

## **DAFTAR LAMPIRAN**

### **Lampiran 1**

#### **Efektifitas konsultasi gizi terhadap pengetahuan, sikap, pola makan dan tekanan darah penderita hipertensi di poli gizi RSUD Kota Padang Panjang**

viii + 63 halaman + 17 tabel + 10 Lampiran

### **ABSTRAK**

Hipertensi dapat didefinisikan sebagai tekanan darah yang melebihi 140/90 mmHg. Faktor menurunnya tekanan darah dapat disebabkan oleh beberapa hal antara lain pola makan, pengetahuan dan sikap pasien. masyarakat membutuhkan penjelasan yang benar dan tepat mengenai prinsip dan syarat terapi diet sesuai dengan kondisi penyakit. Model penjelasan pada masyarakat melalui konsultasi gizi langsung akan lebih efektif diberikan pada penderita hipertensi di masyarakat.

Design penelitian yang digunakan adalah Praeksperimen (*Pre Experimental Designs*) dengan menggunakan rancangan *One Group Pretest - Posttest*. Penelitian telah dilaksanakan di Ruang Poli Gizi RSUD Kota Padang Panjang. Waktu penelitian dilaksanakan pada bulan Juli 2018 s/d Januari 2019. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh penderita hipertensi melakukan yang konsultasi gizi di poli gizi RSUD Padang Panjang. Jumlah sampel pada penelitian ini ditetapkan sebanyak 37 orang ditentukan dengan rumus sampel Cross Sectional. Cara pengumpulan data dilakukan wawancara langsung kepada penderita hipertensi. Data diolah secara komputerisasi dan dianalisis secara univariat dan bivariat menggunakan Uji T Paired Dependen dan uji *chi-square*.

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan sebelum dilakukan

konsultasi gizi 100% responden mengalami hipertensi, 64,9% responden berpengetahuan rendah, 51,4% responden bersikap negative dan 54,1% responden mempunyai pola makan kurang baik. Setelah dilakukan konsultasi gizi pasien hipertensi berkurang menjadi 10,8%, pengetahuan meningkat (pengetahuan rendah 5,4%), semua responden mempunyai sikap positif, sedangkan tidak terjadi perubahan yang signifikan terhadap pola makan responden (43,2% pola makan pasien masih kurang baik).

Konsultasi gizi efektif menurunkan tekanan darah, meningkatkan pengetahuan, merubah sikap responden ( $p<0,05$ ), tetapi tidak efektif meobah kebiasaan makan responden ( $p>0,05$ ). Hal ini dapat dikatakan bahwa dengan diberikannya konsultasi gizi kepada penderita hipertensi berdampak peningkatan perubahan perilaku dari penderita hipertensi yang berkunjung ke poli gizi RSUD Kota Padang Panjang.

Daftar Pustaka : 33 (2000 – 2017)

## Lampiran 2

**A ADE PUSPA SARI SOEDEWO.** “Pengaruh Konseling Gizi terhadap Pengetahuan Gizi dan Kepatuhan Diet pada Penderita Hipertensi di RSUP Dr. Wahidin Sudirohusodo Makassar”. (Dibimbing oleh Asmarudin Pakhri dan Aswita Amir)

### **ABSTRAK**

Secara umum masyarakat sering menghubungkan antara konsumsi garam dengan hipertensi. Garam merupakan hal yang sangat penting pada mekanisme timbulnya hipertensi. Pengaruh asupan garam terhadap hipertensi melalui peningkatan volume plasma (cairan tubuh) dan tekanan darah. Makanan sehari-hari biasanya cukup mengandung natrium yang dibutuhkan. WHO menganjurkan pembatasan konsumsi garam dapur hingga 6 gram sehari (ekivalen dengan 2400 mg natrium). Asupan natrium yang berlebih, rendahnya asupan kalsium, magnesium dan kalium dapat pula meningkatkan tekanan darah (Almatsier, 2005).

