh, Kecamatan Tanjung Morawa, Kabupaten Deli Serdang, Sumatera Utara. Waktu penelitian akan dilakukan pada bulan Oktober-Juni 2024. Waktu pengumpulan data dilaksanakan pada bulan Mei.

B. Jenis dan Rancangan Penelitian

Jenis Penelitian ini bersifat observasional, dengan desain penelitian Cross Sectional, yaitu untuk mengetahui Hubungan Asupan Natrium dan Kebiasaan Konsumsi Kopi dengan Tekanan Darah pada lansia di Posyandu Telaga Sari. Pengumpulan variabel independen (Asupan Natrium dan Konsumsi Kopi) dan variabel dependen (Tekanan Darah pada lansia) dilakukan pada waktu bersamaan.

C. Populasi dan sampel

1. Populasi

Populasi dalam penelitian ini seluruh Lansia berumur 60-75 tahun, yang mampu berkomunikasi dengan baik dan tidak mengalami gangguan demensia yang ada di Posyandu lansia dusun Telagasari, Kecamatan Tanjung Morawa yang berjumlah 554 lansia.

2. Sampel

Sampel pada penelitian ini yaitu lansia berumur 60-75 tahun di Posyandu Telagasari. Pengambilan jumlah sampel dengan menggunakan rumus slovin:

$$n = \frac{N}{1 + N (e^2)}$$
$$= \frac{554}{1 + 554 (0,1^2)}$$

$$= 1 + 5,54$$

$$= \frac{554}{6,54}$$

= 84,70 (dibulatkan menjadi 85 lansia) dan dengan penambahan 10% untuk menghindari drop out, maka:

$$= 85 + 10\%$$

$$= 93,5$$

Jadi sampel pada penelitian ini adalah 93,4 (dibulatkan mejadi 95 orang).

Keterangan :

n = Besar sampel yang diinginkan

N = Jumlah populasi

E = Tingkat kesalahan yang di toleransi

3. Teknik Pengambilan Sampel

Penelitian ini menggunakan teknik pengambilan sampel non-probability sampling dengan cara purposive sampling. Alasan peneliti menggunakan purposive sampling adalah untuk mendapatkan sampel yang mewakili populasi serta memenuhi kriteria dalam memberikan informasi. (Amin, dkk 2023).

Peneliti menetapkan beberapa kriteria sampling, yaitu:

- Usia 60-75 tahun.
- Tidak mengalami gangguan demensia.
- Sering ikut posyandu dan pernah berobat ke Puskesmas Dalu Sepuluh.
- Tidak menderita penyakit komplikasi (hati, dan gagal ginjal).

D. Jenis dan Cara Pengumpulan Data

A. Jenis Data

Jenis data yang dikumpulkan pada penelitian ini terdiri dari data primer dan sekunder, baik yang diperoleh langsung maupun melalui pencatatan data dari Puskesmas Dalu Sepulu dan data dari Posyandu Telagasari, Tanjung Morawa Deli Serdang.

B. Cara pengumpulan data

a. Pra Penelitian

- 1) Mengumpulkan acuan dari artikel yang terkait dengan masalah yang diteliti.
- 2) Menentukan lokasi yang akan diteliti.
- 3) Meminta surat izin penelitian kepada pihak kampus untuk melakukan survey pendahuluan.
- 4) Meminta izin kepada kepala Puskesmas Dalu Sepuluh untuk menyerahkan surat agar bersedia untuk menjadikan Puskesmas sebagai tempat pengambilan sampel dan sebelumnya menjelaskan tujuan manfaat dan tujuan penelitian dilaksanakan.
- 5) Meminta izin kepada sampel untuk dijadikan sebagai sampel dalam penelitian , kemudian membuat janji.
- 6) Menentukan sampel sesuai dengan kriteria yang sebelumnya ditetapkan.
- 7) Menentukan jadwal penelitian.

b. Penelitian

Adapun data – data yang akan dikumpulkan berhubungan dengan penelitian meliputi :

1. Data Primer

a) Data Identitas Sampel

Identitas sampel meliputi nama, umur, jenis kelamin, alamat, dan pekerjaan yang diperoleh dengan wawancara langsung dengan

mengisi form identitas sampel. Kemudian dicek kembali untuk melihat kelengkapan data.

b) Data Asupan Natrium

Data kebiasaan konsumsi kopi diperoleh dengan melakukan wawancara dengan alat bantu formulir Food Frequency Questionnaire memperoleh data yang akurat yang dibantu oleh 2 enumerator.

Langkah-langkah pengisian SQ-FFQ :

- 1) Kuesioner ditanyakan oleh peneliti.
- 2) Menentukan periode survey (me-recall dalam 1 bulan ke belakang).
- 3) Menanyakan jenis makanan/minuman yang ditemukan/konsumsi dalam periode yang telah ditentukan.
- 4) Menanyakan frekuensi konsumsi makanan/minuman yang telah ditandai, berserta porsi (jika menggunakan SQ-FFQ) untuk memperoleh data frekuensi konsumsi sejumlah makanan atau makanan jadi selama periode tertentu (hari, minggu, bulan).
- 5) Mengkonversi seluruh kategori dalam hari. Contoh - nasi 3 x sehari = 3 - telur 5 x seminggu = $5/7 = 0.71$ - tomat 4 x/bulan = $4/30 = 0.13$ - Mangga 15 x (tahun/musim) = $15/365$
- 6) Mengalikan berat (g) setiap BM dengan frekuensi : telur (50 g) = $0.71 \times 50 = 35.5$ g.
- 7) Menghitung nilai gizi.

