

KODE		
------	--	--

**LAMPIRAN 1
FORMULIR SQFFQ**

Nama Responden : Enumerator :
 Usia :tahun Tanggal Wawancara :
 Jenis Kelamin : L/P

No	Bahan Makanan	Frekuensi						URT	Berat (g) setiap kali makan	Jumlah (g) sehari	
		Setiap Hari	Minggu								
			1x	2x	3x	4x	5x				6x
1.	Makanan Pokok										
	Bubur										
	Jagung										
	Nasi										
	Kentang										
	Nasi										
	Roti										
	Singkong										
	Mie										
	Bihun										
2.	Protein Hewani										
	Ayam										
	Ikan										
	Daging sapi										
	Hati ayam										
	Hati sapi										
	Baso										
	Ikan asin										
	Telur asin										

KODE		
-------------	--	--

Zat Gizi	Asupan
Energi	
Karbohidrat	
Lemak	
Protein	
Natrium	
Kalsium	
Total	

C. Data Pengukuran

BB/TB :.....kg/.....cm

IMT : 1. Kurus (IMT < 18,5)

2. Normal (IMT 18,5-25,0)

3. Berat badan lebih (IMT ≥ 25,1)

4. Obesitas (IMT ≥27)

Asupan Kalium : 1. Asupan kalium rendah, jika asupan < 4700 mg

2. Asupan kalium cukup, jika asupan ≥ 4700 mg

Asupan Kalsium : 1. Asupan kalsium rendah, jika asupan < 1000 mg

2. Asupan kalsium cukup, jika asupan ≥ 1000 mg

Tekanan Darah Awal	
Sistolik	:.....mmHg
	:.....mmHg
Rata-rata:mmHg
Diastolik	:.....mmHg
	:.....mmHg
Rata-rata	:.....mmHg

...

Tekanan Darah Akhir	
Sistolik:mmHg
	:.....mmHg
Rata-rata:mmHg
Diastolik	:.....mmHg
	:.....mmHg
Rata-rata	:.....mmHg

LAMPIRAN 3
RANCANGAN ANGGARAN PENELITIAN

No.	URAIAN	KETERANGAN	BIAYA
A.PERSIAPAN			
1.	Penyusunan Proposal	Print	Rp30.000
2.	Penggandaan Proposal	Print, fotokopi dan map	Rp120.000
3.	Revisi Proposal	Print dan fotokopi	Rp35.000
B. PELAKSANAAN			
1.	Pengurusan Perizinan	Print dan Amplop	Rp6000
2.	Pembuatan Es Krim		
	- Kurma		Rp1.200.000
	- Susu full krim		Rp105.000
	- Susu skim		Rp51.000
	- Emulsifier		Rp8.500
	- Es batu		Rp5.000
	- Garam krosok		Rp10.000
	- Cup plastik		Rp10.000
	- Sendok plastik		Rp10.000
3.	Penggandaan Instrumen	Print dan Fotokopi	Rp10.000
C.TAHAP AKHIR			
1.	Penyusunan Laporan	Print dan Fotokopi	Rp50.000
2.	Penggandaan Laporan	Print dan Fotokopi	Rp75.000
3.	Revisi Laporan	Print dan Fotokopi	Rp50.000
4.	Penjilidan Laporan	Cover Skripsi (3 buah)	Rp150.000
TOTAL			Rp1.925.500

LAMPIRAN 4
LAPORAN HASIL UJI COBA PRODUK ES KRIM KURMA

Hasil uji coba dilaksanakan pada:

Hari, Tanggal : Jum'at, 6 April 2020

Tempat : Laboratorium Uji Cita Rasa Jurusan Gizi

Panelis : 10 orang

Hasil organoleptik yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa:

Warna	Masih terlalu coklat
Rasa	Terlalu manis
Tekstur	Belum halus dan dapat tekstur es krim, masih ada bulatan kurma di dalam es krimnya
Porsi	Porsi terlalu banyak

Evaluasi :

1. Perlu adanya pengurangan jumlah kurma dan susu cair yang dipakai sehingga rasa manis dan porsi es krim dapat berkurang.
2. Kurma harus diblender lebih lama dan halus lagi, atau dibuat seperti sari kurma terlebih dahulu.
3. Kurma harus lebih bercampur lagi dengan susu cair.



LAMPIRAN 5
NASKAH PERSETUJUAN SETELAH PENJELASAN (PSP)
PENELITIAN

Saya Nida Alya mahasiswa Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Bandung. Saya ingin melakukan penelitian tentang “Pengaruh Pemberian Es Krim Kurma Terhadap Tekanan Darah Kelompok Dewasa Penderita Prehipertensi”.

Es krim ini terbuat dari bahan kurma, susu *full cream*, dan juga susu skim pasteurisasi. Kurma dan susu mengandung kalium dan kalsium yang cukup tinggi. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh pemberian es krim kurma terhadap penurunan tekanan darah penderita prehipertensi pada usia dewasa.

