

Lampiran 1

LEMBAR PENJELASAN PROSEDUR PENELITIAN

Saya, Margaret Melvi, mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara akan melakukan penelitian tentang hubungan antara jumlah asupan sayur dan buah dengan tekanan darah.

Penelitian ini dilakukan dengan pengisian kuisisioner mengenai jumlah asupan sayur dan buah yang telah disediakan dan akan diwawancarai oleh peneliti secara langsung. Peneliti juga akan melakukan pencatatan hasil pemeriksaan tekanan darah. Pada saat pengukuran tekanan darah mungkin akan terjadi risiko minimal seperti luka gores akibat manset dan timbulnya bintik-bintik merah akibat tekanan manset yang terlalu kuat.

Penelitian ini dilakukan tanpa paksaan dan responden berhak menolak dan mengundurkan diri tanpa dan dengan alasan apapun jika responden merasa tidak ingin diikutsertakan.

Jika ada hal yang ingin ditanyakan dapat menghubungi
Margaret Melvi
NIM 405120212
Janur Asri IV QK9 No. 12 Kelapa Gading Jakarta Utara
081288106721

Lampiran 2

INFORMED CONSENT
HUBUNGAN JUMLAH ASUPAN SAYUR DAN BUAH DENGAN
TEKANAN DARAH

Saya yang bertandatangan di bawah ini;

Nama :

Alamat :

No. Telp/ HP :

Tekanan darah : / mmHg

telah membaca Lembar Penjelasan Prosedur Penelitian dan bersedia untuk mengikuti penelitian ini sebagai responden. Keikutsertaan saya tidak berdasarkan paksaan dari pihak manapun.

Jakarta,2014

(_____)

Lampiran 3

HUBUNGAN ANTARA JUMLAH ASUPAN SAYUR DAN BUAH
DENGAN TEKANAN DARAH PADA ORANG DEWASA
DI KECAMATAN KELAPA GADING
PERIODE JANUARI-JULI 2014

KUISIONER SKRINING

1. Apakah Anda mengkonsumsi obat antihipertensi?
 - a. Ya
 - b. Tidak
2. Apakah Anda memiliki riwayat penyakit kardiovaskular (selain hipertensi)
 - a. Jantung koroner
 - b. Gagal jantung
 - c. Riwayat serangan jantung
 - d. Kelainan kongenital (bawaan sejak lahir)
 - e. dll

IDENTITAS RESPONDEN

Nama :

Jenis kelamin : L/P

Tanggal lahir :

Alamat :

Telepon :

Agama :

Hasil pengukuran tekanan darah sistolik/diastolik:/.....mmHg

KUISIONER

Macam sayur	URT	R	Ø dlm	1-3 dlm	1x	2-4x	5-6x	setiap	2-3x	4-5x	6+
	STD		1 bln	1 bln	1 mgg	1 mgg	1 mgg	hari	1 hari	1 hari	1 hari
sawi hijau (caesim, pakcoi, dll)	1 gl sd										
sawi putih	1 gl sd										
kol (merah, putih)	1 gl sd										
Selada	1 gl sd										
kangkung	1 gl sd										
Bayam	1 gl sd										
Wortel	1 gl sd										
Lobak	1 gl sd										
sio mak	1 gl sd										
fu mak	1 gl sd										
poling coi	1 gl sd										
labu (siam, air, waluh)	1 gl sd										
kacang panjang	1 gl sd										
Buncis	1 gl sd										
Ketimun	1 gl sd										
Pagoda	1 gl sd										
Brokoli	1 gl sd										
kembang kol	1 gl sd										
Pare	1 gl sd										
Oyong	1 gl sd										
Toge	1 gl sd										
terong	1 gl										

(hijau dan ungu)	sd										
bawang (bombay, merah, putih)	1 gl sd										
umbi-umbian (bengkoang, bit, dll)	1 gl sd										
cabe (merah besar, keriting, dll)	1 gl sd										
daun bawang	1 gl sd										
Petai	1 gl sd										
kacang polong (kapri)	1 gl sd										
daun melinjo	1 gl sd										
daun pakis	1 gl sd										
daun pepaya	1 gl sd										
daun singkong	1 gl sd										
Genjer	1 gl sd										
jagung muda	1 gl sd										
jamur (kuping, kancing, dll)	1 gl sd										
Katuk	1 gl sd										
Kemangi	1 gl sd										
Kuca	1 gl sd										
Melinjo	1 gl sd										
Rebung	1 gl sd										
Seledri	1 gl sd										
Tomat	1 gl sd										

sayur kering	1 gl sd										
sayur kaleng	1 gl sd										
lain-lain:											

