

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis dan Desain Penelitian

Jenis Penelitian yang digunakan adalah penelitian deskriptif yang bertujuan untuk memberikan gambaran mengenai beban glikemik menu diet penderita diabetes melitus tipe 2 di Puskesmas Rampal Celaket, Kota Malang. Desain penelitian menggunakan studi kasus (*case study*) yang dirancang untuk mengumpulkan data secara sistematis mengenai kandungan beban glikemik dari menu diet yang dikonsumsi oleh responden tanpa melakukan intervensi terhadap pola makan atau kebiasaan makanan responden. Data yang diperoleh akan dianalisis dan dikategorikan untuk memberikan pemahaman yang lebih mendalam tentang hubungan antara menu diet, kandungan beban glikemik dan pengelolaan diabetes melitus tipe 2.

B. Waktu dan Tempat Penelitian

a) Tempat Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Puskesmas Rampal Celaket Kota Malang

b) Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Juni – September 2024

C. Populasi dan Subjek Penelitian

a) Populasi Penelitian

Populasi pada penelitian ini adalah penderita diabetes melitus tipe 2 di Puskesmas Rampal Celaket Kota Malang. Pengambilan subjek dilakukan

dengan menggunakan teknik *purposive* sampling (sesuai dengan kriteria yang telah ditentukan), sehingga didapatkan sebanyak 22 subjek. Adapun kriteria yang ditentukan oleh penulis yaitu sebagai berikut:

a. Kriteria Inklusi

1. Responden berusia 30 – 60 tahun dengan jenis kelamin laki – laki dan perempuan
2. Penderita Wanita tidak sedang hamil dan menyusui
3. Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 dalam keadaan sadar, dapat membaca dan menulis, memiliki pendengaran yang baik dan mampu berkomunikasi dengan baik
4. Bersedia menjadi subjek penelitian hingga selesai setelah diberikan penjelasan dan melalui persetujuan bersama

b. Kriteria Eksklusi

Selama penelitian, kondisi pasien memburuk atau menurun dan memerlukan perawatan khusus.

D. Definisi Istilah

Tabel 3.1 Definisi Istilah

Istilah	Definisi
Beban glikemik	Nilai yang menunjukkan respon seberapa besar glukosa darah setelah mengonsumsi satu porsi makanan yang mengandung sejumlah karbohidrat yang telah dihitung dengan menggunakan tabel beban glikemik yaitu mengalikan indeks glikemik dengan jumlah karbohidrat dalam satu porsi makanan dan dibagi 100.
Menu Diet	Rencana atau susunan makanan yang disusun berdasarkan kebutuhan gizi individu dengan mempertimbangkan kondisi kesehatan tertentu, tujuan kesehatan, serta preferensi makanan.

E. Jenis dan Metode Pengumpulan Data

a. Data karakteristik subjek penelitian

Data karakteristik subjek penelitian meliputi nama, usia, jenis kelamin, pekerjaan, pendidikan, dan riwayat penyakit diabetes melitus tipe 2 diperoleh dengan cara wawancara langsung pasien dengan mengisi form skrining.

b. Data menu diet penderita diabetes melitus tipe 2

Data menu diet diperoleh dengan menggunakan pencatatan frekuensi konsumsi pangan dengan form *food recall* 1 x 24 jam dan dikategorikan makanan yang paling sering dikonsumsi.

c. Data kandungan beban glikemik pada makanan

Data kandungan beban glikemik pada makanan diperoleh dengan cara pengisian form kuesioner dan form *food recall* serta membandingkan bahan makanan yang mengandung beban glikemik dengan menggunakan tabel indeks glikemik yaitu dengan cara mengalikan nilai indeks glikemik dengan kandungan karbohidrat pada bahan makanan.

F. Instrumen Penelitian

Instrument atau alat dan bahan yang digunakan antara lain:

1. Form Skrining
2. Form *Food Recall* 24 jam
3. Surat persetujuan menjadi responden
4. Alat Tulis dan Kalkulator
5. Laptop

G. Pengolahan dan Analisis Data

1. Pengolahan Data

a. Data karakteristik responden

Data karakteristik responden disajikan dalam bentuk tabel kemudian dianalisis secara deskriptif dengan menghitung distribusi, frekuensi dan persentase dari seluruh data yang diperoleh. Data karakteristik responden dikategorikan sebagai berikut:

a) Usia

- 35 – 44 tahun (Dewasa)
- 45 – 59 tahun (Pra Lansia)
- ≥ 60 tahun (Lansia)

b) Jenis Kelamin

- Laki – laki
- Perempuan

c) Pendidikan

- Tidak sekolah
- SD
- SMP
- SMA/SMK
- Diploma/sarjana

d) Pekerjaan

- Tidak Bekerja
- IRT
- Swasta
- Wiraswasta
- Pensiunan

b. Data menu diet penderita diabetes melitus tipe 2

Menggunakan pencatatan frekuensi konsumsi pangan dengan form *food recall* 1 x 24 jam kemudian dituangkan dalam bentuk tabel dengan menu yang paling sering dikonsumsi oleh subjek penelitian.

c. Data beban glikemik menu diet diabetes melitus tipe 2

Menggunakan pencatatan frekuensi konsumsi pangan dengan menggunakan form *food recall* 1 x 24 jam serta menggunakan tabel kandungan indeks glikemik kemudian melakukan perhitungan beban glikemik yaitu dengan cara mengalikan nilai indeks glikemik dengan kandungan karbohidrat pada bahan makanan kemudian dikategorikan 3 kelompok yaitu rendah, sedang, maupun tinggi.

2. Analisis data

Analisis data dengan cara deskriptif yaitu menganalisis variabel dan di tabulasi dalam bentuk tabel dan gambar, serta menghitung persentase dari seluruh data yang diperoleh.