

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain deskriptif yang dirancang menggunakan pendekatan survei, bertujuan untuk menggambarkan fenomena atau kondisi secara objektif berdasarkan data yang diperoleh langsung dari responden melalui instrumen penelitian, sehingga dapat memberikan gambaran menyeluruh mengenai variabel yang diteliti secara sistematis.

B. Lokasi dan Waktu Penelitian

Lokasi penelitian dilakukan di Puskesmas Terawan yang akan dilaksanakan pada bulan Juni 2025.

C. Subjek Penelitian

1. Populasi

Populasi adalah keseluruhan objek penelitian. Populasi penelitian ini adalah seluruh pasien hipertensi usia produktif 36-45 tahun di UPTD Puskesmas Terawan. Berdasarkan data kunjungan pasien di Puskesmas selama 3 bulan terakhir yaitu bulan Februari-April tahun 2025, jumlah pasien hipertensi yang berkunjung tiap bulan rata-rata 107 pasien.

2. Sampel

Sampel penelitian adalah sebagian dari populasi yang diambil dan digunakan sebagai representasi atau perwakilan untuk menggambarkan karakteristik seluruh populasi dalam suatu penelitian. Sampel digunakan ketika tidak memungkinkan untuk meneliti seluruh populasi karena keterbatasan waktu, biaya, tenaga, atau luasnya jangkauan. Dengan menggunakan sampel, peneliti dapat menarik kesimpulan atau membuat

generalisasi terhadap populasi berdasarkan data yang diperoleh dari kelompok yang lebih kecil tersebut. Agar penelitian ini lebih dapat memberikan kesimpulan yang mendekati kondisi sebenarnya, maka jumlah sampel yang akan diambil dalam penelitian ini sejumlah 100% dari populasi yaitu sejumlah 107 responden.

3. Teknik Sampling

Jenis sampel penelitian ini adalah *non probability sampling* dengan menggunakan tehnik *total sampling*, yaitu penentuan sampel dengan cara menetapkan ciri-ciri yang khusus, yang sesuai dengan tujuan penelitian sehingga diharapkan dapat menjawab masalah penelitian (Sugiyono, 2022).

D. Definisi Operasional

Tabel 3. 1. Definisi Operasional

Variabel	Definisi	Alat ukur	Hasil Ukur	Skala Data
Variabel independen: gaya Hidup masyarakat usia produktif usia 36-45 tahun	Perilaku individu tentang penerapan gaya hidup sehat meliputi: aktivitas fisik, kebiasaan makan, istirahat dan tidur, dan kebiasaan merokok.	Kuesioner gaya hidup yang terdiri dari 16 pertanyaan berbentuk positif dan negatif dengan pilihan jawaban ya dan tidak	Hasil ukur dikategorikan menjadi: 1. baik jika nilai 50%-100% 2. tidak baik nilai 0%-49%	Ordinal

E. Pengumpulan Data

1. Sumber Data

Sumber data dari dua variabel penelitian yang diperoleh dari data primer dan sekunder:

a. Data Primer

Data primer adalah data yang didapat secara langsung dari responden dengan cara teknik pengambilan data tertentu, seperti data usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan.

b. Data Sekunder

Data sekunder dalam penelitian ini diperoleh dari jumlah kunjungan pasien hipertensi di Puskesmas Terawan.

2. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data dengan cara membagikan kuesioner untuk memperoleh data dalam penelitian. Peneliti mengambil data penelitian menggunakan kuesioner gaya hidup pasien hipertensi.

3. Alat Pengumpulan data

a. Kuesioner gaya hidup pasien hipertensi

Kuesioner gaya hidup pasien hipertensi di adopsi dari penelitian yang dilakukan oleh (Wulandari dan Cusmarih, 2024). Kuesioner terdiri dari 16 butir pertanyaan berbentuk pertanyaan positif dan pertanyaan negatif dengan pilihan jawaban ya dan tidak. Hasil uji validitas menunjukkan bahwa masing – masing item pertanyaan pada variabel gaya hidup penderita hipertensi dikategorikan sebagai indikator yang valid. Hal ini ditunjukkan dengan nilai koefisien korelasi (r) masing – masing variabel lebih besar dari r tabel (0,444) dengan nilai rentang r hitung (0,471-0,673) serta nilai reliabilitas sebesar 0,826. Maka instrumen ini sudah valid dan reliabel karena sudah digunakan untuk penelitian tersebut.