Macam buah	URT STD	R	Ø dlm 1 bln	1-3 dlm 1 bln	1x 1 mgg	2-4x 1 mgg	5-6x 1 mgg	Setiap hari	2-3x 1 hari	4-5x 1 hari	6+ 1 hari
Apel	1bj sd										
Pisang	1bj sd										
Papaya	1bj sd										
anggur	1gl sd										
jeruk (mandarin . Ponkam, dll)	1bj sd										
melon	1pt sd										
semangka	1pt sd										
belimbing	1bj sd										
manggis	1bj sd										
jambu (bol, merah, biji, dll)	1bj sd										
pir (xiang li, pircoklat, dll)	1bj sd										
alpukat	1bj sd										
kiwi	1bj sd										
nanas	1pt sd										
dragon fruit	1gl sd										
stroberi	1gl sd										
salak	1bj sd										
arbei	1gl sd										
lengkeng	1gl sd										
mangga	1gl sd										
nangka	2bj sd										
cempedak	2bj sd										

duku	1 gl sd										
durian	1 bj sd										
markisa	1 bj sd										
menteng	1 gl sd										
Kedong-dong	1 bj sd										
kokosan	1 gl sd										
kesemek	1 bj sd										
rambutan	1 gl sd										
sawo	1 bj sd										
sirsak	1 gl sd										
srikaya	1 bj sd										
Buah kering	1 gl sd										
Buah kaleng	1 gl sd										
lain-lain:											

Daging	URT STD	R	Ø dlm 1 bln	1-3 dlm 1 bln	1x 1 mgg	2-4x 1 mgg	5-6x 1 mgg	setiap hari	2-3x 1 hari	4-5x 1 hari	6+ sehari
ayam	1 pt sd										
sapi	1 pt sd										
kambing	1 pt sd										
babi	1 pt sd										
lain-lain:											
Makanan laut											
Cumi-cumi	1 gl sd										
Udang	1 gl sd										
Ikan	1 gl sd										
Kepiting	1 gl sd										

Kerang	1gl sd											
lain-lain:												
karbohidrat												
kentang	1bj sd											
nasi	1gl sd											
jagung	1gl sd											
bihun	1gl sd											
mie	1gl sd											
kwetiau	1gl sd											
misua	1gl sd											
soun	1gl sd											
Kue-kue	1 ptsd											
Lain-lain												
Minuman												
Kopi	1 glsd											
Teh	1 glsd											
Susu	1 glsd											
soda	1 glsd											
Lain-lain												

Kebiasaan Merokok

1. Apakah Anda merokok?
 - a. Ya
 - b. Tidak
2. Apakah dulu pernah merokok?
 - a. Ya
 - b. Tidak
3. Jika sekarang merokok, berapa batang sehari?

4. Jika sekarang merokok, sejak kapan Anda mulai merokok? Sudah berapa lama?

5. Jika sekarang tidak merokok, tetapi dulu merokok, sejak kapan Anda berhenti?

6. Jika dulu pernah merokok, berapa batang sehari?

Kebiasaan Mengonsumsi alkohol

7. Apakah Anda mengonsumsi alkohol?
 - c. Ya
 - d. Tidak
8. Apakah dulu pernah mengonsumsi alkohol?
 - c. Ya
 - d. Tidak
9. Jika sekarang mengonsumsi alkohol, berapa banyak sehari?

