

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis dan Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan rancangan penelitian kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Metode penelitian kualitatif adalah sebagai prosedur penelitian yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis atau lisan dari orang-orang dan perilaku yang dapat diamati sebagai mana adanya. Studi kasus adalah memahami suatu kasus, orang-orang tertentu atau situasi secara mendalam (Creswell, 2014).

Penelitian kualitatif menggunakan metode wawancara terbuka dan observasi untuk memahami sikap, pandangan, perasaan, dan perilaku individu secara mendalam. Peneliti mencoba menggali tingkat kepatuhan diet DM tipe 2 kepada pasien.

Peneliti memilih menggunakan metode ini dengan alasan peneliti akan memperoleh gambaran yang mendalam dan menyeluruh tentang tingkat kepatuhan diet DM tipe 2 dan kadar glukosa darah pada pasien DM, sehingga data bisa dikumpulkan berupa kata-kata dari naskah wawancara mendalam dan observasi menggunakan formulir *food recall* 2x24jam dan formulir FFQ (*Food Frequency Questionnaire*).

B. Lokasi Dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Puskesmas Rampal Celaket dan rumah responden pada Bulan Februari tahun 2023.

C. Subyek Study Kasus

Subyek study kasus yang sesuai dengan kriteria yang telah ditentukan oleh peneliti, yakni :

a. Kriteria Sampel (Inklusi)

- 1) Responden bertempat tinggal di Kecamatan Klojen
- 2) Responden berusia 45-80 tahun
- 3) Bersedia menjadi responden dengan menandatangani *Inform Consent*
- 4) Dapat berkomunikasi dengan baik
- 5) Dapat membaca dan menulis

b. Kriteria Sampel (Ekslusi)

Prognosis responden memburuk selama periode penelitian.

D. Variabel Penelitian

1. Variabel Independen

Variabel independen dalam penelitian ini Kepatuhan Diet Diabettes Mellitus

2. Variabel Dependen

Variabel dependen dalam penelitian ini Kadar Glukosa Darah

E. Definisi Operasional

Tabel 1. Definisi Operasional

No	Variabel	Definisi Operasional	Cara Ukur dan Alat Ukur	Hasil Ukur	Skala
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
1.	Kepatuhan diet diabetes mellitus	Tingkat kepatuhan responden melaksanakan diet mengikuti pengaturan pola makan yang telah dianjurkan oleh petugas kesehatan. Terutama mengikuti anjuran makan 3J. Untuk jumlah makanan yang diutamakan adalah zat gizi makro.	<ul style="list-style-type: none"> - Form <i>Recall</i> 2x24 jam (Jumlah makanan) - Form <i>Recall</i> 2x24 jam dan FFQ Semi Quantitative (Jenis Makanan) dengan melihat rentang Indeks Glikemik - Menggunakan waktu Interval 3 jam (jadwal makan) 	<p>1. Jumlah makanan Patuh: jika responden mengikuti pengaturan standar diet terutama pada zat gizi makro dengan kebutuhan energi rentang tidak kurang dan tidak lebih dari kebutuhan sebagai berikut:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Karbohidrat 45-65% dari kebutuhan energi yaitu sebesar 60%. - Protein 10-20% dari kebutuhan energi yaitu sebesar 15%. - Lemak 20-25% dari kebutuhan energi yaitu sebesar 25%. <p>➤ Tidak Patuh: Jika responden mengikuti pengaturan diet pada zat gizi makro melebihi dan kurang dari rentang yang sudah dianjurkan.</p> <p>2. Jenis makanan Patuh: Jika responden mengkonsumsi jenis makanan indeks glikemik berikut <5 kali/minggu :</p> <ul style="list-style-type: none"> - IG rendah rentang < 55 = boleh dikonsumsi - IG sedang rentang 55-70 = boleh dikonsumsi tapi terbatas 	Ordinal

