

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif dengan *studi korelasi* yakni penelitian yang dilakukan untuk melihat hubungan gejala satu dengan lainnya (Notoatmodjo, 2018). Penelitian ini menggunakan pendekatan *cross sectional* dimana data yang menyangkut variabel independent (gaya hidup) dan variabel dependen (kejadian penyakit hipertensi) akan dikumpulkan dalam waktu yang bersamaan (Notoatmodjo, 2018). Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui Hubungan Gaya Hidup dengan Kejadian Penyakit Hipertensi pada Pasien Usia Dewasa Muda di Klinik Permata Hati Salatiga.

B. Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di klinik permata hati salatiga pada bulan januari 2023.

C. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi adalah keseluruhan objek penelitian atau objek yang diteliti (Notoatmodjo, 2018). Populasi yang diteliti dalam penelitian ini adalah pasien usia dewasa muda yang sedang berkunjung ke klinik permata hati salatiga yaitu sebanyak 104 pasien (data usia dewasa muda per Desember 2022).

2. Sampel

Sampel adalah Sebagian yang diambil dari seluruh objek yang diteliti dan dianggap memiliki seluruh populasi (Notoatmodjo, 2018). Sampel yang diteliti dalam penelitian ini adalah pasien usia dewasa muda di klinik permata hati salatiga. Adapun besar sampel dalam penelitian ini adalah 104 pasien usia dewasa muda di klinik permata hati salatiga, peneliti menghitung dengan menggunakan rumus solvin menurut (Notoatmodjo, 2018), yaitu

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

a. Jumlah sampel

Keterangan :

n: jumlah sampel

N: jumlah populasi

d: persen kelonggaran ketidak telitian karena kesalahan pengambilan sampel yang masih dapat ditolerir atau diinginkan

Berdasarkan jumlah populasi tersebut dengan tingkat kesalahan pengambilan sampel 5%, maka menggunakan rumus di atas diperoleh sampel sebesar :

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

$$n = \frac{104}{1+ 104 (5\%)^2}$$

$$n = \frac{104}{1+104 (0,05)^2}$$

$$n = \frac{104}{1+0,26}$$

$n = 82,536$ dibulatkan menjadi 82.

Setelah dilakukan penghitungan sampel dengan rumus di atas maka didapatkan besar sampel dalam penelitian ini adalah 82 pasien usia dewasa muda.

3. Teknik pengambilan sampel

Teknik sampling dalam penelitian ini adalah *purposive sampling*, yaitu Teknik pengambilan sampel dengan pertimbangan tertentu (Sugiyono, 2016). Sampel tersebut diambil dengan memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi :

a) Kriteria inklusi

Kriteria inklusi adalah sejumlah kriteria spesifik yang harus ada atau dipenuhi oleh subyek penelitian (Notoatmodjo, 2018).

Kriteria inklusi dalam penelitian ini:

- 1) Responden yang kooperatif dan sudah bersedia menjadi responden.
- 2) Responden dengan usia dewasa muda
- 3) Responden pasien di klinik permata hati salatiga

b) Kriteria eksklusi dalam penelitian ini adalah :

Kriteria eksklusi adalah karakteristik yang tidak boleh ada pada responden karena dapat menjadi perancah dalam penelitian (Notoatmodjo, 2018). Kriteria eksklusi dalam penelitian ini adalah:

- 1) Responden tidak bersedia untuk dijadikan responden dalam penelitian.

D. Variabel Penelitian

1. Variabel independen

Variabel independen yang mempengaruhi suatu yang menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variabel dependen (Sugiyono, 2017).

Variabel independen dalam penelitian ini adalah gaya hidup

2. Variabel dependen

Variabel dependen merupakan variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat karena adanya variabel independen (Sugiyono, 2017).

Variabel dependen dalam penelitian ini adalah kejadian penyakit hipertensi.

E. Definisi Operasional

Tabel 3.1 Definisi Operasional

No	Variabel	Definisi Operasional	Alat ukur	Hasil ukur	Skala
1	Variabel independen Gaya hidup	Kebiasaan kehidupan individu yang terdiri dari aktifitas fisik, pola makan, kebiasaan merokok, minum alkohol, kebutuhan tidur pengelola stress, karakteristik individu, pengetahuan, pekerjaan.	Menggunakan kuesioner FANTASTIC Lifestyele yang terdiri dari 22 pertanyaan dengan modifikasi dan penilaian:	-skor 31-46 : Sangat baik -skor 26-30 : Baik -skor 16-25 : Biasa -skor 0-15: Perlu perbaikan	Ordinal
			1. Tidak: 0 2. Kadang: 1 3. Ya: 2		

