

Lampiran 1. Booklet



## Lampiran 2. Materi Booklet

### KANKER PARU

#### 1. Penjelasan Mengenai Penyakit

##### A. Kanker

Penyakit kanker adalah penyakit yang timbul akibat pertumbuhan tidak normal sel jaringan tubuh yang berubah menjadi sel kanker. Tumor adalah kondisi pertumbuhan sel tidak normal sehingga membentuk lesi atau benjolan.

##### B. Penyebab Kanker

Setiap orang berisiko terkena kanker dengan berbagai faktor risiko, diantaranya

- (1) Laki-laki
- (2) Usia 45 – 50 tahun
- (3) Merokok
- (4) Riwayat Keluarga
- (5) Paparan Bahan Kimia
- (6) Riwayat Penyakit Paru

#### 2. Peran Gizi Terhadap Penyakit

“Lengkapi piring makan Anda dengan sayur dan buah, agar kebutuhan vitamin dalam tubuh terpenuhi”

##### A. Peran Gizi

Penatalaksanaan makan dapat meningkatkan berat badan, dikarenakan makanan yang dikonsumsi dapat mengganti jaringan yang rusak akibat penyakit dan dapat mengurangi efek samping pengobatan. Anda pun akan merasa lebih sehat dan aktif sehingga membantu proses pengobatan dan pemulihan. Makan dengan menu seimbang dan sesuai dengan kebutuhan dapat memberi cukup energi pada tubuh Anda untuk beraktifitas.

##### B. Tujuan Diet

- (1) Memberikan makanan yang seimbang sesuai dengan keadaan penyakit dan daya terima

- (2) Mencegah atau menghambat penurunan berat badan secara berlebihan
- (3) Mengurangi rasa mual, muntah, dan diare

### **C. Prinsip Diet**

- (1) Tinggi energi dan protein
- (2) Lemak sedang
- (3) Karbohidrat, vitamin, dan mineral cukup

### **D. Rekomendasi Asupan Energi, Protein, Vitamin C, dan Vitamin E**

- (1) Energi
  - a. Pasien umum (dapat berjalan) : 30-35 kkal/kg BB/hari
  - b. Pasien tidak dapat beraktifitas : 20-25 kkal/kg BB/hari
- (2) Protein : 1,2-2,0 g/kg BB/hari
- (3) Vitamin C : 90mg/hari
- (4) Vitamin E : 15 mg/Hari

### **E. Manfaat Energi, Protein, Vitamin C, dan Vitamin E**

- (1) Energi
  - Mencegah kehilangan berat badan pasien selama proses penyakit dan terapi
  - Mencegah infeksi dan lambatnya proses penyembuhan
  - Mempertahankan jaringan tubuh dan aktivitas sel
- (2) Protein
  - Memperbaiki kerusakan jaringan dan mempertahankan sistem imun
  - Mencegah dan mengurangi keseimbangan nitrogen negatif
  - Memenuhi kebutuhan untuk sintesis protein dan menurunkan degradasi protein
- (3) Vitamin C dan vitamin E
  - Membangun sistem imun
  - Menghambat pertumbuhan sel kanker

### **F. Pedoman Mengatasi Masalah Makan**

- (1) Bila mengalami penurunan nafsu makan
  - Makan porsi kecil tapi sering
  - Menghindari minum sebelum makan

- Konsumsi snack
  - Konsumsi makanan yang lembut dan dingin
  - Menggunakan rempah-rempah dalam jumlah banyak sebagai bumbu, agar makanan memiliki cita rasa kuat
  - Memilih makanan yang menarik (aroma, visual, dan rasa)
  - Memilih makanan dan minuman asam (hindari jika terdapat luka pada mulut)
  - Minuman diberikan dalam bentuk segar seperti jus buah
  - Menghindari minum dekat dengan waktu makan
- (2) Bila mengalami kesulitan mengunyah atau menelan
- Bentuk makanan lunak dan mudah ditelan
  - Konsumsi makanan berkuah
  - Minum 8-10 gelas/hari
  - Dapat dibantu dengan diberi sedikit minum pada setiap suapan
  - Konsumsi makanan dengan porsi kecil dan sering
  - Menghindari makanan terlalu asam, asin, dan pedas
  - Makanan dihidangkan dalam kondisi hangat (suhu ruang)
- (3) Bila mulut kering
- Bentuk makanan mudah ditelan
  - Konsumsi makanan manis atau asam
  - Konsumsi makanan dengan suhu dingin
  - Konsumsi permen
- (4) Bila mual dan muntah
- Memberi makanan kering dan aroma tidak merangsang
  - Menghindari makanan tinggi lemak dan terlalu manis
  - Makan dan minum secara perlahan
  - Makan dan minum dengan porsi kecil tapi sering
  - Membatasi cairan pada saat makan
  - Setelah selesai makan, tetap dalam posisi duduk selama 1-2 jam
- (5) Bila mengalami konstipasi
- Meningkatkan konsumsi sayur dan buah

