

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Jenis dan Desain Penelitian**

Penelitian ini merupakan penelitian observasional dengan desain *cross sectional* untuk mengetahui gambaran asupan natrium dan aktivitas fisik pada pasien hipertensi di Puskesmas Godean 1 yang diteliti pada waktu bersamaan.

#### **B. Populasi dan Sampel**

##### 1. Populasi

Populasi pada penelitian ini adalah pasien hipertensi rawat jalan di Puskesmas Godean 1.

##### 2. Sampel

Sampel merupakan pasien hipertensi yang datang pada bulan Mei 2018. Sampel dipilih secara *accidental sampling* sebanyak 20 – 40 subyek, memiliki kriteria sebagai berikut :

##### a. Kriteria inklusi

- 1) Bersedia menjadi responden
- 2) Berusia 35 - 65 tahun
- 3) Dapat berkomunikasi dengan baik

##### b. Kriteria eksklusi

- 1) Subyek yang menderita hipertensi dengan penyakit penyerta (jantung, DM, dan gagal ginjal).
- 2) Subyek dalam keadaan hamil.

### **C. Tempat dan Waktu Penelitian**

#### 1. Tempat Penelitian

Tempat yang dilakukan dalam pengumpulan data yaitu Puskesmas Godean 1.

#### 2. Waktu Penelitian

Waktu yang digunakan dalam pengumpulan data yaitu bulan Mei 2018.

### **D. Variabel Penelitian**

1. Variable bebas : Asupan natrium dan aktivitas fisik
2. Variabel terikat : Status hipertensi

### **E. Batasan Istilah**

#### a. Pasien Hipertensi

Definisi : Pasien yang telah didiagnosa dokter menderita hipertensi yaitu suatu peningkatan tekanan darah diatas normal, umumnya tekanan sistolik berada pada nilai 140 mmHg atau lebih dan tekanan diastolik berada pada nilai 90 mmHg atau lebih.

Parameter : Hipertensi tahap 1, Tekanan darah sistolik  $\geq 140$ -  
159 mmHg dan atau tekanan darah diastolik  $\geq 90$ -  
99 mmHg

Hipertensi tahap 2, Tekanan darah sistolik  $\geq 160$   
mmHg dan atau tekanan darah Diastolik  $\geq 100$   
mmHg.

Skala : Ordinal

b. Asupan natrium

Definisi : Jumlah rata-rata asupan natrium yang dikonsumsi dalam sehari yang diperoleh dari berbagai makanan sumber natrium termasuk makanan yang diawetkan, diukur selama satu bulan terakhir yang diperoleh melalui wawancara dengan formulir Semi Kuantitatif *Food Frequency*.

Parameter : Tinggi jika asupan natrium  $>1200$  mg/hari

Normal jika asupan natrium  $\leq 1200$  mg/hari

Skala : Ordinal

c. Aktivitas fisik

Definisi : Indeks aktivitas fisik sehari-hari yang diukur menggunakan *Baecke Physical Activity Scale* pada waktu melakukan pekerjaan, olahraga, dan waktu luang.

Parameter : Ringan apabila indeksinya  $<5,6$

Sedang apabila indeksinya 5,6-7,9

Berat apabila indeksinya  $>7,9$

Skala : Ordinal

## **F. Jenis dan Teknik Pengumpulan data**

### 1. Data Primer

#### a) Asupan Natrium

Data asupan natrium selama satu hari yang lalu diperoleh dengan metode wawancara menggunakan form semi kuantitatif *FFQ* kemudian dibandingkan dengan anjuran standar konsumsi natrium.

#### b) Aktivitas Fisik

Data aktivitas fisik diperoleh dengan metode wawancara menggunakan form *Baecke Physical Activity Scale* kemudian dikelompokkan menurut indeksinya.

### 2. Data Sekunder

#### a) Data gambaran umum Puskesmas Godean 1

Data gambaran umum Puskesmas Godean 1 diperoleh dari profil Puskesmas Godean 1.

#### b) Data Tekanan darah

Data tekanan darah pasien hipertensi diperoleh dari rekam medis.

## **G. Instrumen Penelitian**

Instrumen yang digunakan dalam penelitian adalah sebagai berikut :

1. Form Penjelasan Sebelum Penelitian (PSP)
2. Form *Informed Consent*
3. Form identitas responden
4. Form Semi Kuantitatif *FFQ*
5. Form *Baecke Physical Activity Scale*

## **H. Prosedur Penelitian**

Prosedur dalam penelitian ini meliputi beberapa tahap penelitian yaitu sebagai berikut :

1. Persiapan penelitian
  - a. Menyiapkan proposal penelitian yang telah disetujui oleh Prodi D-III Gizi Poltekkes Kemenkes Yogyakarta
  - b. Menyiapkan surat ijin penelitian
  - c. Menyiapkan instrument penelitian
  - d. Menyiapkan reward berupa mangkok yang akan diberikan kepada responden penelitian.
2. Proses pengambilan data penelitian
  - a. Membina hubungan kerjasama yang baik dengan tenaga medis yang terkait dalam pengambilan data penelitian

