

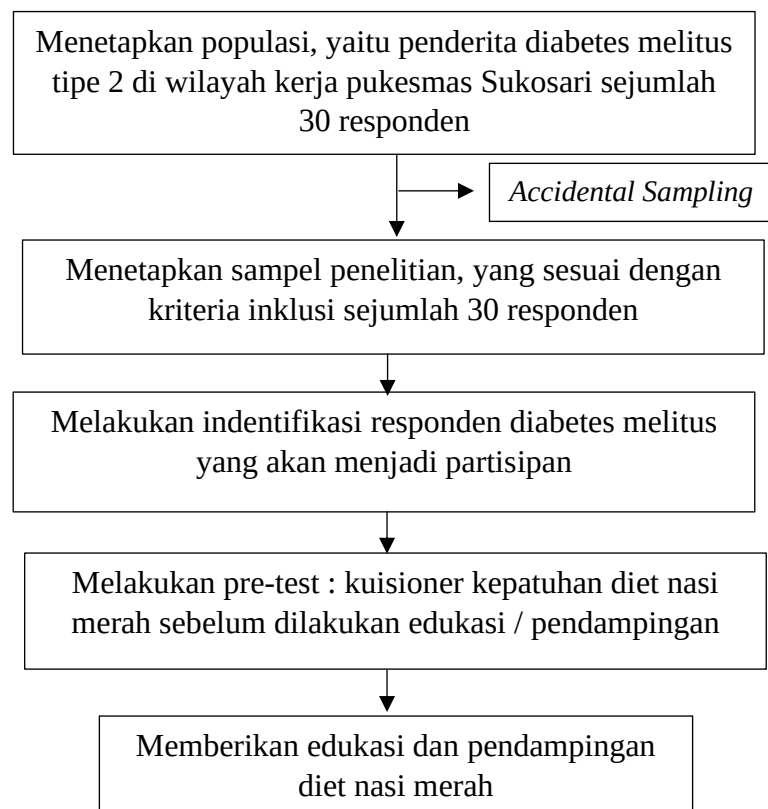
BAB III

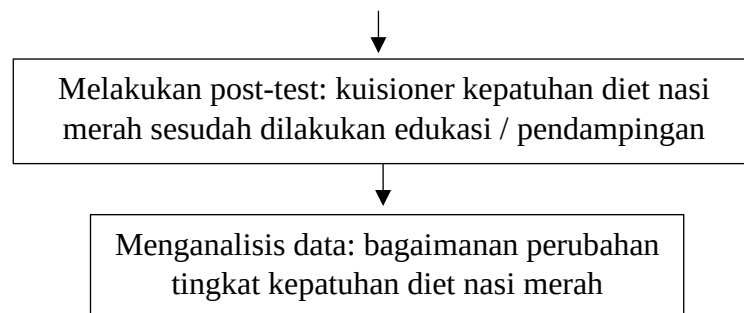
METODE PENELITIAN

3.1 Desain Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif dengan menggunakan pendekatan desain one group pre-test post-test yang bertujuan untuk mengetahui bagaimana Gambaran Tingkat Kepatuhan Diet Nasi Merah Pre dan Post Penyuluhan Kesehatan Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di Wilayah Kerja Puskesmas Sukosari.

3.2 Kerangka Kerja Penelitian





Bagan 3. 1 Kerangka Kerja Penulisan

3.3 Populasi, Sampel, dan Teknik Sampling

3.3.1 Populasi

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh penderita diabetes melitus tipe 2 di wilayah kerja puskesmas Sukosari sebanyak 873 orang berdasarkan data puskesmas tahun 2026. Partisipan yang akan diberikan edukasi dipilih berdasarkan kriteria tertentu agar data yang diperoleh valid dan relevan terhadap tujuan penelitian.

3.3.2 Sampel

Penderita diabetes melitus tipe 2 di puskesmas Sukosari sejumlah 873 dan nanti akan diambil sampel sejumlah 30 responden yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi.

a. Kriteria Inklusi

Kriteria inklusi merupakan karakteristik subjek yang harus dipenuhi agar dapat dijadikan sebagai sampel penelitian, yaitu:

- 1) Penderita diabetes melitus tipe 2 yang telah terdiagnosis dan tercatat di wilayah kerja puskesmas Sukosari.
- 2) Penderita diabetes melitus yang sudah pernah mendapatkan edukasi terkait 5 pilar DM (minimal pernah dijelaskan oleh tenaga kesehatan)