**G. Bahan Makanan yang Diperbolehkan dan Tidak Diperbolehkan**

Bahan makanan	Dianjurkan	Dihindari
Sumber karbohidrat	Nasi, roti, kentang, jagung, beras merah, singkong, dan sereal	-
Sumber protein	Kacang-kacangan, tempe, tahu, ikan, telur ayam, daging ayam, dan daging sapi	Udang, daging kambing, daging merah, bebek, ikan asin, kerang, kepiting, cumi-cumi, kulit, dan jeroan
Sumber vitamin dan mineral	Jeruk, alpukat, tomat, pisang, apel, papaya, jambu biji, semangka, manga, bawang, bayam, kangkung, sawi hijau, katuk, kenikir, selada, wortel, buncis, <i>babycorn</i> , bunga kol, terong, labu siam, rumput laut, kembang kol, strawberry	Sawi putih, kubis, nangka muda, nangka, durian, nanas, dan kecambah

## **H. Cara Pengolahan**

Pengolahan makanan yang perlu dihindari adalah dibakar, digoreng dengan minyak jelantah, dan makanan kemasan. Sebaiknya pengolahan dikukus, ditim, direbus, ditumis dengan penggunaan sedikit minyak dan menggunakan minyak baru.

## **I. Bahan Makanan yang Mengandung Vitamin C**

- (1) Jambu
- (2) Pepaya
- (3) Brokoli
- (4) Jeruk
- (5) Mangga
- (6) Kiwi
- (7) Bawang putih
- (8) Tomat

## **J. Bahan Makanan yang Mengandung Vitamin E**

- (1) Alpukat
- (2) Brokoli
- (3) Ikan
- (4) Tahu
- (5) Tempe
- (6) Timun

## **3. Hal-hal yang Perlu Diperhatikan**

### **A. Konsumsi Cukup Air Putih**

Konsumsi air putih setidaknya 8 gelas dalam sehari

### **B. Konsumsi Banyak Sayur dan Buah**

Lima porsi sayur dan buah dalam sehari dengan berbagai variasi warna dapat memenuhi kebutuhan vitamin dalam tubuh.

### **C. Aktivitas Fisik**

- (1) Melakukan aktivitas fisik 5 kali dalam seminggu, setidaknya selama 15-30 menit sehari (sesuai kemampuan Anda).

(2) Olahraga ringan yang bisa dilakukan, antara lain:

(a) Latihan pernapasan

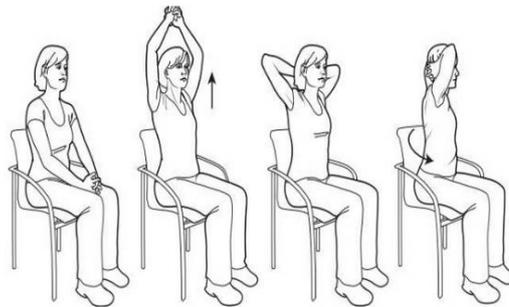
Latihan ini dapat memperkuat otot diafragma, otot diafragma yaitu otot antar paru-paru dan perut Anda. Latihan ini pun berfungsi mengatur pernapasan Anda sehingga tidak mudah kelelahan saat beraktivitas sehari-hari

Langkah-langkah:

1. Duduklah dengan santai dengan posisi tubuh tegak, posisi tangan di atas perut
2. Tarik nafas perlahan melalui hidung, perut pun akan perlahan bergerak ke arah luar,
3. Buang nafas perlahan melalui mulut, perut pun akan perlahan bergerak kembali ke dalam
4. Ulangi latihan ini beberapa kali dalam sehari dan buatlah nyaman diri Anda

(b) Peregangan

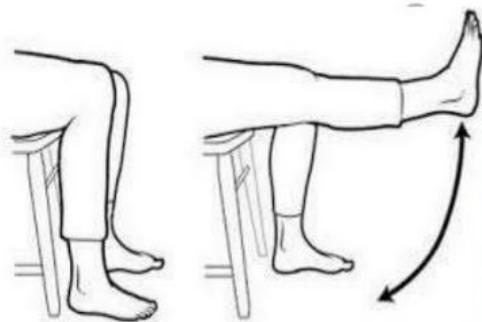
Peregangan memungkinkan gerakan paru-paru dan diafragma lebih bebas, yang mendorong pernapasan lebih dalam dan membantu mengatasi sesak nafas.