- b. Setelah responden sesuai dengan kriteria inklusi selanjutnya diberikan form persetujuan untuk menjadi responden.
  - c. Melakukan wawancara dengan responden menggunakan form identitas responden, form semi kuantitatif *FFQ*, dan form *Baecke Physical Activity Scale*.
  - d. Pencatatan data dan pemeriksaan ulang form-form yang telah diisi responden
  - e. Penyerahan reward berupa mangkok kepada responden.
3. Pengolahan data
- a. Pengolahan data identitas responden, asupan natrium, dan aktivitas fisik
  - b. Menganalisis data
  - c. Menarik kesimpulan dari jawaban responden

## **I. Manajemen Data**

### **1. Pengolahan data**

Pengolahan data pada penelitian ini menggunakan program computer. Tahap pengolahan data melalui berbagai proses sebagai berikut :

a. *Editing data*

Tahap ini merupakan tahap penyuntingan data yang telah dikumpul bertujuan untuk memeriksa data yang diperoleh telah lengkap dan dapat dibaca dengan baik.

b. *Coding data*

Tahap ini merupakan tahap merubah huruf menjadi angka atau bilangan bertujuan untuk mempermudah analisis data dan *entry data*.

c. *Entry data*

Tahap ini adalah proses memasukkan data kuesioner ke dalam computer dengan bantuan perangkat lunak computer.

d. *Cleaning*

Tahap ini merupakan proses pengecekan kembali dari pemeriksaan kesalahan pada data yang sudah *dientry* untuk diperbaiki dan disesuaikan dengan data yang telah dikumpulkan.

## 2. Analisis Data

a. Tabel Distribusi Frekuensi

Bertujuan untuk menggambarkan dan menjelaskan karakteristik setiap variabel penelitian.

Tabel 2. Distribusi Responden Berdasarkan Karakteristik Individu di Puskesmas Godean 1

Karakteristik Individu	n	%
Umur		
35 – 44 tahun		
45 – 54 tahun		
55 – 64 tahun		
Total		
Jenis Kelamin		
Laki-laki		
Perempuan		
Total		
Riwayat Keturuan		
Hipertensi		
Ada riwayat keturunan		
Tidak ada riwayat keturunan		
Total		

Tabel 3. Gambaran Asupan Natrium

Asupan Natrium	n	%
Normal		
Tinggi		
Total		

Tabel 4. Gambaran Aktivitas Fisik

Aktivitas Fisik	n	%
Ringan		
Sedang		
Berat		
Total		

Tabel 5. Gambaran Status Hipertensi

Status Hipertensi	n	%
Tahap 1		
Tahap 2		
Total		

## b. Tabel Silang

Tabel silang bertujuan untuk mengetahui hubungan atau kolerasi antar variabel.

Tabel 6. Gambaran Status Hipertensi Berdasarkan Umur

Umur	Status Hipertensi				Jumlah	
	Hipertensi Tahap 1		Hipertensi Tahap 2			
	n	%	n	%	n	%
35 – 44 tahun						
45 – 54 tahun						
55 – 64 tahun						
Jumlah						

Tabel 7. Gambaran Status Hipertensi Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Status Hipertensi				Jumlah	
	Hipertensi Tahap 1		Hipertensi Tahap 2			
	n	%	n	%	n	%
Laki-laki						
Perempuan						
Jumlah						

Tabel 8. Gambaran Status Hipertensi Berdasarkan Riwayat Keturunan

Riwayat Keturunan	Status Hipertensi				Jumlah	
	Hipertensi Tahap 1		Hipertensi Tahap 2			
	n	%	n	%	n	%
Ada riwayat keturunan						
Tidak ada riwayat keturunan						
Jumlah						

Tabel 9. Gambaran Status Hipertensi Berdasarkan Asupan Natrium

Asupan Natrium	Status Hipertensi				Jumlah	
	Hipertensi Tahap 1		Hipertensi Tahap 2			
	n	%	n	%	n	%
Normal						
Tinggi						
Jumlah						

Tabel 10. Gambaran Status Hipertensi Berdasarkan Aktivitas Fisik

Aktivitas Fisik	Status Hipertensi				Jumlah	
	Hipertensi Tahap 1		Hipertensi Tahap 2			
	n	%	n	%	n	%
Ringan						
Sedang						
Berat						
Jumlah						

## J. Etika Penelitian

Masalah etika yang harus di perhatikan antara lain adalah sebagai berikut:

### 1. *Informed consent*

Informed consent merupakan bentuk persetujuan antara peneliti dan subyek penelitian dengan memberikan lembar persetujuan. Tujuan informed consent adalah agar subjek mengerti maksud dan tujuan penelitian, mengetahui dampaknya.

## 2. *Anomity* (tanpa nama)

Masalah etika merupakan masalah yang memberikan jaminan dalam penggunaan subjek penelitian dengan cara tidak memberikan atau mencantumkan nama subyek pada lembar alat ukur dan hanya menuliskan kode pada lembar pengumpulan data atau hasil penelitian yang akan disajikan.

## 3. Kerahasiaan (*confidentiality*)

Merupakan masalah etika dengan memberikan jaminan kerahasiaan hasil penelitian, baik informasi maupun masalah-masalah lainnya (Hidayat, 2008).