

Lampiran I

SURAT PERSETUJUAN MENJADI SAMPEL PENELITIAN (*Informed Consent*)

Lembar Persetujuan Responden (*Informed Consent*):

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama :

Umur :

Alamat :

Menyatakan bersedia menjadi responden pada penelitian yang di lakukan oleh:

Nama : Yolanda Sembiring Kembaren

NIM : 20190606081

Alamat : JL. Cendana 4 Perumahan Kuta bumi 5 kecamatan Sukamantri Tangerang

Judul Penelitian: Hubungan aktivitas fisik dengan hipertensi pada LANSIA di Rumah sakit siloam Karawaci.

Saya akan bersedia untuk dilakukan pengukuran dan pemeriksaan demi kepentingan penelitian. Dengan ketentuan, hasil pemeriksaan akan dirahasiakan dan hanya semata-mata untuk kepentingan ilmu pengetahuan.

Demikian surat pernyataan ini saya sampaikan, agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Tangerang,

Peneliti

Responden

()

()

Lampiran II

Form Assesment

Nama :

Jenis kelamin :

Tanggal lahir :

Usia :

Pekerjaan :

Hobi :

Riwayat penyakit :

Riwayat hipertensi :

BB & TB :

IMT :

Riwayat tekanan darah/ HR:

| 2 bulan lalu | 1 bulan lalu | 2 minggu lalu | Saat ini |
|--------------|--------------|---------------|----------|
| | | | |

Riwayat jatuh :

| Bulan | |
|---------|--|
| Januari | |
| Febuari | |
| Maret | |
| April | |
| Mei | |
| Juni | |
| Juli | |

| | |
|-----------|--|
| Agustus | |
| September | |
| Oktober | |
| November | |
| Desember | |

Keterangan: X= Pernah

Lampiran III

Kusioner Penelitian

| Pertanyaan | Respon | Kode |
|---|---|------|
| Aktivitas saat bekerja/belajar (aktivitas termasuk kegiatan belajar, latihan, aktivitas rumah tangga, dll) | | |
| 1 Apakah pekerjaan sehari-hari anda memerlukan kerja berat (seperti membawa atau mengangkat beban berat, menggali atau pekerjaan konstruksi) selama setidaknya 10 menit per hari? | Ya 1 lanjut no.2 Tidak 2 langsung ke no.4 | P1 |
| 2 Berapa hari dalam seminggu anda melakukan aktivitas berat? | Jumlah hari <input type="text"/> | P2 |
| 3 Berapa lama dalam 1 hari biasanya anda melakukan kerja berat? | Jam : menit <input type="text"/> : <input type="text"/> jam menit | P3 |
| 4 Apakah aktivitas sehari-hari anda termasuk aktivitas sedang (seperti membawa atau mengangkat beban yang ringan) minimal 10 menit per hari? | Ya 1 lanjut no.5 Tidak 2 langsung ke no.7 | P4 |
| 5 Berapa hari dalam seminggu anda melakukan aktivitas sedang? | Jumlah hari <input type="text"/> | P5 |
| 6 Berapa lama dalam sehari biasanya anda melakukan aktivitas sedang? | Jam : menit <input type="text"/> : <input type="text"/> jam menit | P6 |
| Perjalanan dari tempat ke tempat (perjalanan ke tempat kerja, berbelanja, beribadah, dll) | | |
| 7 Apakah anda berjalan kaki atau bersepeda minimal 10 menit setiap harinya untuk pergi ke suatu tempat? | Ya 1 lanjut no.8 Tidak 2 langsung ke no.10 | P7 |
| 8 Berapa hari dalam seminggu anda berjalan kaki atau bersepeda (minimal 10 menit) untuk pergi ke suatu tempat? | Jumlah hari <input type="text"/> | P8 |
| 9 Berapa lama dalam 1 hari biasanya anda berjalan kaki atau bersepeda untuk pergi ke suatu tempat? | Jam : menit <input type="text"/> : <input type="text"/> jam menit | P9 |

