

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Jenis penelitian yang dilakukan dalam penelitian ini adalah deskriptif. Penelitian deskriptif adalah suatu metode penelitian yang dilakukan dengan tujuan utama untuk membuat gambaran atau deskripsi tentang suatu keadaan secara objektif (Notoatmodjo, 2012). Peneliti dalam penelitian ini mengarahkan tujuan penelitian untuk mencari gambaran perilaku upaya pencegahan hipertensi pada remaja di SMPN 1 Bandungan

Penelitian ini dilakukan dengan pendekatan *cross-sectional*. Penelitian *cross-sectional* adalah suatu penelitian untuk mempelajari dinamika korelasi antara faktor-faktor risiko dengan efek, dengan cara pendekatan, observasional, atau pengumpulan data. Penelitian *cross-sectional* hanya mengobservasi sekali saja dan pengukuran dilakukan terhadap variabel subjek pada saat penelitian (Notoatmojo, 2010). Pendekatan *cross-sectional* dalam penelitian ini digunakan untuk mengumpulkan data gambaran perilaku upaya pencegahan hipertensi pada remaja di SMPN 1 Bandungan.

B. Lokasi Penelitian

1. Tempat

Penelitian ini dilakukan di SMPN 1 Bandungan Kabupaten Semarang.

C. Subjek Penelitian

1. Populasi

Populasi merupakan wilayah generalisasi yang terdiri atas objek/subjek yang mempunyai kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2018). Populasi pada penelitian ini adalah remaja siswa SMPN 1 Bandungan dengan jumlah 627 siswa pada tahun ajaran 2021/2022.

2. Sampel

Sampel adalah sebagian populasi yang diteliti (Sugiyono, 2018). Semakin besar sampel yang dipergunakan semakin baik dan representatif hasil yang diperoleh (Nursalam, 2011). Peneliti menghitung jumlah sampel dalam penelitian ini menggunakan rumus Slovin.

$$n = \frac{N}{1 + N(d)^2}$$

Keterangan :

N = Jumlah populasi

n = Besar sampel

d = Tingkat signifikan (0,5).

Berdasarkan rumus di atas didapatkan jumlah sampel penelitian ini, yaitu:

$$n = \frac{627}{1 + 627 (0,05)^2}$$

$$n = \frac{627}{1 + 156.7}$$

$$n = \frac{627}{628 (0,25)} = 157$$

Jadi, sampel dalam penelitian ini ada 157 responden

3. Teknik pengambilan sampel

Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *accidental sampling*. *Accidental sampling* merupakan suatu metode penentuan sampel dengan mengambil responden yang kebetulan ada atau tersedia di suatu tempat sesuai dengan konteks penelitian (Notoatmodjo, 2010). Dalam pengambilan data yang dilakukan secara kepada responden melalui pembagian kuesioner ke kelas VII, VIII, dan IX.

D. Variabel Penelitian

Variabel merupakan sesuatu yang digunakan sebagai ciri, sifat, atau ukuran yang dimiliki oleh anggota-anggota suatu kelompok yang berbeda dengan yang dimiliki oleh kelompok yang lain (Notoatmodjo, 2012). Variabel dalam penelitian ini adalah Perilaku Upaya Pencegahan Hipertensi Pada Remaja.

E. Definisi Operasional

Definisi operasional adalah suatu definisi yang diberikan kepada suatu variabel atau konstruk dengan cara memberikan arti atau menspesifikan kegiatan, ataupun memberikan suatu operasional yang diperlukan untuk mengukur konstruk atau variabel tersebut. Definisi operasional juga bermanfaat untuk mengarahkan kepada pengukuran atau pengamatan terhadap

variabel-variabel yang bersangkutan serta pengembangan instrumen (alat ukur) (Notoatmojo, 2012).

Tabel 3.1 Definisi Operasional

No	Variabel	Definisi Operasional	Alat Ukur	Skala	Hasil ukur
1	Kejadian Hipertensi	Dikatakan hipertensi apabila padan tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg.	Tensimeter	Norminal	- Hipertensi : ≥ 140 - Tidak Hipertensi : < 120
2	Perilaku Pemeriksaan Kesehatan	Pemeriksaan kesehatan yang dilakukan oleh responden yang meliputi tekanan darah	Kuesioner	Nominal	- Periksa 1 bulan sekali - Tidak periksa 1 bulan sekali
3	Perilaku Menghindari Asap Rokok	Cara responden untuk melindungi dari bahayanya asap rokok dan mencegah diri dari paparan asap rokok.	Kuesioner	Nominal	- Baik : ≥ 2 - Tidak Baik : < 2
4	Aktivitas Fisik	Setiap gerakan tubuh yang dihasilkan oleh rangka otot yang membutuhkan keluarnya energi yang dilakukan oleh manusia dalam kehidupan sehari-hari	Kuesioner	Nominal	- Cukup : ≥ 3 - Tidak Cukup : < 3
5	Pola Konsumsi Makanan Bergizi	asupan zat gizi energi, protein, lemak dan natrium dari makanan responden meliputi sayur dan buah	Kuesioner	Nominal	- Baik : ≥ 2 - Tidak Baik : < 2
6	Pola tidur Istirahat yang cukup	Pada responden dikatannya istirahat yang cukup diperlukan kurun waktu 7-8 jam per hari untuk menunjang metabolisme tubuh	Kuesioner	Nominal	- Cukup : ≥ 2 - Tidak Cukup : < 2
7	Perilaku Pengelolaan Stress	Upaya yang dilakukan untuk mengurangi atau memanilisir pada tekanan darah yang disebabkan perubahan pada responden	Kuesioner	Nominal	- Baik : ≥ 3 - Tidak Baik: < 3

