

BAB 3

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Metode penelitian kuantitatif merupakan jenis penelitian yang mempunyai spesifikasi sistematis, terstruktur, dan terencana dengan jelas sejak awal dilakukannya penelitian (Mardiyanti et al., 2020). Pengumpulan data yang sistematis dan menggunakan statistik, diharapkan peneliti dapat memberikan informasi yang valid dan dapat dipercaya. Data dianalisis dengan menggunakan uji korelasi *Rank Spearman* yang bertujuan untuk mengetahui adanya korelasi antara kedua variabel yaitu dukungan keluarga dengan aktivitas fisik dan kepatuhan diet.

B. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi dalam penelitian ini adalah semua lansia diabetes melitus tipe 2 yang sudah terdata di Puskesmas Sananwetan yang berusia lebih atau kurang dari 60 tahun, data yang sudah didapatkan dapat mewakili kondisi diabetes pada lansia di daerah tersebut.

2. Sampel

Sampel adalah sebagian dari jumlah dan karakteristik suatu populasi atau sebagian kecil dari anggota suatu populasi yang diambil dengan rumus tertentu sehingga dapat mewakili populasinya (Mardiyanti et al., 2020). Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini yakni *total sampling*.

Teknik ini dipilih karena tidak ada kriteria tertentu selain lansia dengan diabetes melitus tipe 2. Jumlah sampel pada penelitian ini sebanyak 80 responden.

C. Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan pada bulan April – Mei 2025. Kegiatan ini dilakukan secara *door to door* ke rumah lansia di wilayah Puskesmas Sananwetan, Kota Blitar. Selama periode ini, peneliti melakukan pengumpulan data, wawancara, dan mengisi kuesioner terkait dukungan keluarga terhadap aktivitas fisik dan kepatuhan diet pasien diabetes melitus tipe 2. Kegiatan akan berlangsung dengan mempertimbangkan ketersediaan responden mengisi *inform consent* dan kondisi yang ada di lapangan.

D. Variabel Penelitian

Variabel pada penelitian ini terdiri dari variabel independen dan dependen yaitu :

1. Variabel Independen

Dukungan keluarga, variabel ini mencakup dukungan keluarga baik dan buruk yang diberikan kepada lansia dengan diabetes melitus tipe 2.

2. Variabel Dependen

a) Aktivitas Fisik

Digunakan untuk menentukan skor dari aktivitas yang dilakukan oleh lansia dengan diabetes melitus tipe 2.

b) Kepatuhan Diet

Digunakan untuk menganalisis kepatuhan diet yang dilakukan oleh lansia dengan diabetes melitus tipe 2, dikategorikan dengan patuh skor (>33-63) dan tidak patuh skor (<33).

E. Cara Pengumpulan Data

1. Data Primer

Data primer dikumpulkan melalui wawancara langsung dengan responden menggunakan kuesioner yang telah disusun. Kuesioner ini dibuat untuk mengumpulkan informasi yang komprehensif mengenai dukungan keluarga terhadap aktivitas fisik dan kepatuhan diet makanan. Pengisian kuesioner dan wawancara dilakukan oleh peneliti secara *door to door* untuk memperoleh informasi yang lebih spesifik dan akurat. Proses pengumpulan data dilakukan dengan menjaga kerahasiaan responden.

2. Data Sekunder

Data sekunder diambil dari hasil wawancara per-seorangan yang dilakukan di puskesmas sananwetan guna mengetahui informasi lebih lanjut dan akan digunakan untuk mendukung melakukan analisis variabel yang diteliti.

F. Alat Pengumpulan Data

Pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan dengan instrument lembar kuesioner, beberapa kuesioner yang digunakan sebagai instrument kuesioner :

1. Kuesioner dukungan keluarga

Kuesioner ini berisi tentang beberapa pernyataan mengenai dukungan keluarga terhadap responden yang bertujuan untuk mengetahui bentuk

dukungan dari keluarga. Penelitian ini menggunakan kuesioner skala likert 5 point, dengan hasil yang didapat <70 maka terdapat dukungan keluarga dan apabila nilai yang didapat >70 maka terdapat dukungan keluarga baik.