| Aktivitas rekreasi (olahraga, fitness, dan rekreasi lainnya) | | | |
|--|--|---|-----|
| 10 | Apakah anda melakukan olahraga, fitness, atau rekreasi yang merupakan aktivitas berat (seperti lari atau sepakbola) minimal 10 menit per hari? | Ya 1 lanjut no.11 Tidak 2 langsung ke no.13 | P10 |
| 11 | Berapa hari dalam seminggu anda melakukan aktivitas berat? | Jumlah hari <input type="text"/> | P11 |
| 12 | Berapa lama anda melakukan olahraga, fitness, atau rekreasi yang merupakan aktivitas berat dalam 1 hari? | Jam : menit <input type="text"/> : <input type="text"/> jam menit | P12 |
| 13 | Apakah anda melakukan olahraga, fitness, atau rekreasi yang merupakan aktivitas sedang (seperti jalan cepat, bersepeda, berenang, bolavoli) minimal 10 menit per hari? | Ya 1 lanjut no.14 Tidak 2 langsung ke no.16 | P13 |
| 14 | Berapa hari dalam seminggu biasanya anda melakukan olahraga, fitness, atau rekreasi yang merupakan aktivitas sedang? | Jumlah hari <input type="text"/> | P14 |
| 15 | Berapa lama anda melakukan olahraga, fitness, atau rekreasi yang merupakan aktivitas sedang dalam 1 hari? | Jam : menit <input type="text"/> : <input type="text"/> jam menit | P15 |
| Aktivitas menetap (sedentary behavior) Aktivitas yang tidak memerlukan banyak gerak seperti duduk saat bekerja, duduk saat di kendaraan, menonton televisi, atau berbaring, KECUALI tidur) | | | |
| 16 | Berapa lama anda duduk atau berbaring dalam sehari? | Jam : menit <input type="text"/> : <input type="text"/> jam menit | P16 |

Lampiran IV

Data Responden

| Nomor | Nama | usia | jenis kelamin | Hobi | Sistolik | Diastolik | METS |
|--------------|-------------|-------------|----------------------|-----------------|-----------------|------------------|-------------|
| 1 | EA | 63 | pria | main catur | 145 | 95 | 180 |
| 2 | wp | 62 | perempuan | nonton youtube | 155 | 100 | 480 |
| 3 | S | 63 | perempuan | nonton tv | 155 | 95 | 460 |
| 4 | Sup | 75 | pria | baca buku | 155 | 95 | 520 |
| 5 | T | 60 | perempuan | jalan pagi | 130 | 90 | 1920 |
| 6 | RAS | 68 | perempuan | berkebun | 135 | 90 | 840 |
| 7 | Rud | 68 | perempuan | jalan pagi | 120 | 80 | 1380 |
| 8 | DM | 70 | perempuan | merajut | 130 | 90 | 720 |
| 9 | Sus | 68 | perempuan | senam | 125 | 70 | 1140 |
| 10 | LKP | 65 | perempuan | berkebun | 110 | 80 | 1440 |
| 11 | RH | 68 | pra | memasak | 130 | 95 | 900 |
| 12 | Bud | 61 | perempuan | jogging | 125 | 90 | 1500 |
| 13 | MP | 74 | pria | baca buku | 135 | 90 | 660 |
| 14 | was | 67 | pria | berkebun | 130 | 90 | 1260 |
| 15 | AR | 62 | pria | menyapu halaman | 120 | 90 | 1120 |
| 16 | R | 72 | pria | jalan pagi | 120 | 80 | 1080 |
| 17 | AG | 60 | pria | traveling | 125 | 85 | 1160 |
| 18 | H.S | 65 | pria | lari pagi | 120 | 80 | 1380 |
| 19 | DE | 61 | perempuan | memasak | 130 | 90 | 1080 |
| 20 | Tad | 60 | perempuan | berbun | 125 | 75 | 1300 |
| 21 | NG | 74 | pria | senam taichi | 130 | 90 | 1980 |
| 22 | HS | 76 | pria | membaca | 140 | 90 | 240 |
| 23 | sur | 67 | perempuan | memasak | 135 | 95 | 720 |
| 24 | HAS | 79 | pria | duduk diteras | 145 | 95 | 340 |
| 25 | A | 70 | perempuan | berkebun | 130 | 90 | 1320 |
| 26 | TAN | 76 | perempuan | nonton youtube | 150 | 100 | 480 |
| 27 | Ty | 64 | perempuan | memasak | 135 | 90 | 720 |
| 28 | HO | 68 | perempuan | merajut | 150 | 90 | 480 |
| 29 | Ros | 60 | pria | main catur | 130 | 90 | 920 |
| 30 | IG | 65 | perempuan | momong cucu | 135 | 90 | 840 |
| 31 | HUM | 60 | pria | nonton tv | 130 | 90 | 600 |
| 32 | BAS | 78 | pria | duduk diteras | 140 | 90 | 240 |
| 33 | JG | 70 | pria | nonton tv | 130 | 90 | 840 |
| 34 | Ch | 67 | pria | memancing | 130 | 90 | 600 |
| 35 | AH | 72 | perempuan | merajut | 145 | 90 | 480 |
| 36 | Luk | 78 | perempuan | memasak | 140 | 90 | 540 |
| 37 | dau | 72 | perempuan | memasak | 135 | 90 | 840 |
| 38 | Bo | 65 | perempuan | jalan pagi | 130 | 90 | 1260 |
| 39 | ri | 68 | perempuan | jalan pagi | 120 | 80 | 1400 |
| 40 | TJ | 65 | pria | momong cucu | 135 | 90 | 840 |
| 41 | ara | 69 | perempuan | nonton tv | 140 | 90 | 360 |
| 42 | bbh | 60 | perempuan | sepedaan | 110 | 80 | 1625 |
| 43 | ar | 70 | perempuan | senam | 110 | 80 | 1300 |
| 44 | dou | 70 | pria | memancing | 120 | 80 | 1080 |
| 45 | WIL | 60 | perempuan | nonton tv | 140 | 95 | 520 |
| 46 | AN | 76 | perempuan | sepedaan | 125 | 80 | 1500 |

