

## **BAB 3**

### **METODE PENELITIAN**

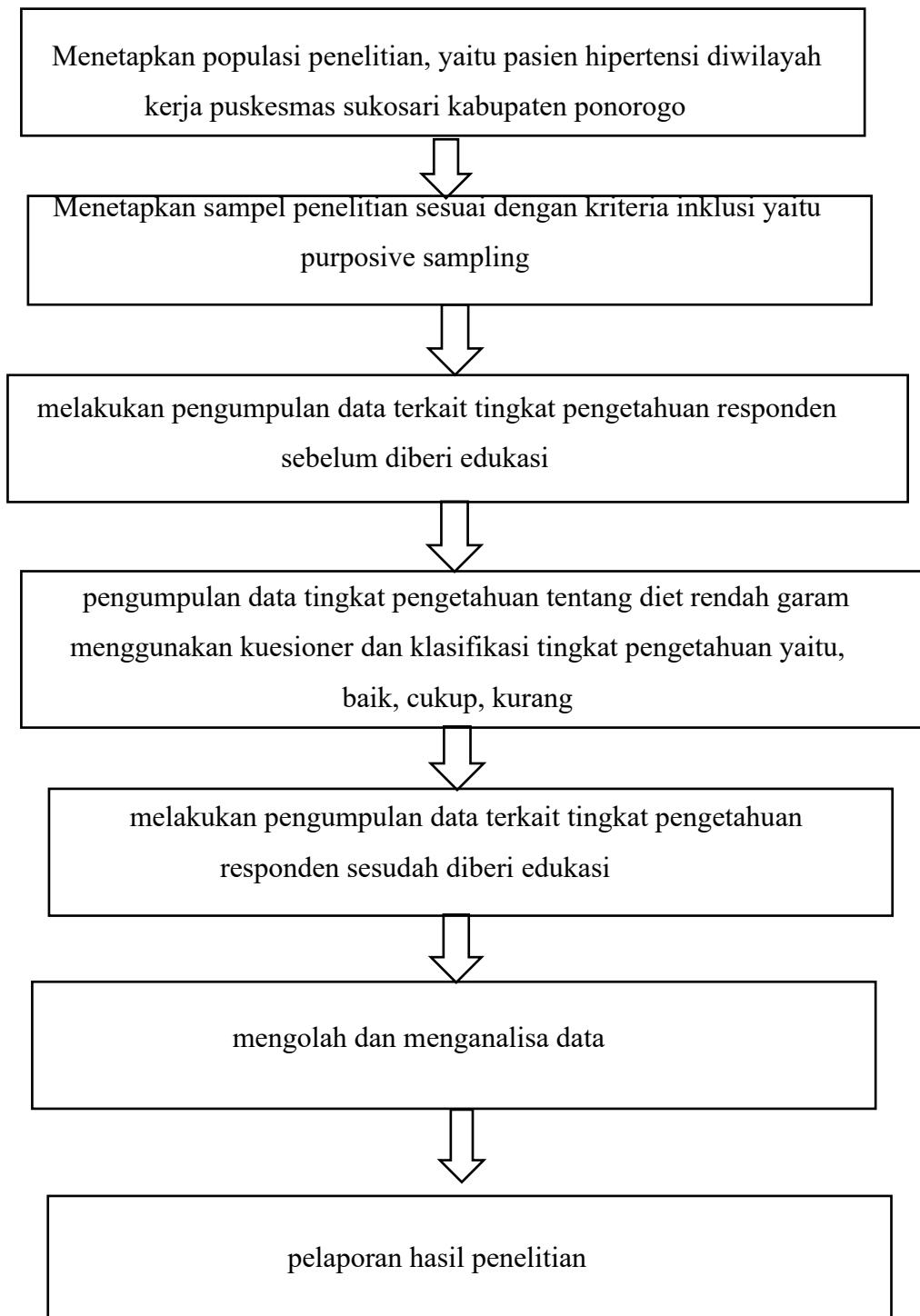
#### **3.1 Desain penelitian**

Desain penelitian merupakan kerangka atau perincian prosedur kerja yang akan dilakukan selama penelitian dirancang untuk memberikan gambaran dan arah yang jelas tentang langkah-langkah yang akan diambil. Hal ini diharapkan dapat membantu dalam pelaksanaan penelitian, serta memberikan gambaran yang jelas tentang hasil yang akan dicapai setelah penelitian selesai (Bashori & Khairunnisa, 2024)

