# **BAB III**

## METODE PENELITIAN

### **3.1Desain Penelitian**

Desain penelitian merupakan rencana penelitian yang disusun sedemikian rupa sehingga peneliti dapat memperoleh jawaban terhadap pertanyaan penelitian (Setiadi, 2013).Jenis desain penelitian ini adalah penelitian deskriptif studi kasus.Metode penelitian deskriptif adalah suatu metode penelitian yang dilakukan dengan tujuan utama untuk membuat gambaran tentang suatu keadaan secara objektif.Metode penelitian deskriptif digunakan untuk memecahkan atau menjawab permasalahan yang sedang dihadapi pada situasi sekarang.Penelitian ini dilakukan dengan menempuh langkah-langkah pengumpulan data, klasifikasi, pengolahan, membuat kesimpulan dan laporan (Setiadi, 2013). Penelitian ini, dilakukan dengan cara meneliti suatu permasalahan melalui suatu kasus yang terdiri dari unit tunggal. Unit tunggal yang dimaksud bisa berarti satu orang (Notoatmodjo, 2010). Studi kasus dalam hal ini adalah tentang pemberian pendidikan kesehatan pada penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Kesamben, dimana penulis akan memaparkan pelaksanaan pendidikan kesehatan tentang gaya hidup hipertensi dan selanjutnya memaparkan perubahan gaya hidup penderita hipertensi agar tidak semakin parah setelah diberikan pendidikan kesehatan.

### **3.2Subjek Studi Kasus**

Subjek studi kasus adalah sasaran pengamatan yang harus dilihat dan diamati mengenai kenyataan atau gejala-gejala sosial yang diperlukan dalam penelitian (Notoatmojo, 2010).

Dalam studi kasus ini subjek studi kasus klien yang menderita hipertensi.Jumlah subjek penelitian adalah 1 subjek klien sebagai unit. Dengan kriteria inklusi sebagai berikut:

1. Berdomisili di wilayah kerja Puskesmas Kesamben.
2. Klien yang menderita hipertensi.
3. Klien yang berumur >30 tahun
4. Klien hipertensi dengan tensi >140/90 Mmhg
5. hipertensi tanpa komplikasi
6. Belum pernah mendapatkan pendidikan kesehatan tentang hipertensi.
7. Klien yang bersedia menjadi responden dan telah menandatangani *Informed Consent*.
8. klien kooperatif.
9. Klien yang dapat berkomunikasi dengan baik.

### **3.3Fokus Penelitian**

Fokus studi adalah kajian utama dari masalah yang akan dijadikan titik acuan studi kasus. Fokus penelitian ini adalah gaya hidup penderita hipertensi agar hidup yang lebih sehat.

### **3.4Definisi Operasional**

Tabel 1.2 Definisi Operasional

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **NO** | **FOKUS STUDI** | **DEFINISI OPERASIONAL** | **PARAMETER** | **ALAT UKUR** | **HASIL UKUR** |
| Sehat  | Tidak sehat |
| 1. | Gaya hidup penderita hipertensi | Gambaran kebiasaan penderita hipertensi sehingga menunjang hipertensi, yang meliputi :1. Gambaran pola makan , yaitu pandangan tentang kebiasaan mengkonsumsi makanan yang kurang sehat dan dapat berpengaruh pada tekanan darah
 | 1. pola makan
2. makan makanan yang sehat
3. mengurangi mengkonsumsi garam
4. mengkonsumsi makanan tinggi
5. kalium
 | Lembar wawancara dan observasi | 1. Gambaran pola makan

Subyek mengatakan1. Memakan makanan yang sehat
2. Mengurangi mengkonsumsi garam
3. Mengkonsumsi makanan tinggi kalium
 | .1. Gambaran pola makan
2. Memakan makanan yang kurang sehat
3. Mengkonsumsi garam terlalu banyak
4. Mengkonsumsi makanan yang rendah kalim dan tinggi kalsium
 |
| **NO** | **FOKUS STUDI** | **DEFINISI OPERASIONAL** | **PARAMETER** | **ALAT UKUR** | **HASIL UKUR** |
| Sehat  | Tidak sehat |
| 2. | Gaya hidup penderita hipertensi | 1. Gambaran olahraga yaitu, kegiatan yang dapat membuat tubuh bugar dan sehat
 | 1. Olahraga
2. Rutin berolahraga setiap minggu
3. Berolahraga dalam jangka waktu 30-60 menit
 | Lembar wawancara dan observasi | 1. Gambaran olahraga