c) Data Kebiasaan Konsumsi Kopi

Data kebiasaan konsumsi kopi diperoleh dengan melakukan wawancara dengan alat bantu formulir Food Frequency Questionnaire dan memperoleh data yang akurat yang dibantu oleh 2 orang enumerator dan dikategorikan dengan skor sebagai berikut:

- 1) Tidak pernah (0)
- 2) 2 kali sebulan (5)
- 3) 1-2 kali /minggu (10)
- 4) 3-6 kali/ minggu (15)

5) 1 kali/ hari (25)

6) 3 kali/ hari (50)

Menghitung skor konsumsi kopi dihitung berdasarkan jumlah kolom konsumsi untuk setiap jenis kopi yang dikonsumsi dan interpretasi skor didasarkan pada nilai rerata konsumsi kopi responden sehingga dapat dikategorikan menjadi:

➤ Baik = 5 - 45

➤ Tidak Baik = 50 -150

d) Data Tekanan Darah Tinggi pada Lansia

Data tekanan darah tinggi pada lansia menggunakan alat Sphygmomanometer digital, diperoleh dengan langkah – langkah sebagai berikut:

1. Pegang bola tensimeter di tangan kanan.
2. Tekan tombol power. Setelah itu, sejumlah simbol akan muncul, diikuti dengan angka 0. Hal ini mengindikasikan alatnya sudah siap untuk digunakan.
3. Pompa manset dengan cara meremas bola tensimeter menggunakan tangan kanan. Kalau Kamu punya tensimeter dengan fitur pompa manset otomatis, tekan tombol start.
4. Perhatikan manometernya. Terus pompa manset hingga jarum manometer menunjukkan 30 mmHg di atas tekanan palpatoir atau sistolik Kamu.
5. Duduk dengan tenang sambil memerhatikan monitornya. Angka tekanan akan muncul di layar.
6. Tunggu hingga terdengar bunyi, yang berarti bahwa pengukurannya sudah selesai. Perhatikan angka tekanan di layar. Tekanan sistolik berada di sisi kiri, sementara tekanan diastolik berada di sisi kanan.
7. Biarkan manset mengempis, lalu catat hasil yang ada pada layar Sphygmomanometer.

2. Data Sekunder

Data sekunder merupakan data yang dikumpulkan berdasarkan penelusuran yang dilakukan peneliti dari Kepala Puskesmas di Puskesmas Dalu Sepuluh, Kecamatan Tanjung Morawa, Kabupaten Deli Serdang yang meliputi gambaran umum lokasi penelitian dan data jumlah lansia yang terdaftar di Puskesmas Dalu Sepuluh dan riwayat yang terkait dengan tekanan darah.

E. Pengolahan dan Analisis Data

1. Pengolahan Data

Data yang dikumpulkan melalui formulir pengumpulan data, kemudian diolah secara manual dan dianalisis melalui program komputer :

a) Editing (Pemeriksaan data)

Kegiatan ini adalah pemeriksaan data dan melengkapi serta memperbaiki data yang ada secara keseluruhan. Langkah pertama yang perlu dilakukan adalah mengecek kembali formulir, apakah formulir SQ- FFQ telah diisi sesuai dengan petunjuk yang telah diberitahukan kepada responden.

b) Coding (Pengkodean Data)

Coding (Pengkodean Data) membuat lembaran kode yang terdiri dari tabel dibuat sesuai dengan data yang diambil dari alat ukur yang digunakan. Tujuan dari coding yaitu untuk memudahkan analisis dan mempercepat pemasukan data.

c) Entry (Pemasukkan Data)

Memindahkan data mentah dan diolah menggunakan aplikasi komputer yaitu spss.

d) Tabulating (Tabulasi Data)

Tabulating (Tabulasi Data) adalah membuat penyajian data, sesuai dengan tujuan penel. Kegiatan ini dilakukan dengan cara memasukkan data yang diperoleh ke dalam tabel sesuai dengan variabel yang diteliti.

e) Cleaning data (Pembersihan Data)

Sebelum melakukan analisis data, data mentah yang diperoleh terlebih dahulu dilakukan pengecekan, pembersihan jika di temukankesalahan pada entri data. Data yang tidak lengkap dikeluarkan dari data. Data yang sudah di masukan ke dalam komputer telah bersih dari kesalahan sehingga data dapat dianalisis oleh peneliti.

Data-data yang diolah adalah sebagai berikut :

1. Asupan Natrium

Data asupan natrium diperoleh dengan menggunakan teknik wawancara menggunakan semi kuantitatif food frequency Quisionnare dibantu dengan menggunakan program nutri survey.

2. Konsumsi Kopi

Data konsumsi kopi juga diperoleh dengan menggunakan teknik wawancara menggunakan semi kuantitatif food frequency Quisionnare dibantu dengan menggunakan program nutri survey.

3. Tekanan Darah

Data jumlah tekanan darah adalah untuk mengetahui tekanan darah dalam tubuh normal atau tinggi, pengecekan tekanan darah pada Lansia dilakukan dengan bantuan alat Sphygmomanometer digital. Analisa data yang telah diperoleh dilakukan secara komputerisasi dengan menggunakan program yang sesuai.

2. Analisis Data

a) Analisis Univariat

Analisis univariat merupakan analisis yang dilakukan terhadap tiap variabel. Analisis univariat ini mendeskripsikan karakteristik setiap variabel penelitian. Variabel yang akan dilakukan analisis univariat dalam penelitian ini adalah variabel independen (asupan natrium dan kebiasaan konsumsi kopi) dan variabel dependen (tekanan darah).

b) Analisis Bivariat

Analisis bivariat dilakukan untuk melihat keeratan hubungan asupan natrium dan kebiasaan konsumsi kopi dengan tekanan darah pada lansia di Posyandu Telaga Sari, Kecamatan Tanjung Morawa.