

## LAMPIRAN

### Lampiran 1

#### **RINCIAN INFORMASI KEPADA CALON SUBYEK PENELITIAN HUBUNGAN ASUPAN MUFA TERHADAP HIPERTENSI PADA PENGEMUDI BUS ANTAR KOTA DI PERUSAHAAN GM DI JAKARTA**

**Peneliti: Albert Tandy**

Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara

Jl.Letjen. S.Parman No.1 Jakarta Barat

Telepon seluler: 087711772008

Email: [alberttandy@yahoo.com](mailto:alberttandy@yahoo.com)

Saya adalah peneliti dari Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara yang berjudul “**Hubungan Asupan MUFA Terhadap Hipertensi pada Pengemudi Bus antar Kota di Perusahaan GM Jakarta**” penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada hubungan antara asupan MUFA dengan kejadian hipertensi pada pengemudi bus.

#### **A. Partisipasi Sukarela**

bapak-bapak pengemudi bus dapat ikut secara sukarela dalam penelitian ini tanpa ada paksaan dari pihak manapun. Partisipasi bapak-bapak tidak akan dikenakan biaya dalam bentuk apapun, dan juga bapak-bapak dapat mengundurkan diri ataupun membatalkan keikutsertaan dalam penelitian ini tanpa ada sanksi dari peneliti.

#### **B. Prosedur Penelitian**

Bilamana bapak bersedia mengikuti penelitian ini:

1. Bapak diminta untuk menandatangani lembar persetujuan menjadi subyek penelitian.

2. Selanjutnya Bapak akan di wawancarai oleh peneliti sendiri mengenai pertanyaan-pertanyaan untuk mengetahui asupan makannya sehari-hari
3. Kemudian Bapak-bapak pengemudi bus ini akan di ukur tekanan darahnya oleh peneliti sendiri.

### **C. Kejawiban Subyek Penelitian**

Bapak harus mengikuti prosedur penelitian seperti yang dijelaskan diatas. Bila ada hal yang belum diketahui dengan jelas, bapak dapat bertanya kepada peneliti. Bila bapak hendak membatalkan maupun mengundurkan diri dari penelitian ini, bapak diwajibkan menyampaikan kepada peneliti.

### **D. Kompensasi**

Sebagai kompensasi keikutsertaan bapak dalam penelitian ini, bapak akan mendapatkan Snack dan juga Minuman di akhir Penelitian.

### **E. Pertanyaan Penelitian**

Bila ada hal-hal yang belum jelas menyangkut penelitian ini bapak dapat menanyakan kepada saya, Albert Tandy selaku peneliti dengan nomor kontak 087711772008.

**LEMBAR PERSETUJUAN MENGIKUTI PENELITIAN  
HUBUNGAN ASUPAN MUFA TERHADAP HIPERTENSI PADA  
PENGEMUDI BUS ANTAR KOTA DI PERUSAHAAN GM JAKARTA**

**Peneliti: Albert Tandy**

Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara

Jl.Letjen. S.Parman No.1 Jakarta Barat

Telepon Seluler 087711772008

Email: alberttandy@yahoo.com

Setelah mendengarkan dan membaca penjelasan dari peneliti mengenai penelitian berjudul Hubungan Asupan MUFA Terhadap Hipertensi pada Pengemudi Bus antar Kota di Perusahaan GM Jakarta, Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : .....

Alamat : .....

Telepon : .....

Menyatakan bersedia menjadi subyek penelitian secara sukarela tanpa ada paksaan dari pihak manapun. Saya akan mengikuti prosedur yang sudah dijelaskan oleh peneliti. Bilamana saya merasa dirugikan, saya berhak membatalkan persetujuan ini tanpa ada sanksi apa pun.

Jakarta,.....2018

Enumerator/Peneliti

Subyek Penelitian

(Nama:.....)

(Nama:.....)