Manfaat hasil penelitian ini bagi masyarakat adalah menambah informasi kepada masyarakat tentang pengaruh pemberian es krim kurma, serta upaya menurunkan kejadian prehipertensi di kalangan masyarakat dengan menggunakan makanan selingan sehari-hari. Manfaat yang dirasakan langsung oleh sampel adalah menambah informasi kepada sampel tentang makanan/ minuman sebagai alternatif untuk menurunkan tekanan darah.

Partisipan dalam penelitian ini yaitu orang dewasa yang memiliki tekanan darah sistolik 120-139 mmHg dan tekanan darah diastolik 80-89 mmHg serta berusia 20-40 tahun. Jumlah partisipan sebanyak 15 orang. Penelitian dimulai dengan wawancara data umum, meliputi nama, umur, jenis kelamin, riwayat hipertensi anggota keluarga dan kebiasaan olahraga. Selain itu dilakukan pengukuran antropometri meliputi berat badan yang diukur timbangan digital injak dan tinggi badan menggunakan *microtoise*. Waktu pengukuran tekanan darah diukur saat sebelum pemberian intervensi, dan pada hari terakhir atau hari ke-5. Pengukuran dilakukan 2 kali setiap kali setiap waktu dengan selang waktu 1 jam. Pemberian es krim kurma dilakukan setiap hari selama 5 hari berturut-turut.

Penelitian ini tidak memiliki risiko terhadap kesehatan. Partisipasi bersifat sukarela tanpa paksaan dan sewaktu-waktu dapat mengundurkan diri tanpa sanksi apapun. Saudara akan mendapatkan kompensasi berupa souvenir setelah penelitian ini berakhir. Peneliti menjamin kerahasiaan data atas informasi yang diberikan untuk penelitian ini. Jika ada hal yang kurang jelas tentang penelitian ini, saudara dapat menghubungi peneliti utama Nida Alya (HP:087710464079). Alamat peneliti di Jalan Wahyu Gang Hj. Noer No.348 RT 03/01 Lingkungan Cipicung Kel/Kec/Kab. Kuningan.

PERSETUJUAN SETELAH PENJELASAN (PSP)
INFORMED CONSENT

Saya yang bertandatangan di bawah ini telah membaca dan mendapatkan penjelasan tentang penelitian ini. saya memahami tujuan penelitian ini dan bersedia berpartisipasi dalam penelitian : Pengaruh Pemberian Es Krim Kurma Terhadap Tekanan Darah Kelompok Dewasa Penderita Prehipertensi.

Nama Subjek	Hari dan Tanggal	Tanda Tangan
Nama Saksi	Hari dan Tanggal	Tanda Tangan

LAMPIRAN 6
NILAI GIZI ES KRIM KURMA 150 GRAM

Bahan	Berat (Gr)	Kalium (mg)	Kalsium
Kurma	50	328	19,5
Susu full cream	75	111,75	71,5
Susu skim	25	38,5	30,75
Emulsifier	5	0	0
TOTAL		478,25	121,75

Sumber : (38)



LAMPIRAN 7 DOKUMENTASI

Pembuatan Produk



Proses Wawancara



LAMPIRAN 8
HASIL *OUTPUT* SPSS

Analisis Univariat

Kelompok Umur

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 20-30	7	46,7	46,7	46,7
Valid 31-40	8	53,3	53,3	100,0
Total	15	100,0	100,0	

Riwayat Hipertensi

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Punya	9	60,0	60,0	60,0
Valid Tidak	6	40,0	40,0	100,0
Total	15	100,0	100,0	

Merokok

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Tidak	15	100,0	100,0	100,0

Aktifitas Fisik

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Olahraga <3 kali perminggu	14	93,3	93,3	93,3
Valid Olahraga >= 3 kali perminggu	1	6,7	6,7	100,0
Total	15	100,0	100,0	

Status Gizi

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Kurus1,00	1	6,7	6,7	6,7
Normal 2,00	11	73,3	73,3	80,0
Valid BB lebih3,00	1	6,7	6,7	86,7
Obesitas4,00	2	13,3	13,3	100,0
Total	15	100,0	100,0	

Kelompok Asupan Kalium

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Rendah (<4700 mg)	15	100,0	100,0	100,0

Kelompok Asupan Kalsium

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Rendah <1000 mg	15	100,0	100,0	100,0

Rata –rata asupan kalium dan kalsium

Statistics

	Asupan Kalium	Asupan Kalsium
N Valid	15	15
Missing	0	0
Mean	2383,6533	477,9400
Median	2123,9000	448,8000
Std. Deviation	777,78798	142,99323
Minimum	1570,20	243,60
Maximum	4637,40	737,60
Sum	35754,80	7169,10

