

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Lokasi dan Waktu Penelitian**

Penelitian ini dilakukan di Posyandu Dusun Telgasari, yaitu bagian dari Puskesmas Dalu Sepuluh, Kecamatan Tanjung Morawa, Kabupaten Deli Serdang, Sumatera Utara.

#### **B. Jenis dan Rancangan Penelitian**

Penelitian ini bersifat observasional dengan menggunakan desain cross-sectional. Tujuannya adalah untuk mengkaji hubungan antara variabel independen, yaitu konsumsi sayur, buah, dan asam lemak jenuh (dilihat dari jumlah, jenis, dan frekuensi), dengan variabel dependen berupa kejadian tekanan darah pada lansia di Dusun Telgasari. Pengumpulan data dilakukan secara bersamaan dalam periode penelitian yang sama.

#### **C. Populasi dan Sampel**

##### **1. Populasi**

Populasi dalam penelitian ini seluruh lansia berumur 60-70 tahun yang masih mampu berkomunikasi dengan baik dan tidak mengalami gangguan demensia yang ada di Posyandu lansia dusun Telgasari, Kecamatan Tanjung Morawa yang berjumlah 554 lansia yang merupakan bagian dari puskesmas Dalu Sepuluh Tanjung Morawa.

##### **2. Sampel**

Sampel pada penelitian ini yaitu lansia yang berumur 60-70 tahun di Posyandu Telgasari. Pengambilan jumlah sampel dengan menggunakan rumus slovin.

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

$$n = \frac{554}{1 + 5,54}$$

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

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

$$n = 85 + 10\%$$

$$n = 93,5 \text{ lansia}$$

keterangan : n = Besar sampel yang digunakan

N = Jumlah Populasi

E = Tingkat kesalahan yang ditoleransi.

Jadi, sampel pada penelitian ini adalah 93,5 (dibulatkan menjadi 95 lansia).

### 3. Teknik Pengambilan Sampel

Teknik pengambilan sampel pada penelitian yaitu 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

Peneliti menetapkan beberapa kriteria sampel sebagai berikut :

- a. Lansia yang mengalami tekanan darah
- b. Lansia yang dapat berkomunikasi dengan baik dan jelas
- c. Responden yang tidak mengalami gangguan pendengaran dan menulis
- d. Lansia yang berusia 60-70 tahun
- e. Bersedia menjadi responden

## **D. Jenis dan Cara Pengumpulan Data**

### **1. Jenis Data**

Jenis data yang dikumpulkan meliputi data primer dan data sekunder yang diperoleh secara langsung maupun secara pencatatan data.

### **2. Cara Pengumpulan Data**

#### **a. Sebelum penelitian**

1. Mencari referensi dari jurnal yang terkait dengan masalah yang akan diteliti
2. Menentukan lokasi penelitian.
3. Meminta surat izin dari jurusan untuk melakukan survey pendahuluan.
4. Melakukan tinjau pendahuluan dengan melakukan survei di lokasi penelitian.
5. Meminta izin kepada kepala puskesmas untuk melakukan penelitian.
6. Meminta izin kepada responden untuk dijadikan sebagai sampel penelitian.
7. Menentukan sampel sesuai kriteria yang sebelumnya ditetapkan.
8. Menentukan jadwal penelitian.

#### **b. Penelitian**

Adapun data-data yang harus dikumpulkan berhubungan dengan penelitian meliputi :

##### **1. Data Primer**

###### **a. Data Identitas Sampel**

Identitas sampel meliputi yaitu nama, umur, jenis kelamin, alamat, dan pekerjaan yang diperoleh dengan wawancara langsung dengan mengisi form identitas sampel.

###### **b. Data konsumsi sayur dan buah**

- Data menunjukkan variasi frekuensi konsumsi sayur dan buah di antara responden, dengan sebagian besar mengonsumsi sayur dan buah beberapa kali dalam seminggu.

- Jenis Sayur dan Buah: Jenis sayur dan buah yang dikonsumsi diidentifikasi, seperti bayam, kangkung, wortel, apel, papaya, semangka dan pisang.

**c. Data Asupan Lemak Jenuh**

- Data menunjukkan variasi frekuensi konsumsi makanan tinggi asam lemak jenuh.
- Jenis Makanan: Jenis makanan yang kaya asam lemak jenuh yang dikonsumsi diidentifikasi, seperti daging sapi, produk susu tinggi lemak, dan makanan olahan.

