

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis dan Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode penelitian deskriptif dengan tujuan untuk menggali atau mengeksplor gambaran tingkat konsumsi lemak dan jenis asam lemak penderita diabetes melitus tipe 2 di Puskesmas Rampal Celaket, Kota Malang. Penelitian ini dilakukan dengan empat langkah yaitu pengambilan data, klasifikasi, pengolahan/analisis data, membuat kesimpulan dan laporan. Desain penelitian ini adalah studi kasus. Desain penelitian berupa studi kasus dengan fokus pada analisis tingkat konsumsi lemak dan jenis asam lemak dalam menu Diabetes Melitus tipe 2 di Puskesmas Rampal Celaket, Kota Malang.

B. Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Puskesmas Rampal Celaket tepatnya di Jl Simpang Kasembon No. 5, Kec. Klojen, Kota Malang, Jawa Timur 65141. Pelaksanaan penelitian dilaksanakan pada bulan Juni-September 2024.

C. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah semua pasien rawat jalan Diabetes Melitus tipe 2 di Puskesmas Rampal Celaket Kota Malang.

2. Sampel

Penelitian ini menggunakan pendekatan *purposive sampling* untuk menentukan besar sampel. Berdasarkan kriteria inklusi yang telah ditetapkan oleh peneliti maka populasi yang memenuhi kriteria untuk dijadikan sampel penelitian sebanyak 22 orang. Berikut ini merupakan kriteria inklusi dan eklusi yang telah ditentukan peneliti yaitu:

a) Kriteria Inklusi

- 1) Penderita Diabetes Melitus tipe 2 yang merupakan pasien rawat jalan berjenis kelamin laki-laki atau perempuan
- 2) Penderita Diabetes Melitus tipe 2 yang merupakan pasien rawat jalan berusia 30-60 tahun
- 3) Bagi responden perempuan tidak sedang hamil atau menyusui
- 4) Bersedia menjadi subjek penelitian

b) Kriteria Eksklusi

- 1) Selama masa pengambilan data responden mengalami penurunan kondisi fisik (prognosis memburuk) yang memerlukan perawatan khusus.

D. Instrumen Penelitian

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini antara lain:

1. Formulir skrining
2. Formulir *Semi Quantitatif Food Frequency Questionare* (SQ-FFQ)

3. Formulir *Food Recall*
4. Alat tulis
5. Alat hitung
6. *Software Nutrisurvey 2007* dan Tabel Komposisi Pangan Indonesia untuk menghitung zat gizi yang terdapat dalam bahan makanan

E. Definisi Istilah

Tabel 3.1 Definisi Istilah

Variabel	Definisi
Tingkat Konsumsi Lemak	Rata-rata jumlah asupan lemak yang diperoleh dari bahan makanan yang dikonsumsi responden dan disajikan dalam bentuk persen (%)
Jenis Asam Lemak	Jenis asam lemak responden yang diperoleh dari bahan makanan yang dikonsumsi responden dalam satu bulan terakhir

F. Metode Pengumpulan Data

1. Data Karakteristik Responden

Data karakteristik responden diperoleh dengan cara wawancara *skringing* pada responden.

2. Data Konsumsi Lemak dan Jenis Asam Lemak

Data konsumsi makanan responden diperoleh dengan cara wawancara dengan responden menggunakan formulir *food recall* dan formulir SQ-FFQ.

G. Pengolahan dan Analisis Data

1. Pengolahan Data

1. Data Karakteristik Responden

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

- 1) Usia
 - 30-44 tahun (Dewasa)
 - 45-59 tahun (Pra Lansia)
 - ≥ 60 tahun (Lansia)
- 2) Jenis Kelamin
 - Laki-laki
 - Perempuan
- 3) Pendidikan
 - Tidak sekolah
 - SD
 - SMP
 - SMA
 - Diploma/sarjana

- 4) Pekerjaan
 - Bekerja
 - Tidak bekerja
- 5) Riwayat Kebiasaan Merokok
 - Merokok
 - Tidak merokok
- 6) Riwayat Penyakit
 - Hipertensi
 - Hiperkolesterolemia
 - Hipertensi+Hiperkolesterolemia
- 7) Riwayat Konsumsi Obat

2. Data Konsumsi Lemak

Data tingkat konsumsi lemak diperoleh dengan wawancara *food recall* 24 jam diolah dengan cara mengonversikan jumlah bahan makanan dari ukuran rumah tangga (URT) diubah kedalam berat dengan satuan gram, lalu dihitung dengan menggunakan software *Nutrisurvey* sehingga diketahui tingkat konsumsi zat gizi makro lemak yang dikonsumsi. Data tingkat konsumsi zat gizi makro lemak dibandingkan dengan kebutuhan yang dinyatakan dalam persen (%).

Tingkat konsumsi lemak dihitung dengan rumus:

$$\text{Tingkat konsumsi lemak} = \frac{\text{rata-rata asupan lemak}}{\text{kebutuhan lemak per hari}} \times 100\%$$

Tingkat konsumsi dikategorikan sesuai kriteria berdasarkan Departemen Kesehatan (1996) sebagai berikut:

- <70% : Defisit tingkat berat
- 70-79% : Defisit tingkat sedang
- 80-89% : Defisit tingkat ringan
- 90-119% : Normal
- >120% : Kelebihan

Data pola konsumsi lemak diperoleh dengan wawancara menggunakan form SQ-FFQ dengan cara mengelompokkan bahan makanan asam lemak jenuh dan tak jenuh, lalu menghitung frekuensi konsumsi responden.

2. Analisis Data

Data yang diperoleh selanjutnya dianalisis dengan menggunakan tabel frekuensi dan tabel silang, lalu dinarasikan secara deskriptif.