4. Tahap Pengumpulan Data

a. Tahap persiapan penelitian

- 1) Peneliti mengajukan permohonan ke Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo untuk membuat surat studi pendahuluan yang ditujukan kepada Kepala Puskesmas Terawan.
- 2) Setelah peneliti memperoleh surat balasan Studi Pendahuluan dari Kepala Puskesmas Terawan, peneliti mengumpulkan data tentang jumlah pasien hipertensi di Kepala Puskesmas Terawan.
- 3) Setelah proposal disetujui dosen pembimbing peneliti mengajukan surat pada Komisi Etik Penelitian Universitas Ngudi Waluyo.
- 4) Peneliti mempersiapkan berkas EC (*Ethical Clearance*) dan mengajukan surat EC yang digunakan untuk syarat pelaksanaan penelitian.

- 5) Setelah mendapatkan EC, peneliti mengajukan permohonan izin penelitian kepada Dekan Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo.
 - 6) Setelah mendapatkan surat izin penelitian, peneliti mengantar surat izin penelitian kepada Kepala Puskesmas Terawan.
 - 7) Peneliti menyiapkan lembar persetujuan menjadi responden (*informed consent*)
 - 8) Peneliti mempersiapkan alat dan bahan yang digunakan dalam penelitian yaitu kuesioner gaya hidup pasien hipertensi.
- b. Tahap pelaksanaan

Proses pengambilan data dilaksanakan dengan tahapan sebagai berikut:

- 1) Peneliti menetapkan responden yang sesuai dengan kriteria inklusi penelitian
- 2) Penyambutan & Pendaftaran (3–5 menit)
 - a) Petugas resepsionis/penanggung jawab menyambut responden di meja pendaftaran puskesmas.
 - b) Cek kelayakan awal: usia 36–45 tahun, memiliki riwayat hipertensi (atau diagnosis), status sadar, dan tidak dalam kondisi kegawatdaruratan.
 - c) Berikan nomor antrian dan formulir singkat identitas. Catat waktu kedatangan.
- 3) Penyaringan inklusi/eksklusi & Penjelasan awal (3–5 menit)
 - a) Petugas penelitian menanyakan kriteria inklusi/exklusi singkat tentang usia, diagnosis hipertensi, tidak hamil, tidak sedang dalam krisis hipertensi).
 - b) Berikan penjelasan singkat tujuan penelitian, apa yang akan dilakukan, estimasi durasi kunjungan, dan hak peserta (boleh menolak kapan saja).
- 4) Informed Consent (5–10 menit)
 - a) Serahkan lembar informed consent tertulis (bahasa sederhana). Responden diberikan kesempatan untuk

- membaca atau bantu menjelaskan poin penting (tujuan, prosedur, risiko/minim, kerahasiaan, kompensasi jika ada).
- b) Jika setuju, minta tanda tangan/paraf; jika tidak setuju, catat alasan dan akhiri proses (terima kasih).
 - c) Salin satu lembar untuk peserta, arsipkan satu lembar di berkas penelitian.
- 5) Pengisian kuesioner dasar & anamnesis singkat (10–15 menit)
- a) Petugas wawancara/peneliti mengisi kuesioner: data demografi (umur, jenis kelamin, pendidikan, pekerjaan), riwayat hipertensi (lama penyakit, obat-obatan, frekuensi kontrol), kebiasaan gaya hidup (diet, garam, konsumsi buah/sayur, aktivitas fisik, rokok, alkohol), stres, dan kepatuhan minum obat (mis. MMAS-8).
 - b) Catat riwayat komorbiditas (diabetes, penyakit ginjal, dsb.).
- 6) Penutupan & penjadwalan tindak lanjut (2–3 menit)
- a) Berikan ucapan terima kasih, berikan kompensasi kecil bila dijanjikan (mis. snack sehat atau transport allowance).
 - b) Cantumkan kontak penelitian untuk pertanyaan lanjutan.
 - c) Catat apakah peserta bersedia dihubungi untuk follow-up atau wawancara lebih lanjut.
- 7) Entri data & verifikasi (setelah kunjungan, 15–30 menit per batch)
- a) Petugas data entry menginput formulir ke database terproteksi; lakukan cross-check 10% entri untuk kualitas.
 - b) Simpan berkas kertas di tempat aman. Lakukan backup data elektronik.
- 8) Monitoring & tindak lanjut (sesuai protokol penelitian)
- a) Catat rujukan klinis dan tindak lanjut yang diperlukan.
- 9) Peneliti mengumpulkan kembali kuesioner yang telah diisi oleh responden.

