

BAB III

METODE PENELITIAN

Desain Penelitian

Desain penelitian yang digunakan dalam studi ini bersifat deskriptif. Penelitian deskriptif adalah suatu pendekatan yang bertujuan untuk menyajikan gambaran tentang keadaan atau fenomena secara objektif (Notoatmodjo, 2018). Tujuan dari penelitian ini adalah untuk memperoleh gambaran tentang perilaku GERMAS dalam upaya pencegahan hipertensi pada masyarakat di Kelurahan Kauman, Kecamatan Batang.

Metode survei akan digunakan dalam penelitian ini. Pendekatan survei digunakan untuk mengumpulkan informasi mengenai perilaku yang berkaitan dengan tema penelitian. Penelitian survei adalah jenis penelitian yang bertujuan untuk menjelaskan fenomena yang ada melalui analisis hubungan antara variabel-variabel yang sedang diteliti serta menguji kebenarannya di lapangan. Biasanya, metode survei memanfaatkan kuesioner sebagai instrumen untuk mengumpulkan data (Wulan & Fajrussalam, 2021).

Penelitian ini menggunakan pendekatan survei untuk mengumpulkan data tentang perilaku GERMAS dalam upaya pencegahan hipertensi pada masyarakat di Kelurahan Kauman Kecamatan Batang.

Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian ini akan dilakukan di Kelurahan Kauman yang terletak di Kelurahan Kauman Kecamatan Batang, Provinsi Jawa Tengah. Waktu pelaksanaan penelitian dari observasi awal, pengajuan surat izin penelitian hingga pengambilandata dilaksanakan dari bulan Agustus 2024 – Januari 2025. Pengambilan data dilakukan selama 7 hari dengan priode waktu dari tanggal 13 Januari – 23 Januari 2025.

Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi dapat diartikan sebagai sekumpulan besar objek atau subjek yang memiliki ciri-ciri dan jumlah yang spesifik. Para Peneliti menentukan objek atau subjek yang akan diteliti untuk melaksanakan studi dan mengembangkan kesimpulan (Nursalam, 2018). Populasi yang menjadi fokus dalam penelitian ini adalah masyarakat. Kelurahan Kauman Kecamatan Batang sebanyak 1435 KK.

2. Sampel

Populasi yang menjadi objek penelitian diwakili oleh suatu sampel. Kualitas dan representativitas hasil yang diperoleh akan meningkat seiring dengan bertambahnya ukuran sampel yang digunakan (Nursalam, 2018). Sampel dalam penelitian ini adalah masyarakat di RW 1 dan RW 2 Kauman Kecamatan Batang. Adapun besar sampel dalam penelitian ini, peneliti menggunakan rumus Slovin menurut Notoatmodjo (2018). yaitu:

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

Keterangan:

N= Besar populasi

n= Besar sampel

d=Tingkat toleransi terhadap ketidakakuratan akibat kesalahan dalam pengambilan

sampel yang masih dapat diterima atau diharapkan adalah persentase kelonggaran.

Dengan mempertimbangkan jumlah populasi dan tingkat kesalahan pengambilan sampel

sebesar 10%, maka dengan menerapkan rumus yang telah disebutkan, ukuran

sampel yang diperlukan adalah:

$$n = \frac{1435}{1 + 1435 (0,1)^2}$$

$$n = \frac{1435}{1 + 1435 (0,01)}$$

$$n = \frac{1435}{15,35}$$

$$n = 93 + 10\%$$

$$n = 105 \text{ responden.}$$

Ukuran sampel yang digunakan dalam penelitian ini berjumlah 105 individu, yang diperoleh melalui penerapan rumus yang telah disebutkan sebelumnya untuk menentukan ukuran sampel. Kriteria inklusi merujuk pada karakteristik spesifik dari subjek penelitian yang dapat diakses dan dianalisis dari populasi yang menjadi sasaran. Kriteria inklusi dalam penelitian ini adalah:

- a. Ibu yang berada dirumah
- b. Berusia < 60 tahun
- c. Ibu yang bersedia menjadi responden dalam penelitian ini.

Kriteria eksklusi penelitian adalah subyek yang memenuhi kriteria inklusi dieliminasi atau dikeluarkan dari penelitian karena berbagai alasan. Kriteria eksklusi adalah menghilangkan/mengeluarkan subjek yang memenuhi kriteria inklusi dari studi karena berbagai sebab menurut Nursalam, (2020). Adapun kriteria eksklusi dalam penelitian ini adalah Batasana usia kelompok populasi yang akan di teliti

Responden menolak untuk diteliti

3. Teknik Sampling

Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Teknik Quota Sampling*. *Teknik Quota Sampling* merupakan teknik pengambilan sampel dengan cara menetapkan jumlah tertentu sebagai taret yang harus dipenuhi dalam pengambilan sampel dari populasi, dengan patokan jumlah yang telah ditentukan penelitian dapat mengambil sampel secara sembarang asal memenuhi persyaratan sebagai sampel dari populasi yang telah ditentukan.

