

Lampiran 1. Surat Izin Penelitian



KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
DIREKTORAT JENDERAL TENAGA KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MALANG

Jl. Besar Ijen No.77C Malang 65112, Telp. (0341) 566075, 571388, Fax. (0341) 556746
Website: <http://www.poltekkes-malang.ac.id> E-mail: direktorat@poltekkes-malang.ac.id



Nomor : DP.02.01/5.0/ 1496 /2023
Lampiran : -
Perihal : Surat Permohonan Ijin Penelitian

Malang, 22 Juni 2023

Kepada Yth.

1. Kepala Bakesbangpol Kabupaten Nganjuk
2. Kepala Dinas Kesehatan Kabupaten Nganjuk

Di

Tempat

Dalam rangka pemenuhan tugas akhir Penyusunan Skripsi, maka bersama ini kami hadapkan meyretta Putri Widyasari, (NIM.P17111193068) mahasiswa Program Studi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang untuk melaksanakan Penelitian, pada:

Tanggal : 11 sd 17 Juli 2023
Waktu : 08.00 – selesai
Tempat : Puskesmas Rejoso Kabupaten Nganjuk

Dengan judul :

Asupan Serat, Natrium, Kalium, Magnesium serta Jus Belimbing terhadap Penurunan tekanan darah pada pasien Hipertensi di Puskesmas Rejoso Kabupaten Nganjuk.

Data yang diambil :

1. Karakteristik responden
2. Asupan serat, natrium, kalium, magnesium dan jus belimbing
3. Tekanan darah pasien

Demikian atas perhatian dan kerjasamanya yang baik kami sampaikan terima kasih.


Ketua Jurusan Gizi
Ibnu Fajar, SKM. M.Kes
06610181989031001

Tembusan disampaikan kepada Yth :

1. Kepala Puskesmas Rejoso Kabupaten Nganjuk

- Kampus Utama : Jalan Besar Ijen No. 77 c Malang, 65112. Telepon (0341) 566075, 571388
- Kampus I : Jalan Srikoyo No. 106 Jember. Telepon (0331) 486613
- Kampus II : Jalan Ahmad Yani Sumberporong Lawang. Telepon (0341) 427847
- Kampus III : Jalan Dr. Soetomo No. 46 Blitar. Telepon (0342) 801043
- Kampus IV : Jalan KH. Wakhid Hasyim No. 64 B Kediri. Telepon (0354) 773095
- Kampus V : Jalan Dr. Soetomo No. 5 Trenggalek Telp (0355) 791293
- Kampus VI : Jalan Dr. Cipto Mangunkusumo No. 82A Ponorogo Telp (0352) 461792



Lampiran 2. Prosedur Pembuatan Jus Belimbing ((Arza & Irawan, 2018)

Pembuatan Jus Belimbing	
Alat	Bahan
1. Blender 2. Pisau 3. Baskom 4. Telenan 5. Gelas Ukur 6. Timbangan digital 7. Saringan 8. Botol kemasan 200ml	1. Buah belimbing 150 Gr 2. Air 50 MI 1. Gula 10 Gr
Prosedur pembuatan 1. Cuci buah belimbing hingga bersih 2. Potong kecil kecil dan buang bijinya 3. Timbang belimbing yang telah dipotong 150 gr 4. Masukkan belimbing, air, dan gula ke dalam blender 5. Blender sampai halus 6. Takar sejumlah 200 ml 7. Masukkan ke botol kemasan 8. Berikan jus belimbing pada pasien dengan dosis 1 kali sehari 1 botol 200 ml pada pagi hari pukul 08.00-10.00 pemberian dilakukan selama 7 hari berturut-turut	