| | | | | | | | |
|----|------|----|-----------|-----------------|-----|-----|------|
| 47 | Her | 61 | perempuan | memasak | 130 | 90 | 840 |
| 48 | gun | 70 | perempuan | memasak | 140 | 90 | 540 |
| 49 | suh | 64 | pria | main catur | 110 | 80 | 780 |
| 50 | Sal | 70 | perempuan | menjahit | 150 | 100 | 360 |
| 51 | AG | 63 | perempuan | memasak | 125 | 70 | 660 |
| 52 | AS | 67 | pria | sepedaan | 120 | 70 | 1480 |
| 53 | WT | 75 | perempuan | memasak | 135 | 90 | 600 |
| 54 | HK | 68 | pria | membaca | 130 | 90 | 760 |
| 55 | NURA | 66 | pria | jalan pagi | 125 | 80 | 1200 |
| 56 | AU | 68 | perempuan | jalan pagi | 110 | 80 | 1080 |
| 57 | SA | 62 | perempuan | berkebun | 125 | 80 | 1440 |
| 58 | BS | 80 | pria | sepedaan | 110 | 80 | 2100 |
| 59 | MS | 67 | perempuan | jogging | 120 | 70 | 1000 |
| 60 | Tn.S | 63 | pria | jogging | 130 | 80 | 2280 |
| 61 | Tn.N | 70 | pria | sepedaan | 120 | 80 | 1920 |
| 62 | zul | 77 | pria | jogging | 130 | 90 | 1140 |
| 63 | suh | 67 | pria | lari pagi | 135 | 80 | 1540 |
| 64 | M | 65 | perempuan | sepedaan | 120 | 75 | 1740 |
| 65 | SU | 71 | perempuan | jalan pagi | 120 | 80 | 2160 |
| 66 | sam | 83 | pria | menyapu halaman | 130 | 90 | 840 |
| 67 | E | 65 | pria | jogging | 110 | 80 | 1560 |
| 68 | ENG | 69 | perempuan | jogging | 125 | 80 | 2520 |
| 69 | ER | 75 | perempuan | senam taichi | 120 | 80 | 1680 |
| 70 | Jul | 70 | perempuan | jalan pagi | 125 | 80 | 1900 |
| 71 | T | 79 | perempuan | senam | 120 | 80 | 1680 |
| 72 | N | 74 | perempuan | jalan pagi | 120 | 90 | 1740 |
| 73 | TIM | 68 | pria | sepedaan | 125 | 80 | 2100 |
| 74 | NH | 69 | pria | sepedaan | 120 | 80 | 1680 |
| 75 | AK | 62 | pria | jalan pagi | 130 | 90 | 960 |
| 76 | Rus | 62 | pria | jogging | 120 | 80 | 1480 |
| 77 | CK | 68 | perempuan | memasak | 120 | 80 | 1120 |
| 78 | Ti | 75 | pria | nonton tv | 140 | 90 | 360 |
| 79 | US | 68 | pria | main catur | 130 | 90 | 700 |
| 80 | H | 67 | pria | sepedaan | 120 | 80 | 1960 |
| 81 | RP | 76 | pria | jalan pagi | 130 | 90 | 960 |
| 82 | ENG | 65 | perempuan | merajut | 140 | 90 | 280 |
| 83 | SUN | 64 | pria | jalan pagi | 125 | 80 | 1540 |
| 84 | Tj | 63 | perempuan | nonton youtube | 145 | 100 | 120 |
| 85 | L J | 81 | pria | menyapu halaman | 130 | 90 | 960 |
| 86 | YU | 65 | perempuan | memasak | 130 | 90 | 720 |
| 87 | CL | 70 | perempuan | memasak | 120 | 80 | 780 |
| 88 | I | 65 | perempuan | nonton tv | 145 | 100 | 200 |
| 89 | E | 69 | pria | jogging | 130 | 90 | 1920 |