**d. Data Tekanan Darah**

Data pengukuran tekanan darah diperoleh dengan pengukuran menggunakan alat Sphygmomanometer sebanyak 2 kali pada waktu yang berbeda dengan jeda waktu 5-10 menit yang dilakukan oleh perawat.

**2. Data Sekunder**

Data sekunder adalah data tentang jumlah populasi lansia yang berada di Desa Telagasari.

**E. Pengolahan dan Analisis Data**

**1. Pengolahan data**

Semua data diproses secara manual dan bertahap sesuai proses yang dimulai dengan editing, coding, entri data, pembersihan data kemudian tabel data dianalisis dengan menggunakan komputer.

**a. Editing**

Editing merupakan kegiatan memeriksa kembali kuesioner yang telah diisi pada saat pengumpulan data, pengecekan kuesioner ini untuk melihat apakah jawaban yang ada di kuesioner lengkap, relevan, dan konsisten.

**b. Coding**

Data yang telah diperiksa dan di edit kemudian melalui proses coding, yakni mengubah data yang berbentuk kalimat atau huruf menjadi data yang berbentuk angka atau bilangan.

1) Konsumsi Sayur dan Buah

1 = baik

2 = tidak baik

2) Asupan Lemak Jenuh

1 = baik

2 = tidak baik

3) Tekanan Darah

1 = normal

2 = tinggi

**c. Data Entry (Memasukkan Data)**

Setelah data di edit dan dilakukan pemberian kode, langkah selanjutnya adalah kegiatan untuk memasukkan data yang telah dikumpulkan dengan program komputer.

**d. Cleaning (Pembersihan Data)**

Pembersihan data dilakukan untuk dipertimbangkan data yang tidak sesuai dengan jawaban yang tersedia dalam kuesioner dengan cara melihat distribusi frekuensi dari masing-masing variabel dan melihat distribusi frekuensi dari masing-masing variabel dan melihat kelogisannya.

**e. Processing**

Processing dilakukan dengan menggunakan program statistik, kuesioner, dibuat dengan memberikan skor masing-masing pertanyaan, hasil pengolahan disajikan dalam bentuk tabel distribusi.

**2. Analisis Data**

**a. Analisis Univariat**

Analisis univariat digunakan untuk memahami distribusi variabel tunggal sebelum melakukan analisis multivariat. Dalam konteks ini, kita akan menggunakan median sebagai ukuran pusat untuk variabel konsumsi sayur, buah, asupan asam lemak jenuh, dan kejadian tekanan darah

pada lansia. Median adalah nilai tengah dari dataset ketika data di urutkan. Untuk menghitung median di SPSS :

- Buka SPSS dan impor data.
- Pilih menu analyze.
- Pilih descriptive statistics kemudian klik frequency.
- Pindahkan variabel yang ingin di analisis ke kotak variabel (s).
- Klik statistics dan centang opsi median.
- Klik continue dan kemudian klik Ok.

Langkah-langkah analisis hubungan di SPSS :

- Pilih menu 'Analyze' > 'Descriptive Statistics' > 'Crosstabs'.
- Masukkan variabel kategori (misalnya kategori konsumsi sayur) ke dalam kotak 'Row(s)' dan variabel tekanan darah ke dalam kotak 'Column(s)'.
- Klik pada tombol 'Statistic', centang 'Chi-square' jika ingin melanjutkan dengan uji Chi-square (untuk analisis lebih lanjut) dan klik 'Continue'.
- Klik 'Ok' untuk menghasilkan output yang mencakup frekuensi dan presentase kejadian tekanan darah pada setiap kategori.

#### **b. Analisis Bivariat**

Analisis bivariate dalam penelitian ini menggunakan software SPSS analisa bivariate bertujuan untuk mengetahui hubungan konsumsi sayur, buah dan asupan asam lemak jenuh dengan kejadian tekanan darah pada lansia di Desa Telagsari yang masing-masing variabel berskala nominal.

Maka digunakan uji chi square dengan keputusan :

A. Jika nilai p-value < 0,05 maka Ho diterima artinya :

Ada hubungan antara variabel dependen (tekanan darah) dengan variabel independen ( konsumsi sayur dan buah,

asupan asam lemak jenuh) pada lansia di Desa Telagasari.

B. Jika nilai p-value  $\geq 0,05$  maka  $H_0$  ditolak artinya :

Ada hubungan antara variabel dependen (tekanan darah) dengan variabel independen ( konsumsi sayur dan buah, asupan asam lemak jenuh) pada lansia di Desa Telagasari.