

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis penelitian

Pada penelitian ini menggunakan jenis penelitian deskriptif analitik melalui metode pendekatan studi kasus. Nursalam (2016) menjelaskan bahwa penelitian deskriptif mempunyai tujuan menjelaskan segala bentuk fenomena penting yang ada saat ini. Studi kasus ialah desain penelitian deskriptif yang meliputi kajian sebuah unit studi secara mendalam contohnya satu klien, keluarga, komunitas, institusi ataupun kelompok .

Penulis menggunakan jenis penelitian deskriptif karena penelitian ini bertujuan untuk memperoleh gambaran yang mendalam dan menyeluruh mengenai tingkat kepatuhan diet pada diabetes tipe 2 serta kadar glukosa darah puasa pada pasien diabetes mellitus.

B. Waktu dan tempat penelitian

Penelitian ini dilakukan di Puskesmas Tajinan, kabupaten Malang dan rumah pasien rawat jalan di Desa Tajinan pada bulan September tahun 2024.

C. Populasi dan sampel penelitian

1. Kriteria inklusi

Kriteria inklusi dari penelitian ini yaitu:

- a. Pasien diabetes mellitus tipe 2 yang bersedia untuk dijadikan responden
- b. Pasien diabetes mellitus tipe 2 yang mengalami hiperglikemia pada kadar glukosa darah puasa
- c. Pasien diabetes mellitus yang berumur 40-60 tahun
- d. Dapat berkomunikasi dengan baik
- e. Bertempat tinggal di Kecamatan Tajinan

2. Kriteria eksklusi

Kriteria eksklusi dari penelitian ini adalah pasien dengan prognosis penyakit yang memburuk.

D. Cara pengumpulan data

Pengumpulan data ini dilaksanakan melalui beberapa prosedur, diantaranya:

1. Data karakteristik pasien

Data karakteristik pasien diperoleh dari hasil wawancara langsung kepada pasien dengan menggunakan formulir identitas responden meliputi identitas pasien, BB/TB, pekerjaan, riwayat pendidikan, riwayat penyakit. Semua data di atas disajikan dalam bentuk tabel dan dianalisis secara deskriptif.

2. Data kebutuhan gizi dan zat gizi masing-masing pasien

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

a. Data jumlah makanan pasien, yang terdiri dari energi, protein, lemak, dan karbohidrat, diperoleh melalui wawancara langsung dengan pasien menggunakan formulir food recall 3x24 jam. Wawancara ini dilakukan selama tiga hari dengan urutan hari yang tidak berurutan.

b. Data jenis makanan pasien diperoleh dari wawancara yang dilakukan secara langsung dengan menggunakan formulir *food recall* 3x24 jam dan formulir FFQ (*Food Frequency Questionnaire*). Jenis makanan menurut indeks glikemik sebagai berikut:

1) Indeks glikemik rendah (<55)

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

2) Indeks glikemik sedang (50-70)

meliputi: beras merah, beras putih, coca-cola, es krim, gula meja, hamburger band, dll.

3) Indeks glikemik tinggi (>70)

Meliputi: corn chip, french fries, frozen wafer, jagung, jelly, kentang, dll.

c. Data jadwal makan pasien diperoleh dari wawancara yang dilakukan secara langsung kepada responden dengan menggunakan formulir *recall* 3x24 jam dengan jadwal makan interval 3 jam.

4. Data kadar glukosa darah puasa pasien

Data kadar glukosa darah diperoleh dari kartu rekam medis pasien yang ditetapkan oleh dokter penanggung jawab di Puskesmas Tajinan yang dilakukan setiap satu bulan sekali.

E. Alat pengumpulan data

Alat pengumpulan data yang dilakukan pada penelitian ini yaitu sebagai berikut:

1. Formulir identitas pasien
2. Formulir Informed Consent (lembar persetujuan)
3. Rekam medis gula darah puasa pasien rawat jalan DM tipe 2 di Puskesmas tajinan
4. Food Recall 3x24 jam
5. Formulir FFQ (*Food Frequency Questionnaire*)
6. Foto buku makanan

F. Cara pengolahan dan analisis data

1. Data karakteristik pasien

Setelah data dikumpulkan kemudian, data tersebut ditabulasikan dan dianalisis secara deskriptif.

2. Data kebutuhan energi dan zat gizi pasien

Data kebutuhan energi dan zat gizi pasien diperoleh dengan menggunakan rumus perkeni, 2021:

BMR laki-laki = 30 kkal/kgBB

BMR wanita = 25 kkal/kgBB

$$\text{Energi} = (\text{BMR} + \text{Faktor Aktifitas} + \text{Faktor Stres}) - \text{Faktor Usia}$$

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

- a. Jumlah

Setelah data asupan, seperti energi, protein, lemak, dan karbohidrat, dikumpulkan, data tersebut kemudian diolah menggunakan aplikasi *NutriSurvey2007*. Hasil perhitungan kecukupan asupan gizi selanjutnya dibandingkan dengan kebutuhan zat gizi sesuai standar kebutuhan masing-masing pasien dengan rumus berikut:

$$\frac{\text{Total Asupan}}{\text{Total kebutuhan zat gizi}} \times 100\%$$

Hasil pengukuran asupan zat gizi selanjutnya dikategorikan dengan pemenuhan asupan berdasarkan kategori kecukupan gizi (Gibson, 2005):

Tabel 3. 1 Kategori pemenuhan asupan berdasarkan kategori kecukupan gizi (WNPG, 2012)

Kategori kecukupan gizi	Keterangan
$\leq 80\%$	Kurang
80-110%	Baik
$\geq 110\%$	Berlebih

b. Jenis makanan

Setelah data jenis makanan dikumpulkan, hasil tersebut kemudian dinilai dengan menjumlahkan semua skor dengan rumus: Skor total = skor makanan pokok + skor lauk pauk + skor sayuran + skor buah. Skor didapatkan berdasarkan kategori di bawah ini.

Tabel 3. 2 Penilaian pola konsumsi

Kode	Skor	Kriteria	Frekuensi
A	50	Sering sekali dikonsumsi	Setiap kali makan
B	25	Sering dikonsumsi	1x/hari atau 4-6x/ mgg
C	15	Biasa dikonsumsi	3x/mgg
D	10	Kadang-kadang	$\leq 3x/mgg$ / 1-2x/mgg
E	1	Jarang dikonsumsi	$\leq 1x/mgg$
F	0	Tidak pernah dikonsumsi	Tidak pernah dikonsumsi

Setelah didapatkan hasil kemudian disimpulkan berdasarkan jenis, frekuensi, dan cara pengolahannya.

c. Jadwal

Data jadwal makan pasien diolah dengan membandingkan waktu makan yang ada pada *food recall* 3x24 jam dengan standar jadwal makan penderita DM tipe 2. Menurut Padmi, et.al., (2022) menjelaskan penderita DM dapat mengikuti jadwal makan yang sesuai. Salah satu

contoh jadwal yang dapat digunakan adalah dengan mengikuti jadwal 3 kali makan utama dan 3 kali selingan dengan interval waktu 3 jam.

4. Data kadar glukosa darah puasa pasien

Setelah data kadar glukosa darah dikumpulkan, data tersebut dikategorikan sebagai normal apabila kadar glukosa darah puasa pasien berada di rentang 70-99 mg/dL dan dikategorikan sebagai diabetes apabila kadar glukosa darah puasa pasien ≥ 126 mg/dL.