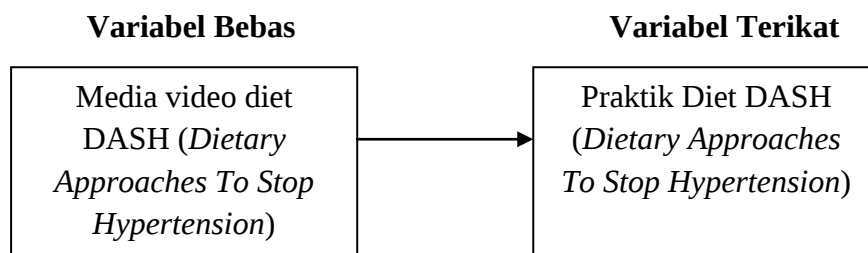


BAB III

METODE PENELITIAN

A. Kerangka Konsep



Gambar 3.1 Kerangka Konsep

B. Hipotesis Penelitian

Terdapat pengaruh media video terhadap praktik diet DASH (*Dietary Approaches To Stop Hypertension*) pada penderita hipertensi di Posbindu Muslimah Kelurahan Nagarasari Kecamatan Cipedes Kota Tasikmalaya.

C. Variabel Penelitian

Adapun variabel dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Variabel Bebas (*Variabel Independen*)

Variabel bebas adalah merupakan variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variabel dependen (terikat) (Sugiyono, 2016). Variabel bebas dalam penelitian ini adalah media video diet DASH (*Dietary Approaches To Stop Hypertension*).

2. Variabel Terikat (*Dependen*)

Variabel terikat merupakan variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat, karena adanya variabel bebas (Sugiyono, 2016). Variabel terikat dalam penelitian ini adalah praktik diet DASH (*Dietary Approaches To Stop Hypertension*) penderita hipertensi.

D. Definisi Operasional

Tabel 3.1 Definisi Operasional

No	Variabel	Definisi Operasional	Alat ukur	Hasil Ukur	Skala Ukur
1.	Media video diet DASH (<i>Dietary Approaches To Stop Hypertension</i>)	Perlakuan yang diberikan dalam kegiatan memberikan informasi tentang diet DASH (<i>Dietary Approaches To Stop Hypertension</i>) menggunakan media video yang dirancang dan dibuat sendiri oleh peneliti yang ditayangkan melalui proyektor dengan durasi video 31 menit.			
2.	Praktik diet DASH (<i>Dietary Approaches To Stop Hypertension</i>)	Tindakan yang dilakukan seseorang terhadap penentuan pola konsumsi diet. Praktik diet DASH dilakukan selama 2 minggu dan pengukuran <i>post test</i> diambil setelah 1 minggu intervensi ke-2 diberikan.	Kuesioner	1. Kategori kurang baik jika nilai skor <75 2. Kategori baik jika nilai skor 76-120	Skor

E. Metode Penelitian

Jenis penelitian ini adalah *quasy experiment* (eksperimen semu) dengan rancangan penelitian *one group pre test and post test design*, dimana dilakukan observasi pertama (*pretest*) yang memungkinkan menguji perubahan-perubahan yang terjadi setelah eksperimen. Bentuk rancangan ini adalah sebagai berikut:



Gambar 3.2
Bentuk Rancangan Penelitian
One Group Pretest and Posttest Design

Keterangan:

- | | |
|----|---|
| O1 | : Pengukuran praktik sebelum mendapatkan perlakuan (<i>pretest</i>) |
| O2 | : Pengukuran praktik sesudah mendapatkan perlakuan (<i>posttest</i>) |
| X | Perlakuan/intervensi dengan pemutaran video yang dilakukan sebanyak 2 kali dengan jeda pemutaran ke-1 dan pemutaran ke-2 yaitu 1 minggu. Hal ini dilakukan karena penelitian media video sebelumnya yang dilakukan Nisman, dkk (2021) menunjukan hasil bahwa pendidikan kesehatan mengenai Covid-19 menggunakan media video tidak dapat signifikan dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap, serta menurunkan kecemasan dalam pencegahan Covid-19. Hal ini dapat terjadi karena penelitian dilakukan secara daring dan intensitas paparan video hanya dilakukan 1 kali. |

F. Populasi dan Sampel Penelitian

1. Populasi

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas: obyek/subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang

ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2016). Populasi dalam penelitian ini adalah penderita hipertensi di Posbindu Muslimah sebanyak 53 orang.

