

LAMPIRAN



PROGRAM STUDI GIZI
FAKULTAS ILMU-ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS ESA UNGGUL
Jl. Arjuna Utara No. 9, Kebon Jeruk, Jakarta. 11510

--	--	--

Lampiran 1. Formulir *Informed Consent*

LEMBAR PERMOHONAN MENJADI RESPONDEN

Kepada,

Yth. Calon Responden

Di Tempat

Dengan hormat, saya yang bernama Sofhie Myra sebagai mahasiswi Prodi Ilmu Gizi Fakultas Ilmu – Ilmu Kesehatan Universitas Esa Unggul Jakarta, bermaksud melaksanakan penelitian mengenai **“Hubungan Asupan Protein Terhadap Kadar Kreatinin dan Tekanan Darah Pada Member *Fitness* di Osbond Gym Cempaka Putih”**.

Penelitian ini dilaksanakan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Ilmu Gizi Prodi S1 Ilmu Gizi Fakultas Ilmu – Ilmu Kesehatan Universitas Esa Unggul Jakarta. Penelitian ini akan dilakukan dengan prosedur penelitian sebagai berikut:

1. Responden yang bersedia akan diwawancarai oleh peneliti untuk menanyakan identitas responden berupa: nama, usia, jenis kelamin, nomor telepon, dan frekuensi latihan.
2. Responden akan diwawancara mengenai asupan protein responden selama 1 bulan terakhir menggunakan formulir *SQ-FFQ*.
3. Peneliti akan mengambil data kadar kreatinin dengan dilakukan pengambilan sampel darah sebanyak 3 – 5 ml oleh tenaga laboratorium yang datang ke Osbond Gym Cempaka Putih. Kemudian sample darah akan diteliti menggunakan Metode Kinetik dan alat *Automated Chemistry Analyzer* untuk di cek kadar kreatininnya.

4. Peneliti akan mengambil data nilai tekanan darah secara langsung di Osbond Gym Cempaka Putih dengan menggunakan alat *sphygmomanometer* digital. Berdasarkan prosedur diatas, penelitian tidak mengandung hal berbahaya yang dapat melukai responden. Penelitian ini membutuhkan 22 sampel untuk mendukung hasil penelitian yang signifikan.

Saya mengharapkan partisipasi saudara atas penelitian yang saya lakukan. Saya menjamin kerahasiaan dan identitas saudara. Informasi yang saudara berikan hanya semata – mata digunakan untuk pengembangan Ilmu Gizi dan tidak digunakan untuk maksud lain. Responden dapat menolak apabila tidak bersedia mengikuti penelitian dikarenakan partisipasi Bapak/Ibu sebagai responden bersifat sukarela.

Demikian lembar permohonan ini dibuat tanpa adanya paksaan dari pihak manapun. Saya ucapkan terima kasih. Bapak/ ibu/ saudara diberi kesempatan untuk menanyakan semua hal yang belum jelas sehubungan dengan penelitian ini. Bila sewaktu-waktu terjadi efek samping atau membutuhkan penjelasan lebih lanjut, Bapak/ ibu/ saudara dapat menghubungi Sofhie Myra dengan nomor telepon 088211567039. Terimakasih atas kesempatan yang Bapak/ ibu/ saudara diberikan kepada saya.

Hormat Saya,
Peneliti



PROGRAM STUDI GIZI
 FAKULTAS ILMU-ILMU KESEHATAN
 UNIVERSITAS ESA UNGGUL
 Jl. Arjuna Utara No. 9, Kebon Jeruk, Jakarta. 11510

--	--	--

LEMBAR PERSETUJUAN SEBAGAI RESPONDEN PENELITIAN

Saya yang bernama Sofhie Myra, mahasiswi Program Studi Ilmu Gizi Universitas Esa Unggul yang saat ini sedang melakukan pengambilan data untuk penelitian tentang **“Hubungan Asupan Protein Terhadap Kadar Kreatinin dan Tekanan Darah Pada Member *Fitness* di Osbond Gym Cempaka Putih”**. Oleh karena itu, saya mohon kesediaan waktu saudara/i untuk dilakukan pengambilan sampel darah sebanyak 3 – 5 ml oleh tenaga laboratorium profesional yaitu... serta mengisi kuesioner yang tersedia. Saya akan merahasiakan seluruh informasi yang saudara/i berikan.

Lembar Persetujuan:

Setelah saya menerima penjelasan mengenai penelitian **Hubungan Asupan Protein Terhadap Kadar Kreatinin dan Tekanan Darah Pada Member *Fitness* di Osbond Gym Cempaka Putih**”, maka saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama :

Usia :

Jenis Kelamin :

No. Telepon :

Saya menyatakan bersedia menjadi responden dan diwawancarai secara sukarela tanpa ada paksaan serta memberikan informasi yang apa adanya sesuai dengan yang diperlukan dalam penelitian ini.