| | | | | | | | |
|-----|-----|----|-----------|----------------------------|-----|-----|------|
| 90 | LY | 70 | perempuan | nonton tv | 145 | 90 | 300 |
| 91 | Ra | 69 | Pria | membaca | 150 | 90 | 360 |
| 92 | Hy | 65 | pria | nonton tv memberi makan | 140 | 90 | 480 |
| 93 | Do | 73 | pria | ikan | 150 | 100 | 240 |
| 94 | Ni | 66 | pria | tenis meja | 140 | 90 | 400 |
| 95 | KAS | 67 | pria | jalan pagi | 130 | 90 | 1080 |
| 96 | RM | 74 | pria | sepedaan | 110 | 80 | 2240 |
| 97 | ROH | 77 | pria | jalan pagi | 110 | 80 | 2100 |
| 98 | B S | 72 | perempuan | jalan pagi | 120 | 80 | 1080 |
| 99 | Mul | 70 | pria | jalan pagi | 130 | 90 | 1440 |
| 100 | Sa | 60 | perempuan | memasak | 130 | 90 | 960 |
| 101 | Mul | 67 | perempuan | memasak | 130 | 90 | 1120 |
| 102 | sa | 65 | perempuan | jogging | 110 | 80 | 2880 |
| 103 | SN | 64 | pria | jogging | 120 | 80 | 1960 |
| 104 | Ruw | 64 | perempuan | jalan pagi | 125 | 80 | 1360 |
| 105 | Jy | 70 | perempuan | jalan pagi | 110 | 80 | 1540 |
| 106 | Ti | 64 | pria | nonton tv | 135 | 90 | 660 |
| 107 | saf | 67 | pria | sepedaan | 120 | 80 | 1800 |
| 108 | Ar | 74 | pria | jalan pagi | 130 | 90 | 920 |
| 109 | an | 62 | pria | jalan pagi | 120 | 80 | 1400 |
| 110 | Des | 64 | pria | jogging | 110 | 80 | 1960 |
| 111 | sut | 67 | pria | jalan pagi | 130 | 90 | 840 |
| 112 | te | 69 | pria | menyapu halaman | 135 | 90 | 720 |
| 113 | ro | 75 | perempuan | membaca | 130 | 90 | 860 |
| 114 | Ruh | 73 | pria | jalan pagi | 110 | 80 | 1400 |
| 115 | SF | 72 | pria | nonton tv | 130 | 90 | 880 |
| 116 | Nik | 62 | perempuan | lari pagi | 110 | 80 | 1720 |
| 117 | sal | 63 | pria | sepedaan | 120 | 80 | 1920 |
| 118 | de | 68 | pria | sepedaan | 110 | 80 | 1760 |
| 119 | EH | 62 | pria | jalan pagi | 110 | 80 | 1080 |
| 120 | RS | 64 | perempuan | berkebun membersihkan | 130 | 90 | 840 |
| 121 | SU | 72 | perempuan | rumah | 120 | 80 | 1680 |
| 122 | NUR | 69 | perempuan | memasak | 110 | 80 | 1540 |
| 123 | SA | 72 | perempuan | memasak | 125 | 80 | 1320 |
| 124 | ET | 66 | pria | jalan pagi | 110 | 80 | 1280 |
| 125 | ss | 67 | perempuan | jalan pagi | 120 | 85 | 1200 |
| 126 | z | 67 | perempuan | jogging | 120 | 80 | 2160 |
| 127 | E | 68 | perempuan | menjahit | 150 | 95 | 360 |