Analisis Bivariat

Rata-rata tekanan darah

		Statistics			
		sis_pre	dias_pre	sis_post	dias_post
N	Valid	15	15	15	15
	Missing	0	0	0	0
Mean		124,2000	83,8667	113,0333	79,0000
Median		122,0000	84,0000	112,0000	80,0000
Std. Deviation		4,30033	2,40881	8,73512	4,93168
Minimum		120,00	80,00	95,00	65,00
Maximum		131,00	88,00	124,00	88,00
Sum		1863,00	1258,00	1695,50	1185,00

Tests of Normality						
	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	Df	Sig.
sis_pre	,229	15	,033	,829	15	,009
dias_pre	,150	15	,200*	,959	15	,675
sis_post	,142	15	,200*	,947	15	,480
dias_post	,205	15	,091	,865	15	,029

*. This is a lower bound of the true significance.

a. Lilliefors Significance Correction

Ranks				
		N	Mean Rank	Sum of Ranks
sis_post - sis_pre	Negative Ranks	15 ^a	8,00	120,00
	Positive Ranks	0 ^b	,00	,00
	Ties	0 ^c		
	Total	15		
dias_post - dias_pre	Negative Ranks	14 ^d	8,32	116,50
	Positive Ranks	1 ^e	3,50	3,50
	Ties	0 ^f		
	Total	15		

a. sis_post < sis_pre

b. sis_post > sis_pre

c. sis_post = sis_pre

d. dias_post < dias_pre

e. dias_post > dias_pre

f. dias_post = dias_pre

Test Statistics^a

	sis_post - sis_pre	dias_post - dias_pre
Z	-3,411 ^b	-3,215 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	,001	,001

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on positive ranks.

Descriptives

		Statistic	Std. Error
selisih_sis	Mean	11,1667	1,76518
	95% Confidence Interval for Mean		
	Lower Bound	7,3807	
	Upper Bound	14,9526	
	5% Trimmed Mean	10,8241	
	Median	10,0000	
	Variance	46,738	
	Std. Deviation	6,83653	
	Minimum	2,00	
	Maximum	26,50	
	Range	24,50	
	Interquartile Range	8,00	
	Skewness	,893	,580
	Kurtosis	,476	1,121
selisih_dias	Mean	4,8667	,98979
	95% Confidence Interval for Mean		
	Lower Bound	2,7438	
	Upper Bound	6,9896	
	5% Trimmed Mean	4,7685	
	Median	4,5000	
	Variance	14,695	
	Std. Deviation	3,83344	
	Minimum	-3,50	
	Maximum	15,00	
	Range	18,50	

Interquartile Range	2,50	
Skewness	,737	,580
Kurtosis	4,265	1,121

Kode	JK	umur	kel. Umur	riw. Hipertensi	merokok	AF	BB	TB	IMT	st. Gizi	as K	as Ca	kel. As K	kel. As Ca	Sis_pre	Dias_pre	Sis_post	Dias_post	sel_sis.	sel_dias.
1	2	38	2	2	2	1	40,8	1,47	18,88102	2	3069,9	737,6	1	1	126	86	124	80	2	6
2	2	36	2	1	2	1	56,3	1,55	23,43392	2	1570,2	333,3	1	1	131	86	117	82	14	4
3	2	30	2	2	2	1	47,5	1,58	19,0274	2	4637,4	637,7	1	1	129	88	124	83	5	5
4	2	29	1	1	2	1	47,6	1,59	18,82837	2	2028	346,7	1	1	120	84	112	78	8	6
5	2	25	1	1	2	1	98	1,45	46,61118	4	2989	569	1	1	130	84	120	81	10	3
6	1	34	2	1	2	1	74,4	1,7	25,74394	3	2725,8	553,7	1	1	129	87	123	82	6	5
7	1	36	2	2	2	1	53,3	1,7	18,44291	2	1749,4	448,8	1	1	125	81	103,5	76,5	21,5	4,5
8	2	27	1	1	2	1	54	1,49	24,32323	2	1808,3	362,4	1	1	120	81	112	77	8	4
9	2	36	2	1	2	2	52	1,56	21,36752	2	2706,1	444,4	1	1	122	85	119	76	3	9
10	1	33	2	1	2	1	59	1,6	23,04688	2	2123,9	718,1	1	1	120	81	107	77,5	13	3,5
11	2	37	2	1	2	1	68,2	1,72	23,053	2	2362,3	243,6	1	1	128,5	84,5	117	88	11,5	-3,5
12	1	23	1	2	2	1	75	1,55	31,21748	4	2304,1	512,4	1	1	120	85	110	80	10	5
13	1	22	1	2	2	1	37,5	1,5	16,66667	1	1906	457,3	1	1	121,5	82,5	95	80	26,5	2,5
14	1	20	1	1	2	1	50,3	1,57	20,40651	2	1801,4	395,4	1	1	121	83	111	79	10	4
15	1	27	1	2	2	1	54	1,55	22,47659	2	1973	408,7	1	1	120	80	101	65	19	15