2	Variabel dependen Kejadian hipertensi	Hasil diagnosis dokter yang tertulis direkam medis yang memperlihatkan responden tersebut hipertensi atau tidak hipertensi	Berdasarkan diagnosis dokter yang tertulis direkam medis	Hasil ukur dikelompokkan menjadi: 1. Hpertensi normal tinggi 2. Hipertensi derajat 1 3. Hipertensi derajat 2 4. Hipertensi derajat 3	Nominal
---	---	--	--	--	---------

F. Teknik Pengumpulan Data

1. Cara pengumpulan data

Teknik pengmpulan data dalam penelitian ini menggunakan data primer yang bisa diperoleh melalui kuesioner gaya hidup. Untuk mengetahui kejadian hipertensi bisa menggunakan tehknik pengumpulan data skunder yang dapat kita peroleh dari diagnosis dokter yang ditulis dalam catatan medis.

2. Instrument (alat pengumpulan data)

Instrument (alat pengumpulan data) yang akan digunakan untuk mengumpulkan data penelitian adalah kuesioner gaya hidup dan rekam medis yang berisi tentang hipertensi yang didapat berdasarkan diagnosis diagnosis dokter yang terdiri dari :

a. Instrument gaya hidup

Alat pengumpulan data yang digunakan untuk mengumpulkan data yaitu kuesioner, dimana kuesioner tersebut berisi karakteristik pasien, variabel gaya hidup dan variabel kejadian penyakit hipertensi.

a) Variabel gaya hidup

Variabel gaya hidup di ukur dengan menggunakan kuesioner gaya hidup tidak baku yang terdiri dari 22 pertanyaan. Penilaian untuk jawaban yang diberikan oleh responden yaitu “Tidak” diberikan nilai 0, “Kadang” diberikan nilai 1, “Ya” diberikan nilai 2. Berdasarkan jumlah pertanyaan yang diajukan dan penilaian yang diberikan maka diperoleh jumlah skor minimal adalah 0 dan maksimal 46. Berdasarkan jumlah skor tersebut selanjutnya variabel gaya hidup dikategorikan menjadi tiga kategori yaitu tidak, kadang, ya. Untuk menentukan kategori gaya hidup menggunakan jumlah skor yaitu kategori sangat baik (31-46), kategori baik (26-30), kategori biasa (16-25), kategori perlu perbaikan (0-15).

Tabel 3.2 Instrumen kuesioner fantastic lifestyle

No	Aspek	Nomor soal
1	Aktifitas fisik	1, 2
2	Nutrisi	3, 4
3	Kebiasaan merokok	5, 6, 7, 8
4	Alkohol dan obat-obatan	9, 10, 11
5	Kebutuhan tidur pengelola stress	12, 13, 14, 15, 16
6	Karakteristik individu	17, 18
7	Pengetahuan	19, 20, 21
8	Pekerjaan	22

Sumber : Nurlita (2019)

b) Variabel Kejadian Penyakit Hipertensi

Instrument kejadian hipertensi dapat dilihat dalam data sekunder yang ada di klinik permata hati salatiga yaitu dari hasil diagnosis dokter

yang tertulis dalam catatan rekam medis yang ada di klinik permata hati salatiga pada pasien usia dewasa muda.

3. Uji instrumen

Kuesioner yang digunakan untuk mengukur variabel gaya hidup dan kejadian penyakit hipertensi sebelum penelitian dilakukan pengujian validitas dan reliabilitas.

a) Uji Validitas

Peneliti melakukan uji validitas di Klinik Prima Medika Salatiga untuk menguji alat ukur yang menunjukkan bahwa alat ukur tersebut benar-benar sahih atau tepat. Untuk menguji validitas maka peneliti melakukan uji korelasi antara nilai tiap item pertanyaan dengan nilai total kuesioner tersebut. Bila item pertanyaan mempunyai korelasi yang signifikan dengan skor total instrumen, maka kuesioner tersebut dinyatakan valid. Peneliti menggunakan uji validitas dalam penelitian dengan menggunakan uji korelasi antar item pertanyaan dengan skor total, serta menggunakan rumus *product moment corelation*, dengan rumus sebagai berikut :

$$r = \frac{(\sum X Y) - (\sum X \sum Y)}{\sqrt{\{N \sum X^2 - (\sum X)^2\} \{N \sum Y^2 - (\sum Y)^2\}}}$$