Lampiran V



Nomor : 02/UEU/Fisioterapi/EKS/I/2021
Perihal : Rekomendasi Penelitian Skripsi

Jakarta, 5 Januari 2021

Kepada Yth.,
Direktur HRD Rs Siloam Karawaci
di-
Tempat

Dengan hormat,

Dalam rangka penyusunan tugas akhir Program Studi Fisioterapi, Fakultas Fisioterapi Esa Unggul, maka setiap mahasiswa diwajibkan melakukan penelitian dalam bentuk skripsi.

Untuk itu kami mohon bantuan Bapak/Ibu untuk memberikan ijin bagi mahasiswa dibawah ini untuk diberikan ijin melakukan penelitian skripsi pada Tempat yang Bapak/Ibu Pimpin.

Adapun mahasiswa yang akan melakukan penelitian adalah:

| No | NIM | Nama | Judul |
|----|-------------|-------------------------------|--|
| 1 | 20190606081 | Yolanda Sembiring Kembaren | Hubungan Aktivitas Fisik dengan Hipertensi pada Lansia di Rumah Sakit Siloam Karawaci. |

Demikian atas perhatian Bapak/Ibu, kami ucapkan terima kasih.

FAKULTAS FISIOTERAPI
Universitas Esa Unggul



Wahyuddin, Sst.Ft., M.Sc., Ph.D
Dekan

Tembusan :

1. HRD Rs Siloam Karawaci



Lampiran VI



Lippo Village, 6 Januari 2021
No : 0004/SHLV-B/HIC/1/2021

Kepada Yth,
Dekan Fakultas Fisioterapi Universitas Esa Unggul
Wahyuddin, Sst.Ft., M.Sc., Ph.D
di Universitas Esa Unggul

Dengan hormat,

Menanggapi surat dari Universitas Esa Unggul dengan No. 02/UEU/Fisioterapi/TKSI/2021,
tentang permohonan ijin penelitian bagi mahasiswa Fakultas Fisioterapi Universitas Esa Unggul
di bawah ini:

| No | NIM | Nama Mahasiswa | Judul Penelitian |
|----|---------------|----------------------------|---|
| 1. | (20190606081) | Yolanda Sembiring Kembaren | Hubungan Aktivitas Fisik dengan Hipertensi pada Lansia di Rumah Sakit Siloam Karawaci |

Kami dari Siloam Hospitals Lippo Village Paviliun B memberikan ijin kepada mahasiswa tersebut untuk melaksanakan penelitian sesuai dengan waktu yang telah ditentukan.

Demikian surat balasan ini kami sampaikan, terimakasih atas kepercayaannya kepada rumah sakit kami untuk melaksanakan pengumpulan data penelitian bagi mahasiswa tersebut.

Hormat kami,

Jessica Novia
Human Capital Department Head

Siloam Hospitals Lippo Village
Jl. Siloam No. 6, Lippo Village 1600, Tangerang 15811
T: +62-21 8064-6900 F: +62-21 546-0921
www.siloamhospitals.com



Lampiran VII

Dokumentasi





ggul

ggul

Universitas
Esa U

ggul

ggul

Universitas
Esa U

ggul

Universitas
Esa Unggul

Universitas
Esa U