- 3) Penderita diabetes melitus yang pernah menjalankan minimal 1-5 dari 5 pilar DM (misalnya diet dan rutin minum obat)
- 4) Dengan usia ≥ 18 tahun.
- 5) Bersedia untuk mengikuti edukasi diet nasi merah dan pengisian kuisioner pre-test dan post-test.
- 6) mampu berkomunikasi dengan baik dan memahami intruksi dari peneliti dan tidak dalam kondisi medis yang serius atau mengalami komplikasi yang akan menghambat dalam menjalankan edukasi diet nasi merah.

b. Kriteria Eksklusi

Kriteria eksklusi merupakan karakteristik subjek yang tidak dapat dijadikan sebagai responden penelitian, yaitu :

- 1) Penderita Diabetes Melitus tipe 2 dengan komplikasi berat atau kondisi medis yang memerlukan perawatan intensif.
- 2) Responden yang sedang menjalani anjuran diet khusus lain dari luar Puskesmas Sukosari selama penelitian berlangsung.
- 3) Responden yang tidak mengikuti seluruh rangkaian penelitian, baik edukasi diet nasi merah maupun pengisian kuesioner pre-test dan post-test.
- 4) Responden yang mengundurkan diri selama proses penelitian berlangsung
- 5)

3.3.3 Teknik Sampling

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan teknik purposive sampling, yaitu teknik yang dalam pengambilan sampel dengan cara memilih responden yang dianggap paling sesuai dengan tujuan penelitian. Dengan demikian, responden dalam penelitian ini tidak diambil secara sembarangan. Hanya orang-orang yang sesuai dengan fokus penelitian yang akan dipilih. Jumlah sampel yang diambil juga ditentukan secara sengaja agar dapat memberikan gambaran yang jelas mengenai tingkat kepatuhan diet nasi merah. Dengan teknik ini, data yang diperoleh akan mampu menggambarkan kondisi kepatuhan responden secara lebih rinci dan sesuai dengan tujuan penelitian (Adilest, 2023).

3.4 Variabel Penelitian

Variabel yang digunakan dalam penelitian ini adalah tentang edukasi dan pendampingan diet nasi merah, yaitu kegiatan yang akan diberikan kepada responden berupa penyampaian informasi, arahan, dan bimbingan mengenai penerapan diet nasi merah sesuai dengan pedoman diet bagi penderita diabetes melitus. Kepatuhan diet juga akan diukur menggunakan kuisioner tertulis yang mencakup beberapa indikator, yaitu :

1. Frekuensi konsumsi nasi merah.
2. Cara pengolahan nasi merah.
3. Porsi konsumsi nasi merah
4. Konsistensi mengganti nasi putih dengan nasi merah.
5. Kepatuhan terhadap anjuran diet secara keseluruhan.

3.5 Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan secara mandiri di wilayah kerja puskesmas Sukosari tepatnya di Prolanis Desa Bareng dengan kontrak yang telah disetujui oleh partisipan dan petugas puskesmas. Waktu penelitian dilakukan pada Selasa 08-22 April 2026.

3.6 Definisi Operasional

Kepatuhan diet nasi merah diukur menggunakan kuisioner tertutup dengan jawaban “Selalu”, “Sering”, “Jarang” dan “Tidak Pernah” yang akan diberikan sebelum (pre-post) dan sesudah (post-test) dilakukan edukasi diet nasi merah. Skor yang diperoleh akan dikategorikan untuk menentukan tingkat kepatuhan diet nasi merah. Peneliti akan memberikan edukasi diet nasi merah melalui penyuluhan edukasi dan media leaflet sebagai upaya untuk meningkatkan kepatuhan diet responden.

Tabel 3. 1 Definisi Operasional Tingkat Kepatuhan Diet Nasi Merah

No	Variabel Penelitian	Definisi Operasional	Parameter	Alat Ukur	Skala	Skor
1	Kepatuhan diet nasi merah	Tingkat ketaatan penderita Diabetes Melitus dalam menerapkan diet nasi merah sesuai dengan pedoman diet yang dianjurkan, yang dinilai berdasarkan kebiasaan konsumsi nasi merah dalam kehidupan sehari-hari	Pengukuran tingkat kepatuhan diet pada penderita diabetes melitus diukur melalui : 1. Frekuensi konsumsi nasi merah 2. Porsi konsumsi nasi merah 3. Konsistensi mengganti nasi putih dengan nasi merah 4. Jadwal mengkonsumsi nasi merah	Kuisioner dengan skala likert	Ordinal	Hasil penilaian dilihat dari hasil pengisian kuisioner oleh responden berdasarkan dengan: 1. Setiap pertanyaan kuisioner akan dinilai menggunakan skala likert dengan pemberian skor: Selalu (4) Sering (3), Jarang (2) Tidak pernah (1).