10. Jika sekarang mengonsumsi alkohol, sejak kapan Anda mulai mengonsumsi alkohol? Sudah berapa lama?

11. Jika sekarang tidak mengonsumsi alkohol, tetapi dulu mengonsumsi alkohol, sejak kapan Anda berhenti?

12. Jika dulu pernah mengonsumsi alkohol, berapa banyak sehari?

Aktivitas Fisik

Aktivitas apa saja yang Anda lakukan sehari-hari (lingkari):

1. Berjalan sejauh 30 m
2. Berjalan sejauh 100 m
3. Berjalan sejauh 500 m
4. Bersepeda
5. Berlari
6. Berkebun
7. Menari
8. Memasak
9. Menyapu
10. Mengepel
11. Mencuci pakaian
12. Menaiki tangga
13. Berenang
14. Futsal
15. Sepak bola
16. Basket
17. Bulu tangkis
18. Tenis
19. Tenis meja
20. Voli
21. Fitness
22. Aerobik
23. Yoga
24. Pilates
25. Senam sehat
26. Senam lantai
27. Lain-
lain _____

Penyakit Kronik

1. Apakah Anda menderita diabetes melitus?
Ya / Tidak

2. Apakah Anda mengalami gangguan ginjal?
Ya / Tidak
Jika Ya, apa penyakitnya?

3. Apakah Anda menderita penyakit atau gangguan hormon?
Ya / Tidak
Jika Ya, apa penyakitnya?

4. Apakah Anda menderita hiperkolesterolemia?
Ya / Tidak

5. Apakah Anda menderita gangguan jantung?
Ya / Tidak
Jika Ya, apa penyakitnya?

6. Apakah Anda pernah menderita stroke?
Ya / Tidak

Lampiran 4

Penghitungan *power*

$$n = \left[\frac{(Z_{\alpha} + Z_{\beta})}{0,5 \ln [(1+r)/(1-r)]} \right]^2 + 3$$

Hubungan konsumsi sayur dengan tekanan darah sistolik

$$n = 37$$

$$r = -0.05$$

$$Z_{\alpha} = 1.96$$

$$Z_{\beta} = 0.842$$

$$37 = \left[\frac{(1.96 + Z_{\beta})}{0.5 \ln [(1-0.05)/(1+0.05)]} \right]^2 + 3$$

$$\sqrt{34} = \left[\frac{(1.96 + Z_{\beta})}{0.5 \ln [(0.95)/(1.05)]} \right]$$

$$\sqrt{34} = \left[\frac{(1.96 + Z_{\beta})}{-0.05} \right]$$

$$\sqrt{34} \times -0.05 = 1.96 + Z_{\beta}$$

$$Z_{\beta} = \sqrt{34} \times -0.05 - 1.96$$

$$Z_{\beta} = -2.25$$

$$\beta = 98.78\%$$

$$\text{power} = 1.22\%$$

$$37 = \left[\frac{(Z_{\alpha} + 0.84)}{0.5 \ln [(1-0.05)/(1+0.05)]} \right]^2 + 3$$

$$\sqrt{34} = \left[\frac{(Z_{\alpha} + 0.842)}{0.5 \ln [(0.95)/(1.05)]} \right]$$

$$\sqrt{34} = \left[\frac{(Z_{\alpha} + 0.842)}{-0.05} \right]$$

$$\sqrt{34} \times -0.05 = Z_{\alpha} + 0.842$$

$$Z_{\alpha} = \sqrt{34} \times -0.05 - 0.842$$

$$Z_{\alpha} = -1.13$$

$$\alpha = 87.08\%$$

Hubungan konsumsi sayur dengan tekanan darah diastolik

$$n = 37$$

$$r = -0.07$$

$$Z_{\alpha} = 1.96$$

$$Z_{\beta} = 0.842$$

$$37 = \left[\frac{(1.96 + Z_{\beta})}{0.5 \ln [(1 - 0.07)/(1 + 0.07)]} \right]^2 + 3$$

$$\sqrt{34} = \left[\frac{(1.96 + Z_{\beta})}{0.5 \ln [(0.93)/(1.07)]} \right]$$

$$\sqrt{34} = \left[\frac{(1.96 + Z_{\beta})}{-0.07} \right]$$

$$\sqrt{34} \times -0.07 = 1.96 + Z_{\beta}$$

$$Z_{\beta} = \sqrt{34} \times -0.07 - 1.96$$

$$Z_{\beta} = -2.37$$

$$\beta = 99.11\%$$

$$\text{power} = 0.89\%$$

$$37 = \left[\frac{(Z_{\alpha} + 0.842)}{0.5 \ln [(1 - 0.07)/(1 + 0.07)]} \right]^2 + 3$$

$$\sqrt{34} = \left[\frac{(Z_{\alpha} + 0.842)}{0.5 \ln [(0.93)/(1.07)]} \right]$$