Jenis penelitian yang digunakan adalah Pre-Experiment, menggunakan pre test dan post test design untuk mengetahui pengaruh konseling gizi terhadap pengetahuan gizi dan kepatuhan diet pasien di RSUP Dr. Wahidin Sudirohusodo Makassar. Konseling gizi dilakukan selama 3 hari sebanyak 3 kali setiap pasien.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan gizi sebelum dilakukan konseling gizi yaitu sebesar (55%) dan sesudah dilakukan konseling gizi mengalami peningkatan yaitu sebesar (100%). Kemudian hasil penelitian kepatuhan diet menunjukkan bahwa tingkat

kepatuhan gizi pasien terhadap makanan dari rumah sakit sebelum diadakan konseling, sampel yang patuh tidak ada (0%) dan sampel yang tidak patuh sebanyak 20 sampel (100%). Konseling gizi memberikan pengaruh positif terhadap perubahan tingkah laku pasien dari yang tidak patuh menjadi patuh artinya terjadinya perubahan kearah positif.

Disarankan dari hasil penelitian ini, diharapkan dapat dijadikan sebagai tambahan sumber dan masukan bagi peneliti selanjutnya untuk melakukan penelitian dengan jumlah variable yang lebih bervariasi. Serta memberikan pengarahan kepada responden tentang cara pengisian kuesioner jika ada pertanyaan yang kurang jelas sebelum kuesioner tersebut di isi.

Kata kunci : Konseling Gizi, Pengetahuan Gizi, Kepatuhan Diet,

Hipertensi Daftar Pustaka: 23 (2002 – 2018)

Lampiran 3

HEALTH POLYTECHNIC KEMENKES  
PADANG NUTRITION DEPARTEMENT

**Thesis, June 2018 Nike**

**Rulanda**

**The Effect of Counseling and Nutrition Counseling on Changes in Knowledge, Attitudes and Patterns of Consumption in Hypertension Patients at Working Area Puskesmas Andalas Padang in 2018**

**ix + 86 page, 2 picture, 34 tables, 9 attachment.**

## **ABSTRACT**

Hypertension is an increase in systolic blood pressure over 140 mmHg and diastolic blood pressure over 90 mmHg. Basic Health Research Results of 2013 states that hypertension is the number one disease in Indonesia with a prevalence of 25.8%. Data from Dinas Kesehatan Kota Padang in 2016, most hypertension patients are in the Working Area of Puskesmas Andalas at 13.1%. One effort to improve understanding of hypertension is by doing counseling and nutrition counseling. This study aims to determine the effect of counseling and nutrition counseling on changes in knowledge, attitudes and consumption patterns in hypertensive patients at working area of Puskesmas Andalas Padang in 2018.

This research uses Quasi Experiment design with pretest-posttest design method. Respondents were hypertensive patients, amounting to 51 people divided into 3 groups: nutrition counseling, nutrition counseling and leaflet,

nutritional counseling, leaflet and nutritional counseling with *simple random sampling* technique. All three groups were given 2 treatments with the same material. Primary data includes data of knowledge, attitude and consumption pattern while secondary data include respondent characteristic. The analysis of the research was conducted by using *Paired-Sample T Test*, *Anova*, *Wilcoxon*, *Kruskal Wallis H* with confidence level  $p<0,05$ .

The result of the research was obtained from 3 treatment groups that the group given counseling, leaflet and nutrition counseling had the highest change with  $p<0.05$  knowledge ( $p= 0.000$ ), attitude ( $p= 0.000$ ) and consumption pattern ( $p= 0.000$ ) the influence of nutrition counseling, leaflet and nutritional counseling to the change of knowledge, attitude and consumption pattern in hypertension patient.

Suggestions that can be given to the community especially for people with hypertension are advised to regularly follow nutrition education both counseling and nutrition counseling to prevent further complications such as degenerative diseases. It is expected that the use of counseling and nutrition counseling can be developed in order to increase knowledge, attitude and consumption pattern in hypertension patient.

Keywords : Counseling, Nutrition counseling,

Hypertension,Knowledge, Attitude, Consumption Pattern

References : 38 ( 1995 - 2017)

## Lampiran 4

PENGARUH KONSELING GIZI TERHADAP PENGETAHUAN HIPERTENSI DAN SISA MAKANAN PASIEN HIPERTENSI DI RSUD DR R SOETIJONO BLORA

**THE EFFECT OF NUTRITION COUNSELING ON HYPERTENSION KNOWLEDGE AND FOOD WASTE PATIENTS WITH HYPERTENSION DR R SOETIJONO BLORA HOSPITAL**

**Hety Dwi Kusumaningrum<sup>1</sup>, Ana Yuliah R<sup>2</sup>, Wiwik Wijaningsih<sup>3</sup>**

### **ABSTRACT**

**Background :** Food waste of hypertensive patients in DR R Soetijono Blora hospital in December 2015 by 32.6 %, which means above the minimum service standards specified nutritional services . Nutritional counseling is done is a means to inform and motivate the patient so that the expected impact on increasing the patient's intake of food and less food waste .