Lampiran 3. Karakteristik Responden

No. Responden	Usia	Jenis Kelamin	Status Gizi	Pekerjaan	Lama Menderita Hipertensi	Obat Yang Dikonsumsi
1	60	P	kurang	ibu rumah tangga	6 tahun	catropil dan amplodipin
2	56	P	normal	pedagang	5 tahun	amplodipin
3	60	P	kurang	ibu rumah tangga	1 tahun	-
4	60	P	normal	petani	6 tahun	catropil
5	56	P	obesitas I	ibu rumah tangga	1 tahun	catropil
6	56	P	obesitas II	pedagang	1 tahun	amplodipin
7	60	P	obesitas I	ibu rumah tangga	1 tahun	amplodipin
8	55	P	normal	ibu rumah tangga	5 tahun	amplodipin
9	60	P	normal	ibu rumah tangga	4 tahun	amplodipin
10	44	P	obesitas II	pedagang	7 tahun	-
11	55	P	obesitas I	pedagang	3 tahun	catropil
12	60	P	normal	ibu rumah tangga	1 tahun	-
13	57	P	obesitas II	pegawai negeri	5 tahun	catropil
14	57	P	kurang	ibu rumah tangga	22 tahun	amplodipin
15	54	P	normal	pedagang	1 tahun	catropil
16	60	P	normal	ibu rumah tangga	1 tahun	catropil
17	56	L	obesitas I	pegawai negeri	9 tahun	amplodipin
18	53	L	obesitas II	pegawai swasta	5 bulan	candesartan
19	53	L	normal	buruh	5 tahun	amplodipin
20	52	L	obesitas I	wirausaha	1 tahun	-

Lampiran 4. Hasil Tekanan Darah Responden

NO. RESPONDEN	TD 1		TD 7	
	SISTOLE	DIASTOLE	SISTOLE	DIASTOLE
1	200	100	170	80
2	150	100	130	80
3	180	90	160	80
4	160	84	150	64
5	191	100	160	90
6	160	80	140	90
7	200	100	180	85
8	190	100	150	80
9	160	80	140	90
10	170	100	140	80
11	180	100	170	80
12	188	100	170	96
13	167	90	140	81
14	164	90	150	89
15	192	90	160	80
16	160	80	150	80
17	182	102	176	80
18	165	80	150	70
19	160	80	164	90
20	203	100	170	110

Lampiran 5. Komposisi jus belimbing

Tabel 13. Komposisi Jus Belimbing Dalam 1 Porsi 200 ml

Bahan makanan	Berat	Energi (kkal)	Protein (gr)	Lemak (gr)	KH (gr)	Natrium (mg)	Kalium (mg)	Magnesium (mg)	Serat (gr)
Belimbing	150 gr	48,0	0,9	0,6	10,8	3,0	174,0	16,5	13,5
Gula	10 gr	38,7	0	0	10,0	0,1	0,2	0,2	0
Air	100 ml	0	0	0	0	0,5	0	0,5	0
Total	260 gr	86,7	0,9	0,6	20,8	3,1	174,2	16,6	0,8

Lampiran 7. Form Informed Consent

(KESEDIAAN KERJASAMA RESPONDEN DALAM PENELITIAN)

Saya yang bertanda tangan di bawah ini

Nama : Moch. Zaimi Toufik
No. Responden : 16
Usia : 53
Jenis Kelamin : laki-laki
Alamat : RT 03 RW 01, ds. Bulu, ds. Putren, kec. Skmas
No. Hp : 085233835159

Menyatakan bahwa saya telah mendapat penjelasan secara rinci dan telah mengerti mengenai penelitian yang akan dilakukan oleh Meyretta Putri Widyasari dengan Judul "Asupan Serat, Natrium, Kalium, Magnesium Serta Jus Belimbing Terhadap Penurunan Tekanan Darah di Puskesmas Rejoso Kabupaten Nganjuk".

Saya memutuskan setuju untuk ikut berpartisipasi pada penelitian ini secara sukarela tanpa paksaan. Apabila selama penelitian ini saya menginginkan mengundurkan diri, maka saya dapat mengundurkan diri sewaktu-waktu tanpa sanksi apapun.

