

BAB IV

METODE PENELITIAN

4.1 Jenis Dan Desain Penelitian

Penelitian yang dilakukan merupakan jenis penelitian deskriptif, dimana penelitian ini untuk melihat gambaran asupan makan pada lansia. Variabel independen dalam penelitian ini adalah asupan makan (asupan karbohidrat, lemak dan natrium) sedangkan variabel dependen dalam penelitian ini adalah tekanan darah pada lansia. Adapun desain penelitian ini adalah *cross sectional* yaitu pengumpulan data yang dilakukan dalam satu periode atau waktu kemudian data diolah, dianalisis, dan ditarik kesimpulannya.

4.2 Waktu Dan Tempat

Penelitian akan dilaksanakan pada bulan Desember 2023 hingga Mei 2024 di Posyandu Lansia Di RW 01 Kelurahan Perhentian Marpoyan Damai Kota Pekanbaru.

4.3 Populasi Dan Sampel

4.3.1 Populasi

Populasi adalah jumlah lansia dengan umur 53 – 69 tahun. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh lansia yang tercatat di Posyandu Lansia di RW 1 Kelurahan Perhentian Maroyan kecamatan Marpoyan Damai Kota Pekanbaru. Menunjukkan data sebanyak 36 orang yang tercatat pada register laporan ketua posyandu.

4.3.2 Sampel

Pengambilan sampel pada penelitian ini yaitu menggunakan metode *Total Sampling*. *Total Sampling* adalah Teknik pengambilan sampel dimana jumlah sampel sama dengan populasi. Pada penelitian ini jumlah sampel yang digunakan sebanyak 36 sampel.

4.4 Jenis Data Dan Cara Pengumpulan Data

4.4.1 Data Primer

Data primer adalah data yang diperoleh peneliti secara langsung dengan wawancara atau pengukuran langsung. Data ini meliputi :

1. Data identitas sampel, nama alamat, umur, tempat tanggal lahir.
2. Data asupan makan *Food Recall* 2 x 24 jam

Teknik pelaksanaan *Food recall* 2x24 jam adalah sebagai berikut:

- 1) Pewawancara menyiapkan *food recall* yang telah diurutkan berdasarkan waktu makan (pagi, siang, malam, snack, jajanan) dan pengelompokan bahan makanan (makanan pokok, sumber protein nabati, sumber protein hewani, sayuran, buah buahan dan lain-lain).
- 2) Petugas atau pewawancara menanyakan kembali dan mencatat semua makanan dan minuman yang dikonsumsi responden dalam ukuran rumah tangga (URT)
- 3) Petugas menggunakan konversi dari URT ke dalam ukuran berat (gram). Dalam menaksir atau memperkirakan ke dalam ukuran berat (gram) pewawancara menggunakan berbagai alat bantu seperti contoh ukuran rumah tangga (piring, gelas, sendok dan lain-lain) atau model dari makanan (food model).
- 4) Menganalisis bahan makanan ke dalam zat gizi dengan menggunakan Daftar Komposisi Bahan Makanan (DKBM)

3. Pengukuran Tekanan Darah

Teknik pelaksanaan pengukuran tekanan darah oleh petugas kesehatan

- 1) Melakukan kalibrasi alat tensimeter digital terlebih dahulu.
- 2) Responden diminta untuk duduk bersandar dalam keadaan tenang, lengan serta siku menempel di atas meja atau permukaan yang datar dengan kondisi telapak tangan menghadap ke atas.
- 3) Selama waktu pengukuran responden tidak diperbolehkan bergerak serta berbicara.

- 4) Mengukur tekanan darah menggunakan tensimeter digital dengan perlakuan sebanyak 3x dengan jeda 1-2 menit. Dilakukan pengukuran ketiga apabila terdapat selisih sebanyak >10 mmHg dan dilakukan setelah 10 menit dari pengukuran kedua.
- 5) Mencatat hasil pengukuran pada lembar kertas data diri responden.

4.4.2 Data Sekunder

Data sekunder adalah pengumpulan data yang diperoleh dari orang lain atau tempat lain dan tidak dilakukan oleh peneliti sendiri, Adapun data yang diambil adalah data jumlah lansia yang di ambil dari posyandu lansia di Di RW 01 Kelurahan Perhentian Marpoyan Damai.

4.5 Pengolahan Dan Analisis Data

4.5.1 Pengolahan Data

Data yang diperoleh dari *Food Recall* selanjutnya akan dilakukan pemeriksaan, pengecekan dan konsistensi isi jawaban sehingga dapat dianalisis untuk menjawab tujuan penelitian dengan tahapan sebagai berikut:

A. Editing

Tahap ini merupakan tahap memeriksa kelengkapan isi Formulir *Food Recall* dan asupan zat gizi makro. Editing dilakukan dengan tujuan untuk melengkapi data yang masih kurang maupun memeriksa kesalahan untuk diperbaiki agar dengan data diolah secara benar sehingga pengolahan data memberikan hasil yang valid.

B. Coding

Tahapan ini merupakan kegiatan merubah data yang berbentuk huruf menjadi data berbentuk angka/bilangan. *Coding* dilakukan dengan tujuan untuk mempermudah pada saat analisis data dan juga mempercepat pada saat *entry* data (pemasukan data).

1. Kategori Asupan Makan Makro (Karbohidrat, Lemak)

1 = Defisit : < 80%

2 = Baik : 80-110 %

3 = lebih : > 110 %

Kategori Asupan natrium

1 = baik yaitu 1200- 1400 mg per hari

2 = tidak baik lebih dari 1500 mg per hari.

2. Status Hipertensi

Hasil pemeriksaan tekanan darah diukur dengan menggunakan alat *Digital Pressure Meter* atau tensi meter dan di entri ke program computer yaitu SPSS. Langkah - langkah mengolah status hipertensi :

1. = normal, tekanan darah sistolik/ diastolik < 120/< 80 mmHg

2. = pra-hipertensi, tekanan darah sistolik/diastolik 120-139 / 80-89 mmHg

3. = hipertensi tingkat I, tekanan darah sistolik/diastolik 140-159/ 90-99 mmHg

4. = hipertensi tingkat II, tekanan darah sistolik/diastolic >160/ > 100 mmHg

C. *Entry*

Merupakan proses memasukkan data dari kuesioner ke software sesuai jawaban yang sudah diperoleh dari kuesioner responden. Data asupan makanan responden selama 2x24 jam menggunakan metode recall berdasarkan porsi dan jumlah makanan yang dimakan. Kemudian hasil recall 2x24 jam tersebut diinput kedalam software *nutrisurvey* untuk didapat jumlah asupan lemak, karbohidrat dan natrium.

D. *Cleaning*

Cleaning data merupakan proses pengecekan kembali data yang sudah di *entry* untuk konsistensi dan treatmen yang hilang. Pengecekan konsistensi meliputi pemeriksaan data yang tidak konsisten secara logika terhadap maksud dari kuesioner. Sedangkan treatmen yang hilang adalah nilai dari suatu variabel yang tidak diketahui yang disebabkan karena jawaban responden yang membingungkan.

4.5.2 Analisis Data

Data yang sudah dilakukan pengolahan selanjutnya dilakukan analisis menggunakan analisis univariat. Kemudian masing-masing variabel disajikan dalam bentuk tabel distribusi jumlah dan persentase. Analisa data yang dilakukan pada variabel untuk melihat gambaran asupan makan dan hipertensi pada lansia. Hasil data dari penelitian ini yang nantinya akan dipergunakan sebagai tolak ukur pembahasan dan kesimpulan.