**Objective :** Knowing the influence of nutrition counseling on knowledge of hypertension and the food waste of hypertensive patients in DR R Soetijono Blora hospital.

**Methods :** This type of research is pre Experiment with one group pretest and posttest design . Sampling was done by using consecutive sampling as many as 35 people hospitalized hypertensive patients according to criteria of inclusion . Food waste is obtained by Comstock visual method , where as knowledge of hypertension were taken using a questionnaire. Nutritional counseling is done

two times in 2 days. Data taken with 3 times the measurement and analyzed used Friedman Test .

**Results :** This study shows that there is influence nutritional counseling to the knowledge of hypertension ( p = 0.000 ) and there is influence nutritional counseling to food waste( p = 0.000 ).

**Conclusion :** Nutritional counseling influencing knowledge about hypertension and food waste of hypertensive patients .

**Keywords :** nutritional counseling , knowledge of hypertension , food waste, patients with hypertension

## ABSTRAK

Latar Belakang : Sisa makanan pasien hipertensi di RSUD DR R Soetijono Blora bulan Desember 2015 sebesar 32,6%, yang berarti di atas standar pelayanan minimal pelayanan gizi yang ditentukan. Konseling gizi yang dilakukan adalah sarana untuk menyampaikan informasi dan memotivasi pasien sehingga diharapkan berdampak pada meningkatnya asupan makan pasien dan berkurangnya sisa makanan.

Tujuan : Mengetahui pengaruh konseling gizi terhadap pengetahuan hipertensi dan sisa makanan pasien hipertensi di RSUD DR R Soetijono Blora.

Metode : Jenis penelitian ini adalah Pra Eksperiment dengan *one group pretest dan posttest design*. Pengambilan sampel dilakukan dengan menggunakan teknik *consecutive sampling* sebanyak 35 orang pasien hipertensi rawat inap sesuai kriteria inklusi. Sisa makanan diperoleh dengan metode visual *comstock*, sedangkan pengetahuan tentang hipertensi diambil dengan menggunakan kuesioner pertanyaan. Konseling gizi dilakukan 2 kali selama 2 hari. Data

diambil dengan 3 kali pengukuran dan dianalisis dengan menggunakan *Uji Friedman*.

Hasil : Penelitian ini menunjukkan bahwa ada pengaruh konseling gizi terhadap pengetahuan tentang hipertensi ( $p=0,000$ ) dan ada pengaruh konseling gizi terhadap sisa makanan ( $p=0,000$ ) .

Kesimpulan : Konseling gizi mempengaruhi pengetahuan tentang hipertensi dan sisa makanan pasien hipertensi.

Kata Kunci : konseling gizi, pengetahuan, sisa makanan, pasien hipertensi

## Lampiran 5

### **PENGARUH PEMBERIAN KONSELING DIET DASH (*DIETARY APPROACH TO STOP HYPERTENSION*) TERHADAP PERUBAHAN TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI PESERTA PROLANIS DI PUSKESMAS SENTOLO I**

Rizky Dewifianita<sup>1</sup>, NurHidayat<sup>2</sup>, Idi Setiyobroto<sup>3</sup> <sup>1,2,3</sup>Jurusana  
Gizi Poltekkes Kemenkes Yogyakarta, Jl Tata Bumi No 3,  
Banyuraden Gamping, Sleman, Yogyakarta  
55293.0274617679 Email: [rizkydewifianita@gmail.com](mailto:rizkydewifianita@gmail.com)