Langkah :

1. Mengangkat kedua tangan ke atas (hitung 1 sampai 8)
2. Meletakkan kedua tangan di belakang kepala (hitung 1 sampai 8)
3. Memutar badan ke kanan dan ke kiri (secara bergantian, masing-masing hitung 1 sampai 4)
4. Lakukan gerakan dengan perlahan, apabila merasa lelah hentikan sesaat

(c) Olahraga Kaki



Langkah:

1. Duduk santai di atas kursi dengan posisi kaki  $90^\circ$
2. Kaki kanan diangkat lurus sejajar dengan paha (hitung 1 sampai 8), bergantian dengan kaki kiri

(d) Jalan Santai

Jalan santai di taman atau sekitar rumah dengan keluarga, kerabat, atau hewan peliharaan

(3) Manfaat Melakukan Aktivitas Fisik

- (a) Meningkatkan perasaan bahagia
- (b) Meningkatkan kualitas hidup
- (c) Mengurangi rasa sakit setelah kemoterapi
- (d) Tubuh lebih segar

(4) Perhatikan

(a) Siapa yang mengetahui kapasitas kemampuan tubuh Anda?

Ya. Anda yang mengetahui kapasitas kemampuan tubuh Anda. Berhenti dan beristirahatlah apabila Anda merasa lelah. Beristirahat dan buatlah diri Anda dalam keadaan nyaman dan santai.

(b) Mulailah dengan durasi singkat

Aktivitas fisik dapat dimulai dengan waktu singkat dan ringan, yaitu 5-10 menit dengan berjalan santai

## Daftar Pustaka

- Almatsier, S. 2010. *Penuntun Diet*. Gramedia. Jakarta.
- Astadi, N. G. A. S. 2015. Tingkat Konsumsi Energi Protein dan Status Gizi Vegetarian di Asrama Sri Radha Gopisvara Madhavara Banyuning Singaraja Bali. Skripsi: Fakultas Teknik, UNY, Yogyakarta.
- Hartati, S. A. B. 2007. Upaya Peningkatan Asupan Makan Pada Pasien Kanker. *Gizi Indonesia*, 30 (1) : 70-72.
- Infodatin. 2015. Situasi Penyakit Kanker. Kementerian Kesehatan Replublik Indonesia.
- Kementerian Kesehatan. 2018. Poster Isi Piringku. [http://www.kesmas.kemkes.go.id/assets/upload/dir\\_519d41d8cd98f00/file\\_s/POSTER-ISI-PIRINGKU-OKE\\_1010.pdf](http://www.kesmas.kemkes.go.id/assets/upload/dir_519d41d8cd98f00/file_s/POSTER-ISI-PIRINGKU-OKE_1010.pdf), Diakses 3 Maret 2019.
- KPKN. 2014. *Panduan Penatalaksanaan Kanker Paru*. Kementerian Kesehatan RI, Jakarta.
- LungCancer. 2012. Physical Exercise Taken to Cure Lung Cancer. <https://www.slideshare.net/leeshin12/physical-exercise-taken-to-cure-lung-cancer>, Diakses pada tanggal 23 Februari 2019.
- Mahan, L. K., Stump, S. E., dan Raymond J. L. 2012. *Krause's Food and Nutrition Care Process*. Elsevier Inc. United States of America.
- Otto, S. E. 2003. *Buku Saku Keperawatan Onkologi*. EGC, Jakarta.
- Rumah Sakit Bumrungrad. 2019. Perawatan Diri Setelah Pengobatan Kanker Paru. <https://www.bumrungrad.com/id/conditions/lung-cancer>, Diakses pada tanggal 11 Juni 2019.
- Sloan, J. A., Cheville, A. L., Liu, H., Novotony, P. J., Wampfler, J. A., Garces, Y. I., Clark, M. M., dan Yang, P. 2016. Impact of Self Reported Physical Activity and Health Behaviors of Lungs Cancer Survivorship. *International Journal of Environmental Reaserch and Public Health*, 14 (66):1-14.