Subyek mengatakan :1. Rutin berolahraga setiap minggu
2. Berolahraga dalam jangka waktu 30-60 menit
 | 1. Gambaran olahraga
2. Tidak pernah berolahraga
3. Berolahraga dalam jangka waktu >30-60 menit
 |
| 3. | Gaya hidup penderita hipertensi | 1. Kebiasaan tidak sehat yaitu, kebiasaan yang membuat keadaan tubuh menjadi tidak sehat dan jika mempunyai penyakit tertentu dapat berpengaruh pada tekanan darah
 | 1. Kebiasaan tidak sehat
2. Tidak mengkonsumsi rokok
3. Tidak mengkonsumsi minuman beralkohol
 | Lembar wawancara dan observasi | 1. Gambaran kebiasaan tidak sehat
2. Tidak mengkonsumsi rokok
3. Tidak mengkonsumsi minuman beralkohol
 | 1. Gambaran kebiasaan tidak sehat
2. Mengkonsumsi rokok dan berlebihan
3. Mengkonsumsi minuman beralkohol
 |
| **NO** | **FOKUS STUDI** | **DEFINISI OPERASIONAL** | **PARAMETER** | **ALAT UKUR** | **HASIL UKUR** |
| Sehat  | Tidak sehat  |
| 4.5. | Gaya hidup penderita hipertensiGaya hidup penderita hipertensi | 1. Istirahat , yaitu suatu keadaan tenang, relaks, tanpa ada tekanan emosional dan mutlak harus di penuhi oleh semua orang
2. Stress , yaitu gangguan mental yang dihadapi seseorang akibat adanya tekanan
 | 1. Istirahat
2. mampu beristirahat minimal 6-8 jam dalam sehari
3. tidak begadang jika tidak ada keperluan
4. stress
5. tidak memiliki beban pikiran yang mengganggu kesehatan
 | Lembar wawancara dan observasiLembar wawancara dan observasi | 4. Gambaran istirahat1. Mampu beristirahat minimal 6-8 jam dalam sehari
2. Tidak begadang jika tidak ada keperluan
3. Gambaran stress
4. Tidak memiliki beban pikiran yang mengganggu kesehatan
 | 1. Gambaran istirahat
2. Kurang mampu beristirahat minimal 6-8 jam dalam sehari
3. Begadang walaupun tidak ada keperluan
4. Gambaran
5. Memiliki beban pikiran yang mengganggu kesehatan Merasa asing dengan diri sendiri
 |

### **3.5Lokasi dan Waktu Penelitian**

Penelitian dilaksanakan pada klien yang menderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Kesamben.

Waktu penelitian ini akan dilaksanakan pada bulan Februari pada tanggal 10 Februari sampai 19 Februari 2020 .

### **3.6 Teknik Pengumpulan Data**

Pengumpulan data adalah suatu proses pendekatan kepada subjek dan proses pengumpulan karakteristik subjek yang diperlukan dalam suatu penelitian. Langkah-langkah dalam pengumpulan data tergantung pada rancangan penelitian dan teknik instrumen yang digunakan. Selama proses pengumpulan data, peneliti memfokuskan pada penyediaan subjek, melatih data pengumpul data (jika diperlukan), memperhatikan prinsip-prinsip validitas dan reabilitas, serta menyelesaikan masalah-masalah yang terjadi agar data dapat terkumpul sesuai dengan rencana yang telah ditetapkan (Nursalam, 2008). Dalam studi kasus ini metode pengumpulan data yang digunakan adalah wawancara dan observasi.