No	Variabel	Definisi Operasional	Cara Ukur dan Alat Ukur	Hasil Ukur	Skala
				<ul style="list-style-type: none"> - IG tinggi, rentang >70 = tidak boleh dikonsumsi ➤ Tidak Patuh: Jika responden mengkonsumsi jenis makanan indeks glikemik tinggi >5 kali/minggu 3. Jadwal makan ➤ Patuh: Jika jadwal makan responden dengan pola makan 3 kali makanan utama dan 3 kali makanan selingan dengan Interval 3 jam. ➤ Tidak Patuh: Jika responden tidak mengikuti jadwal makan yang telah dianjurkan. 	
2.	Kadar glukosa darah puasa	kadar glukosa darah yang diukur setelah puasa selama 8 – 12 jam	Mencatat data Rekam Medis Responden di Puskesmas Rampal Celaket	<ol style="list-style-type: none"> 1. Baik : jika hasil pemeriksaan kadar glukosa darah puasa sebesar 80-125 mg/dL. 2. Tidak baik : jika hasil pemeriksaan kadar glukosa darah puasa sebesar ≥ 126 mg/dL (PERKENI 2011) 	Ordinal

F. Instrumen Penelitian

Instrumen pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah:

1. Penjelasan sebelum penelitian
2. Form *Inform Consent*
3. Rekam medis kadar glukosa darah puasa responden DM tipe 2 di Puskesmas Rampal Celaket
4. Form *Recall 2x24 jam*
5. Form FFQ (Semi Kuantitatif)
6. Buku Makanan

G. Teknik Pengumpulan Data

Pengambilan data sudah dilakukan setelah peneliti mendapatkan izin untuk melakukan penelitian di Wilayah Kerja Puskesmas Rampal Celaket. Berikut adalah tahap-tahapan pengambilan data pada studi kasus ini:

1. Data Karakteristik Responden

Data karakteristik responden (nama, usia, jenis kelamin, pekerjaan, pendidikan, riwayat penyakit, riwayat mendapat konseling, status gizi, dan bahan-bahan makanan yang dikonsumsi responden) diperoleh dari observasi langsung dengan wawancara langsung dengan responden menggunakan formulir identitas responden.

2. Data Antropometri seperti Berat Badan dan Tinggi Badan dilakukan dengan mencatat pada data rekam medis (Data Sekunder).

3. Data kepatuhan diet (jumlah, jenis, jadwal)

a. Data jumlah makan responden berupa Energi, Protein, Lemak, Karbohidrat diperoleh dari wawancara langsung kepada responden menggunakan form *food recall 2x24 jam*.

b. Data jenis makanan diperoleh dari wawancara langsung kepada responden menggunakan form *food recall 2x24 jam* dan FFQ (semi kuantitatif). Jenis makanan menurut Indeks Glikemik sebagai berikut :

➤ IG rendah rentang < 55 = boleh dikonsumsi

Contoh : apel, anggur, baken bean kalengan, coklat, jeruk, dll.

- IG sedang rentang 55-70 = boleh dikonsumsi tapi terbatas
Contoh : beras merah, beras putih, coca cola, es krim, gula meja, hamburger band, dll.
 - IG tinggi, rentang >70 = tidak boleh dikonsumsi
Contoh : corn chip, french fries, frozen wafer, jagung, jelly, kentang, dll.
- c. Data jadwal makan diperoleh dari wawancara langsung kepada responden form food recall 2x24 jam dengan jadwal makan interval 3 jam.
4. Data kadar glukosa darah puasa
Data kadar glukosa darah, diperoleh dari kartu rekam medis responden yang ditetapkan oleh dokter penanggung jawab responden di Puskesmas Rampal Celaket yang dilakukan setiap sebulan sekali.

H. Teknik Pengolahan Data

1. Data Karakteristik Responden

Data karakteristik responden data yang dikumpulkan melalui pengisian form identitas responden meliputi nama, usia, jenis kelamin, pekerjaan, pendidikan, riwayat penyakit, riwayat mendapat konseling, status gizi, dan bahan-bahan makanan yang dikonsumsi responden yang dilakukan melalui hasil wawancara di Puskesmas Rampal Celaket. Semua data diatas disajikan dalam bentuk tabel dan analisis secara deskriptif.

