

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Jenis Penelitian**

Penelitian ini menggunakan metode penelitian deskriptif kualitatif. Menurut Nana Syaodih Sukmadinata (2011: 73) penelitian deskriptif kualitatif ditujukan untuk mendeskripsikan dan menggambarkan fenomena-fenomena yang ada. Selain itu, Penelitian deskriptif tidak memberikan perlakuan, manipulasi atau perubahan pada variabel-variabel yang diteliti, melainkan menggambarkan suatu kondisi yang apa adanya. Satu-satunya perlakuan yang diberikan hanyalah penelitian itu sendiri, yang dilakukan melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi. Dimana peneliti melakukan pengamatan tanpa memberikan perlakuan.

#### **B. Lokasi dan Waktu Pelaksanaan**

Lokasi penelitian dilaksanakan di Puskesmas Kedungkandang. Waktu pelaksanaan April 2017.

#### **C. Populasi Sampel dan Sampling**

##### 1. Populasi

Populasi dari penelitian ini adalah semua penderita Diabetes Mellitus Tipe 2 yang melakukan rawat jalan di Puskesmas Kedungkandang.

##### 2. Sampel penelitian

Besar sampel dalam penelitian ini sebesar 15 orang yang merupakan penderita Diabetes Mellitus yang memenuhi kriteria inklusi.

##### 3. Kriteria Sampel

Sampel yang menjadi subyek penelitian harus memenuhi kriteria sebagai berikut:

###### a) Kriteria Inklusi

1. Dapat berkomunikasi dengan baik
2. Berusia 40-75 tahun
3. Tanpa komplikasi atau dengan komplikasi ringan
4. Bersedia menjadi responden penelitian dengan menandatangani lembar persetujuan

b) Kriteria Ekslusi

1. Prognosis responden memburuk
2. Responden Meninggal

**D. Teknik Sampling**

Dalam penelitian ini menggunakan teknik sampling yaitu purposive sampling dimana responden penderita Diabetes Mellitus Tipe 2 diperoleh berdasarkan pertimbangan atau kriteria Inklusi.

**E. Instrumen Penelitian**

Instrumen penelitian yang dibutuhkan adalah :

1. Timbangan Injak dengan merk One Med dengan ketelitian 0,1 kg
2. Mikrotua dengan ketelitian 0,1 cm
3. Kuesioner tentang identitas dan karakteristik responden untuk mengetahui karakteristik responden yang meliputi usia, jenis kelamin, pendidikan terakhir dan jenis pekerjaan
4. Formulir FFQ  
Untuk mengetahui pola makan responden
5. Alat tulis menulis
6. Kalkulator

**F. Definisi Operasional Variabel**

Variabel	Definisi Operasional	Alat Ukur	Cara Ukur	Skala Ukur	Hasil Ukur
Umur	Umur penderita DM yang dinyatakan dalam tahun	Kuisoner	Pengisian kuisoner	Nominal	<45 tahun : kurang berisiko menderita DM Tipe 2 ≥45 tahun : berisiko menderita DM Tipe 2  Sunjaya (2012)

Jenis Kelamin	Jenis kelamin penderita DM dalam penelitian	Kuisoner	Pengisian kuisoner	Nominal	Laki- laki Perempuan
Tingkat pendidikan	Tingkat pendidikan yang sedang/ telah dilalui oleh penderita DM dalam penderita	Kuisoner	Pengisian kuisoner	Ordinal	Tingkat pendidikan: Rendah: SD sampai SMP Tinggi : SMA atau di atasnya  Arikunti (2006: 120)
Indeks Masa Tubuh (IMT)	Salah satu parameter sederhana dari pemeriksaan antropometri tubuh untuk memantau status gizi orang dewasa khususnya yang berkaitan dengan kekurangan dan kelebihan berat badan.	Timbangan injak dan mikrotoa	Pengukuran berat badan dan tinggi badan		- BB Kurang <18,5 - BB Normal 18,5-22,9 - BB Lebih $\geq 23,0$ - Dengan risiko 23,0-24,9 - Obes I 25,0-29,9 - Obes II $\geq 30$  Perkeni (2015)
Pola makan	Gambaran mengenai pengaturan frekuensi dan jenis makanan dengan Indeks Glikemik Tinggi.	Food Frequency Quisoner (FFQ)	Pengisian FFQ	Ordinal	- Sering sekali: >1x/ sehari - Sering: 1x sehari (4-6x/ minggu) - Biasa: 3x/ minggu - Kadang-kadang: <3x/ minggu - Jarang: <1x/ minggu - Tidak pernah  Suhardjo, dkk (1988)

Riwayat penyakit keluarga	Terdapat keluarga (ayah, ibu, saudara perempuan, saudara laki-laki, saudara dari ibu, saudara dari ayah, kakek, dan nenek) yang memiliki penyakit Diabetes Mellitus	Kuisoner	Pengisian kuisoner	Ordinal	Ada ayaitu apabila ada keluarga yang mempunyai riwayat DM  Tidak ada yaitu apabila tidak ada keluarga yang mempunyai riwayat DM
Kebiasaan olahraga	Jenis, durasi, dan frekuensi olahraga dalam kurun waktu tertentu	Kuisoner	Pengisian kuisoner	Ordinal	Cukup: $\geq 3x/$ minggu selama 30 menit Kurang: $<3x/$ minggu selama 30 menit atau tidak berolahraga
Kebiasaan merokok	Kebiasaan merokok seseorang dengan melihat jumlah rokok yang dihisap perhari	Kuisoner	Pengisian kuisoner	Ordinal	Perokok ringan: 1-1- batang/ hari Perokok sedang: 11-20 batang/ hari Perokok berat: $> 20$ batang/ hari  Sitepoe (2000) dalam Alamsyah (2009:37)