Wawancara adalah suatu metode yang digunakan untuk mengumpulkan data secara lisan dari responden atau bercakap-cakap berhadapan muka dengan responden.Pengumpulan data dengan teknik ini dapat digunakan untuk memperoleh data yang bersifat fakta-fakta, misalnya umur, untuk mengetahui sikap, pendapat, pengalaman, dan lain-lain (Notoatmodjo, 2010).Dalam penelitian ini wawancara dilakukan untuk mendapatkan data mengenai gaya hidup sehari-hari klien yang dapat memperparah penyakit hipertensinya.

Observasi atau pengamatan merupakan prosedur yang terencana dan terstruktur meliputi melihat, mendengar, dan mencatat sejumlah dan taraf aktivitas tertentu atau situasi tertentu yang berhubungan dengan masalah yang diteliti (Notoatmodjo, 2010). Observasi dilakukan secara terstruktur, yaitu cara pengamatan dimana peneliti sudah mendefinisikan apa yang akan diamati melalui perencanaan yang matang (Nursalam, 2008). Observasi dilakukan setiap peneliti selesai melakukan pendidikan kesehatan. Pedoman observasi ini berisi sebuah daftar jenis kegiatan yang mungkin timbul dan akan diamati. Dalam proses observasi, observator (pengamat) tinggal memberikan tanda atau *tally* pada kolom tempat peristiwa muncul. Itulah sebabnya maka cara bekerja seperti ini disebut sistem tanda *(sign system)*. Aspek yang diobservasi ada dua yaitu aspek pengetahuan dan aspek pendidikan kesehatan. Pada aspek pengetahuan meliputi adalah pendidikan kesehatan pada klien yang meliputi: 1) kemampuan klien mengaplikasikan materi yang telah disampaikan, 2) sikap klien saat peneliti memberikan pendidikan kesehatan, 3) keaktifan klien saat menerima materi pendidikan kesehatan.

### **3.7Penyajian Data**

Dalam studi kasus ini data disajikan dalam bentuk tekstual yaitu penyajian data berupa tulisan atau narasi dan hanya dipakai untuk data yang jumlahnya kecil serta memerlukan kesimpulan yang sederhana dan dapat disertai cuplikan ungkapan verbal dari subjek penelitian yang merupakan data pendukung.Penyajian secara textural biasanya digunakan untuk penelitian kualitatif, penyajian tabel digunakan untuk data yang sudah diklasifikasikan (Notoatmodjo, 2010). Pada penelitian ini data disajikan secara narasi yang sudah melalui proses pengolahan data.

### **3.8Etika Penelitian**

Prinsip etika dalam penelitian/ pengumpulan data dapat dibedakan menjadi tiga bagian, yaitu prinsip manfaat, prinsip menghargai hak-hak subjek, dan prinsip keadilan. (Nursalam, 2008;114)

1. Prinsip Manfaat

 Penelitian harus dilakukan tanpa mengakibatkna penderitaan kepada subjek, khususnya jika menggunakan tindakan khusus.Partisispasi subjek dalam penelitian, harus dihindarakan dari keadaanyang tidak menguntungkan. Subjek harus diyakinkan bahwa prinsipnya dalam penelitian atau informasi yang trlah diberikan, tidak akan dipergunakan hal-hal yang dapat merugikan subjek dalam bentuk apapun. Penliti juga harus hati-hati mempertimbangkan resiko dan keuntungan yang akan berakibat kepada subjek pada setiap tindakan.

1. Prinsip menghargai hak asasi manusia (respect human dignity)

 Hak untuk ikut/ tidak menjadi responden, hak untuk mendapat jaminan dari pelakuan yang diberikan, serta hak untuk mendapat informasi secara lengkap tentang tujuan penelitian yang akan dilaksanakan, mempunyai hak untuk bebas berpartisipasi atau menolak menjadi responden (informed consent).

1. Prinsip keadilan (right to justice)

 Hak untuk mendapatkan pengobatan yang adil dan hak dijaga kerahasiaannya.Subjek mempunyai hak untuk meminta bahwa data yang diberikan harus dirahasikan.