

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Metode Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian survey deskriptif kuantitatif dengan pendekatan cross sectional karena pada penelitian ini peneliti memberikan data dalam bentuk numerik untuk menggambarkan pola hidup sehat pada penderita DM tipe 2.

3.2 Populasi dan Sampel

3.2.1 Populasi

Populasi dalam penelitian ini ialah penderita DM tipe 2 dengan jumlah 49 orang.

3.2.2 Sampel

Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini ialah *accidental sampling*, dimana peneliti melakukan penelitian karena keterbatasan waktu. Maka sampel yang ditetapkan sebagai patisipan dalam penelitian ini berjumlah 49 orang. Pasien diabetes yang memenuhi persyaratan berikut sebagai sampel: Kriteria Inklusi sampel dalam penelitian

- a) Pasien yang menderita diabetes melitus tipe 2
- b) Pasien yang sedang melakukan kontrol di ruang poli dalam
- c) Bukan pasien baru
- d) Berusia 55-80 tahun
- e) Bersedia menjadi partisipan

3.2.3 Teknik Pengambilan Data

Penelitian ini menggunakan kuesioner dimana peneliti melakukan penelitian langsung ke tempat dengan cara membagikan kuesioenr kepada semua populasi yang sedang melakukan kontrol (pemeriksaan ulang) diruang poli dalam RSUD Sumedang.

3.3 Definisi Operasional

Tabel 3.1
Definisi Operasional

Variabel	Definisi Operasional	Indikator	Alat Ukur	Skala	Skor
Pola Hidup Sehat	Cara hidup sehari-hari yang meliputi, pola makan dan aktivitas fisik	Terdiri dari 15 pertanyaan, pola makan terdiri dari 7 pertanyaan, pola aktivitas fisik terdiri dari 8 pertanyaan	Kuesioner Alternatif jawaban favorable “ Tidak pernah, Kadang-kadang = 1 kali/minggu, Sering = 3-4 kali/minggu, Selalu = Setiap hari/ minggu. Sedangkan untuk unfavorable kebalikannya.	Ordinal	Skor penilaian favorable “Tidak pernah=1, Kadang-kadang = 2, Sering = 3, Selalu = 4. Skor penilaian unfavorable “ Selalu = 1, Sering = 2, Kadang-kadang = 3, Tidak pernah = 4” Hasil skor : Positif ≥ 30 Negatif < 30
a. Pola Makan	Kebiasaan mengkonsumsi makanan yang terdiri dari frekuensi jumlah dan jenis makanan		Kuesioner	Ordinal	Hasil skor : Sehat ≥ 14 Tidak sehat < 14
b. Pola aktivitas fisik	Kegiatan dalam waktu dan durasi tertentu.		Kuesioner	Ordinal	Hasil Skor Berat ≥ 16 Ringan < 16

3.4 Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan diruang poli dalam RSUD Sumedang, pada tanggal 26 April sampai tanggal 05 Mei 2023 pada penderita DM tipe 2.

3.5 Instrumen Penelitian

Penelitian ini menggunakan *skala likert* terdiri dari 2 bagian, yaitu pola makan dan pola aktivitas fisik, kuesioner ini dibuat oleh (Kamisna, 2022) telah diuji oleh peneliti untuk efektivitas dan pemulihan.

Kuesioner ini terdiri dari 15 pertanyaan, 7 item pertanyaan pada kategori pola makan, terdiri dari 5 pertanyaan dalam bentuk favorable nomor 1,2,3,6,7 dan 2 sedangkan pertanyaan dalam bentuk unfavorable nomor 4 dan 5. Selanjutnya untuk pola aktivitas fisik terdiri dari 8 item pertanyaan semua pertanyaan dalam bentuk favorable.

Tabel 3.2

Tabel Penilaian Kuesioner

Alternatif Jawaban	Skor Favorable	Skor Unfavorable
Tidak pernah	1	4
Kadang-kadang (1 kali/ minggu)	2	3
Sering (3-4 kali/minggu)	3	2
Selalu (Setiap hari/minggu)	4	1

Tabel 3.3

Hasil Skor Pola Makan

Sehat	Tidak Sehat
≥ 14	< 14

Tabel 3.4

Hasil Skor Aktivitas Fisik

Berat	Ringan
>16	< 16

3.6 Pengumpulan Data

3.6.1 Langkah Pengumpulan Data

1. Setelah surat izin penelitian diurus oleh pihak diklat kemudian sudah diizinkan untuk melakukan penelitian maka peneliti langsung meminta izin kepada pihak penanggung jawab poli dalam.