2. Sampel Penelitian

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut (Sugiyono, 2016). Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini yaitu metode *purposive sampling*. Menurut Sugiyono (2016) *purposive sampling* adalah teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu. Sampel pada penelitian ini ditetapkan dengan kriteria inklusi dan eksklusi sebagai berikut:

a) Kriteria Inklusi

- 1) Penderita hipertensi yang hadir pada saat posbindu
- 2) Mampu berkomunikasi dengan baik
- 3) Memiliki skor nilai *pre test* <75
- 4) Bersedia menjadi responden

b) Kriteria Eksklusi

- 1) Responden yang tidak mengikuti kegiatan penelitian dari awal sampai akhir (*pre test*, penyuluhan dan *post test*)
- 2) Memiliki skor nilai *pre test* >75
- 3) Tidak bersedia menjadi responden

Terdapat 53 orang penderita hipertensi yang terdaftar sebagai anggota posbindu, namun pada beberapa pertemuan terakhir sebagian anggota mulai tidak aktif menghadiri kegiatan posbindu setiap bulannya.

Sebagian besar orang yang tidak aktif menghadiri kegiatan posbindu disebabkan kurangnya minat dari anggota posbindu untuk hadir dikarenakan sudah tidak ada pembagian sembako yang dilaksanakan berbarengan dengan kegiatan posbindu, hal ini diketahui sebagaimana keterangan yang disampaikan oleh pemegang Posbindu Muslimah.

Penderita hipertensi yang hadir pada saat posbindu tanggal 8 Mei 2024 atau awal penelitian yaitu sebanyak 27 orang. Terdapat 3 orang penderita hipertensi yang tidak bersedia menjadi responden, serta pada pengukuran *pre test* didapatkan hasil bahwa 2 orang penderita hipertensi memiliki praktik dengan skor nilai yang baik yaitu >75 . Selaras dengan kriteria eksklusi, responden yang tidak mengikuti kegiatan penelitian dari awal sampai akhir, responden yang memiliki skor *pre test* >75 dan penderita hipertensi yang tidak bersedia menjadi responden dikeluarkan dalam penelitian. Dengan demikian sampel dalam penelitian ini berjumlah 22 orang.

G. Instrumen Penelitian

1. Kuesioner

Kuesioner praktik diet DASH yang digunakan pada penelitian ini yaitu kuesioner penelitian yang disusun oleh peneliti. Kuesioner ini memiliki 8 indikator yang terdiri dari sumber protein, sumber karbohidrat, lemak jenuh dan kolesterol, asupan natrium, sumber kalium, sumber kalsium, sumber magnesium, asupan serat. Kuesioner terbagi menjadi 2

tipe yaitu *favourable* dan *unfavourable*. *Favourable* merupakan pernyataan yang bersifat positif yang terdiri atas jawaban selalu (SL) diberi nilai 4, sering (SR) diberi nilai 3, Kadang-kadang (KD) diberi nilai 2 dan tidak pernah (TP) diberi nilai 1. Sedangkan *unfavourable* merupakan pernyataan yang bersifat negatif yang terdiri atas jawaban selalu (SL) diberi nilai 1, sering (SR) diberi nilai 2, Kadang-kadang (KD) diberi nilai 3 dan tidak pernah (TP) diberi nilai 4.