$$\sqrt{34} = \left[\frac{(Z_{\alpha} + 0.842)}{-0.07} \right]$$

$$\sqrt{34} \times -0.07 = Z_{\alpha} + 0.842$$

$$Z_{\alpha} = \sqrt{34} \times -0.07 - 0.842$$

$$Z_{\alpha} = -1.25$$

$$\alpha = 89.44\%$$

Hubungan konsumsi buah dengan tekanan darah sistolik

$$n = 37$$

$$r = 0.02$$

$$Z_{\alpha} = 1.96$$

$$Z_{\beta} = 0.842$$

$$37 = \left[\frac{(1.96 + Z_{\beta})}{0.5 \ln [(1+0.02)/(1-0.02)]} \right]^2 + 3$$

$$\sqrt{34} = \left[\frac{(1.96 + Z_{\beta})}{0.5 \ln [(1.02)/(0.98)]} \right]$$

$$\sqrt{34} = \left[\frac{(1.96 + Z_{\beta})}{0.02} \right]$$

$$\sqrt{34} \times 0.02 = 1.96 + Z_{\beta}$$

$$Z_{\beta} = \sqrt{34} \times 0.02 - 1.96$$

$$Z_{\beta} = -1.84$$

$$\beta = 96.71\%$$

$$\text{power} = 3.29\%$$

$$37 = \left[\frac{(Z_{\alpha} + 0.842)}{0.5 \ln [(1+0.02)/(1-0.02)]} \right]^2 + 3$$

$$\sqrt{34} = \left[\frac{(Z_{\alpha} + 0.842)}{0.5 \ln [(1.02)/(0.98)]} \right]$$

$$\sqrt{34} = \left[\frac{(Z_{\alpha} + 0.842)}{0.02} \right]$$

$$\sqrt{34} \times 0.02 = Z_{\alpha} + 0.842$$

$$Z_{\alpha} = \sqrt{34} \times 0.02 - 0.842$$

$$Z_{\alpha} = -0.72$$

$$\alpha = 76.42\%$$

Hubungan konsumsi buah dengan tekanan darah diastolik

$$n = 37$$

$$r = 0.11$$

$$Z_{\alpha} = 1.96$$

$$Z_{\beta} = 0.842$$

$$37 = \left[\frac{(1.96 + Z_{\beta})}{0.5 \ln [(1+0.11)/(1-0.11)]} \right]^2 + 3$$

$$\sqrt{34} = \left[\frac{(1.96 + Z_{\beta})}{0.5 \ln [(1.11)/(0.89)]} \right]$$

$$\sqrt{34} = \left[\frac{(1.96 + Z_{\beta})}{0.11} \right]$$

$$\sqrt{34} \times 0.11 = 1.96 + Z_{\beta}$$

$$Z_{\beta} = \sqrt{34} \times 0.11 - 1.96$$

$$Z_{\beta} = -1.32$$

$$\beta = 90.66\%$$

$$\text{power} = 9.34\%$$

$$37 = \left[\frac{(Z_{\alpha} + 0.842)}{0.5 \ln [(1+0.11)/(1-0.11)]} \right]^2 + 3$$

$$\sqrt{34} = \left[\frac{(Z_{\alpha} + 0.842)}{0.5 \ln [(1.11)/(0.89)]} \right]$$

$$\sqrt{34} = \left[\frac{(Z_{\alpha} + 0.84)}{0.11} \right]$$

$$\sqrt{34} \times 0.11 = Z_{\alpha} + 0.842$$

$$Z_{\alpha} = \sqrt{34} \times 0.11 - 0.842$$

$$Z_{\alpha} = -0.2$$

$$\alpha = 57.93\%$$

Hubungan konsumsi sayur dan buah dengan tekanan darah sistolik

$$n = 37$$

$$r = -0.02$$

$$Z_{\alpha} = 1.96$$

$$Z_{\beta} = 0.842$$

$$37 = \left[\frac{(1.96 + Z_{\beta})}{0.5 \ln [(1-0.02)/(1+0.02)]} \right]^2 + 3$$