Keterangan :

r_{xy} = Indeks korelasi antara item x dengan y

N = Jumlah pertanyaan

$\sum xy$ = Jumlah hasil variabel x dengan y

$\sum x$ = Jumlah nilai variabel x

$\sum y$ = Jumlah nilai variabel y

Menurut Sugiyono (2017), korelasi product moment digunakan untuk menentukan signifikansi dari pertanyaan. Dimana kriteria yang digunakan untuk validitas adalah r hasil > r tabel maka dinyatakan valid. Dimana untuk jumlah sampel sebanyak 20 responden pada taraf signifikan 5% didapatkan nilai r tabel sebesar 0,444. Hasil uji validitas yang telah dilakukan di Klinik Prima Medika Salatiga pada bulan Desember 2022 terhadap 20 orang diperoleh nilai r hasil untuk variabel gaya hidup antara 0,510-0,780. Hal tersebut menunjukkan bahwa nilai r hasil lebih besar dari pada nilai r tabel (0,444) artinya semua pertanyaan yang digunakan untuk mengukur variabel gaya hidup adalah valid.

b) Uji Reliabilitas

Peneliti menggunakan reliabilitas internal karena memperoleh dengan cara menganalisis data dari satu kali pengujian. Instrumen menggunakan skoring yang merupakan rentangan nilai (misalnya 0-10 atau 0-100) atau yang terbentuk skala 1-3, 1-5 dan seterusnya. Peneliti menggunakan uji reliabilitas dalam penelitian ini dengan menggunakan reliabilitas internal yang di hitung dengan menggunakan rumus *alpha cronbach*, yaitu :

$$r_{11} = \left[\frac{k}{(k-1)} \right] \left[1 - \frac{\sum \sigma_b^2}{\sigma_1^2} \right]$$

Keterangan:

r₁₁ = Reliabilitas instrumen

k = Jumlah item dalam instrumen

$\sum \sigma^2$ = Jumlah butir varian

σ = Varians total

Instrumen pada penelitian ini dikatakan reliabel dengan kesalahan 5% bila nilai cronbach alpha (α) > 0,60 (Ghozali, 2016). Hasil uji reliabilitas yang telah dilakukan di Klinik Prima Medika Salatiga pada bulan Desember 2022 terhadap 20 orang diperoleh nilai *cronbach alpha* untuk variabel gaya hidup 0,918. Hal tersebut menunjukkan bahwa nilai Cronbach alpha lebih besar dari pada nilai batas (0,60), artinya semua pertanyaan yang digunakan untuk mengukur variabel gaya hidup adalah reliabel.

G. Prosedur pengumpulan data

Prosedur pengumpulan data penelitian yang akan dilakukan di klinik permata hati salatiga adalah :

- a. Proses Perijinan
 - b. Peneliti mengurus surat perizinan dari Universitas Ngudi Waluyo yang digunakan untuk penelitian atau mencari data.
 - c. Peneliti mengajukan surat ijin Kepada Kepala Klinik Permata Hati Salatiga.
 - d. Setelah mendapatkan ijin dari Kepala Klinik Permata Hati Salatiga peneliti melakukan kegiatan penelitian di Klinik Permata Hati Salatiga.
- b. Pemilihan Asisten Peneliti

Untuk mengefektifkan waktu maka dalam penelitian ini akan digunakan asisten peneliti, yaitu

1) Mahasiswa Program Studi S1 Keperawatan Universitas Ngudi Waluyo.

2) Mengetahui tentang ilmu keperawatan

3) Penelitian ini akan dibantu oleh seorang asisten peneliti yang sudah dikoordinasi dan diberi informasi oleh peneliti mengenai tata cara pengambilan data menggunakan lembar wawancara.

4) Peneliti kemudian menyamakan persepsi dengan asisten yang dilakukan dengan cara :

a. Peneliti dan asisten menentukan calon responden yang akan dijadikan sebagai sampel dalam penelitian sesuai dengan kriteria inklusi.

b. Peneliti kemudian menjelaskan tujuan, manfaat dan teknik pengambilan data kepada responden.

5) Peneliti kemudian membagi tugas bersama dengan asisten dengan jam penelitian mengikuti jam operasional klinik di mulai Pagi (07.00-14.00 WIB) dan dilanjutkan Sore (16.00-20.30 WIB).

c. Pelaksanaan Penelitian

1) Peneliti mendapatkan jumlah data pasien yang berobat ke Klinik Permata Hati Salatiga sebanyak 82.

2) Setelah mendapat jumlah data pasien, peneliti melakukan pengambilan data tanggal 2 – 6 Januari 2023 dengan pengambilan

sampel pasien yang berkunjung ke klinik permata hati salatiga yang menderita hipertensi yang dapat dilihat dari catatan rekam medis pasien serta memenuhi kriteria pasien usia dewasa muda di ambil untuk memenuhi sampel sejumlah 82 responden.