**LEMBAR KARAKTERISTIK SUBYEK**  
**HUBUNGAN ASUPAN MUFA TERHADAP HIPERTENSI PADA**  
**PENGEMUDI BUS ANTAR KOTA DI PERUSAHAAN GM JAKARTA**

**1.Karakteristik Responden**

Nama :

Usia :

Jenis Kelamin :

- Laki
- Perempuan

Lama tidur :

- <8 Jam
- ≥8 jam

Riwayat merokok :

- Ya
- Tidak

Riwayat minum alkohol :

- Ya
- Tidak

Riwayat minum kopi :

- Ya
- Tidak

Riwayat minum teh :

- Ya
- Tidak

Riwayat olahraga :

- Ya
- Tidak

## 2. Hasil pengukuran tekanan darah

Skor: ----- (mmHg)

Interpretasi:

Kategori	Sistolik	Diastolik
Normal	120 mmHg	<80 mmHg
Pre-hipertensi	120-139 mmHg	80-89 mmHg
Hipertensi derajat 1	140-159 mmHg	90-99 mmHg
Hipertensi derajat 2	>160 mmHg	>100 mmHg

**Penilaian Asupan Makanan *Food Frequency Questionnaire***

Hari/tanggal :  
 Nama :

Bahan makanan	U R T	Berat (gram)	Frekuensi						
			Per hari			Per minggu		Per bulan	Tidak pernah
			1x	2-3x	>3x	≤ 2x	3-6x	1-2x	
<b>I. Makanan Pokok</b>									
Nasi putih									
Nasi merah									
Roti tawar putih									
Roti tawar gandum									
Roti tawar manis									
Roti bakar meises									
Roti isi coklat									
Roti daging									
Roti isi kacang ijo									
Roti isi nanas									
Roti isi strawberry									
Roti keju									
Roti mocca									
Roti pisang									
Mie									
Bihun									
Kentang									
Soun									
Havermout /Oatmeal									
Pasta (Makaroni/ Spageti)									
Ubi									
Singkong									
Lainnya									

<b>II. Lauk Pauk</b>									
Telur ayam									
Telur asin									
Daging ayam									
Daging sapi									
Daging kambing									
Bebek									
Ikan laut									
Ikan air tawar									
Ikan kembung									
Udang									
Kepiting									
Hati									
Otak									
Jeroan									
Babat									
Usus ayam									
Tahu									
Tempe									
Sosis									
Nugget									
Oncom									
Dendeng sapi									
Bakso daging sapi									
Lainnya ....									
<b>III. Sayuran</b>									
Jamur									
Bayam									
Kangkung									
Brokoli									
Kembang kol									
Jagung									
Kacang panjang									
Daun pepaya									
Labu siam									
Kacang merah									
Kacang kedelai									
Gambas									
Timun									
Lobak									

Tomat									
Buncis									
Daun singkong									
Sawi putih									
Sawi hijau									
Pare									
Kol									
Taoge kacang kedele									
Taoge kacang hijau									
Taoge kacang tolo									
Wortel									
Terong									
Nangka muda									
Jagung muda									
Kacang hijau									
Cabai merah									
Cabai rawit									
Daun pakis									
Rebung									
Seledri									
Daun melinjo									
Kacang kapri									
Lainnya ...									
<b>IV. Buah-buahan</b>									
Pisang									
Pepaya									
Alpukat									
Jeruk									
Semangka									
Kelapa									
Apel									
Melon									
Nanas									
Jambu biji									
Jambu air									
Mangga									
Rambutan									
Buah nangka									



Lengkeng									
Manggis									
Strawberry									
Duren									
Salak									
Belimbing									
Anggur									
Cempedak									
Lontar									
Kolang kaling									
Markisa									
Sirsak									
Srikaya									
Lainnya ...									
<b>V. Susu</b>									
Susu skim (rendah lemak)									
Susu kental manis									
Susu kedelai									
Es krim									
Yoghurt									
Keju									
Susu cair (kotakan)									
Susu full cream									
Lainnya ...									
<b>VI. Kemilan/Snack</b>									
Pisang goreng									
Kentang goreng									
Singkong goreng									
Ubi goreng									
Kue bolu									
Kue bolu kacang									
Kue lapis									
Kue mangkok/a pem									
Donat									
Chiki									
Ketan									