Defisini Operasional

Tabel 3. 1 Definisi Operasional

Variabel	Definisi Oprasional	Alat Ukur	Hasil Ukur	Skala
Variabel perilaku Germas	Perilaku masyarakat dalam upaya mencegah penyakit hipertensi meliputi cek tekanan darah, perilaku merokok, aktivitas fisik, diet seimbang,	Diukur melalui kuesioner yang terdiri dari 15 pernyataan dengan penilaian.: 1.Tidak : 0 2.Ya : 1	Jumlah skor maksimum dan minimum kemudian dikelompokkan menjadi : 1. Baik : Skor 5 {cek tekanan darah, perilaku tidak merokok,	Ordinal

	istirahat yang cukup		aktivitas fisik / olahraga, diet seimbang, istirahat cukup}	
			2. Kurang Baik : Skor < 5	
Cek tekanan darah	Pemeriksaan kesehatan berupa cek tekanan darah, Secara rutin setiap 1 bulan sekali	Pengukuran dilakukan melalui kuesioner yang terdiri dari lima pernyataan dengan penilaian: 1.Tidak : 0 2.Ya : 1	Jumlah skor kemudian dikelompokkan menjadi : 1. Baik : Rutin setiap 1 bulan 2. Tidak baik : Yang tidak setiap 1 bulan	Ordinal
Perilaku tidak merokok pada anggota keluarga	Adanya aktivitas menghisap merokok pada anggota keluarga responden	Diukur dengan menggunakan kuesioner yang terdiri dari 5 pernyataan dengan peniliran : 1.Tidak : 0 2.Ya : 1	Jumlah skor kemudian dikelompokkan menjadi: 1. Merokok : Anggota keluarga yang merokok 2. Tidak merokok : Anggota keluarga yang tidak merokok	Ordinal
Variabel	Definisi Oprasional	Alat Ukur	Hasil Ukur	Skala
Aktifitas Fisik	Setiap gerakan tubuh yang dilakukan dengan serius, yang disebabkan oleh aktivitas otot rangka, menghasilkan pengeluaran tenaga dan energi melalui proses pembakaran kalori.	Diukur melalui kuesioner yang terdiri dari tiga pernyataan dengan penilaian.: 1.Tidak : 0 2.Ya : 1	Jumlah skor kemudian dikelompokkan menjadi 2 bagian : Perilaku olahraga dan frekuensi olahraga Frekuensi olahraga Olahraga 1. olahraga :melakukan olahraga 2. tidak olahraga : tidak melakukan olahraga Frekuensi olahraga	Ordinal

			1. kurang baik : < 3 kali seminggu 2. Baik : \geq 3 kali seminggu	
Diet seimbang	Penerapan pola konsumsi yang melibatkan kombinasi makanan dengan keseimbangan dan keragaman yang tepat	Pengukuran dilakukan melalui kuesioner yang terdiri dari tujuh pernyataan dengan penilaian.: 1.Tidak : 0 2.Ya : 1	Jumlah skor kemudian dikelompokkan menjadi : 1. Diet seimbang : Skor 5 2. Diet tidak seimbang : Skor < 5	Ordinal
Istirahat	Tidur yang berkualitas dengan waktu yang cukup atau normal yaitu, sekitar 7-8 jam sehari	Pengukuran dilakukan melalui kuesioner dari 4 pernyataan dengan penilaian.: 1.Tidak : 0 2.Ya : 1	Jumlah skor selanjutnya dikelompokkan menjadi: 1. Istirahat cukup (\geq 7 jam) 2. Kurang istirahat (< 7 jam)	Ordinal

Instrumen Penelitian

Instrumen utama dalam penelitian ini adalah pedoman kuesioner. Untuk memudahkan pengumpulan data di lapangan, peneliti dipandu oleh pedoman kuesioner. Pertanyaan pada kuesioner pengetahuan dibuat dalam bentuk soal pada kuesioner dengan pilihan jawaban Benar dan Salah. Soal dibuat dalam bentuk objektif Benar dan Salah dengan pertimbangan untuk mempermudah responden (Sugiyono, 2016).