### Lampiran 3. Surat Keterangan Kelaikan Etik

 <p><b>RUMAH SAKIT UMUM DAERAH Dr. SAIFUL ANWAR MALANG</b> Jl. Jaksa Agung Suprpto No.2 Malang <b>KOMISI ETIK PENELITIAN KESEHATAN</b> TERAKREDITASI SNARS EDISI 1 INTERNASIONAL ☆☆☆☆☆☆☆☆ 18 Februari 2018 s.d. 18 Februari 2021 J. Jaksa Agung Suprpto No.2 MALANG 65111 Telp. ( 0341 ) 362101, Fax. ( 0341 ) 360384 E-mail : staf-rsu-drsaifulanwar@gatimprov.go.id Website : www.rsusaifulanwar.gatimprov.go.id</p>
<p><b>KETERANGAN KELAIKAN ETIK PELAKSANAAN PENELITIAN</b>  ("ETHICAL CLEARANCE")  No: 400/012/K.3/302/2020</p>
<p>KOMISI ETIK PENELITIAN KESEHATAN RSUD Dr SAIFUL ANWAR MALANG, SETELAH MEMPELAJARI DENGAN SEKSAMA RANCANGAN PENELITIAN YANG DIUSULKAN, DENGAN INI MENYATAKAN BAHWA PENELITIAN DENGAN</p>
<p>JUDUL : KONSELING GIZI TERHADAP TINGKAT PENGETAHUAN, TINGKAT KONSUMSI (ENERGI, PROTEIN, VITAMIN C, VITAMIN E), KADAR HEMOGLOBIN DAN ALBUMIN, SERTA KUALITAS HIDUP PASIEN KANKER PARU DENGAN KEMOTERAPI RAWAT JALAN DI RUMAH SAKIT Dr. SAIFUL ANWAR MALANG</p>
<p>PENELITI UTAMA : DIAH AYU HADIJAH</p>
<p>UNIT / LEMBAGA / TEMPAT PENELITIAN</p>
<p>RSUD Dr. SAIFUL ANWAR MALANG</p>
<p><b>DINYATAKAN LAIK ETIK</b></p>
<p>MALANG, 8 JANUARI 2020 KETUA TIM KOMISI ETIK PENELITIAN</p> <p> dr. HIDAYAT SUJUTI, PhD, Sp.M</p>

## Lampiran 4. Absensi Penelitian

### DAFTAR HADIR PENELITI DI INSTALASI RAWAT JALAN

**JUDUL PENELITIAN** : Kesehatan Diri terhadap Tingkat Pengetahuan, Tingkat Konsumsi (Energi, Protein, Vitamin C, Vitamin E), Kadar Hemoglobin dan Albumin, serta Kualitas Hidup Pasien Kanker Dan dengan Kaniterapi Rawat Jalan di RS Dr. Soeul Anwar Malang

**NAMA PENELITI** : Diah Ayu Haditah

NO	HARI	TANGGAL	TANDA TANGAN
1	Kamis	16 April 2020	
2	Senin	20 April 2020	
3	Selasa	21 April 2020	
4	Kamis	23 April 2020	
5	Jumat	24 April 2020	
6	Senin	27 April 2020	
7	Selasa	28 April 2020	
8	Kamis	30 April 2020	
9	Senin	4 Mei 2020	
10	Selasa	5 Mei 2020	

Mengetahui,  
Kepala Bidang Pendidikan & Penelitian

\_\_\_\_\_

Koordinator  
Pendidikan Dan Penelitian Diruangan



( NURNANINGTYA, S.Si, Kap  
NIP. 196301011980030005 )

**DAFTAR HADIR PENELITI DI INSTALASI RAWAT JALAN**

**JUDUL PENELITIAN** : KONSELING GIZI TERHADAP TINGKAT PENGETAHUAN, TINGKAT KONSUMSI (ENERGI, PROTEIN, VITAMIN E, VITAMIN C), KADAR HEMOGLOBIN DAN ALBUMIN, SERTA KUALITAS HIDUP PASIEN KANKER MAMMARI DENGAN KEMEROGAN RAWAT JALAN

