

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis dan Desain Penelitian

Jenis penelitian yang dilakukan adalah deskriptif kualitatif dengan menggunakan desain studi kasus (*case study*). Penelitian kualitatif memberi gambaran tentang fenomena secara deskriptif, dan bertujuan untuk menggali atau mengeksplor data tentang tingkat konsumsi energi dan zat gizi makro penderita Diabetes Melitus Tipe 2.

B. Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian dilakukan di Puskesmas Rampal Celaket Kota Malang pada bulan Juni – September 2024.

C. Populasi dan Subjek Penelitian

Populasi dalam penelitian ini adalah penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di puskesmas rampal celaket, Kota Malang. Pengambilan sampel dilakukan dengan menggunakan teknik *purposive sampling*, sehingga didapatkan 22 responden. Berikut ini kriteria inklusi dan eksklusi yang ditentukan penulis yaitu :

1. Kriteria inklusi
 1. Responden berusia 30 – 60 tahun
 2. Tidak sedang hamil dan menyusui

3. Bersedia menjadi responden hingga selesai setelah menerima penjelasan dan melalui persetujuan bersama
 4. Responden dalam kondisi sadar, mampu membaca dan menulis, memiliki pendengaran yang baik, serta dapat berbicara dengan jelas
2. Kriteria eksklusi
- a) Selama penelitian berlangsung, kondisi responden memburuk atau menurun dan memerlukan perawatan khusus.

D. Definisi Istilah

Tabel 3. 1 Definisi istilah

Istilah	Definisi
Tingkat konsumsi energi	Jumlah energi yang dikonsumsi penderita dibandingkan dengan kebutuhan energi penderita, dan dinyatakan dalam bentuk persen.
Tingkat konsumsi zat gizi makro	Jumlah zat gizi makro (protein, lemak, dan karbohidrat) yang dikonsumsi penderita dibandingkan dengan kebutuhan zat gizi makro (protein, lemak, dan karbohidrat) penderita, dan dinyatakan dalam bentuk persen.

E. Jenis dan Metode Pengumpulan Data

1. Data Karakteristik Responden

Data karakteristik responden meliputi jenis kelamin, usia, pendidikan, pekerjaan diperoleh melalui form skrining dengan metode wawancara.

2. Data Konsumsi Energi dan Zat Gizi Makro

Data konsumsi energi dan zat gizi makro diperoleh dengan cara wawancara tentang makanan dan minuman yang dikonsumsi responden selama 24 jam melalui formulir *food recall* 1x24 jam. Recall dilakukan di Puskesmas Rampal Celaket Kota Malang pada tanggal 12 Agustus 2024.

F. Pengolahan dan Analisis Data

1. Pengolahan Data

- a. Data karakteristik responden disajikan dalam bentuk tabel dan dianalisis secara deskriptif dengan menghitung distribusi, frekuensi, dan presentase dari seluruh data yang diperoleh. Data karakteristik responden dikategorikan sebagai berikut:

1) Usia

- 1) 30-44 tahun (Dewasa)
- 2) 45-59 tahun (Pra lansia)
- 3) ≥ 60 tahun (Lansia)

2) Jenis kelamin

- 4) Laki – laki
- 5) Perempuan

3) Pendidikan

- 6) Tidak sekolah
- 7) SD
- 8) SMP

- 9) SMA
- 10) Diploma/sarjana
- 4) Pekerjaan
 - 11) Tidak bekerja
 - 12) IRT
 - 13) Wiraswasta
 - 14) Swasta

b. Data konsumsi makanan dan minuman responden diolah dengan cara mengonversikan jumlah bahan makanan dari ukuran rumah tangga (URT) diubah kedalam berat dengan satuan gram atau volume dengan satuan liter atau ml, lalu dihitung dengan menggunakan software *Nutrisurvey* sehingga diketahui total konsumsi energi dan zat gizi makro yang dikonsumsi. Data total konsumsi energi dan zat gizi makro responden dibandingkan dengan kebutuhan dan dinyatakan dalam bentuk persen (%). Data disajikan dalam bentuk tabel dan dianalisis secara deskriptif.

Tingkat konsumsi energi, karbohidrat, protein, dan lemak dihitung dengan rumus:

$$1) \text{ Tingkat konsumsi energi} = \frac{\text{total konsumsi energi}}{\text{kebutuhan energi per hari}} \times 100\%$$

$$2) \text{ Tingkat konsumsi protein} = \frac{\text{total konsumsi protein}}{\text{kebutuhan protein per hari}} \times 100\%$$

$$3) \text{ Tingkat konsumsi lemak} = \frac{\text{total konsumsi lemak}}{\text{kebutuhan lemak per hari}} \times 100\%$$

$$4) \text{ Tingkat konsumsi karbohidrat} = \frac{\text{total konsumsi KH}}{\text{kebutuhan KH per hari}} \times 100\%$$

Tingkat konsumsi dikategorikan sesuai kriteria berdasarkan Gibson (2005), adalah sebagai berikut:

Tabel 3. 2 Kategori tingkat konsumsi

Kategori Tingkat Konsumsi	Keterangan
<70 %	Defisit tingkat berat
70 – 79 %	Defisit tingkat sedang
80 – 89 %	Defisit tingkat ringan
90 – 119 %	Normal
> 120 %	Lebih