- 3) Peneliti terlebih dahulu melakukan persamaan persepsi dengan asisten peneliti. Peneliti dibantu oleh 6 orang asisten. Persamaan persepsi antara peneliti dan asisten penelitian dilakukan dengan metode diskusi.
- 4) Selanjutnya peneliti bersama asisten mendatangi ke Klinik Permata Hati Salatiga kemudian meminta kesediaan responden.
- 5) Calon responden yang bersedia selanjutnya menandatangani surat pernyataan persetujuan (*informed consent*) menjadi responden dan apabila tidak bersedia menjadi responden maka tidak ada pemaksaan untuk mengisi kuesioner tersebut.
- 6) Peneliti dan asisten melakukan kontrak waktu untuk melakukan Pengisian kuesioner.
- 7) Kemudian peneliti dan asisten menanyakan pertanyaan kepada responden dari kuesioner gaya hidup (*FANTASTIC Life Style*) dan mengisi kuesioner tersebut berdasarkan hasil dari jawaban responden.
- 8) Jumlah responden yang mengisi kuesioner yaitu 82 responden.
- 9) Setelah kuesioner gaya hidup (*FANTASTIC Life Style*) selesai diisi, peneliti memeriksa kembali kelengkapan jawaban dari responden

dan diperoleh semua pertanyaan telah terisi dengan lengkap sehingga dapat dilakukan analisis data.

10) Peneliti mengumpulkan semua kuesioner dari responden, selanjutnya data yang terkumpul dilakukan tabulasi data dan dimasukkan kedalam SPSS untuk diolah data.

H. Etika Penelitian

Etika penelitian merupakan masalah yang sangat penting karena dalam penelitian keperawatan meliputi :

1. Informed concent

Informed concent dilakukan sebelum penelitian memberikan kuesioner peneliti meminta ijin kepada responden terlebih dahulu dan menjelaskan maksud dan tujuan dari peneliti yang akan dilakukan oleh peneliti. Setelah responden menyetujui dan bersedia selanjutnya peneliti memberikan kuesioner gaya hidup agar diisi sesuai kriteria responden tersebut.

2. Anominity

Peneliti tidak boleh mencantumkan nama lengkap responden dalam kuesioner gaya hidup dengan kejadian penyakit hipertensi, peneliti hanya boleh menuliskan inisial atau kode dari responden. Peneliti boleh menggunakan inisian nama depan responden atau menggunakan kode angka dari responden tersebut.

3. Confidentiality

Peneliti harus menjamin kerahasiaan semua data dan informasi yang diberikan responden dan digunakan untuk kepentingan penelitian. kuesioner gaya hidup dengan kejadian penyakit hipertensi disimpan rapat-rapat dan tidak boleh disebarluaskan.

4. Nonmaleficiency

Peneliti yang telah dilakukan tidak boleh dilakukan kepada responden apabila terdapat unsur berbahaya dan merugikan responden. Alat ukur yang digunakan adalah kuesioner FANTASTIC Lifestyle yang tidak merugikan responden. Apabila penelitian yang dilakukan mengandung unsur yang merugikan responden maka peneliti memperbolehkan responden untuk mengundurkan diri.

5. Benefeciency

Peneliti harus melihat keuntungan dan kerugian yang dapat ditimbulkan dari responden. Peneliti dapat memberikan informasi yang berhubungan dengan gaya hidup dengan kejadian penyakit hipertensi.

I. Pengolahan data

1. Editing

Tahap editing adalah tahap pertama dalam pengolahan data penelitian. editing merupakan proses mengkoreksi data yang sudah dikumpulkan melalui alat pengumpulan data (instrument penelitian atau kuesioner *FANTASTIC Life Style*). Peneliti dapat melakukan pengoreksian data yang terkumpul di dalam pengumpulan data sehingga apabila terdapat

kekurangan dalam data maka peneliti bisa meminta agar responden melengkapi data tersebut. Apabila ada pertanyaan yang terlewatkan maka peneliti menganjurkan responden untuk menjawabnya.

2. Scoring

Memberikan skor atau nilai pada setiap jawaban responden dari pertanyaan penelitian. penilaian dan jawaban responden variabel gaya hidup yaitu :

a. Gaya hidup

- Skor 31-46 : Sangat baik
- Skor 26-30 : Baik
- Skor 16-25 : Biasa
- Skor 0-15: Perlu perbaikan

Dalam menentukan skor gaya hidup yang sehat dan yang tidak sehat adalah jika skor berjumlah 26-46 maka masuk kedalam katagori gaya hidup yang sehat, sedangkan jika skor 0-15 maka masuk kedalam katagori gaya hidup yang tidak sehat.