Biskuit astor									
Biskuit crackers									
Biskuit kacang									
Biskuit malkist crackers									
Biskuit monde									
Biskuit roma									
Biskuit regal									
Kacang tanah kulit									
Kacang tanah tanpa kulit									
Kacang mete kulit									
Kacang mete kupas kulit									
Kacang atom									
Kacang telur									
Kacang shanghai									
Kacang sukro									
Kripik singkong									
Kacang mete									
Coklat									
Martabak manis									
Martabak telur									
Pempek									
Bakso									
Siomay									
Batagor									
Kerupuk									
Kerupuk tempe									
Kerupuk udang									
Hamburger									
Hot dog									
Pizza									
Puding/Agar-agar									

Lainnya ...									
<b>VII. Makan an jadi</b>									
Telur ceplok									
Telur goreng									
Telur dadar									
Mie ayam									
Mie + bakso + kuah									
Mie instan									
Nasi goreng									
Nasi liwet									
Nasi soto									
Nasi tim ayam									
Nasi uduk									
Bihun goreng									
Bakso bihun									
Soto ayam									
Bubur ayam									
Tempe goreng									
Tempe bacem									
Tempe oreg/sayur tempe/sambal tempe									
Pepes tahu									
Semur tahu									
Tahu goreng									
Sayur tahu									
Lodeh tahu dan tempe									
Sate ayam									
Sayur sop ayam									
Semur daging ayam belu									
Daging ayam goreng									
Ikan kembur goreng									

Sayur asem									
Sayur daur singkong									
Tumis kangkung									
Sayur gul daging									
Sayur nangk belu									
Sambal									
Bawang goreng									
<b>VIII. Pemanis</b>									
Gula putih									
Gula aren									
Pemanis buatan									
<i>Sweetener</i>									
Madu									
Lainnya ...									
<b>IX. Minuman</b>									
Minuman ringan bersoda (Coca cola, Fanta, Sprite)									
Minuman ringan tak bersoda (Teh botol, Nu Green tea)									
Teh manis									
Kopi susu (kopi hitam + susu kental manis)									
Kopi instan (kopi hitam/kopi susu)									
Kopi tubruk									
Sirup									
Nutrisari									
<i>Energy drink</i> (Extra Joss, Kuku Bima)									

Jus alpukat									
Lainnya ...									
<b>X. Lainnya</b>									
Mentega									
Margarin									
Santan									
Garam dapur									
Minyak goreng									
Minyak kelapa									

Keterangan:

URT: Ukuran rumah tangga (sendok makan, sendok teh, mangkuk, dll)

## DAFTAR RIWAYAT HIDUP

### Data Pribadi

Nama Lengkap : Albert Tandy  
NIM : 405150148  
Jenis Kelamin : Laki-laki  
Tempat, Tanggal lahir : Jakarta, 13 Oktober 1997  
Agama : Buddha  
Alamat : Jl. Muara Karang blok Q 8 Barat no. 51  
No Telp : 087711772008  
Email : alberttandy@yahoo.com

### Pendidikan Formal

2003 - 2009 : SD Dharma Suci, Jakarta Utara  
2009 - 2012 : SMP Dharma Suci, Jakarta Utara  
2012 - 2015 : SMA Dharma Suci, Jakarta Utara

### Pengalaman organisasi

2016 : Panitia penerimaan mahasiswa baru 2016  
2016 : Panitia STACCATO BEM FK Untar  
2016 : Panitia World Aids Day iCU FK Untar  
2017 : Panitia Grand i Care 6 iCU FK Untar  
2017 : Panitia World Health Day iCU FK Untar

**DOKUMENTASI**

Pembungkusan souvenir di ruang gizi FK Untar



Pengukuran tekanan darah di Perusahaan GM



Melakukan pengisian FFQ di Perusahaan GM