F. Etika Penelitian

1. Lembar persetujuan (*Informed Consent*)

Lembar persetujuan ini di dalamnya berisi tentang apa saja yang dilakukan, tujuan dalam penelitian, manfaat yang di dapat responden, tata cara penelitian. Semua pernyataan tersebut dituliskan dilembar persetujuan dengan jelas dan mudah dipahami oleh responden. Apabila responden bersedia maka mengisi dan menandatangani lembar persetujuan tersebut.

2. *Anonimity* (tanpa nama)

Responden tidak mencantumkan nama pada lembar observasi tetapi hanya inisial nama saja dari nama responden tersebut sehingga kerahasiaan data responden tetap akan terjaga.

3. Kerahasiaan (*Confidentiality*)

Confidentiality yaitu masalah etika yang akan memberikan jaminan kerahasiaan dari hasil penelitian, baik informasi maupun masalah yang lainnya. Informasi yang telah dikumpulkan peneliti akan dijamin kerahasiaannya. Namun hanya beberapa kelompok data saja yang akan dilaporkan pada hasil riset.

4. Keadilan (*Justice*)

Responden diberi perlakuan secara baik sebelum atau sesudah dilakukan penelitian. Adanya perlakuan yang berbeda perlu dihindari, apabila subjek penelitian tidak ingin atau keluar dari penelitian. Peneliti memperlakukan setiap responden dengan sama dan tidak membedakan antar responden satu dengan lainnya.

5. Kemanfaatan (*Expediency*)

Penelitian seharusnya memberikan manfaat bagi masyarakat bidang, ilmu ataupun penelitian. Peneliti perlu mengurangi dampak yang merugikan bagi subjek penelitian.

G. Pengolahan Data

Langkah-langkah pengolahan data sebagai berikut:

1. *Editing*

Merupakan proses pengecekan lembar observasi yang telah terkumpul dari responden. Pada tahap ini peneliti memeriksa kembali kelengkapan jawaban yang telah di isi oleh responden.

2. *Scoring*

Scoring adalah proses memberikan skor pada tiap pertanyaan berdasarkan jawaban responden. Jawaban kuesioner gaya hidup pasien hipertensi skoring dilakukan sebagai berikut:

Pada pertanyaan jenis positif:

jawaban ya diberikan skor 1

jawaban tidak diberikan skor 0

Pada pertanyaan jenis negatif:

jawaban ya diberikan skor 0

jawaban tidak diberikan skor 1

3. *Coding*

Coding adalah pengolahan dan analisa data penelitian yang dilakukan dengan pemberian kode pada setiap responden. Pemberian kode dalam penelitian ini terdiri dari:

Gaya hidup pasien hipertensi;

a. Baik dengan skor $\geq 50\%$

b. Tidak baik $\leq 49\%$

4. *Entry*

Data yang diperoleh dari lembar observasi berisi nilai masing-masing indikator dimasukkan pada perangkat komputer yaitu SPSS.

5. *Cleaning*

Proses *cleaning* merupakan pemeriksaan kelengkapan data yang telah di *entry* dan seluruh data yang dinyatakan sesuai dengan hasil pengukuran observasi.

H. Analisis Data

1. Analisis Univariat

Analisis univariat bertujuan untuk menjelaskan atau mendeskripsikan karakteristik setiap variabel penelitian (Sugiyono, 2022). Dalam penelitian

analisa univariat dilakukan menggunakan SPSS. Data hasil penelitian dideskripsikan dalam bentuk prosentase dan distribusi normal untuk mengetahui frekuensi meliputi karakteristik responden (usia, jenis kelamin, pendidikan), gambaran gaya hidup pasien hipertensi.