Tabel 3.2 Instrumen Perilaku Diet

No.	Indikator	Jumlah Soal	Nomor Soal	
			<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>
1.	Sumber protein	4	1, 2	3, 4
2.	Sumber karbohidrat	4	5, 6	7, 8
3.	Lemak jenuh dan kolesterol	4	9, 10	11, 12
4.	Asupan natrium	4	13, 14	15, 16
5.	Sumber kalium	4	17, 18	19, 20
6.	Sumber kalsium	4	21, 22	23, 24
7.	Sumber magnesium	2	25	26
8	Asupan serat	4	27, 28	29, 30
Total		30	15	15

2. Media video

Instrumen lain yang digunakan dalam penelitian ini adalah video. Video yang digunakan pada penelitian ini adalah video yang dirancang dan dibuat sendiri oleh peneliti. Video tersebut di dalamnya menjelaskan tentang pengertian diet DASH, tujuan diet DASH, syarat dan prinsip diet DASH, jenis makanan yang dianjurkan dan tidak dianjurkan serta contoh menu makan penderita hipertensi, video ini berdurasi 31 menit dan

ditayangkan melalui proyektor yang ditonton secara bersama-sama dalam ruangan di Posbindu Muslimah.

H. Pengumpulan Data

1. Data Primer

Data primer dalam penelitian ini diperoleh dengan melakukan wawancara menggunakan kuesioner yang diisi secara langsung oleh responden.

2. Data Sekunder

Data sekunder dalam penelitian ini diperoleh dari Dinas Kesehatan Kota Tasikmalaya mengenai data 10 besar penyakit tertinggi di Kota Tasikmalaya dan data hipertensi Puskesmas di Kota Tasikmalaya. Data penyakit hipertensi dari Puskesmas Cigeureung, serta referensi atau sumber lain yang mendukung.

I. Prosedur Penelitian

Adapun prosedur penelitian ini dilakukan dengan tahap-tahap sebagai berikut:

1. Tahap Persiapan

- a. Pembuatan surat izin survei awal penelitian dari fakultas.
- b. Melaksanakan survei awal dan pengumpulan data ke Dinas Kesehatan Kota Tasikmalaya dan Puskesmas Cigeureung, kemudian melakukan

wawancara dengan petugas puskesmas dan responden untuk mendapatkan data awal.

- c. Pengumpulan literatur dan bahan-bahan kepustakaan mengenai materi penelitian.
- d. Mempersiapkan instrumen penelitian yaitu kuesioner dan media video dan melakukan validasi instrumen penelitian pada ahli untuk digunakan pada saat penelitian.

1) Uji Coba Kuesioner Praktik Diet DASH

Uji coba kuesioner dilaksanakan di Posbindu Teratai Kelurahan Panglayungan Kecamatan Bantar Kota Tasikmalaya pada responden uji coba sebanyak 30 orang. Pemilihan Posbindu tersebut dikarenakan karakteristik dan lingkungan yang mirip dengan Posbindu Muslimah yang akan dijadikan sebagai tempat penelitian. Setelah dilakukan uji coba, tahap selanjutnya yaitu melakukan uji statistik dengan menggunakan SPSS yang bertujuan untuk mengetahui jumlah pernyataan yang valid. Uji statistik yang digunakan yaitu uji korelasi *pearson product moment*. Jika r hitung $>$ r tabel maka pernyataan dinyatakan valid dan sebaliknya jika r hitung $<$ r tabel maka pernyataan dinyatakan tidak valid, r tabel pada uji validitas kuesioner praktik diet DASH yaitu 0,361 dengan jumlah responden 30. Dari 32 pernyataan yang telah diuji SPSS jumlah pernyataan yang valid sebanyak 30 pernyataan, peneliti melakukan drop atau membuang 2 pernyataan yang tidak valid, sehingga dalam

penelitian ini jumlah pernyataan yang digunakan sebanyak 30 pernyataan.

2) Uji Reliabilitas

Reliabilitas ialah indeks yang menunjukkan sejauh mana suatu alat pengukur dapat dipercaya atau dapat diandalkan (Notoatmodjo, 2018). Berdasarkan uji reliabilitas yang telah dilakukan menggunakan nilai *Cronbach Alpha* didapatkan nilai 0,864. Hasil tersebut termasuk kedalam kriteria nilai reliabilitas tinggi, dengan melihat kriteria nilai reliabilitas pada tabel dibawah ini:

Tabel 3.3 Kriteria Nilai Reliabilitas

Nilai <i>Cronbach Alpha</i>	Keterangan
>0,90 ke atas	Reliabilitas sangat baik
0,70-0,90	Reliabilitas tinggi
0,50-0,70	Reliabilitas moderat
<0,5	Reliabilitas rendah

Sumber: Hinton, dkk (2014) dalam Shadiqi, (2023)

3) Uji Validitas Ahli Bahasa

Bertujuan untuk mengetahui ketepatan bahasa pada pernyataan kuesioner praktik diet DASH dan materi pada video praktik diet DASH. Hasilnya yaitu kuesioner layak selanjutnya dapat digunakan dengan revisi.