Jenis desain dalam Karya Tulis Ilmiah ini menggunakan penelitian deskriptif Penelitian deskriptif bertujuan untuk mengetahui Gambaran Tingkat Pengetahuan Tentang Diet Rendah Garam Pada Penyakit Hipertensi Wilayah Kerja Puskesmas Babadan Kabupaten Ponorogo.

#### **3.2 Kerangka kerja**

Kerangka penelitian merupakan konsep pada penelitian yang saling berhubungan. Kerangka penelitian juga dapat diartikan sebagai alur akal berpikir yang menghubungkan antara teori dan juga suatu konsep dengan berbagai variabel penelitian yang kemudian diidentifikasi menjadi masalah yang krusial. (Hakim, 2025)



### 3.3 Populasi, Sampel, sampling

#### 1. Populasi

populasi diartikan sebagai wilayah generalisasi yang terdiri atas objek/subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. populasi merupakan keseluruhan objek atau subjek yang berada pada suatu wilayah dan memenuhi syarat-syarat tertentu yang berkaitan dengan masalah peneliti (Suriani , et al, 2023)

#### 2. Sampel

Sampel secara sederhana diartikan sebagai bagian dari populasi yang menjadi sumber data yang sebenarnya dalam suatu penelitian. Dengan kata lain, sampel adalah sebagian dari populasi untuk mewakili seluruh populasi (Amin, Garancang, & Abunawas, 2023) terdapat kriteria inklusi dan kriteria eksklusi menurut (tri doso, et al , 2025) yaitu:

##### a. Kriteria Inklusi :

Kriteria inklusi merupakan kriteria dimana subjek penelitian dapat mewakili dalam penelitian dan memenuhi syarat sebagai sampel.

Kriteria inklusi dalam penelitian ini adalah:

1. Responden yang berusia dewasa 40 - 60 tahun
2. Responden yang dapat berkomunikasi dengan baik
3. Responden yang memiliki hipertensi ( $\geq 140/90$  mmhg)
4. Responden yang berada pada wilayah kerja puskesmas babadan

5. Responden yang bersedia menjadi responden dalam penelitian dan menandatangani persetujuan (Informed Consent).

b. Kriteria Eksklusi :

Kriteria eksklusi merupakan kriteria dimana subjek penelitian tidak dapat mewakili sampel karena tidak memenuhi syarat sebagai sampel.

Kriteria eksklusi dalam penelitian ini adalah:

1. Responden yang menolak mengikuti penelitian.
2. Responden yang tidak mengisi kuisioner secara lengkap.
3. Responden dengan gangguan mental

3. Sampling

Teknik yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik Purposive Sampling (pengambilan sampel berdasarkan tujuan tertentu), Purposive sampling adalah teknik penentuan atau pemilihan sampel untuk tujuan tertentu, atau sampel ditetapkan secara sengaja oleh peneliti. Dalam penentuan sampel biasanya didasarkan atas kriteria tertentu atau pertimbangan tertentu dari peneliti tentang tujuan yang akan dicapai. Jadi, tidak melalui proses pemilihan seperti yang dilakukan dalam teknik random. ( Sitti, et al, 2020)

### 3.4 Variabel penelitian

Secara umum, variabel adalah segala sesuatu yang menjadi objek pengamatan dalam penelitian. Beberapa orang memandang variabel sebagai

gejala yang bervariasi. Hal yang perlu diperhatikan adalah bahwa variabel penelitian merupakan faktor-faktor yang berperan dalam peristiwa atau gejala yang akan dianalisis. Ciri khas dari sebuah variabel adalah dapat diukur, mampu membedakan antara satu objek dengan objek lain dalam suatu populasi, serta memiliki nilai yang beragam. Agar hasil penelitian bersifat objektif, terukur, dan dapat diuji secara konsisten, variabel harus dapat diukur (Haifa, et al, 2025)