Tabel 3.2 Kisi-kisi Instrumen

Variabel	Indikator	Butir Pertanyaan	Jumlah
----------	-----------	------------------	--------

Penelitian			Pertanyaan
Perilaku GERMAS	1. Cek tekanan darah	1, 2, 3	3
	2. Perilaku tidak merokok	4, 5, 6	3
	3. Aktivitas fisik (Olahraga)	7, 8, 9	3
	4. Diet seimbang	10, 11, 12, 13, 14,	5
	5. Istirahat cukup	15	1
Jumlah butir pertanyaan			15

Sumber dari Annisa Aulia,(2013) Hubungan Kualitas Tidur Terhadap Kejadian Hipertensi (studi analitik bivariat RSUPN Dr. Cipto Mangkusumo)

Prosedur Pengumpulan Data

1. Jenis dan sumber data

Jenis data yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

a. Data Primer

Data primer dalam penelitian ini diperoleh melalui kuesioner yang disebarakan kepada semua responden mengenai perilaku GERMAS.

a. Data Sekunder

Data sekunder yang digunakan dalam penelitian ini mencakup informasi mengenai 105 individu yang tinggal di Dusun Kauman, Kecamatan Batang, Kabupaten Batang.

2. Alat pengumpulan data

Kuesioner akan dimanfaatkan sebagai alat untuk mengumpulkan data dalam penelitian ini. Kuesioner terdiri dari serangkaian pertanyaan tertulis yang harus dibaca dan dijawab oleh para partisipan penelitian. (Bagong, 2015). Kuesioner dalam

penelitian ini akan digunakan untuk mengukur perilaku GERMAS dalam upaya pencegahan hipertensi.

3. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas

Kuesioner yang digunakan dalam penelitian ini merujuk pada studi yang dilakukan oleh Andriana (2017) dan telah melalui proses validasi untuk mengukur validitas dan reliabilitasnya dengan melibatkan 30 responden di Kecamatan Pakusari pada periode 9-11 Februari 2017. Hasil uji validitas menunjukkan bahwa semua nilai r yang diperoleh (0,502-0,659) lebih besar daripada nilai r tabel (0,361). Selain itu, uji reliabilitas menunjukkan nilai cronbach's alpha sebesar 0,732, yang melebihi ambang batas 0,60, sehingga dapat disimpulkan bahwa semua pernyataan dalam kuesioner ini dapat dianggap dapat dipercaya

4. Proses Pengumpulan Data

Prosedur pengumpulan data dilaksanakan melalui langkah-langkah berikut:

a. Tahap Persiapan

- 1) Mengurus surat pengantar dari Universitas Ngudi Waluyo untuk keperluan penelitian dan pengumpulan data.
- 2) Mengajukan surat permohonan izin penelitian kepada Puskesmas dan Kelurahan.
- 3) Mengirimkan izin penelitian dari kantor (Baplitbang) Badan Perencanaan Penelitian dan Pengembangan Kabupaten Batang.
- 4) Melakukan perizinan kepada Bapak RW 1 dan RW 2 untuk pengambilan data penelitian.

5) Mengonfirmasi kembali ke lokasi penelitian sebagai persiapan untuk pengambilan data.

1. Prosedur Pengambilan Data Penelitian

- 1) Peneliti akan menentukan responden dengan *simple random sampling* dimana pengambilan responden dengan cara akan mengambil sampel kepada masyarakat secara acak.
- 2) Peneliti akan melakukan proses seleksi responden menggunakan kriteria inklusi dan eksklusi sehingga responden yang dipilih benar-benar sesuai dengan tujuan penelitian. Proses seleksi akan dilakukan ketika proses pengumpulan data yaitu setelah responden bersedia berpartisipasi dalam proses penelitian dengan cara mengajukan pertanyaan sesuai dengan kriteria yang telah ditetapkan
- 3) Berdasarkan proses seleksi dengan menggunakan kriteria inklusi dan eksklusi akan diperoleh semua responden memenuhi kriteria inklusi yang ditetapkan yaitu masyarakat di Kelurahan Kauman Kecamatan Batang, dan yang bersedia menjadi responden.
- 4) Peneliti pada hari penelitian akan dilakukan pendekatan kepada masyarakat di Kelurahan Kauman Kecamatan Batang dengan memperkenalkan diri serta akan memberikan penjelasan tentang tujuan penelitian. Responden menyatakan setuju untuk membantu penelitian, kemudian akan dipersilahkan untuk membaca lembar persetujuan, menandatangani sebagai bukti bahwa sukarela ikut berpartisipasi dalam penelitian.

- 5) Responden akan dibagikan kuesioner untuk mengukur dukungan keluarga dalam pencegahan hipertensi, peneliti atau asisten akan mendampingi masyarakat yang tidak mengerti tentang pertanyaan maka akan dijelaskan oleh peneliti.
- 6) Peneliti dan asisten peneliti akan mengumpulkan kembali kuesioner perilaku GERMAS dari masyarakat terkait pencegahan hipertensi yang telah diisi dan diperiksa kelengkapannya. Untuk jawaban yang tidak lengkap, peneliti atau asisten akan segera meminta responden untuk melengkapi informasi yang diperlukan. Seluruh kuesioner yang telah diisi oleh responden akan dikumpulkan oleh peneliti untuk kemudian dilakukan proses tabulasi.

