

## **BAB III**

### **METODELOGI PENELITIAN**

#### **3.1 JENIS PENELITIAN**

Jenis penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif korelasional yang bertujuan untuk mengetahui ada tidaknya Hubungan pola makan dan stres pasien dengan hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Waingapu Penelitian bersifat kuantitatif yaitu penelitian dengan menggunakan analisis uji hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat. (Notoatmojo, 2002)

#### **3.2 POPULASI DAN SAMPEL**

##### **3.4.1 Populasi**

Menurut Handayani (2020), populasi adalah totalitas dari setiap elemen yang akan diteliti yang memiliki ciri sama, bisa berupa individu dari suatu kelompok, peristiwa, atau sesuatu yang akan diteliti. Populasi dalam penelitian ini sejumlah 679 orang penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Kecamatan Waingapu.

##### **3.4.2 Sampel**

Menurut Siyoto & Sodik (2015), sampel adalah sebagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut, ataupun bagian kecil dari anggota populasi yang diambil menurut prosedur tertentu sehingga dapat mewakili populasinya. Jenis sampel yang digunakan adalah Non Random (Non-Probability sampling).

Adapun Teknik pengambilan sampel nya memakai metode purposive sampling. Besar sampel yang di gunakan dalam penelitian ini memakai rumus slovin dengan perhitungan sebagai berikut :

Keterangan :

n : sampel

N : Populasi

e : nilai margin eror (15%)

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

$$n = \frac{679}{1+(679 \cdot 0,15^2)}$$

$$n = \frac{679}{1+(679 \cdot 0,0225)}$$

$$n = \frac{679}{1+(15,2775)}$$

$$n = \frac{679}{16,2775}$$

$$n = 41,71$$

$$= 42 \text{ (di bulatkan menjadi 50)}$$

Setelah di lakukan perhitungan didapat Jumlah sampel yang diteliti sebanyak 50 responden penderita hipertensi.

Karena penelitian ini membutuhkan jawaban yang jujur dan tepat dan dapat diperoleh informasi yang akurat maka sample dalam penelitian ini ditambah dengan persyaratan/ kriteria inklusi sebagai berikut:

1. Penderita Hipertensi diwilayah kerja Puskesmas Waingapu
2. Bersedia diteliti dan menandatangani surat persetujuan menjadi responden

### **3.4 VARIABEL PENELITIAN**

- a. Variabel independen (bebas)

Variabel independen adalah Pola maka dan stres pasien

- b. variabel Dependen (terikat )

variabel dependen adalah kejadian hipertensi

### 3.5 DEFINISI OPERASIONAL VARIABEL

Variabel	Defenisi operasional	Parameter	Alat ukur	Skala ukur	Hasil														
<b>Independent</b> Pola makan	Pola makan adalah jumlah dan komposisi makanan yang di konsumsi seseorang setiap harinya.	Kategori pola makan konsumsi sumber karbohidrat(makanan utama)  sumber protein(lauk paik)  sumber lemak (susu dan lauk pauk)  sumber serat (sayur dan buah)	Kuesioner dengan FFQ	Nominal	<table border="1"> <tr> <td></td> <td>&gt;3x/hari</td> <td>1x/hari</td> <td>3-6x Per minggu</td> <td>1-2x/per minggu</td> <td>2x/bulan</td> <td>Tidak pernah</td> </tr> <tr> <td>skor</td> <td>50</td> <td>25</td> <td>15</td> <td>10</td> <td>5</td> <td>0</td> </tr> </table> <p>Selanjutnya nilai komposisi makan yang sudah di beri skor di jumlahkan keseluruhan dan kemudian di rata-rata.</p> $\frac{\text{jumlah skor}}{\text{jumlah bahan makanan}}$ <p>Kriteria skor : 0-14 : baik 15-50 : tidak baik</p>		>3x/hari	1x/hari	3-6x Per minggu	1-2x/per minggu	2x/bulan	Tidak pernah	skor	50	25	15	10	5	0
	>3x/hari	1x/hari	3-6x Per minggu	1-2x/per minggu	2x/bulan	Tidak pernah													
skor	50	25	15	10	5	0													
Stres	Stres adalah perasaan yang umum dirasakan oleh seseorang saat berada di bawah tekanan, merasa kewalahan atau situasi yang sulit untuk di	Skala stres yang terdiri dari: 1. Sulit rileks (pada nomor 1,2 dan 3) 2. Gugup ( pada nomor 4 dan 5) 3. Mudah marah atau gelisah (pada nomor 6,7 dan 8) 4. Mudah tersinggung atau sensitif (pada nomor 10 dan 11) 5. Tidak sabaran (pada	Kuesioner dengan menggunakan instrumen DASS	Ordinal	0 : tidak pernah 1: kadang – kadang 2: sering 3: hampir setiap saat  Kriteria skor : Normal : 0-14 Ringan : 15-24 Berat : 25-33 Sangat berat : $\geq 34$														