4) Uji Validitas Isi Materi

Uji validitas materi dilakukan untuk mengetahui kesesuaian materi mengenai diet DASH. Hasilnya yaitu layak selanjutnya dapat digunakan dengan revisi.

5) Uji Validitas Ahli Media

Validasi media bertujuan untuk mengevaluasi dan mengetahui kelayakan media berdasarkan aspek dan kriteria yang diukur. Hasilnya yaitu layak selanjutnya untuk digunakan dalam penelitian tanpa revisi.

2. Tahap Pelaksanaan

- a. Melakukan permohonan izin penelitian kepada Dinas Kesehatan dan Puskesmas Cigeureung.
- b. Melakukan penelitian yang bertepatan dengan kegiatan rutin posbindu. Penelitian dilakukan pada 8 Mei-23 Mei 2024, intervensi dilakukan sebanyak dua kali penyuluhan kepada penderita hipertensi di Posbindu Muslimah Kelurahan Nagarasari Kecamatan Cipedes Kota Tasikmalaya yang memenuhi kriteria yang sudah ditentukan. Tahap-tahap dari pelaksanaan penelitian ini yaitu:

1) *Pre test*

Kegiatan ini bertujuan guna mengetahui gambaran atas praktik diet DASH awal responden sebelum diberikan perlakuan dengan menggunakan video, kegiatan ini dilakukan selama 15 menit dimana responden akan mengisi *pre test* sebanyak 30 pernyataan. Sebelum melakukan pengisian *pre test* pengunjung posbindu yang memiliki riwayat hipertensi dan bersedia menjadi responden diberikan *informed consent* yang kemudian ditandatangani.

2) Penyuluhan kesehatan dengan media video

Kegiatan ini merupakan penyuluhan yang dilakukan oleh peneliti sendiri dengan memberikan materi mengenai diet DASH yaitu pengertian diet DASH, tujuan diet DASH, syarat dan prinsip diet DASH, jenis makanan yang dianjurkan dan tidak dianjurkan serta contoh menu makan penderita hipertensi dengan menggunakan media video yang berdurasi 31 menit yang ditayangkan melalui proyektor dalam ruangan Posbindu Muslimah dan ditonton secara bersama-sama. Penyuluhan ini dilakukan sebanyak 2 kali dalam waktu 2 minggu secara langsung di Posbindu Muslimah, penyuluhan ke-1 dilakukan setelah diberikan *pre test* pada minggu pertama yaitu pada tanggal 8 Mei 2024. Responden yang memenuhi kriteria inklusi akan dikumpulkan kembali secara serempak di Posbindu Muslimah melalui undangan untuk diberikan perlakuan/intervensi ke-2 dengan menggunakan video yang sama berdurasi 31 menit menggunakan proyektor dan ditonton bersama-sama yang dilakukan pada tanggal 15 Mei 2024 yaitu setelah melakukan praktik diet DASH selama 1 minggu.

3) *Post test*

Pada kegiatan ini dilakukan guna mengetahui praktik diet DASH akhir responden setelah dilakukan penyuluhan mengenai diet DASH, *post test* berupa pernyataan yang sama dengan jumlah 30 pernyataan. Pengisian kuesioner *post test* diberikan setelah

dilakukannya penyuluhan guna mengukur perbedaan praktik diet DASH setelah diberikan perlakuan. Pengukuran *post test* hanya dilakukan satu kali, setelah penyuluhan ke-1 tidak dilakukan pengukuran atau *post test*. Pengisian kuesioner *post test* diberikan pada 23 Mei 2024 yaitu setelah jeda waktu seminggu dari intervensi ke-2 diberikan atau minggu ke-2 mempraktikkan diet DASH.