**NAMA PENELITI** : DMH ATU HADISAH

NO	HARI	TANGGAL	TANDA TANGAN
11	Rabu	0 Mei 2020	
12	Jumat	8 Mei 2020	
13	Sabtu	9 Mei 2020	
14	Komis	14 Mei 2020	

Mengetahui,  
Kepala Bidang Pendidikan & Penelitian

[ \_\_\_\_\_ ]

Koordinator  
Pendidikan Dan Penelitian Diruangan



( NURNANDANTI, ADE Kati  
ATAK NIK/2019121010000000 )

## Lampiran 5. Surat Keterangan Selesai Penelitian oleh Instalasi Rawat Jalan



**PEMERINTAH PROVINSI JAWA TIMUR**  
RUMAH SAKIT UMUM DAERAH Dr. SAIFUL ANWAR  
TERAKREDITASI KARS VERSI 2012 TINGKAT PARI PURNA



18 Februari 2018 s.d. 18 Februari 2021  
Jl. Jaka Agung Suprpto No.2 Malang 65111  
Telp. ( 0341 ) 632101, Fax. ( 0341 ) 369384  
E-mail : [staf-rsu-drsaifulanwar@jatimprov.go.id](mailto:staf-rsu-drsaifulanwar@jatimprov.go.id)  
Website : [www.rsusaifulanwar.jatimprov.go.id](http://www.rsusaifulanwar.jatimprov.go.id)



### NOTA DINAS

**Kepada** : Yth. Kepala Bidang Pendidikan dan Penelitian  
RSUD. dr. Saiful Anwar Malang  
**Dari** : Kepala Instalasi Rawat Jalan  
**Nomor** : 423.4/125/2.11/302/2020  
**Tanggal** : 15 Juni 2020  
**Sifat** : Penting  
**Lampiran** : 1 (satu) lembar  
**Perihal** : Keterangan telah menyelesaikan kegiatan Penelitian Mahasiswa  
Program Studi DIV Gizi Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan  
Kemenkes Malang.

Bersama ini kami laporkan bahwa peserta Penelitian Mahasiswa Program Studi DIV Gizi Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang , telah menyelesaikan kegiatan pengambilan data penelitian di Klinik Paru Instalasi Rawat Jalan mulai tanggal 16 April 2020 sampai dengan 14 Mei 2020. Adapun Peserta Penelitian yang kami maksud adalah sebagai berikut :

Nama : Diah Ayu Hadijah

NIM : 1603410003

Surat ini kami usulkan sebagai dasar penerbitan surat keterangan selesai melaksanakan penelitian.

Demikian surat ini kami sampaikan atas perhatiannya diucapkan terima kasih.

Kepala Instalasi Rawat Jalan

Dr. dr. I Wayan Angga Indrawan, Sp.OG (K)

P e m b e r a

NIP. : 19710323 200604 1 019.—

### Lampiran 6. Data Karakteristik Responden

No.	Nama	Umur (tahun)	Pekerjaan	Pendidikan	Riwayat Merokok	Lama Merokok	Berhenti Merokok Sejak	Lama Sakit	Antropometri			St. Gizi
									BB	TB	IMT	
1	Tn.S	63	Petani	SD	Sudah tidak merokok	46 tahun	2015	1 tahun	58	170,5	19,95	Normal
2	Tn. M	65	Petani	SD	Sudah tidak merokok	32 tahun	2019	1 tahun	55	175	17,95	BB kurang tingkat ringan
3	Tn. Sg	41	Pegawai	SMA	Sudah tidak merokok	18 tahun	2019	6 bulan	56	163	21,07	Normal
4	Tn. SA	64	Lainnya: Pensiun	Sarjana	Sudah tidak merokok	45 tahun	2019	1 bulan	50	160	19,53	Normal
5	Tn.Ms	70	Petani	SD	Sudah tidak merokok	41 tahun	2019	1 tahun	48	155	19,98	Normal
6	Tn. St	61	Petani	SMP	Tidak merokok			6 bulan	54	160,5	20,96	Normal
7	Tn. Y	39	Pegawai	Sarjana	Sudah tidak merokok	8	Februari 2020	2 bulan	65	168	23,03	Normal