F. Pengumpulan Data

Pengumpulan data merupakan mengamati variabel yang akan diteliti dengan metode interview dan kuesioner. Pengumpulan data yang terpenting adalah dilaksanakan secara obyektif tidak dipengaruhi oleh keinginan pengamat (Arikunto, 2006).

Pengumpulan data adalah salah satu hal yang penting dalam suatu penelitian, merupakan strategi atau cara yang digunakan oleh peneliti untuk mengumpulkan data yang diperlukan dalam penelitiannya (Widoyoko, 2010). Sumber data dibagi menjadi dua berupa data primer yaitu data yang langsung memberikan data kepada pengumpul data, sedangkan sumber data sekunder adalah sumber data yang tidak langsung memberikan data kepada pengumpul data (Sugiyono, 2014).

1. Sumber Data

a. Data Primer

Data primer adalah data yang diperoleh langsung dari responden ataupun dari sumber pertama (Notoatmodjo, 2012). Data primer pada penelitian ini diperoleh peneliti berdasarkan hasil kuesioner yang mengukur perilaku upaya pencegahan hipertensi pada siswa remaja SMP

b. Data Sekunder

Data sekunder adalah data yang dikumpulkan oleh peneliti yang didapat dari orang lain atau data yang diperoleh tidak langsung

(Notoatmodjo, 2012). Data sekunder diperoleh dari kantor sekolah berupa jumlah siswa di SMP N 1 Bandungan.

2. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian yang digunakan sebagai alat bantu dalam pengumpulan data ini yaitu kuesioner yang terdiri dari kuesioner perilaku upaya pencegahan hipertensi. Berikut kisi-kisi kuesioner penelitian:

Tabel 3.2 Instrumen Penelitian

No	Sub variabel	Nomer pertanyaan
1	Pemeriksaan kesehatan	1
2	Perilaku menghindari asap rokok	2, 3, 4, 5
3	Aktifitas fisik	6, 7, 8, 9
4	Pola konsumsi makanan bergizi	10, 11, 12
5	Pola tidur atau istirahat	13, 14, 15
6	Perilaku mengelola stress	16, 17, 18, 19

G. Pengolahan Data

Pengumpulan data dalam penelitian ini akan dilakukan dengan tahap-tahap sebagai berikut (Arikunto, 2009):

1. Editing

Hasil yang dikumpulkan melalui kuesioner perlu diteliti kembali, jika ternyata masih ada data atau informasi yang tidak lengkap dapat segera dilengkapi ditempat.

2. Coding

Selanjutnya data hasil kuesioner dimasukkan (entri data) dengan cara memberi kode pada setiap item pernyataan atau lembar kuesioner sehingga memudahkan dalam pengolahan data.

3. Processing

Setelah semua isian kuesioner terisi penuh dan benar, dan juga sudah melewati proses coding, maka langkah selanjutnya adalah memproses data agar dapat dianalisis. Pemrosesan data dilakukan dengan cara meng-*entry* data dari kuesione ke paket program komputer. Ada bermacam-macam paket program yang dapat digunakan untuk pemrosesan data dengan masing masing mempunyai kelebihan dan kekurangan. Salah satu paket program yang sudah umum digunakan untuk entry data adalah paket program SPSS 16.0 for windows

4. Entry Data

Merupakan suatu proses memasukkan data kedalam komputer untuk kemudian dilakukan analisis dengan menggunakan bantuan program *SPSS 16.0 for windows*.

5. Tabulating

Kegiatan ini dilakukan dengan cara memasukkan data yang diperoleh ke dalam tabel sesuai dengan variabel yang diteliti. Kegiatan ini untuk membuat tabel data untuk memudahkan analisis data maupun pelaporan.

6. Cleaning

Merupakan pengecekan kembali data yang telah dientry untuk melihat kemungkinan adanya kesalahn kode, ketidaklengkapan, dan sebagainya, kemudian dilakukan pembetulan atau koreksi.

H. Analisis Data

Data yang telah dilakukan pengolahan data, selanjutnya dilakukan proses analisa data sebagai berikut:

1. Analisis data Univariat

Analisis univariat adalah dilakukannya dengan tujuan untuk mendefinisikan setiap variable penelitian dengan menghasilkan distribusi frekuensi dan persentase (Notoadmojo, 2010). Data yang telah diperoleh diolah dengan menggunakan bantuan computer program *Statistical Product and Service Sulation (SPSS)* kemudian data dianalisis secara univariat. Hasil akan disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi presentase dan narasi.