$$\sqrt{34} = \left[\frac{(1.96 + Z_{\beta})}{0.5 \ln [(0.98)/(1.02)]} \right]$$

$$\sqrt{34} = \left[\frac{(1.96 + Z_{\beta})}{-0.02} \right]$$

$$\sqrt{34} \times -0.02 = 1.96 + Z_{\beta}$$

$$Z_{\beta} = \sqrt{34} \times -0.02 - 1.96$$

$$Z_{\beta} = -2.08$$

$$\beta = 98.08\%$$

$$\text{power} = 1.92\%$$

$$37 = \left[\frac{(Z_{\alpha} + 0.842)}{0.5 \ln [(1-0.02)/(1+0.02)]} \right]^2 + 3$$

$$\sqrt{34} = \left[\frac{(Z_{\alpha} + 0.842)}{0.5 \ln [(0.98)/(1.02)]} \right]$$

$$\sqrt{34} = \left[\frac{(Z_{\alpha} + 0.842)}{-0.02} \right]$$

$$\sqrt{34} \times -0.02 = Z_{\alpha} + 0.842$$

$$Z_{\alpha} = \sqrt{34} \times -0.02 - 0.842$$

$$Z_{\alpha} = -0.96$$

$$\alpha = 83.15\%$$

Hubungan konsumsi sayur dan buah dengan tekanan darah diastolik

$$n = 37$$

$$r = 0.02$$

$$Z_{\alpha} = 1.96$$

$$Z_{\beta} = 0.842$$

$$37 = \left[\frac{(1.96 + Z_{\beta})}{0.5 \ln [(1+0.02)/(1-0.02)]} \right]^2 + 3$$

$$\sqrt{34} = \left[\frac{(1.96 + Z_{\beta})}{0.5 \ln [(1.02)/(0.98)]} \right]$$

$$\sqrt{34} = \left[\frac{(1.96 + Z_{\beta})}{0.02} \right]$$

$$\sqrt{34} \times 0.02 = 1.96 + Z_{\beta}$$

$$Z_{\beta} = \sqrt{34} \times 0.02 - 1.96$$

$$Z_{\beta} = -1.84$$

$$\beta = 96.71\%$$

$$\text{power} = 3,29\%$$

$$37 = \left[\frac{(Z_\alpha + 0.842)}{0.5 \ln [(1+0.02)/(1-0.02)]} \right]^2 + 3$$

$$\sqrt{34} = \left[\frac{(Z_\alpha + 0.842)}{0.5 \ln [(1.02)/(0.98)]} \right]$$

$$\sqrt{34} = \left[\frac{(Z_\alpha + 0.842)}{0.02} \right]$$

$$\sqrt{34} \times 0.02 = Z_\alpha + 0.842$$

$$Z_\alpha = \sqrt{34} \times 0.02 - 0.842$$

$$Z_\alpha = -0.72$$

$$\alpha = 76.42\%$$

			α (%)	β (%)	<i>Power</i> (%)
Hubungan (porsi/hari)	asupan dengan	sayuran tekanan	87.08	98.78	1.22
darah sistolik (mmHg)					
Hubungan (porsi/hari)	asupan dengan	sayuran tekanan	89.44	99.11	0.89
darah diastolik (mmHg)					
Hubungan (porsi/hari)	asupan dengan	buah tekanan	76.42	96.71	3.29
darah sistolik (mmHg)					
Hubungan (porsi/hari)	asupan dengan	buah tekanan	57.93	90.66	9.34
darah diastolik (mmHg)					
Hubungan buah (porsi/hari)	asupan dengan	sayuran dan tekanan	83.15	98.08	1.92
darah sistolik (mmHg)					
Hubungan buah (porsi/hari)	asupan dengan	sayuran dan tekanan	76.42	96.71	3.29
darah diastolik (mmHg)					

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Nama : Margaret Melvi

NIM : 405120212

Alamat : Jl. Angke Jaya IX no. 57 A Jakarta Barat

Tempat Tanggal Lahir : Jakarta, 30 Maret 1994

Golongan Darah : O

Kewarganegaraan : Indonesia

Email : mmelvi94@gmail.com

Riwayat Pendidikan Formal :

2012 – Sekarang : Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara

2009 – 2012 : SMA Santo Yakobus Kelapa Gading

2006 – 2009 : SMP Santo Yakobus Kelapa Gading

2000 – 2006 : SD Santo Yakobus Kelapa Gading

Organisasi : -