2. Kuesioner Aktivitas Fisik

Kuesioner ini berisi tentang beberapa pertanyaan aktivitas apa saja yang dilakukan oleh pasien diabetes melitus tipe 2. Dalam penilaian ini kuesioner diisi pada lembar yang tertera di dalamnya dengan pertanyaan untuk mengukur aktivitas fisik berat, aktivitas sedang, aktivitas berjalan dan aktivitas duduk dalam satu minggu terakhir dan masing-masing pertanyaan memiliki dua hingga tiga jawaban terbuka. Cara perhitungan kuesioner IPAQ yaitu :

- a. Walking MET-menit/minggu = $3,3 \times \text{waktu berjalan kaki (dalam menit)} \times \text{jumlah hari}$
- b. Moderate MET-menit/minggu = $4,0 \times \text{waktu melakukan aktivitas fisik sedang (dalam menit)} \times \text{jumlah hari}$
- c. Vigorous MET-menit/minggu = $8,0 \times \text{waktu melakukan aktivitas fisik berat (dalam menit)} \times \text{jumlah hari}$.

Sehingga perhitungan diatas didapatkan total aktivitas fisik MET-menit/minggu = total aktivitas walking + aktivitas moderate + aktivitas vigorous dan hasil dari total tersebut dapat dikelompokkan menjadi aktivitas berat (>3000MET menit/minggu), aktivitas fisik sedang (600-3000MET menit/minggu) dan aktivitas fisik ringan (<600 MET menit/minggu) (Forde, 2018).

3. Kuesioner Kepatuhan Diet

Kuesioner ini berisi tentang 9 pertanyaan mengenai kepatuhan diet. Penilaian menggunakan skala likert 7 point. Apabila nilai yang didapatkan skor (33-63) maka terdapat kepatuhan diet pada penderita diabetes, dan apabila skor yang didapatkan skor <33 maka tidak terdapat kepatuhan diet.

Proses pengumpulan data pada penelitian ini dilakukan dengan tahapan sebagai berikut :

1. Tahap Persiapan

- a. Mengurus surat pengantar dari Poltekkes Kemenkes Malang melalui link yang telah dibuatkan oleh akademik kampus yang ditujukan ke Puskesmas Sananwetan, Bakesbangpol, dan Dinas Kesehatan Kota Blitar.
- b. Mendapatkan surat rekomendasi dari Bakesbangpol Kota Blitar yang ditujukan pada Puskesmas Sananwetan, Bapedda Kota Blitar, dan Dinas Kesehatan Kota Blitar.
- c. Menentukan subjek penelitian berdasarkan data yang ada di Puskesmas Sananwetan

2. Tahap Pelaksanaan

- a. Peneliti memperkenalkan diri dan menjelaskan tujuan peneliti kepada responden
- b. Responden yang bersedia menjadi responden, menandatangani lembar *informed consent*.
- c. Melakukan wawancara dengan responden untuk menjelaskan maksud dan tujuan penelitian sehingga dapat dipahami oleh responden.
- d. Mencatat data secara sistematis ke dalam data base, memverifikasi kelengkapan sebelum melakukan analisis statistik.