### G. Teknik Pengumpulan Data

1. Karakteristik penderita Diabetes Mellitus Tipe 2 di dapat dengan cara pengisian kuisoner mengenai umur, jenis kelamin, tingkat pendidikan. Kuisoner tersebut diisi oleh masing-masing penderita Diabetes Mellitus dibantu oleh peneliti.
2. Riwayat penyakit keluarga di dapat dengan cara mengisi kuisoner. Kuisoner tersebut diisi oleh masing-masing penderita Diabetes Mellitus dibantu oleh peneliti.
3. Berat badan diperoleh dengan melakukan penimbangan dengan timbangan injak dan pengukuran tinggi badan didapat dengan mengukur tinggi badan menggunakan mikrotoa. Hasil IMT didapat dengan cara perhitungan, dengan rumus  $\frac{BB (kg)}{TB^2 (m)}$

4. Pola makan mengenai frekuensi dan jenis bahan makanan dengan IG tinggi di dapat dengan melakukan metode FFQ. Peneliti bertanya langsung kepada penderita diabetes mengenai seringnya mengonsumsi makanan tinggi IG kemudian diisikan pada form FFQ
5. Kebiasaan olahraga dan kebiasaan merokok didapat dengan cara cara mengisi kuisioner. Kuisioner tersebut diisi oleh masing-masing penderita Diabetes Mellitus dibantu oleh peneliti.

#### H. Pengolahan, Penyajian dan Analisis Data

Data dalam penelitian ini diolah dengan cara pengklasifikasian pada setiap faktor risiko yang diteliti antara lain:

##### 1. Umur dan Jenis Kelamin

Disajikan dalam bentuk tabel dan dianalisis secara deskriptif

##### 2. Tingkat Pendidikan

Disajikan dalam bentuk tabel dan dianalisis secara deskriptif dan digolongkan sesuai dengan klasifikasi menurut Arikunto (2006:120)

Tabel 2. Kategori Tingkat Pendidikan

Kategori	Tingkat Pendidikan
Tingkat pendidikan rendah	Tidak sekolah sampai SMP
Tingkat pendidikan tinggi	SMA atau di atasnya

Sumber: Arikunti (2006:120)

##### 3. Riwayat Keluarga

Disajikan dalam bentuk tabel dan dianalisis secara deskriptif. Riwayat keluarga diklasifikasikan menjadi:

- Ada yaitu apabila ada keluarga yang mempunyai riwayat penyakit Diabetes Mellitus
- Tidak ada yaitu apabila tidak ada keluarga yang mempunyai riwayat penyakit Diabetes Mellitus

##### 4. Indeks Masa Tubuh (IMT)

Disajikan dalam bentuk tabel dan dianalisis secara deskriptif. Hasil IMT didapat dengan cara perhitungan, dengan rumus  $\frac{BB (kg)}{TB^2 (m)}$  dan digolongkan dalam beberapa kategori.

Tabel 3. Kategori Indeks Masa Tubuh (IMT)

Hasil IMT	Kategori
< 18,5	Kurus
18,5-22,9	Normal
23,0-24,9	BB lebih dengan risiko
25,00- 29,9	Obesitas I
≥30,00	Obesitas II

Sumber: Perkeni, 2015

### 5. Pola Makan

Data pola makan mengenai frekuensi dan jenis bahan makanan dengan IG tinggi disajikan dalam bentuk tabel dan dianalisis secara deskriptif dan digolongkan sesuai dengan klasifikasi menurut Suhardjo, 1989.

Tabel 4. Kategori Pola Makan

Kategori	Frekuensi
Sering sekali dikonsumsi	Lebih dari 1 kali sehari
Sering dikonsumsi	1 kali sehari (4-6 kali seminggu)
Biasa dikonsumsi	3 kali perminggu
Kadang- kadang dikonsumsi	< 3 kali perminggu (1-2 kali perminggu)
Jarang dikonsumsi	Kurang dari 1 kali perminggu
Tidak pernah dikonsumsi	-

Sumber: Suhardjo, 1988

### 6. Kebiasaan olahraga

Disajikan dalam bentuk tabel dan dianalisis secara deskriptif. Data kebiasaan olahraga yang diperoleh kemudian diolah dan digolongkan menurut Depkes RI (2008)

Tabel 5. Kategori Kebiasaan Olahraga

Kategori	Frekuensi
Cukup	≥ 3 kali/ minggu selama 30 menit
Kurang	< 3 kali/ minggu selama 30 menit atau tidak berolahraga

Sumber: Depkes RI, 2008

**7. Kebiasaan Merokok Berdasarkan Jumlah Rokok Yang Dihisap**

Disajikan dalam bentuk tabel dan dianalisis secara deskriptif. Data kebiasaan merokok yang diperoleh kemudian diolah dan digolongkan menurut Sitepoe (2000) dalam Alamsyah (2009:37)

Tabel 6. Kategori Jenis Perokok Berdasarkan Jumlah Rokok yang Dihisap

Kategori	Jumlah Rokok yang Dihisap
Perokok ringan	1-10 batang perhari
Perokok sedang	11-20 batang perhari
Perokok berat	Lebih dari 20 batang perhari

Sumber: Sitepoe (2000) dalam Alamsyah (2009:37)