J. Pengolahan dan Analisis Data

1. Pengolahan Data

Pengolahan data pada penelitian ini dilakukan dengan cara sebagai berikut:

- a. *Editing*, merupakan kegiatan untuk melakukan pengecekan isian formulir atau kuesioner.
- b. *Skoring*, merupakan pemberian skor dalam setiap jawaban dari pertanyaan dalam kuesioner. Skor dalam penelitian ini adalah:

1) Praktik diet

Variabel praktik diet DASH terdiri dari 30 pertanyaan yang terdiri dari pertanyaan *favorable* dan *unfavorable*. Pertanyaan *favorable* (nomor 1, 2, 5, 9, 10, 13, 14, 17, 18, 21, 22, 25, 27, 28) jika responden menjawab dengan pilihan jawaban selalu (SL) diberi nilai 4, sering (SR) diberi nilai 3, Kadang-kadang (KD) diberi nilai 2 dan tidak pernah (TP) diberi nilai 1. Sedangkan untuk pertanyaan *unfavorable* (nomor 3, 4, 7, 8, 11, 12, 15, 16, 19, 20, 23, 24, 26, 29,

30) jika responden menjawab dengan pilihan jawaban selalu (SL) diberi nilai 1, sering (SR) diberi nilai 2, Kadang-kadang (KD) diberi nilai 3 dan tidak pernah (TP) diberi nilai 4. Penentuan kategori variabel praktik diet DASH sebagai berikut:

Nilai maksimal = skor tertinggi x jumlah pertanyaan

$$= 4 \times 30 = 120$$

Nilai minimal = skor terendah x jumlah pertanyaan

$$= 1 \times 30 = 30$$

Interval = nilai maksimal - nilai minimal

$$= 120 - 30 = 90$$

$$\text{Jarak interval} = \frac{90}{2} = 45$$

Sehingga kategori :

Kurang baik = skor <75

Baik = skor 76-120

- c. *Data entry*, yakni jawaban-jawaban dari masing-masing responden yang dalam bentuk “kode” (angka atau huruf) dimasukkan ke dalam program atau “*software*” komputer yaitu SPSS *for windows*.
- d. *Cleaning*, merupakan kegiatan pengecekan kembali data untuk melihat kemungkinan-kemungkinan adanya kesalahan-kesalahan kode, ketidaklengkapan, dan sebagainya, kemudian dilakukan pembetulan atau koreksi.

2. Analisis Data

Menurut Notoatmodjo (2014) dalam penelitian kuantitatif, analisis data merupakan kegiatan setelah data dari seluruh responden atau sumber data lain terkumpul. Teknik analisis dalam penelitian kuantitatif menggunakan statistik. Analisis data suatu penelitian, biasanya melalui prosedur bertahap antara lain:

a. Analisis Univariat

Analisis ini bertujuan untuk menjelaskan atau mendeskripsikan karakteristik setiap variabel penelitian. Bentuk analisis univariat tergantung dari jenis datanya. Untuk data numerik digunakan nilai mean atau rata-rata, median dan standar deviasi. Pada umumnya dalam analisis ini hanya menghasilkan distribusi frekuensi dan persentase dari tiap variabel.

b. Analisis Bivariat

Apabila telah dilakukan analisis univariat, hasilnya akan diketahui karakteristik atau distribusi setiap variabel, dan dapat dilanjutkan dengan analisis bivariat. Pada penelitian ini sebelum dilakukan analisis data, terlebih dahulu dilakukan uji normalitas data untuk mengetahui normal atau tidaknya data yang ada. Bila data berdistribusi normal dengan hasil signifikan ($p > 0,05$), maka akan digunakan uji *t-dependent* dan jika data berdistribusi tidak normal dengan hasil signifikan ($p < 0,05$), maka akan digunakan uji *Wilcoxon Signed Rank Test*.

Uji normalitas nilai *pre test* dan *post test* dilakukan dengan menggunakan *shapiro wilk* dan diperoleh hasil data *pre test* berdistribusi tidak normal dan data *post test* berdistribusi normal, sehingga dapat disimpulkan bahwa teknik pengujian hipotesis penelitian ini menggunakan uji *Wilcoxon Signed Rank Test* dikarenakan tidak memenuhi syarat kenormalitasan data.