#### **ABSTRAK**

Hipertensi atau penyakit tekanan darah tinggi sebenarnya adalah suatu gangguan pada pembuluh darah yang mengakibatkan suplai oksigen dan nutrisi, yang dibawa oleh darah, terhambat sampai ke jaringan tubuh yang membutuhkannya. Diet yang dikenal saat ini di negara maju bagi pasien-pasien hipertensi adalah diet DASH (*Dietary Approach to Stop Hypertension*), yang merupakan diet sayuran serta buah yang banyak mengandung serat pangan (30 gram/hari) dan. Jenis penelitian ini adalah eksperimental semu (*Quasy experiment*) karena peneliti tidak mengacak subjek dan membentuk sebuah kelompok baru yang utuh untuk diberi perlakuan (*treatment*). Teknik pengambilan sampel dilakukan dengan cara *purposive sampling* sebanyak 15 orang. Data yang dikumpulkan meliputi tekanan darah awal, pre test, konseling diet DASH, pemantauan asupan diet DASH, post test dan tekanan darah akhir. Analisis data menggunakan analisis univariat dan analisis bivariat. Hasil penelitian ini diperoleh dari 15 responden mayoritas jenis kelamin perempuan. Tekanan darah awal dengan status hipertensi derajat I sebanyak 2 orang (13,3%) dan status hipertensi derajat II sebanyak 13 orang (86,7%). Terdapat perbedaan sistolik sebelum dan sesudah diberikan konseling diet DASH  $p = 0,0005$

( $p<0,05$ ). Terdapat perbedaan tekanan diastolic sebelum dan sesudah diberikan konseling diet DASH  $p = 0,0104$  ( $p<0,05$ ). Ada pengaruh pemberian konseling diet DASH terhadap perubahan tekanan darah.

Kata kunci: Hipertensi, Konseling diet DASH, Perubahan Tekanan Darah

## **Lampiran 6**

### **Knowledge, Awareness and Practice Outcomes: Evaluating the Impact of Nutrition Counseling among Hypertensive Subjects**

**Sodhi Kaur Navneet<sup>1\*</sup> and Singla Neerja<sup>1</sup>**

*<sup>1</sup>Department of Food and Nutrition, Punjab Agricultural University (PAU), Punjab, India.*

#### **ABSTRACT**

In the present study impact of developed nutrition education package was studied on awareness regarding lifestyle modification of hypertensive subjects. One hundred and twenty (120) hypertensive patients were selected from Punjab Agricultural University Hospital, Ludhiana of age 45 to 60 years, both sexes (male and female). The subjects were alternatively divided into two equal groups; Experimental (E) group, comprising of sixty patients (thirty males and thirty females), which received the lifestyle modification intervention for the control of blood pressure. The second was the Control (C) group, comprising of sixty patients (thirty males and thirty females), which was exposed to routine outpatient care only. Present study concluded that developed nutrition education package had a highly significant ( $p<0.001$ ) impact on the improvement in knowledge, awareness and practices of the subjects.

## Lampiran 7

Tabel 1

### Karakteristik Sampel dari 5 Studi Literatur

Karakteristik	P1		P2		P3		P4		P5	
	N	%								
<b>Umur</b>										
<30	4	26,7	2	10	11	29,7				
30-50	5	33,3	7	35	26	70,3	15	29,4	17	48,6
>50	6	40	11	55			36	70,6	18	51,4
Jumlah	15	100	20	100	37	100	51	100	35	100
<b>Jenis Kelamin</b>										
Laki2	0	0	11	55	27	73	5	10	8	22,9
Perempuan	15	100	9	45	10	27	46	90	27	77,1
Jumlah	15	100	20	100	37	100	51	100	35	100
<b>Pendidikan</b>										
SD			4	20	2	5,4	7	13,7	22	62,8
SMP			2	10	6	16,2	7	13,7	6	17,2
SMA			9	45	14	37,8	31	60,8	7	20
D III/PT			1	5	15	40,5	6	11,8		
S 1			4	20						
Jumlah			20	100	37	100	51	100	35	100

Lampiran 8

Tabel 2  
Pengaruh Konseling Gizi Terhadap Tingkat Pengetahuan ( Ade Puspa, 2019 )

No	Peneliti	Jenis Penelitian	Populasi	Penyakit	Jumlah Sampel	Tingkat Pengetahuan	Konseling Gizi		Hasil		
							Sebelum				
							N	%			
1	Ade Puspa ( 2019 )	PraEkperimen ( <i>Preeksperimental Design</i> )	Seluruh pasien hipertensi yang datang ke poli gizi	Hipertensi	20 sampel	Baik Kurang	11 9	55 45	20 0	100 0	P = 0,003 (ada Pengaruh )