No.	Nama	Umur (tahun)	Pekerjaan	Pendidikan	Riwayat Merokok	Lama Merokok	Berhenti Merokok Sejak	Lama Sakit	Antropometri			St. Gizi
									BB	TB	IMT	
8	Tn. EH	55	Pegawai swasta	Sarjana	Sudah tidak merokok	36 tahun	September 2019	18 bulan	59	168	20,90	Normal
9	Tn. Mr	70	Lainnya: Pensiun	Sarjana	Sudah tidak merokok	43 tahun	Juni 2019	5 tahun	53	165	19,46	Normal
10	Tn. Ms	64	Petani	SD	Sudah tidak merokok	46 tahun	Januari 2020	1 tahun	45	158	18,02	Normal
11	Tn. CS	56	PNS	Sarjana	Sudah tidak merokok	40 tahun	Maret 2020	2 minggu	59	168	20,90	Normal
12	Tn. Sy	61	Petani	SD	Sudah tidak merokok	41 tahun	Februari 2020	2 bulan	56	166	20,32	Normal
13	Tn. AK	49	Pegawai	Sarjana	Tidak merokok			1 bulan	68	172	22,98	Normal
14	Tn. MN	53	Petani	SMA	Sudah tidak merokok	18 tahun	2004	5 bulan	60	165	22,03	Normal

No.	Nama	Umur (tahun)	Pekerjaan	Pendidikan	Riwayat Merokok	Lama Merokok	Berhenti Merokok Sejak	Lama Sakit	Antropometri			St. Gizi
									BB	TB	IMT	
15	Tn. ES	43	Pegawai	Sarjana	Sudah tidak merokok	19 tahun	2019	3 bulan	58	163	21,82	Normal
16	Tn. Ma	42	Lainnya: Wirausaha	Diploma	Sudah tidak merokok	19 tahun	2016	4 tahun	58	158	23,23	Normal
17	Tn. N	51	Pegawai	SD	Sudah tidak merokok	24 tahun	2009	1 tahun	40	157	16,23	BB kurang tingkat berat
18	Tn. U	70	Lainnya: Pensiun	SMA	Sudah tidak merokok	51 tahun	2017	5 bulan	54	160	21,09	Normal
19	Tn. T	53	Petani	SD	Sudah tidak merokok	33 tahun	2015	5 bulan	47	160	18,35	Normal
20	Tn. MI	54	PNS	Sarjana	Tidak merokok			1 bulan	55	160	21,48	Normal

**Lampiran 7. Master Tabel**

No.	Nama	Tingkat Pengetahuan (%)		Tingkat Konsumsi (%)								Kualitas Hidup	
				Energi		Protein		Vitamin C		Vitamin E			
		Pre test	Post test	Pre test	Post test	Pre test	Post test	Pre test	Post test	Pre test	Post test	Pre test	Post test
1	Tn.S	80	85	65,29	84,04	52,87	60,34	0,22	18,78	20,67	11,33	948,89	723,33
2	Tn. M	70	75	44,22	44,21	56,24	56,24	51,56	51,56	170,67	170,67	486,11	488,89
3	Tn. Sg	55	80	62,31	64,61	66,43	70,95	220,33	32,89	34	14	725,56	608,89
4	Tn. SA	75	90	23,17	22,24	17,07	19,6	208,89	207,44	58,67	59,33	491,67	488,89
5	Tn.Ms	65	85	82,63	72,12	54,03	64,44	19,44	7,89	25,33	26	731,67	699,44
6	Tn. St	70	75	72,05	84,2	68,02	88,4	1,11	111,33	12	34	583,33	581,11
7	Tn. Y	75	90	66,56	70,41	71,28	69,95	28,22	46,33	19,33	26,67	673,33	606,67
8	Tn. EH	75	90	49,37	56,99	100	101,92	40,56	105,22	29,33	25,33	731,11	653,33
9	Tn. Mr	75	90	57,24	58,3	62,64	60,25	11,33	123,67	5,33	12,67	732,00	587,56
10	Tn. Ms	80	85	108,25	98,81	77,33	69,78	43,89	52,67	13,33	10,67	991,11	796,67
11	Tn. CS	80	90	83,26	85,7	86,1	85,54	19,44	41,78	13,33	20,67	622,22	586,67
12	Tn. Sy	55	75	58,39	62,68	45,6	80,95	18,89	117,78	20,67	36	694,44	633,33
13	Tn. AK	95	95	41,86	44,92	46,96	52,84	139,89	148	30,67	17,33	655,56	481,11
14	Tn. MN	60	85	64,04	61,8	60,11	95	71,56	164,33	122	100	783,33	498,33
15	Tn. ES	60	85	77,95	83,82	78,39	89,08	46,33	133,56	26,67	16,67	720,00	670,00
16	Tn. Ma	65	75	41,67	40,31	27,36	32,07	34,33	131,44	2,67	14,67	494,44	494,44
17	Tn. N	50	75	30,86	38,53	18	29,67	10	14	1,33	6,67	777,78	700,00
18	Tn. U	60	85	61,64	63,08	61,23	60,37	125,22	139,56	17,33	22	495,56	496,67
19	Tn. T	55	75	62,96	69,04	64,11	82,41	149,33	161	54	56,67	662,22	617,78
20	Tn. MI	80	90	68,74	75,63	81,82	73,94	22	39	40,67	44,67	635,56	483,89