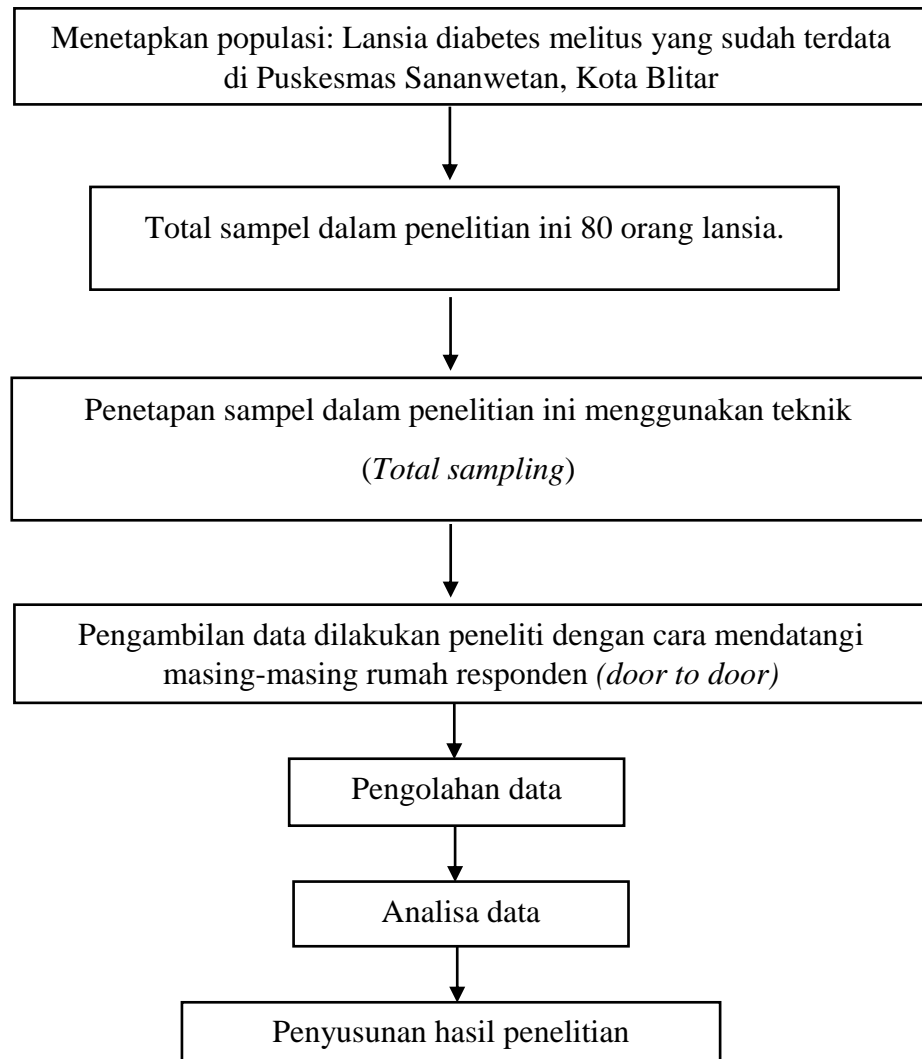
G. Definisi Operasional

Tabel 3. 1 Definisi Operasional Variabel Penelitian

No	Variabel	Definisi Operasional	Parameter	Alat Ukur	Cara Ukur	Skala	Skor/ Hasil ukur
1	Variabel Independen Dukungan Keluarga	Dukungan keluarga mengacu pada sikap, tindakan, dan penerimaan keluarga terhadap anggotanya. Keluarga dapat memberikan support dan bersedia membantu. (Irawati & Firmansyah, 2020)	<ol style="list-style-type: none"> 1. Dukungan emosional 2. Dukungan penghargaan 3. Dukungan instrumental 4. Dukungan informatif 	<i>Diabetes Sosial Support Questionnai re-Family Version (DSSQ)</i>	Pengisian kuesioner secara langsung	Rasio	Rentang penilaian skor pada kuesioner <i>DSSQ</i> adalah 5 point, jumlah total skor 70. <ol style="list-style-type: none"> 1 : Buruk 2 : Cukup Buruk 3 : Cukup 4 : Baik 5 : Lebih Baik
2	Variabel Dependen Aktivitas Fisik	Tingkat keterlibatan pasien dalam melakukan aktivitas fisik secara teratur, seperti aktivitas ringan, sedang, dan berat.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Frekuensi dan durasi aktivitas fisik 2. Jenis aktivitas fisik 3. Waktu aktivitas fisik 	Kuesioner	Pengisian kuesioner secara langsung	Rasio	Rentang penilaian pada kuesioner aktivitas fisik 1-8, <ol style="list-style-type: none"> 1 : Tidak Pernah 2 : Jarang 3 : Kadang-Kadang 4 : Sering 5-6 : Sangat Sering 7-8 : Selalu

