

### Lampiran 3

## Evaluasi Status Metabolik Penderita Hipertensi Pada Program Prolanis Di PKM Kota Tangerang

Tanggal Penelitian :

Kode Responden :

#### Petunjuk :

1. Dibawah ini terdapat pertanyaan terkait identitas responden, dimohon untuk diisi secara lengkap dan benar.
2. Pilih salah satu jawaban yang benar memberikan tanda (√) pada kotak jawaban
3. Setelah seelsai, periksalah kembali apakah jawaban sudah terisi semua atau belum
4. Terima kasih atas kesediannya dalam mengisi questioner.

#### Data Demografi

1. Nama :
2. Umur :
3. Jenis kelamin  
 Laki-laki  
 Perempuan
4. Status Pernikahan  
 Duda  
 Janda  
 Belum menikah  
 Menikah
5. RIwayat Tingkat Pendidikan  
 SD  
 SMP  
 SMA/SMK  
 D3/S1/S2

6. Apakah anda mengikuti kegiatan program prolanis ?

YA

7. Berapa lama anda mengikuti kegiatan prolanis ini?

8. Ada berapa kegiatan yang anda ikuti ?

Aktivitas club (senam)

Home visit

Konsultasi Medis

Reminder sms getway

Pemantauan status kesehatan

### Karakteristik Pasien

9. IMT

- Tinggi badan :

- Berat Badan :

- < 17,0

- 17,0-18,5

- > 25,0-27,0

- < 27

10. Merokok

- Tidak pernah :

- Mantan perokok :

- Perokok :

11. Komsumsi kopi

- Jarang < 3 gelas/hari :

- Jarang > 3 gelas/hari :

## 12. AktivitasOlahraga

- Rendah : Tidak memenuhi kriteria sedang dan tinggi
- Sedang : Melakukan aktivitas kuat minimal 20m menit/hari selama > 3hari atau melakukan aktivitas sedang .> 5hari atau berjalan paling sedikit 30menit/hari atau melakukan kombinasi aktivitas fisik yang berat, sedang, berjalan dalam > 5hari dengan intensitas minimal 600m menit/minggu
- Tinggi : Melakukan aktivitas yang berat minimal 3 hari dengan intensitas minimal 1500 menit/minggu atau melakukan kombinasi aktivitas fisik yang berat, sedang, dan berjalan dalam 7 hari dengan internstias minimal 3000m menit/minggu.

## 13. Hipertensi

- Normal 120/80mmHg
- Prehipertensi 120-139/80-89mmHg
- Hipertensi 160/ > 160/100mmHg

## 14. Komplikasi

- Gagal Jantung
- Gagal Ginjal
- Diabetes Mellitus
- Tidak ada

## Status Metabolik

### 15. Kolestrol

- 200 mg/dl :
- $\geq$  200 mg/dl :