### **3.5 Tempat dan waktu penelitian**

#### **1. Tempat penelitian**

Penelitian ini dilakukan di puskesmas babadan yang beralamatkan Jl. Raya Ponorogo-Madiun No. 06, Area Sawah, Babadan, Kec. Babadan, Kabupaten Ponorogo, Jawa Timur 63491. Tepatnya didesa kertosari pada tanggal 23 april 2026

#### **2. Waktu penelitian**

Penelitian ini dilaksanakan yaitu mulai tanggal 23 hingga 27 April 2026, yang mencakup tahap persiapan, pengumpulan data, pelaksanaan kegiatan penelitian, hingga penyelesaian akhir di lapangan.

### **3.6 Definisi operasional**

Definisi operasional adalah cara spesifik untuk mengukur variabel dalam penelitian. Definisi ini memberikan batasan suatu variabel

dengan merinci hal yang harus dikerjakan peneliti untuk mengukurnya (Hakim, 2025) Batasan istilah dalam studi kasus ini adalah "Gambaran tingkat pengetahuan tentang diet rendah garam pada penyakit hipertensi wilayah kerja Puskesmas Babadan Kab. Ponorogo" . Pasien hipertensi yang dimaksud dalam penelitian ini adalah pasien dengan tekanan darah  $\geq 140/90$  mmHg. Pasien sering mengkonsumsi makanan yang menjadi pantangan bagi penyakitnya sehingga dilakukan diet hipertensi.

### **3.7 Teknik dan instrumen pengumpulan data**

#### **1. Teknik pengumpulan data**

##### **a. Kuesioner (angket)**

Kuesioner (angket) merupakan teknik pengumpulan data dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawab. Kuesioner cocok digunakan bila jumlah responden cukup besar dan tersebar di wilayah yang luas. Kuesioner dapat diberikan kepada responden secara langsung atau dikirim melalui pos, atau internet, dan dapat dibuat berupa pertanyaan/pernyataan tertutup atau terbuka. Hal yang perlu diingat oleh peneliti adalah bahwa angket hanya bisa digunakan untuk memperoleh data berupa pendapat atau persepsi responden tentang suatu masalah, dan penggunaanya tidak dengan berhadapan langsung (face to face) dengan responden. Pembuatannya, dapat berupa angket tertutup, terbuka, atau semi tertutup terbuka (jawaban sudah disiapkan oleh peneliti, tetapi

responden diberi kesempatan untuk menambahkan jawaban lain) (Sitti, et al, 2020)

Kuesioner yang saya ambil yaitu kuesioner HKLS (Hypertension Knowledge – level scale), Kuesioner HKLS (Hypertension Knowledge Level Scale) adalah instrumen pengukuran yang digunakan untuk menilai tingkat pengetahuan individu mengenai penyakit hipertensi.

## 2. Instrumen penelitian

Instrumen Yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner HKLS (Hypertension Knowledge – level scale) yang digunakan untuk mengetahui terkait pengetahuan penderita hipertensi.

### a. Kategori kuesioner pengetahuan diet rendah garam pada pasien HT

Tabel 3 kategori kuesioner pengetahuan diet rendah garam

| No | Kategori pertanyaan | Nomor pertanyaan     |
|----|---------------------|----------------------|
| 1. | Penyakit hipertensi | 1,2,3                |
| 2. | Diet rendah garam   | 4,5,6,7,8,9,10,11,12 |

- b. Kisi kisis soal kuesioner pengetahuan diet rendah garam pada pasien HT

Tabel 4 kisi - kisi kuesioner pengetahuan diet rendah garam

| No     | Uraian pertanyaan                   | Favorable | unfavoreble |
|--------|-------------------------------------|-----------|-------------|
| 1.     | Pengertian hipertensi               | 1         |             |
| 2.     | Etilogi hipertensi                  | 2,3       | 4           |
| 3.     | Pengertian diet rendah garam        | 5         |             |
| 4.     | Tujuan diet rendah garam            | 6,7       | 8           |
| 5.     | Jenis makanan yang dianjurkan       | 9         | 10          |
| 6.     | Pembatasan garam dan makanan olahan | 11        | 12          |
| Jumlah |                                     | 7         | 5           |