## Lampiran 8. Hasil Uji SPSS

### a. Tingkat Pengetahuan

#### Group Statistics

	Kelompok	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Nilai Post	Perlakuan	10	84.0000	7.37865	2.33333
	Kontrol	10	74.5000	12.79106	4.04489

#### Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
Nilai Post	Equal variances assumed	1.730	.205	2.034	18	.057	9.50000	4.66964	-3.1055	19.31055
	Equal variances not assumed			2.034	14.393	.061	9.50000	4.66964	-4.8981	19.48981

#### Kelompok Perlakuan

#### Paired Samples Statistics

		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	Pre test	69.0000	10	13.29160	4.20317
	Post test	84.0000	10	7.37865	2.33333

#### Paired Samples Correlations

		N	Correlation	Sig.
Pair 1	Pre test & Post test	10	.838	.002

#### Paired Samples Test

		Paired Differences				t	df	Sig. (2-tailed)	
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
					Lower	Upper			
Pair 1	Pre test - Post test	-15.00000	8.16497	2.58199	-20.84086	-9.15914	-5.809	9	.000

#### Kelompok Kontrol

#### Paired Samples Statistics

		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	Pre test	69.0000	10	10.21981	3.23179
	Post test	74.5000	10	12.79106	4.04489

**Paired Samples Correlations**

	N	Correlation	Sig.
Pair 1 Pre test & Post test	10	.718	.019

**Paired Samples Test**

	Paired Differences						t	df	Sig. (2-tailed)
	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference					
				Lower	Upper				
Pair 1 Pre test - Post test	-5.50000	8.95979	2.83333	-11.90945	.90945	-1.941	9	.084	

b. Tingkat Konsumsi Energi

**Group Statistics**

	Kelompok	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Post test	Perlakuan	10	56.6170	17.10842	5.41016
	Kontrol	10	71.4520	18.98427	6.00335

**Independent Samples Test**

	Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means							
	F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference		
								Lower	Upper	
Post test	Equal variances assumed	.133	.719	-1.836	18	.083	-14.83500	8.08147	-31.81353	2.14353
	Equal variances not assumed			-1.836	17.809	.083	-14.83500	8.08147	-31.82662	2.15662

c. Tingkat Konsumsi Protein

**Group Statistics**

	Kelompok	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Post test	Perlakuan	10	62.1700	24.11785	7.62673
	Kontrol	10	72.2480	19.38183	6.12907

**Independent Samples Test**

	Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means							
	F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference		
								Lower	Upper	
Post test	Equal variances assumed	.287	.599	-1.030	18	.317	-10.07800	9.78430	-30.63406	10.47806
	Equal variances not assumed			-1.030	17.203	.317	-10.07800	9.78430	-30.70251	10.54651

d. Tingkat Konsumsi Vitamin C

**Group Statistics**

	Kelompok	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Post test	1.00	10	104.1560	49.17384	15.55013
	2.00	10	66.2450	52.12895	16.48462

**Independent Samples Test**

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
								Lower		Upper
Post test	Equal variances assumed	.047	.832	1.673	18	.112	37.91100	22.66163	-9.69931	85.52131
	Equal variances not assumed			1.673	17.939	.112	37.91100	22.66163	-9.71091	85.53291

e. Tingkat Konsumsi Vitamin E

**Group Statistics**

	Kelompok	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Post test	Perlakuan	10	26.9330	17.94967	5.67619
	Kontrol	10	21.3570	52.61344	16.63783