2. Data Kepatuhan diet (jumlah, jenis, jadwal)

- a. Data jumlah makan diperoleh dari hasil wawancara menggunakan Form *Food Recall* 2x24 jam kemudian data diolah menggunakan NutriSurvey 2007. Wawancara dilakukan di Puskesmas Rampal Celaket dan rumah responden, kemudian hasil perhitungan asupan makan tersebut dibandingkan dengan kebutuhan zat gizi sesuai standar DM masing-masing responden.
- b. Perhitungan zat gizi meliputi asupan rata-rata Energi, karbohidrat, protein, dan lemak. Berdasarkan hasil recall 2x24 jam diolah menggunakan NutriSurvey 2007 didapatkan hasil sebagai berikut:

Tabel 2. Asupan Rata-rata Energi, Protein, Lemak, dan Karbohidrat pada Responden 1, 2, dan 3

Responden	N1	N2	N3
Hari Ke-1			
Energi	2366,1 kkal	1321,1 kkal	2281,5 kkal
Protein	75,3 gram	46,5 gram	72,9 gram
Lemak	80,6 gram	47,1 gram	52,5 gram
Karbohidrat	336,8 gram	178,9 gram	372,8 gram
Hari Ke-2			
Energi	1499,6 kkal	1316,6 kkal	2104 kkal
Protein	48,6 gram	41,6 gram	59,2 gram
Lemak	39,7 gram	30,8 gram	44,8 gram
Karbohidrat	240,1 gram	213,6 gram	367,3 gram
Rata-rata Recall 2x24 jam			
Energi	1933 kkal	1319 kkal	2193 kkal
Protein	62 gram	44 gram	66 gram
Lemak	60 gram	39 gram	49 gram
Karbohidrat	288 gram	196 gram	370 gram

Kemudian hasil rata-rata tersebut dibagi dengan kebutuhan gizi responden untuk menghasilkan persen kebutuhan. Selanjutnya dikategorikan asupan zat gizi menurut Supariasa (2013) sebagai berikut:

- 1) Lebih = >110%
 - 2) Baik = 80-110%
 - 3) Kurang = <80%
- c. Dikatakan baik apabila asupan rata-rata karbohidrat 45-65%; protein 10-20%; dan lemak 20-25%. Alasan pengambilan data recall hanya dilakukan selama 2 hari karena beberapa penelitian menunjukkan bahwa minimal 2 kali recall 24 jam tanpa berturut-turut, dapat menghasilkan gambaran asupan zat gizi lebih optimal dan memberikan variasi yang lebih besar tentang intake harian individu (Supariasa, 2012 dan Gibson, 2005).
- d. Selain itu dilakukan pengolahan data jenis makanan dengan menggunakan form FFQ (Semi Kuantitatif) yaitu dengan melihat

jenis makanan yang dihindari yang sering dikonsumsi responden menurut IG. Yang dikatakan baik apabila responden menghindari jenis makanan yang sesuai dengan diet DM minimal <5x/minggu, dan tidak baik apabila responden mengonsumsi jenis makanan yg dihindari $\geq 5x/minggu$.

- e. Begitu pula jadwal makan diolah dengan membandingkan waktu makan yang ada pada *food recall* 2x24 jam dengan standar jadwal makan penderita DM tipe 2. Yang dikatakan baik apabila jadwal makan responden sesuai dengan standart diet DM yaitu dengan Interval waktu 3 jam, dan dikatakan tidak baik apabila tidak sesuai dengan standart diet DM.

3. Data kadar glukosa darah puasa

Data kadar glukosa darah, diperoleh dari kartu rekam medis responden yang ditetapkan oleh dokter penanggung jawab responden yang dilakukan di Puskesmas Rampal Celaket setiap bulan. Kemudian data tersebut dikategorikan baik apabila kadar glukosa responden 80-125 mg/dL dan tidak baik apabila ≥ 126 mg/dL.

I. Etika Penelitian

Penelitian ini menyertakan manusia sebagai subyek perlu adanya etika dan prosedur, adapun etika dan prosedurnya sebagai berikut :

1. Perizinan yang berasal dari tempat penelitian sesuai aturan yang berlaku di daerah penelitian tersebut.
2. Memberikan lembar persetujuan kepada subyek penelitian untuk ditandatangani.
3. Menjaga kerahasiaan informasi subyek penelitian yang telah dikumpulkan oleh peneliti.