- c. Soal kuesioner pengetahuan diet rendah garam pada hipertensi

Tabel 5 kuesioner HKLS (Hypertension Knowledge Level Scale)

| No | Pertanyaan                                                                                                                                                                                           | Benar | Salah |
|----|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|-------|
| 1. | Hipertensi adalah suatu kondisi dimana tekanan darah seseorang meningkat secara menetap hingga mencapai $\geq 140/90$ mmHg yang dapat menimbulkan berbagai masalah kesehatan apabila tidak dikontrol |       |       |
| 2. | Tekanan darah tinggi dapat terjadi akibat berbagai faktor seperti pola makan tinggi garam, kurang aktivitas fisik, stres, dan kebiasaan merokok                                                      |       |       |
| 3. | Hipertensi tidak memiliki hubungan dengan pola makan sehingga penderita tidak perlu mengatur asupan garam                                                                                            |       |       |
| 4. | Diet rendah garam tidak memberikan manfaat bagi penderita hipertensi karena tekanan darah hanya dipengaruhi oleh faktor keturunan                                                                    |       |       |
| 5. | Selain mengonsumsi buah-buahan segar, cara lain untuk mencegah hipertensi adalah dengan olahraga secara teratur                                                                                      |       |       |
| 6. | Penderita hipertensi harus memperbanyak makan sayur dan buah serta menghindari makanan cepat saji (misal: mie instan, sarden, dll)                                                                   |       |       |

|     |                                                                                                                                                                  |  |  |
|-----|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|
| 7.  | Tujuan utama penerapan diet rendah garam pada pasien hipertensi adalah untuk menurunkan dan menjaga tekanan darah agar tetap dalam batas normal                  |  |  |
| 8.  | Dengan menjalankan diet rendah garam secara teratur, risiko terjadinya komplikasi hipertensi seperti stroke, gagal jantung, dan penyakit ginjal dapat dikurangi  |  |  |
| 9.  | Penderita hipertensi dianjurkan untuk lebih sering mengonsumsi makanan segar seperti sayur dan buah karena kandungan garam alaminya lebih rendah                 |  |  |
| 10. | Makanan instan, makanan kaleng, dan makanan yang diawetkan aman dikonsumsi dalam jumlah bebas oleh penderita hipertensi                                          |  |  |
| 11. | Penderita hipertensi dianjurkan untuk membatasi konsumsi garam tidak lebih dari 1 sendok teh per hari, termasuk garam yang berasal dari bumbu dan makanan olahan |  |  |
| 12. | Semakin asin makanan, semakin baik untuk penderita hipertensi                                                                                                    |  |  |

Sumber kuesioner: (Erkoc, 2012)

$$\text{Skor kuesioner} = \frac{\text{skor yang didapat}}{\text{skor maksimal}} \times 100\%$$

Interpretasi hasil penilaian kuesioner pengetahuan diet rendah garam pada pasien hipertensi, dikategorikan dengan pengetahuan rendah (skor 0%-55%), pengetahuan cukup (skor 56%-75%), pengetahuan baik (skor 76%-100%).

### 3.8 Analisis data dan penyajian data

#### 1. Pengolahan data

Sebelum diadakan uji statistik, baik statistik deskriptif maupun statistik inferensial, data yang ditemukan di lapangan harus diolah terlebih dahulu. Untuk pengolahan data kuantitatif, misalnya data yang diperoleh melalui angket, pedoman wawancara terstruktur, atau

pedoman observasi sistematis/terstruktur, diolah dengan melalui langkah-langkah sebagai berikut:

2. Editing (mengedit data),

yakni memisahkan antara instrumen yang sempurna jawabannya dan yang kurang sempurna (cacat). Misalnya ada angket yang jawabannya lengkap atau ada nomor yang tidak dijawab dan angket yang sudah lengkap jawabannya. Angket yang tidak lengkap jawabannya, tidak perlu diolah. Oleh sebab itu, dalam pengedaran angket sebaiknya dilebihkan sekitar 15 % untuk mengantisipasi angket yang cacat.