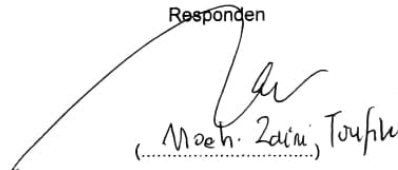
Nganjuk, 03 Juli 2023

Peneliti



(Meyretta Putri Widyasari)

Responden



(Moch. Zaimi Toufik)

Lampiran 8. Identitas Responden

Identitas Responden

No	Karakteristik	
1	Nama	Mach. Zaini Taufiq
2	Jenis kelamin	Laki-laki
3	Usia (tahun)	53
4	Pekerjaan	Pegawai par
5	No. Handphone	085233835159
6	Tinggi badan (cm)	166
7	Berat badan (kg)	85
8	Status gizi	Obese II
	Diagnosis medis	
9	Lama menderita hipertensi	5 bulan
10	Obat yang dikonsumsi	Candesartan cilexetil
11	Pernah mendapat edukasi gizi	Ya Tidak ✓
12	Diet yang didapat	-

Lampiran 9. Form Recall 24 Jam (Sebelum)

Recall 24 Jam

No. Responden : 18
 Nama : Moch Zaini Taufiq
 Umur (tahun) : 53
 Jenis Kelamin : Laki-laki
 Tinggi Badan (cm) : 166
 Berat Badan (kg) : 85

Hari ke : 1

Waktu makan	Nama makanan	Bahan		
		Jenis	Banyaknya	
			URT	Gram
Pagi	Nasi telur goreng	Beras giling telur ayam minyak	1 cnt 2 bh 1 sdt	30 110 5
Siang	Nasi sayur bening tempe goreng	Beras giling cabu siam wortel Daun ketela tempe minyak	2 ctg 3 ctg sayur --- 3 ptg 1 sdt	60 60 80 5
Malam	Mie goreng	mie basah telor ayam	10 sdm 1 btr	100 55

Lampiran 10. Form Recall 24 Jam (Sesudah)

Recall 24 jam

No. Responden : 18
 Nama : Moch. Zami Taufiq
 Umur (tahun) : 53
 Jenis Kelamin : Laki - laki
 Tinggi Badan (cm) : 166
 Berat Badan (kg) : 85

Hari ke : 2

Waktu makan	Nama makanan	Bahan		
		Jenis	Banyaknya	
			URT	Gram
Pagi	Nasi telur rebus	beras giling	1ctg	30
		telur ayam	1btr	55
Siang	Nasi sayur asam tempe kerupuk	Beras giling	1ctg	30
		Danu singkong	1ctg	45
		kacang piny, taoge	1bh	40
		tempe kedelai	2bh	10
		kerupuk		
Malam	Nasi sayur asam tempe tahu	Beras giling	1ctg	30
		Danu singkong, kacang piny, taoge	1ctg	45
		tempe kedelai	2bh	40
		tahu putih	1bh	40
		minyak	1sdt	5