	hadapi.	nomor 12,13 dan 14)			
Dependen Kejadian Hipertensi	Peningkatan tekanan darah yang di alami oleh seseorang	Tekanan darah sistol dan diastol	Tensimeter, stetoskop dan kuesioner hipertensi	Ordinal	Keterangan :  1 : Ya 2 : Tidak  Kriteria skor : 10-12 : Hipertensi ringan 13-16 : Hipertensi sedang 17-20 : Hipertensi berat

### **3.6 LOKASI DAN WAKTU PENELITIAN**

Penelitian ini dilakukan di wilayah kerja puskesmas Waingapu kecamatan Kota Waingapu kabupaten Sumba Timur pada bulan Mei sampai juni 2023

### **3.7 INSTRUMEN PENELITIAN**

Instrumen yang digunakan penelitian ini berjumlah 3 kuisisioner penelitian yang telah disiapkan oleh peneliti dengan pilihan jawaban yang telah disediakan.

#### **1. Kuesioner FFQ**

Responden menceklis setiap pernyataan yang ada dalam lembar kuesioner, setiap ceklis di nilai satu. Kemudian di hitung total tiap kolom frekuensi. Setelah itu di kalikan dengan skor masing – masing frekuensi (50,25,15,10,5,0). Lakukan hal yang sama pada frekuensi lainnya. Setelah semua di hitung kemudian di total dan di bagi dengan jumlah komponen makanan (35 bahan makanan) maka akan menghasilkan nilai akhir yang menunjukkan hasil. Dengan hasil ukur 0-14 baik dan hasil 15-50 tidak baik.

#### **2. Kuesioner Stres**

Kuesioner stres ini menggunakan metode DASS yang di perkenalkan oleh Lovibond yang sudah baku dan tidak ada modifikasi dari peneliti. Responden menceklis setiap pernyataan yang ada dalam lembar kuesioner, setiap ceklis di nilai satu. Kemudian di hitung total tiap kolom . Setelah itu di kalikan dengan skor masing – masing kolom (0,1,2,3). lainnya. Setelah semua di hitung kemudian di total. Maka akan di temukan hasil ukurnya.

Dengan kriteria 0-14 normal, 15-25 stres ringan, 26-33 stres berat dan >34 stres berat

### 3. Kuesioner Hipertensi

Responden cukup menceklis pada kolom ya atau tidak sesuai dengan pernyataan. Kemudian jumlah ceklis ya di kali 1 dan ceklis tidak di kali 2 kemudian di jumlahkan semua. Maka akan muncul skor yang menunjukkan derajat hipertensi. Apakah hipertensi ringan, sedang atau berat. Dengan kriteria hipertensi ringan dengan skor 1-10, hipertensi sedang dengan skor 11-15 sedangkan 16-20 hipertensi berat.

## **3.8 TEKNIK PENGUMPULAN DATA, PENGOLAHAN DATA DAN ANALISA DATA**

Dalam penelitian ini, penulis menggunakan beberapa cara dalam menyusun data, yaitu sebagai berikut:

### 1. Teknik pengumpulan data

#### a. Data primer

data yang diperoleh dari hasil penelitian yang dilakukan dengan kuesioner.

#### b. Data sekunder

data yang diperoleh dari instansi terkait yaitu data awal dari Puskesmas Waingapu Kabupaten Sumba Timur, Dinas Kesehatan dan data yang di ambil dari internet dengan sumber Terpercaya.

### 2. Pengolahan data

Pengolahan data adalah segala macam pengolahan terhadap data atau kombinasi- kombinasi dari berbagai macam pengolahan terhadap

data untuk membuat data itu berguna sesuai dengan hasil yang diinginkan dapat segera dipakai. Menurut Masturoh & Anggita T (2018), pengolahan data adalah bagian dari penelitian setelah pengumpulan data. Pada tahap ini data mentah atau raw data yang telah dikumpulkan dan diolah atau dianalisis sehingga menjadi informasi:

*a. Editing*

*Editing* atau penyuntingan data merupakan tahapan dimana data yang sudah dikumpulkan dari hasil pengisian kuesioner disunting kelengkapan jawabannya. Jika pada tahapan penyuntingan ternyata ditemukan ketidak lengkapan dalam pengisian jawaban, maka harus melakukan pengumpulan data ulang.