3. Coding data,

yakni memberi kode pada setiap instrumen dari setiap responden. Misalnya dengan memberi nomor (1.2.3.4 dst.) atau kode lain ( yang lebih mudah dipahami oleh pengolah data) pada setiap instrumen, sehingga kalau terjadi kesalahan dalam pengolahan, kesalahan itu gampang ditemukan.

4. Memberi skor pada setiap option (alternatif)

jawaban yang diberikan oleh responden. Misalnya untuk pernyataan yang bernada positif, jawaban sangat setuju diberi skor 5, setuju 4, kurang setuju 3, tidak setuju 2, dan sangat tidak setuju skor 1. dan untuk pertanyaan/pernyataan yang bersifat negatif, diberi skor sebaliknya, yakni skor untuk jawaban sangat tidak setuju 5, tidak setuju 4, kurang setuju 3, setuju 2, dan sangat setuju skor 1.

5. Memasukkan data ke dalam tabel bebaran data.

Untuk itu, yang perlu dibuat terlebih dahulu adalah mempersiapkan tabel untuk tempat memasukkan data (tabel bebaran data). Sebaiknya mahasiswa membuat tabel dengan menggunakan excel, sehingga tidak menyulitkan membuat kolom satu baris ( Sitti, et al, 2020)

### 3.9 Etika penelitian

#### Etika penelitian

Etika penelitian adalah standar tata perilaku peneliti selama melakukan penelitian. Etika penelitian mengatur berbagai hal yang harus menjadi pedoman perilaku peneliti sejak menyusun desain penelitian, mengumpulkan data di lapangan (melakukan wawancara, memberikan angket, melakukan pengamatan, meminta data pendukung), ketika menyusun laporan penelitian, sampai mempublikasikan hasil penelitian. Etika penelitian berkaitan dengan beberapa norma, yaitu norma sopan-santun yang memperhatikan konvensi dan kebiasaan dalam tatanan di masyarakat, norma hukum mengenai pengenaan sanksi ketika terjadi pelanggaran, dan norma moral yang meliputi itikad dan kesadaran yang baik dan jujur dalam penelitian. Tujuan etika dalam penelitian adalah untuk menjamin bahwa tidak ada satu pihak pun yang dirugikan ataupun menanggung risiko kerugian dalam setiap kegiatan penelitian. Bagaimanapun, suatu kegiatan tidak beretika bisa terjadi dimana saja, misalnya pelanggaran terhadap persetujuan publikasi hasil penelitian, kerahasiaan salah

penyajian hasil temuan, besarnya biaya penelitian, dan sebagainya (Yumesri; , et al, 2024) Masalah etika yang harus diperhatikan yaitu:

1. Informed Consent

Informed consent diberikan oleh peneliti sebelum melakukan penelitian Masalah etika yang harus diperhatikan yaitu: Informed Consent Informed consent diberikan oleh peneliti sebelum melakukan penelitian

2. Anonymity (Tanpa Nama)

Anonymity disini dimana peneliti berarti tidak perlu mencantumkan nama pada lembar pengumpulan data (kuesioner). Peneliti hanya menuliskan kode pada lembar pengumpulan data

3. Confidentiality (Kerahasiaan)

Kerahasiaan informasi responden dijamin oleh peneliti dan hanya data tertentu yang akan dilaporkan dalam hasil penelitian.

4. Beneficence (Berbuat baik)

Peneliti akan melaksanakan penelitian dan sekaligus mampu menjaga kesejahteraan subjek penelitian. Peneliti tidak akan berbuat sesuatu yang merugikan ataupun tindakan penyalahgunaan.

5. Justice (Keadilan)

Peneliti akan memperlakukan setiap orang sama dengan moral yang benar dan layak memperoleh haknya. Peneliti tidak akan membedakan status sosial, agama, RAS, gender, ataupun usia.