Lampiran 9

Tabel 3

Pengaruh Konseling Gizi Terhadap Tingkat Pengetahuan ( Indira 2019 )

Peneliti	Jenis Penelitian	Populasi	Penyakit	Jumlah Sampel	Tingkat Pengetahuan	Mean	SD	SE	P ( Value )	N
Indira Meutirani ( 2019 )	PraEksperimen ( <i>Preeksperimen Design</i> )	Seluruh Pasien Hipertensi yang datang ke poli gizi RSUD kotan Padang Panjang	HipertenSI	27 sampel	Sebelum konseling gizi Setelah Konseling Gizi	11 15	0,48 0,22	0,08183	0,000	37

Lampiran 10

Tabel 4

Pengaruh Konseling Gizi Terhadap Tingkat Pengetahuan ( Nike Rulanda, 2018 )

Peneliti	Jenis Penelitian	Populasi	Penyakit	Jumlah Sampel	Perlakuan	Tingkat Pengetahuan					
						Cukup		Kurang		Baik	
						n	%	n	%	n	%
Nike Rulanda ( 2018 )	Quasi Eksperimen	Seluruh Pasien Hipertensi yang datang sebanyak 51 sampel	Hiperten si	17 sampel	Sebelum Konseling Setelah Konseling	4 0	23,5 0	13 0	76,5 0	0 17	0 100

Lampiran 11

Tabel 5

Pengaruh Konseling Gizi Terhadap Tingkat Pengetahuan ( Hety, dkk, 2015 )

Peneliti	Jenis Penelitian	Populasi	Penyakit	Jumlah Sampel	variabel	Mean	Max	Mean + SD
Hety, dkk, 2015	Praeksperimen ( <i>one Group Pre test dan Post Test Design</i> )	Seluruh Pasien Hipertensi Rawat inap	Hiperte nsi	35 sampel	Pengetahuan Awal  Pengetahuan Setelah nKonseling	35  45	90  95	63,9 ± 12,8  78,7 ± 9,7

Lampiran 12

Tabel 6

Pengaruh Konseling Gizi Terhadap Kepatuhan Diet ( Ade Puspa, 2019 )

No	Peneliti	Jenis Penelitian	Populasi	Penyakut	Jumlah Sampel	Tingkat Kepatuhan Diet	Konseling Gizi				
							Sebelum		Sesudah		
							N	%	N	%	
1	Ade Puspa ( 2019 )	PraEkperimen ( <i>Preeksperimental Design</i> )	Seluruh pasien hipertensi yang datang ke poli gizi	Hipertensi	20 sampel	Patuh Tidak Patuh	0 20	0 100	14 6	70 30	P = 0,000 (ada Pengaruh )

Lampiran 13

Tabel 7

Pengaruh Konseling Gizi Terhadap Tekanan Darah Sistolik Pasien Awal Dan Akhir ( Risky, 2017 )

No	Peneliti	Jenis Penelitian	Populasi	Penyakit	Jumlah Sampel	Kategori	Awal		Akhir	
							n	%	n	%
1	Risky ( 2017 )	( Eksperimen 1 Semu ) <i>Quasy Experiment</i>	Seluruh pasien hipertensi yang datang	Hipertensi	Purposive sampel 15	Pra Hipertensi Hipertensi Derajad 1 Hipertensi Derajad 2	0 3 12	0 20 80	1 8 6	6,7 53,3 40
						Jumlah	15	100%	15	100%

Lampiran 14

Tabel 8

Pengaruh Konseling Gizi Terhadap Tekanan Darah Diastolik Pasien Awal dan Akhir ( Risky, 2017 )

No	Peneliti	Jenis Penelitian	Populasi	Penyakit	Jumlah Sampel	Kategori	Awal		Akhir	
							n	%	n	%
1	Risky ( 2017 )	( Eksperimen 1 Semu ) <i>Quasy Experiment</i>	Seluruh pasien hipertensi yang datang	Hipertensi	Purposive sampel 15	Pra Hipertensi Hipertensi Derajat 1 Hipertensi Derajat 2	1 3 11	6,7 20 73,3	2	13,3 40 46,7
						Jumlah	15	100%	15	100%