*b. Scoring*

Yaitu dengan pemberian nilai dari masing-masing responden sesuai dengan skor yang telah ditetapkan. Untuk kuesioner pola makan skor 0-14 adalah kriteria pola makan baik sedangkan skor 15-50 adalah kriteria tidak baik. Pada kuesioner stres skor 0-14 adalah normal, 15-24 stres ringan, 25-33 stres sedang dan lebih dari 34 stres berat. Pada kuesioner hipertensi skor 10-12 adalah hipertensi ringan, 11-15 hipertensi sedang dan 16-24 hipertensi berat.

*c. Coding*

*Coding* adalah membuat lembaran kode yang terdiri dari tabel dibuat sesuai dengan data yang diambil dari alat ukur yang

digunakan. Untuk tabulasi kuesioner pola makan kode 0 untuk pola makan baik dan 1 untuk kode pola makan tidak baik. Sedangkan pada stres kode 0 untuk normal, 1 untuk stres ringan, 2 stres sedang dan 3 untuk stres berat. Pada kuesioner hipertensi kode 1 untuk hipertensi ringan, 2 hipertensi sedang dan 3 kode hipertensi berat.

*d. Tabulating*

*Tabulating* adalah memasukkan jawaban responden pada tabel dimana mentabulasi data berdasarkan kelompok data yang telah ditentukan ke dalam tabel distribusi frekuensi (Arikunto, 2018). Pada penelitian ini perangkat yang dipakai adalah Microsoft Excel

*e. Data Entry*

*Data entry* adalah mengisi kolom dengan kode sesuai dengan jawaban masing-masing pertanyaan.

*f. Cleaning Data*

*Cleaning data* adalah pengecekan kembali data yang sudah diinput apakah sudah betul atau ada kesalahan pada saat memasukkan data.

### **3.9 TEKNIK ANALISA DATA**

#### **1. Analisis Univariat**

Analisis univariat bertujuan untuk menjelaskan atau mendeskripsikan karakteristik setiap variabel penelitian. Pada umumnya dalam analisis ini hanya menghasilkan distribusi frekuensi dan presentase dari tiap variabel

(Notoatmodjo, 2012). Presentase ini disajikan dalam bentuk tabel untuk menggambarkan masing-masing variabel. Variabelnya adalah pola makan dan stress pasien.

## 2. Analisis Bivariat

Analisis bivariat dilakukan terhadap dua variabel yang diduga berhubungan atau berkorelasi (Notoatmodjo, 2012). Analisis ini untuk mengetahui hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat secara satu persatu dengan menggunakan tingkat kepercayaan 95% dan tingkat signifikansi ( $\alpha$ ) = 0,05. Analisis menggunakan uji statistik chi-square dengan bantuan perangkat Lunak SPSS.

### 3.10 Etika Penelitian

Menurut Hidayat (2014), Etika penelitian diperlukan untuk menghindari terjadinya tindakan yang tidak etis dalam melakukan penelitian, maka dilakukan prinsip-prinsip sebagai berikut (Hidayat, 2014) :

#### 1. Lembar Persetujuan (Informed consent)

Lembar persetujuan berisi penjelasan mengenai penelitian yang dilakukan, tujuan penelitian, tata cara penelitian, manfaat yang diperoleh responden, dan resiko yang mungkin terjadi. Pernyataan dalam lembar persetujuan jelas dan mudah dipahami sehingga responden tahu bagaimana penelitian ini dijalankan. Untuk responden yang bersedia maka mengisi dan menandatangani lembar persetujuan secara sukarela.

2. *Anonimitas*

Untuk menjaga kerahasiaan peneliti tidak mencantumkan nama responden, tetapi lembar tersebut hanya diberi kode.

3. *Confidentiality* ( Kerahasiaan )

Confidentiality yaitu tidak akan menginformasikan data dan hasil penelitian berdasarkan data individual, namun data dilaporkan berdasarkan kelompok.

4. Sukarela

Peneliti bersifat sukarela dan tidak ada unsur paksaan atau tekanan secara langsung maupun tidak langsung dari peneliti kepada calon responden atau sampel yang akan diteliti.