Lampiran 11. Master Tabel Responden

No.	Usia	Kode	Jenis kelamin	Kode	Status gizi				Kode	Pekerjaan	Kode	Lama Hipertensi	Kode	Obat	Kode		
					BB	TB	IMT	KET									
1	60	2	P	1	40	150	17,3	Kurang	2	IRT	1	6 tahun	2	Catropil dan Amplodipin	1		
2	56	1	P	1	58	157	23,5	Normal	1	Pedagang	2	5 tahun	1	Amplodipin	1		
3	60	2	P	1	41	149	18,5	kurang	2	IRT	1	1 tahun	1	-	2		
4	60	2	P	1	38	142	18,8	normal	1	Petani	7	6 tahun	2	Catropil	1		
5	56	1	P	1	63	156	25,9	obesitas I	3	IRT	1	1 tahun	1	Catropil	1		
6	56	1	P	1	68	157	27,6	obesitas II	4	Pedagang	2	1 tahun	1	Amplodipin	1		
7	60	2	P	1	58	152	25,1	obesitas I	3	IRT	1	1 tahun	1	Amplodipin	1		
8	55	1	P	1	60	153	24,8	normal	1	IRT	1	5 tangga	1	Amplodipin	1		
9	60	2	P	1	51	160	19,9	normal	1	IRT	1	4 tahun	1	Amplodipin	1		
10	44	1	P	1	94	158	37,7	obesitas II	4	Pedagang	2	7 tahun	2	-	2		
11	55	1	P	1	65	160	25,4	obesitas I	3	Pedagang	2	3 tahun	1	Catropil	1		
12	60	2	P	1	53	155	22,1	normal	1	IRT	1	1 tahun	1	-	2		
13	57	1	P	1	73	158	29,2	obesitas II	4	Pegawai negeri	3	5 tahun	1	Catropil	1		
14	57	1	P	1	40	150	17,8	kurang	2	IRT	1	22 tahun	3	Amplodipin	1		
15	54	1	P	1	50	156	20,5	normal	1	Pedagang	2	1 tahun	1	Catropil	1		
16	60	2	P	1	55	160	21,5	normal	1	IRT	1	1 tahun	1	Catropil	1		
17	56	1	L	2	64	158	25,6	obesitas I	3	Pegawai negeri	3	9 tahun	2	Amplodipin	1		
18	53	1	L	2	85	166	30,8	obesitas II	4	Pegawai swasta	4	5 bulan	1	Candesartan	1		
19	53	1	L	2	69	170	23,9	normal	1	Buruh	6	5 tahun	1	Amplodipin	1		
20	52	1	L	2	71	167	25,5	obesitas I	3	Wirausaha	5	1 tahun	1	-	2		
Pra lansia = 1 Lansia = 2			Perempuan = 1 Laki-laki = 2		Normal = 1 Gizi Kurang = 2 Obesitas I = 3 Obesitas II = 4				IRT = 1 Pedagang = 2 Pegawai Negeri = 3 Pegawai Swasta = 4 Wirausaha = 5			buruh = 6 petani = 7		1-5 tahun = 1 6-10 tahun = 2 >10 tahun = 3		Konsumsi Obat = 1 Tidak Konsumsi Obat = 2	

Lampiran 12. Asupan Makan berdasarkan Recall 24 jam (Sebelum)

No.	Energi	Protein	Lemak	Karbohidrat	Natrium	Serat	Kalium	Magnesium
1	599,4	23,1	21,2	78,2	457,1	5,3	327,5	79,6
2	621,2	34,6	18,6	86,8	31,1	13,2	463	184,1
3	355,1	12,6	9,5	57,0	216,7	4,3	186,3	105
4	569,8	14,8	2,6	122,1	28,7	5,5	922,4	93,1
5	639,2	19,1	21,2	95,7	68,7	14,2	634,4	175,4
6	735,4	38,7	26,8	82,0	186,3	5	793,8	86
7	674,7	30,4	24,1	83,3	144,5	8	496,8	91,6
8	974,6	42,0	45,4	103,4	98,9	6,6	817,8	279
9	477,4	14,4	13,0	76,9	22,7	2,8	500,1	139,3
10	1192,1	50,8	41,9	155,5	94,1	14,5	558,7	257,4
11	669,8	29,2	21,8	89,3	295,5	9,4	261,8	129,9
12	670,4	35,3	22,9	86,3	425,5	8,7	445,1	297,2
13	735,3	27,3	21,1	110,4	448	23,3	556,8	129,3
14	1184,2	67,9	46,6	134,7	37,5	24,4	486,3	423,1
15	960,6	32,1	36,9	124,3	154,3	14,3	812,1	123,4
16	597,5	25,9	19,0	79,4	72,2	4,9	383,7	257,6
17	1625,0	66,8	38,1	257,6	46,4	22,8	593,7	201,3
18	825,8	37,2	30,1	101,7	192,3	11,4	334,8	157,8
19	1197,2	53,1	33,4	179,8	51,9	22,7	636,3	243,3
20	1024,8	43,7	25,4	155,5	62,1	22,3	601,5	110