Etika Penelitian

Penelitian ini menggunakan etika penelitian dengan Nomor: 1053/SM/Fkes/UNW/XI/2024.

Adapun etika dalam penelitian ini sebagai berikut:

1. Penjelasan dan Persetujuan

Calon responden yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi akan menerima kuesioner secara langsung dari peneliti. Sebelum distribusi formulir persetujuan, peneliti akan menjelaskan tujuan, judul, dan manfaat dari penelitian ini.

2. Anonimitas

Peneliti akan menjaga privasi responden dengan mencatat hanya inisial nama mereka, bukan nama lengkap.

3. Kerahasiaan

Peneliti berkomitmen untuk menjaga kerahasiaan informasi yang diberikan oleh responden, yang hanya akan digunakan untuk keperluan penelitian.

4. Manfaat bagi Responden

Peneliti akan mempertimbangkan dengan seksama manfaat dan potensi kerugian bagi responden. Responden akan mendapatkan keuntungan berupa informasi mengenai pencegahan penyakit hipertensi.

5. Efek Samping/Risiko

Penelitian ini tidak akan menimbulkan risiko atau efek samping, karena tidak ada perlakuan atau intervensi yang dilakukan terhadap responden. Penelitian ini hanya melibatkan pengisian kuesioner dan pertanyaan yang diajukan.

Pengolahan Data

Tahapan berikut akan ditangani berdasarkan hasil pengumpulan data:

1. Penyuntingan Proses

Pemeriksaan ulang kuesioner yang telah diisi oleh responden akan dilakukan oleh peneliti. Kuesioner yang diterima harus terisi untuk setiap pertanyaan, dan semua pertanyaan harus terdistribusi dengan baik. Peneliti akan memastikan bahwa semua pertanyaan telah terisi secara lengkap.

2. Penilaian

Untuk mempermudah pengolahan dan penilaian, peneliti akan melaksanakan prosedur analisis jawaban responden yang mencakup penilaian pada semua variabel, terutama dalam kategorisasi data. Proses ini dapat dilakukan sebelum atau sesudah pengumpulan data. Klasifikasi akan dilakukan dengan memberikan kode numerik untuk setiap jawaban.

Pemberian skor untuk pertanyaan pada variabel perilaku adalah sebagai berikut:

a. tidak : diberi skor 0

b. ya : diberi skor 1

3. Pengkodean

Setelah memberikan nilai pada semua pertanyaan, peneliti akan mengkodekan data untuk memudahkan pengelompokan dan klasifikasi informasi. Nilai total dari masing-masing variabel akan digunakan untuk mengkodekan setiap item jawaban pada angket. Penilaian akan dilakukan setelah data terkumpul. Klasifikasi akan dilakukan dengan memberikan kode numerik untuk setiap respon. Pemberian kode untuk variabel perilaku adalah:

a. Tidak baik : diberi kode 0

b. Baik : diberi kode 1

4. Pembuatan Tabel

Peneliti akan menyusun tabulasi data untuk memudahkan penambahan, pengurutan, dan analisis setelah menyelesaikan penilaian masing-masing responden dan pengkodean jawaban atas pertanyaan yang diajukan.

Pembuatan Tabel Peneliti akan menyusun tabulasi data untuk memudahkan penambahan, pengurutan, dan analisis setelah menyelesaikan penilaian masing-masing responden dan pengkodean jawaban atas pertanyaan yang diajukan.

5. Penginputan

Penelitian akan melakukan penginputan data berdasarkan hasil wawancara, di mana data akan dimasukkan ke dalam Microsoft Excel dan SPSS untuk analisis univariat.

6. Pemindahan

Peneliti akan memasukkan kode-kode yang telah ditabulasi ke dalam program komputer atau aplikasi tertentu, dalam hal ini aplikasi SPSS, untuk mempercepat proses analisis data.

7. Pembersihan

Setelah data dimasukkan ke dalam aplikasi SPSS, peneliti akan memverifikasi bahwa semua data yang dimasukkan ke dalam sistem pengolahan data adalah akurat dan memeriksa adanya kes

Analisis Data

Dalam studi ini, analisis univariat diterapkan untuk menguraikan perilaku GERMAS dalam upaya pencegahan hipertensi di Kecamatan Perumahan Kauman, Batang, dan Kalisalak. Informasi tersebut diberikan dalam bentuk distribusi frekuensi (Notoatmodjo, 2018), yaitu :

$$\frac{F}{N} \times 100\%$$

Keterangan :

x = hasil persentase

F = frekuensi/hasil pencapaian

N = total seluruh frekuensi