3	Variabel Dependen Kepatuhan Diet	Tingkat kesesuaian pola makan dengan kepatuhan diet yang sesuai dengan rekomendasi medis.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Kualitas makanan (diet rendah gula dan lemak) 2. Frekuensi makanan 3. Waktu makan 	<i>Perceived Dietary Adherence Questionnaire (PDAQ)</i>	Pengisian kuesioner secara langsung	Rasio	Rentang skor penilaian kuesioner (PDAQ) adalah 1-7, 1 : Tidak Patuh 2 : Sangat Jarang 3 : Jarang 4 : Kadang-Kadang 5 : Sangat Sering 6-7 : Selalu
---	---	---	--	---	-------------------------------------	-------	---

H. Kerangka Operasional



Gambar 3. 1 Kerangka Operasional

I. Pengolahan dan Analisis Data

Proses pengolahan dan analisis data dalam penelitian ini dilakukan melalui langkah-langkah berikut:

1. Pengolahan Data

a. Pencatatan Data

Data yang diperoleh dicatat secara sistematis menggunakan perangkat lunak Excel untuk mempermudah pengolahan dan analisis.

b. Pengecekan Data

Peneliti melakukan pengecekan untuk memastikan tidak ada data yang hilang atau tidak lengkap. Jika ditemukan data yang tidak lengkap, dilakukan tindak lanjut untuk melengkapinya.

2. Analisis Data

a. Statistik Deskriptif

Digunakan untuk menggambarkan karakteristik umum responden, seperti usia, jenis kelamin, pendidikan, dan pekerjaan. Ini memberikan gambaran dasar tentang profil responden.

b. Uji Statistik

Untuk menganalisis hubungan antara variabel independen dan dependen, dilakukan uji korelasi *Rank Spearman*. Uji ini mengidentifikasi apakah terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dengan aktivitas fisik dan kepatuhan diet pasien diabetes melitus tipe 2.

3. Interpretasi Hasil

Hasil dari analisis data akan diinterpretasikan untuk menarik kesimpulan yang jelas mengenai hubungan antara dukungan keluarga dengan aktivitas fisik dan kepatuhan diet pada pasien DM tipe 2.

Temuan yang diperoleh dipresentasikan dalam bentuk tabel untuk memudahkan pemahaman dan komunikasi dengan pihak terkait.

4. Pelaporan Hasil

Hasil analisis data dimasukkan ke dalam laporan penelitian yang mencakup temuan-temuan utama dan rekomendasi untuk intervensi yang lebih baik di masa depan. Laporan ini akan memberikan dasar bagi pengambilan kebijakan atau strategi intervensi yang lebih efektif dalam mengelola diabetes melitus tipe 2 pada lansia.

J. Etika Penelitian

Etika penelitian adalah prinsip yang mengatur perilaku peneliti untuk memastikan penelitian dilakukan secara sah, jujur, dan bertanggung jawab.

Berikut adalah beberapa aspek penting dalam etika penelitian :

1. Persetujuan Informasi (*Informed Consent*)

Peserta diberi informasi yang jelas mengenai tujuan, prosedur, dan potensi risiko penelitian. Peserta harus memberi persetujuan sukarela.

2. Keamanan dan Kesejahteraan Peserta

Peneliti harus memastikan bahwa peserta tidak mengalami kerugian fisik, psikologis, atau sosial selama penelitian.

3. Kerahasiaan dan Privasi

Data pribadi peserta harus dijaga kerahasiaannya dan hanya digunakan untuk tujuan penelitian. Data harus disimpan dengan aman.

4. Kejujuran dan Transparansi

Peneliti harus jujur dalam melaporkan hasil penelitian tanpa manipulasi data dan menghindari plagiarisme.

5. Tidak Mendiskriminasi dan Keberagaman

Peneliti harus memastikan penelitian tidak diskriminatif dan memperhatikan keberagaman peserta.

6. Tanggung Jawab terhadap Masyarakat

Peneliti harus memastikan penelitian memberikan manfaat sosial yang lebih luas dan tidak merugikan masyarakat.

7. Hak untuk Menarik Diri

Peserta berhak menarik diri dari penelitian kapan saja tanpa konsekuensi negatif.

8. Penghormatan terhadap Hak Asasi Manusia

Peneliti harus menghormati martabat peserta dan menghindari eksperimen yang melanggar hak asasi manusia.