Lampiran 13. Asupan Makan berdasarkan Recall 24 jam (Sesudah)

No.	Energi	Protein	Lemak	Karbohidrat	Natrium	Serat	Kalium	Magnesium
1	428,1	0,0	12,9	6,2	20,5	18,2	514,5	128,6
2	595,1	13,7	17,8	97,5	84,6	14,5	481	126,2
3	644,8	22,0	19,1	106,8	36,9	20,3	547,1	144
4	508,4	10,4	1,7	117,2	11,7	20,1	375,1	141,2
5	915,0	25,8	22,8	160,5	33,2	58,5	872,6	219,8
6	646,3	28,4	7,0	123,1	23,5	26,5	306,4	144,1
7	953,4	36,5	30,5	142,1	384,8	25,5	1288,8	345,8
8	1028,3	34,5	39,0	142,4	98,1	2	836,6	270,8
9	721,1	25,8	15,8	123,9	20,1	23,7	619,1	137,2
10	974,0	24,2	25,8	29,9	1996	22,7	400,2	259,3
11	639,0	17,6	19,5	98,8	103,5	16,2	526,6	133,3
12	1122,7	48,1	38,9	155,1	34,4	34	464,9	258
13	896,9	37,7	33,7	116,6	208	19,2	911,1	302,5
14	985,6	29,0	22,9	170,9	134,6	22,8	690,8	312,1
15	769,4	26,5	32,2	96,3	126,5	22,2	569,8	144
16	595,8	21,6	17,2	96,4	108,8	16,9	452,1	265,8
17	1195,3	34,2	26,2	205,3	85,1	42,4	620,1	228,1
18	879,6	36,6	29,1	122,6	113,1	26,7	462,6	165,4
19	1239,1	48,1	29,2	199,3	160,2	37,3	949,2	278,9
20	1094,6	38,2	25,7	180,2	133,3	10,5	864,6	129,6

Lampiran 14. Hasil SPSS Asupan Serat, Natrium, Kalium, Magnesium

Wilcoxon Rank Test Asupan Serat

	serat_sesudah - serat_sebelum
Z	-3,286 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	,001

Wilcoxon Rank Test Asupan kalium

	kalium_sesudah - kalium_sebelum
Z	-1,792 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	,073

Paired Samples Test Asupan Natrium

	Paired Differences	t	df	Sig. (2-tailed)	
					95% Confidence Interval of the Difference
					Upper
Pair 1	natrium_sebelum - natrium_sesudah	180,445	-,373	19	,713

Paired Samples Test Asupan Magnesium

	Paired Differences	t	df	Sig. (2-tailed)	
					95% Confidence Interval of the Difference
					Upper
Pair 1 magnesium_sebelum - magnesium_sesudah	10,666	-1,439	19	,166	

Lampiran 15. Hasil SPSS Tekanan Darah Sebelum dan Sesudah

Test Statistics^a

	Sistole_Sesudah - Sistole_Sebelum
Z	-2,215 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	,027







a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on positive ranks.

Paired Samples Test

	Paired Differences	t	df	Sig. (2-tailed)	
					95% Confidence Interval of the Difference
					Upper
Pair 1 Diastole_Sebelum - Diastole_Sesudah	13,967	3,304	19	,004	

Lampiran 16. Hasil Dokumentasi Penelitian

Proses pembuatan jus belimbing	
	
Cuci buah belimbing hingga bersih	
	
Potong kecil kecil dan buang bijinya	
	
Timbang belimbing yang telah dipotong 150 gr	
	
Masukan belimbing, air, dan gula ke dalam blender, Blender sampai halus lalu di saring	
	
Masukkan ke botol kemasan	

Pemberian jus belimbing kepada responden



Assesmen data dan pengukuran tekanan darah yang di lakukan oleh perawat



pemberian jus belimbing hari-1



Pemberian jus hari ke-5



Pemberian jus hari ke-7



Pengukuran tekanan darah setelah diberikan jus belimbing selama 7 hari