						2. Skor total kepatuhan diet nasi merah akan dihitung dengan menjumlahkan seluruh skor jawaban responden pada setiap butir pertanyaan kuisioner. Rumus : Skor maksimal = 20 (jika semua jawaban Selalu) Skor minimal = 5 (Jika semua jawaban Tidak Pernah) Dan hasilnya akan dikelompokkan menjadi : 16-20 (Patuh) 11-15 (Cukup Patuh) 5-10 (Tidak Patuh)
--	--	--	--	--	--	---

3.7 Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data

3.7.1 Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengupulan data pada penelitian ini adalah dengan pengisian kuisioner secara langsung pada 30 responden penderita diabetes melitus tipe 2 yang mengikuti kegiatan edukasi peyuluhan diet nasi merah.

3.7.2 Instrumen Penelitian

Instrumen yang digunakan adalah instrumen kuisioner kepatuhan diet nasi merah yang disusun oleh peneliti berdasarkan pedoman dan teori tentang diet nasi merah.

Indikator kuisioner meliputi

- a. Frekuensi konsumsi nasi merah.
- b. Cara pengolahan nasi merah.
- c. Porsi konsumsi nasi merah.
- d. Konsistensi mengganti nasi putih dengan nasi merah.
- e. Kepatuhan terhadap anjuran diet secara keseluruhan.

3.8 Analisa Data dan Penyajian Data

Analisis data dalam penelitian ini dilakukan untuk memperoleh gambaran tingkat kepatuhan diet nasi merah pada penderita Diabetes Melitus sebelum dan sesudah diberikan edukasi atau pendampingan. Data diperoleh dari hasil pengisian kuesioner oleh responden, kemudian dihitung dan disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi dan persentase untuk setiap indikator kepatuhan diet. Analisis ini bertujuan untuk menggambarkan seberapa patuh responden dalam menerapkan diet nasi merah sebelum dan sesudah mendapatkan edukasi atau pendampingan. Selanjutnya data akan disajikan secara sistematis melalui beberapa tahap, yaitu :

1. Pengumpulan Data

Data dikumpulkan dari responden melalui kuesioner pre-test dan post-test. Peneliti memastikan seluruh kuesioner yang dikumpulkan lengkap dan dapat digunakan.

2. Penyusunan Data

Data yang telah terkumpul akan di reduksi dengan cara memeriksa kelengkapan jawaban pada kuisisioner, mengelompokkan data sesuai dengan indikator yang telah di ukur (frekuensi konsumsi, cara pengolahan, porsi konsumsi, konsistensi mengganti nasi putih, dan kepatuhan terhadap anjuran diet nasi merah), dan memberikan skor pada setiap jawaban sesuai dengan ketentuan skor kuisisioner. Reduksi data dilakukan untuk menyaring data yang relevan agar lebih mudah disajikan dan dianalisis.

3. Penyajian Data

Data yang telah disusun kemudian akan disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi dan presentase untuk setiap indikator kepatuhan diet dan juga akan dibuatkan tabel perbandingan skor pre-test dan post-test untuk menggambarkan perubahan tingkat kepatuhan sebelum dan sesudah dilakukan edukasi atau pendampingan.

4. Kesimpulan

Dari data yang telah disajikan, peneliti melakukan analisis deskriptif untuk menarik kesimpulan mengenai tingkat kepatuhan diet nasi merah pada penderita diabetes melitus.

3.9 Etika Penelitian

Penelitian ini dilakukan dengan memperhatikan prinsip-prinsip etika penelitian. Etika penelitian bertujuan untuk melindungi hak, keselamatan, dan martabat responden, serta menjamin bahwa penelitian dilakukan secara bertanggung jawab dan dapat dipertanggungjawabkan. Prinsip-prinsip etika yang diterapkan dalam penelitian ini meliputi:

1. Informed consent

Sebelum pengumpulan data, peneliti menjelaskan tujuan, prosedur penelitian, manfaat penelitian, serta hak responden untuk berpartisipasi secara sukarela. Responden yang bersedia mengikuti penelitian diminta menandatangani lembar persetujuan (informed consent) sebagai bukti kesediaannya. Responden juga berhak untuk menolak atau menghentikan partisipasi kapan saja tanpa konsekuensi apapun.

2. Anonymity

Identitas responden tidak dicantumkan dalam laporan penelitian. Data hanya diberi kode sehingga responden tidak dapat diidentifikasi secara langsung. Prinsip ini diterapkan agar responden merasa aman dan bebas memberikan jawaban jujur.

3. Confidentiality

Data yang diperoleh dari responden dijaga kerahasiaannya. Informasi yang dikumpulkan hanya digunakan untuk keperluan penelitian dan tidak dibagikan kepada pihak lain tanpa izin

responden. Seluruh data disimpan secara aman untuk mencegah penyalahgunaan.