3. Coding

Tekhnik ini bertujuan untuk mempermudah dalam proses pengolahan data. Peneliti dapat memberikan kode pada data yang diperoleh agar mempermudah proses pengolahan data dan klasifikasi data. Pada item jawaban lembar kuesioner peneliti dapat memberikan kode sesuai

dengan karakter masing-masing. Pemberian kode harus berdasarkan jumlah nilai dari jawaban responden pada variabel gaya hidup yang meliputi :

a. Variabel independent (Gaya hidup)

- Gaya hidup sangat baik : kode 1
- Gaya hidup baik : kode 2
- Gaya hidup biasa : kode 3
- Gaya hidup perlu perbaikan : kode 4

b. Variabel dependen (Hipertensi)

- Hipertensi normal tinggi : kode 1
- Hipertensi derajat 1 : kode 2
- Hipertensi derajat 2 : kode 3
- Hipertensi derajat 3 : kode 4

4. Tabulating

Tabulating atau tabulasi adalah tahap selanjutnya setelah pemeriksaan dan pemberian kode. Dalam tahap ini peneliti akan menyusun data dalam bentuk table untuk mempermudah dalam menganalisis data.

5. Entering

Entering data adalah tahap pemindahan data dari fisik menjadi data digital yang dapat diolah oleh software. Peneliti akan memasukkan data kedalam program analisis pada software komputer yaitu SPSS.

6. Cleansing

Cleansing data adalah tahap pengecekan data. Dalam tahap ini peneliti akan mengoreksi, atau menghapus data yang salah, data yang tidak lengkap,

data yang tidak akurat, dan data yang memiliki format salah untuk menghasilkan data yang berkualitas tinggi.

J. Analisis Data

1. Analisis univariat

Analisis univariat adalah analisis yang dapat menggambarkan setiap variabel yang diteliti, variabel independent (gaya hidup) dan variabel dependen (kejadian penyakit hipertensi) dengan menggunakan distribusi frekuensi sesuai proporsinya sehingga dapat tergambar fenomena yang berhubungan dengan variabel yang telah diteliti yaitu:

- a. gambaran gaya hidup (aktifitas fisik, pola makan, stress, konsumsi alkohol, merokok, karakteristik individu, pengetahuan dan pekerjaan) di klinik permata hati salatiga
- b. gambaran kejadian penyakit hipertensi di klinik permata hati salatiga

2. Analisis bivariat

Analisis bivariat merupakan analisis yang dilakukan terhadap dua variabel yang mempunyai hubungan atau berkorelasi. Analisis bivariat dapat digunakan untuk menggambarkan hubungan antara gaya hidup dengan kejadian penyakit hipertensi. Menurut (Sugiyono, 2017) untuk analisis bivariat dapat menggunakan *uji chi square* melalui bantuan program pengolahan data yaitu program komputer atau SPSS.

Uji chi square adalah tehnik statistic yang dapat digunakan untuk menguji hipertensi apabila dalam populasi terdiri atas dua kelas (katagori) atau lebih dari dua , dimana data tersebut berbentuk ordinal atau nominal dan

sampelnya besar. Untuk memperjelas mengenai pembahasan serta untuk mengetahui hubungan antara variabel maka dapat dilakukan uji statistic korelasi menggunakan *uji chi square*(X^2). rumus untuk menghitung chi square adalah sebagai berikut:

$$x^2 = \sum \frac{(f_o - f_e)^2}{f_e}$$

Keterangan :

x^2 = nilai chi square

f_o = frekuensi yang diobservasi

f_e = frekuensi yang diharapkan

Adapun syarat untuk uji chi square sebagai berikut:

- a. Skala ukur dalam bentuk ordinal atau nominal
- b. Tidak ada cell dengan nilai frekuensi kenyataan atau disebut juga *Actual Count* (F_0) sebesar 0 (Nol).
- c. Tidak boleh ada sel yang mempunyai nilai kurang dari 5. Lebih dari 20% dari seluruh sel.

Untuk mengetahui apakah terdapat hubungan yang signifikan antara dua variabel yaitu variabel bebas dan variabel terikat, maka p value dibandingkan dengan tingkat kesalahan (α) yang digunakan adalah 0,05. Apabila pvalue $\leq 0,05$ maka H_0 ditolak yang artinya ada hubungan yang signifikan antara variabel bebas dan variabel terikat. Apabila p value $\geq 0,05$ maka H_0 gagal ditolak yang artinya tidak ada hubungan yang signifikan antara variabel bebas dan variabel terikat.