**Independent Samples Test**

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
								Lower		Upper
Post test	Equal variances assumed	1.302	.269	.317	18	.755	5.57600	17.57943	-31.35702	42.50902
	Equal variances not assumed			.317	11.067	.757	5.57600	17.57943	-33.08750	44.23950

f. Kualitas Hidup

**Group Statistics**

	Kelompok	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
KualitasHidup	Perlakuan	10	578.5330	83.93591	26.54286
	Kontrol	10	611.1670	104.86136	33.16007

**Independent Samples Test**

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
								Lower		Upper
KualitasHidup	Equal variances assumed	.406	.532	-.768	18	.452	-32.63400	42.47486	-121.87038	56.60238
	Equal variances not assumed			-.768	17.176	.453	-32.63400	42.47486	-122.17810	56.91010

g. Hubungan Tingkat Pengetahuan dengan Tingkat Konsumsi Energi

**Correlations**

			Tingkat_peng etahuan	Tk_konsumsi energi
Spearman's rho	Tingkat_pengetahuan	Correlation Coefficient	1.000	-.411
		Sig. (2-tailed)	.	.238
		N	10	10
	Tk_konsumsienergi	Correlation Coefficient	-.411	1.000
		Sig. (2-tailed)	.238	.
		N	10	10

h. Hubungan Tingkat Pengetahuan dengan Tingkat Konsumsi Protein

**Correlations**

			Tingkat_peng etahuan	tk_konsumsi prot
Spearman's rho	Tingkat_pengetahuan	Correlation Coefficient	1.000	-.324
		Sig. (2-tailed)	.	.361
		N	10	10
	tk_konsumsi prot	Correlation Coefficient	-.324	1.000
		Sig. (2-tailed)	.361	.
		N	10	10

i. Hubungan Tingkat Pengetahuan dengan Tingkat Konsumsi Vitamin C

**Correlations**

			Tingkat_peng etahuan	Tk_konsumsi vite
Spearman's rho	Tingkat_pengetahuan	Correlation Coefficient	1.000	-.088
		Sig. (2-tailed)	.	.810
		N	10	10
	Tk_konsumsi vite	Correlation Coefficient	-.088	1.000
		Sig. (2-tailed)	.810	.
		N	10	10

j. Hubungan Tingkat Pengetahuan dengan Tingkat Konsumsi Vit E

**Correlations**

			Tingkat_peng etahuan	Tk_konsumsi vite
Spearman's rho	Tingkat_pengetahuan	Correlation Coefficient	1.000	-.100
		Sig. (2-tailed)	.	.784
		N	10	10
	Tk_konsumsi vite	Correlation Coefficient	-.100	1.000
		Sig. (2-tailed)	.784	.
		N	10	10

k. Hubungan Tingkat Konsumsi Energi dengan Kualitas Hidup

**Correlations**

			Tingkat_konsumsi_energi	Kualitas_hidup
Spearman's rho	Tingkat_konsumsi_energi	Correlation Coefficient	1.000	.685*
		Sig. (2-tailed)	.	.029
		N	10	10
	Kualitas_hidup	Correlation Coefficient	.685*	1.000
		Sig. (2-tailed)	.029	.
		N	10	10

\*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

l. Hubungan Tingkat Konsumsi Protein dengan Kualitas Hidup

**Correlations**

			Tk_konsumsi_protein	Kualitas_hidup
Spearman's rho	Tk_konsumsi_protein	Correlation Coefficient	1.000	.818**
		Sig. (2-tailed)	.	.004
		N	10	10
	Kualitas_hidup	Correlation Coefficient	.818**	1.000
		Sig. (2-tailed)	.004	.
		N	10	10

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

m. Hubungan Tingkat Konsumsi Vitamin C dengan Kualitas Hidup

**Correlations**

			Tk_konsumsi_vitC	Kualitas_hidup
Spearman's rho	Tk_konsumsi_vitC	Correlation Coefficient	1.000	-.486
		Sig. (2-tailed)	.	.154
		N	10	10
	Kualitas_hidup	Correlation Coefficient	-.486	1.000
		Sig. (2-tailed)	.154	.
		N	10	10

n. Hubungan Tingkat Konsumsi Vitamin E dengan Kualitas Hidup

**Correlations**

			tk_konsumsi_vit_e	Kualitas_hidup
Spearman's rho	tk_konsumsi_vit_e	Correlation Coefficient	1.000	-.164
		Sig. (2-tailed)	.	.651
		N	10	10
	Kualitas_hidup	Correlation Coefficient	-.164	1.000
		Sig. (2-tailed)	.651	.
		N	10	10