2. Menjelaskan Kembali tujuan dan jadwal penelitian kepada penanggung jawab tempat penelitian, dan mendapatkan persetujuan dari subjek untuk berpartisipasi dalam penelitian.
3. Pilih subjek dengan sampel total yang telah ditentukan diruang poli dalam.
4. Jelaskan maksude penelitian dan informed consent kepada peserta.
5. Meminta respoonden untuk menandatangani formulir *informed consent* sebagai bukti persetujuan.
6. Membagikan kuesioner dengan mendatangi penderita diabetes yang sedang melakukan kontrol diruang poli dalam RSUD Sumedang.
7. Pembagian kuesioner dibantu oleh satu orang teman
8. Memberikan kesempatan waktu selama 20 menit kepada partisipan untuk mengisi lembar kuesioner diruang poli dalam.
9. Menganalisa dan mengolah data hasil kuesioner.
10. Menyajikan pengolahan data atau hasil penelitian dalam bentuk tabel dan narasi.

3.7 Pengolahan dan Analisa Data

3.7.1 Pengolahan Data

1. Pemeriksaan Data (Editing)

Peneliti melakukan pengecekan ulang kuesioner dengan memastikan kejelasan seperti identitas dan jawaban responden apakah sesuai atau tidak.

2. Pengkodean Data (Coding)

Setelah diperiksa kelengkapan data, peneliti memberikan kode pada variabel sesuai dengan angka penelitian, dengan code sebagai berikut :

1). Usia

- Kode 1 : 55-60 tahun
- Kode 2 : 61-75 tahun
- Kode 3 : > 76 tahun

2). Jenis Kelamin

- Kode 1 : Perempuan
- Kode 2 : Laki-laki

3). Lama menderita DM

- Kode 1 : < 5 tahun
- Kode 2 : > 5 tahun

4). Pola Makan

- Kode 1 : Sehat
- Kode 2 : Tidak Sehat

5). Pola Aktifitas

- Kode 1 : Berat
- Kode 2 : Ringan

6). Pola hidup sehat

- Kode 1 : Positif
- Kode 2 : Negatif

3. Memasukan Data (*Entry Data*)

Peneliti memasukkan data hasil kuesioner yang sudah terisi dari responden melalui spss, untuk mendapatkan hasil frekuensi distribusi tentang pola makan, pola aktivitas, pola hidup sehat serta karakteristik responden.

4. Penyusunan Data (Tabulating)

Tahap ini, peneliti melakukan pemindahan data dari hasil spss ke dalam tabel yang telah dipersiapkan yaitu data yang telah di dapatkan nilainya.

5. Setelah Mebersihkan Data (Cleaning Data)

Tahap terakhir yang dilakukan oleh peneliti yaitu kembali melakukan pengecekan terhadap kesesuaian data yang sudah masuk pada paket computer agar peneliti mudah dalam melakukan tahap analisis data.

3.7.2 Analisa Data

Analisis univariat dilaksanakan untuk menjabarkan pola hidup sehat pada penderita diabetes melitus. Sedangkan untuk data kategorik disajikan dalam bentuk frekuensi dan persentase dengan perolehan masing-masing dengan menggunakan rumus :

$$P = \frac{f}{n} \times 100\%$$

Keterangan :

P = Persentase

F = Jumlah jawaban benar

N = Jumlah skor maksimal (30)

Adapun penilaian mengenai pola hidup sehat dalam penelitian ini adalah menurut (Nursalam, 2008) :

- Positif ≥ 30
- Negatif < 30

Dalam penelitian ini, tabel frekuensi dan persentase memberi informasi mengenai hasil penelitian yang telah didapatkan, sedangkan menginterpretasikan hasil menurut Arikunto (2013) ialah sebagai berikut :

- 0% : Tak seorang pun dari responden
- 1-25% : Sebagian kecil dari responden
- 27- 49% : Hampir setengahnya dari responden
- 50% : Setengahnya dari responden
- 51-75% : Hampir sebagian besar dari responden
- 76-99% : Hampir seluruh dari responden
- 100% : Seluruhnya dari responden

3.8 Penyajian Data

Data yang diolah dalam penelitian ini dipaparkan dalam format distribusi dan persentase.

3.9 Etika Penelitian

Penelitian ini menerapkan beberapa prinsip etik dantara lain :

1. *Informed Consent*

Selama melakukan penelitia, peneliti menerima keputusan responden bersedia atau tidak untuk ikut berpartisipasi dalam penelitian dan tidak memaksa responden.

2. Kerahasiaan Data (*Confidentiality*)

Peneliti menjagakerahasiaan identitas dan data responden menggunakan dengan mengubah nama menggunakan system coding menjadi nomor responden.

3. Kejujuran (*Veracity*)

Saat mengolah data peneliti tidak memanipulasi data