

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Rumah Sakit Universitas Sumatera Utara Kecamatan Medan Baru, Kota Medan. Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 16 Mei sampai 30 Mei 2024

B. Jenis dan Rancangan Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan yaitu penelitian Observasional dengan menggunakan rancangan penelitian *Cross Sectional*, yaitu menilai hubungan penerapan pola diet 3j dengan kadar gula darah pada penderita diabetes mellitus tipe2. Pengumpulan data untuk variabel independent dan dependent dilakukan secara bersamaan dalam kurun waktu penelitian yang sama.

C. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi merupakan keseluruhan subjek yang diperlukan dalam suatu penelitian (Arikunto, 2010). Populasi dalam penelitian ini yaitu seluruh pasien diabetes mellitus tipe 2 yang sedang melakukan rawat inap di Rumah Sakit Universitas Sumatera Utara berjumlah 35 orang selama penelitian berlangsung.

2. Sampel

Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode *Purposive Sampling* merupakan teknik pengambilan sampel sumber data dengan pertimbangan tertentu. Alasan menggunakan teknik Purposive Sampling karena tidak semua sampel memiliki kriteria yang sesuai dengan yang dibutuhkan oleh peneliti. Adapun sampel dalam penelitian ini sebanyak 32 sampel yang dapat memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi yang ditetapkan peneliti sebagai berikut :

a. Kriteria Inklusi

1. Terdiagnosa menderita Diabetes Mellitus tipe 2 oleh dokter
2. Memiliki data rekam medis yang lengkap
3. Pasien yang bisa diajak untuk berkomunikasi dengan baik.
4. Pasien yang menyetujui untuk menjadi responden dalam penelitian

b. Kriteria Eksklusi

1. Pasien yang dalam keadaan hamil
2. Pasien yang mengalami kepilek
3. Pasien yang tinggal sendiri (tidak didampingi oleh keluarga)

D. Jenis dan Cara Pengumpulan Data

1. Jenis Data

Jenis data yang dikumpulkan pada penelitian ini terdiri dari data primer dan data sekunder.

2. Cara Pengumpulan Data

a. Data Primer

1) Identitas Sampel

Identitas sampel meliputi nama, umur, jenis kelamin, pendidikan dan pekerjaan yang diperoleh dengan wawancara menggunakan Form Identitas.

2) Data Penerapan 3J (Jumlah, Jenis, dan Jadwal)

Form Food Recall 24 jam digunakan untuk mencatat asupan makanan dan waktu makan responden selama 2x24 jam dalam waktu yang berlainan. Metode recall ini berupa wawancara menanyakan makanan yang responden konsumsi selama 2x24 jam. Kemudian *Food Frequency Questionnaire (FFQ)* digunakan untuk melihat frekuensi seberapa sering responden mengkonsumsi jenis bahan makanan tersebut. Adapun metode langkah-langkah melakukan *Food Recall* 24 jam adalah sebagai berikut :

- a. Menyiapkan formulir isian food recall 24 jam.
- b. Mengucapkan salam dan memperkenalkan diri.
- c. Menanyakan makanan yang dikonsumsi pada pasien diabetes meliputi jenis bahan makanan, jumlah, berat dan sumber perolehannya yang dikonsumsi dalam periode 24 jam yang lalu (sejak bangun tidur sampai bangun tidur lagi).
- d. Mencatat pangan atau hidangan yang dikonsumsi dalam ukuran tumah tangga (URT) dan dibantu dengan penggunaan buku foto makanan (food model) untuk mempermudah sampel dalam mengingat ukuran yang dikonsumsi.
- e. Mengumpulkan data dan menghitung nilai zat gizi makanan dari berat setiap pangan kedalam zat gizi dan mengolah data menggunakan program Nutrisurvey.

Wawancara yang dilakukan untuk memperoleh data penerapan diet 3J, peneliti dibantu oleh 3 orang enumerator yang merupakan mahasiswa semester VI prodi D-III Gizi.

3) Data Kadar Gula Darah

Data mengenai kadar gula darah penderita DM Tipe 2 yang diperoleh dari buku status pasien di Rumah Sakit Universitas Sumatera Utara.

2. Data Sekunder

Data sekunder yang diperoleh dari lokasi penelitian yaitu gambaran umum Rumah Sakit Universitas Sumatera Utara dan pasien yang terdaftar di Rumah Sakit Universitas Sumatera Utara.

E. Pengolahan dan Analisis Data

1. Pengolahan Data

- a. Penerapan 3J (Jumlah, Jenis, dan Jadwal)

Data penerapan 3J diperoleh dengan metode wawancara yang menggunakan *Form Food Recall* dan *Food Frequency Quistionnaire (FFQ)*. Hasil *recall* 24 jam segera diketik dan diolah

dengan menggunakan software yaitu Nutrisurvey sehingga diperoleh jumlah zat gizi yang responden konsumsi lalu hasil perhitungan asupan makan tersebut dibandingkan dengan kebutuhan zat gizi sesuai dengan standar diet DM. Selain itu dilakukan analisis jenis makanan dengan melihat frekuensi seberapa sering responden mengkonsumsi jenis bahan makanan dengan membandingkan jenis bahan makanan apa saja yang diperbolehkan, dibatasi dan dihindari. Begitu pula jadwal makan dianalisis dengan membandingkan waktu makan yang ada pada food recall 2x24 jam dengan standar jadwal makan penderita DM tipe 2.

b. Kadar Gula Darah

Pemeriksaan kadar glukosa darah diperiksa oleh tenaga medis dengan menggunakan alat dari Rumah Sakit Universitas Sumatera Utara setelah itu data hasil pemeriksaan glukosa darah sampel dicatat dengan melihat buku status pasien kemudian dikumpul dan diperiksa kelengkapannya terlebih dahulu menggunakan program SPSS.

2. Analisis Data

a. Analisis Univariat

Analisis univariat bertujuan untuk menjelaskan atau mendeskripsikan setiap variabel penelitian dalam bentuk tabel distribusi frekuensi dan dianalisis berdasarkan distribusi dan presentase.

b. Analisis Bivariat

Analisis bivariat digunakan untuk melihat kemungkinan adanya hubungan yang bermakna antara variable dependen dengan variable independent. Teknik analisa data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan uji statistic *chi square* dengan menggunakan tingkat kemaknaan ($\alpha = 0,05$) dan *Confidence Interval* (CI = 95%)