Jakarta,

2023

Tanda Tangan Responden

Tanda Tangan Peneliti

(_____)

(Sofhie Myra)



PROGRAM STUDI GIZI
FAKULTAS ILMU-ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS ESA UNGGUL
 Jl. Arjuna Utara No. 9, Kebon Jeruk, Jakarta. 11510

--	--	--

Lampiran 2. Kuesioner Karakteristik Responden

Petunjuk: Beri tanda (✓) pada kotak yang tersedia sesuai dengan jawaban anda

KUESIONER KARAKTERISTIK RESPONDEN

Nama : _____

Usia : _____

No. Tlp : _____

Jenis Kelamin : Laki - Laki
 Perempuan

Berat Badan : _____ kg

Tinggi Badan : _____ cm

Jenis Latihan : _____

Frekuensi Latihan : 2 hari x 75 menit
 3 hari x 50 menit
 4 hari x 38 menit
 5 hari x 30 menit
 Lainnya _____

Lama menjalankan diet tinggi protein:

< 1 Tahun > 1 Tahun

Rata – Rata konsumsi protein: _____ gram/hari

Jakarta,

2023

Peneliti

Responden

(Sofhie Myra)

()

2	Whey Protein								
3	Gainer								
4	Lain-lain, sebutkan								
TOTAL									

Lampiran 4. Hasil Olah Data SPSS

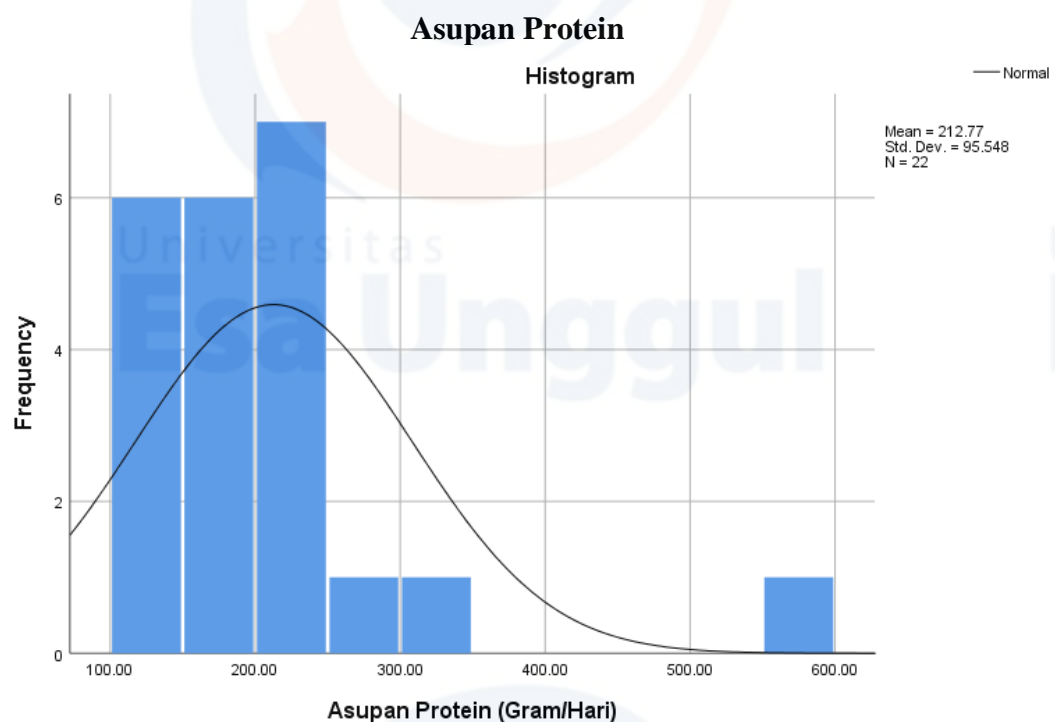
Karakteristik Responden

		Usia			Cumulative
		Frequency	Percent	Valid Percent	Percent
Valid	17-25	2	9.1	9.1	9.1
	26-35	9	40.9	40.9	50.0
	36-45	9	40.9	40.9	90.9
	46-55	2	9.1	9.1	100.0
	Total	22	100.0	100.0	

Lama Menjalankan Diet Tinggi Protein

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative
					Percent
Valid	> 1 Tahun	22	100.0	100.0	100.0

Uji Normalitas



Descriptives

		Statistic	Std. Error
Asupan Protein (Gram/Hari)	Mean	212.7736	20.37082
	Lower Bound	170.4102	

95% Confidence Interval for Mean	Upper Bound	255.1371	
5% Trimmed Mean		200.5032	
Median		194.3500	
Variance		9129.345	
Std. Deviation		95.54761	
Minimum		111.58	
Maximum		552.86	
Range		441.28	
Interquartile Range		97.94	
Skewness		2.301	.491
Kurtosis		7.220	.953

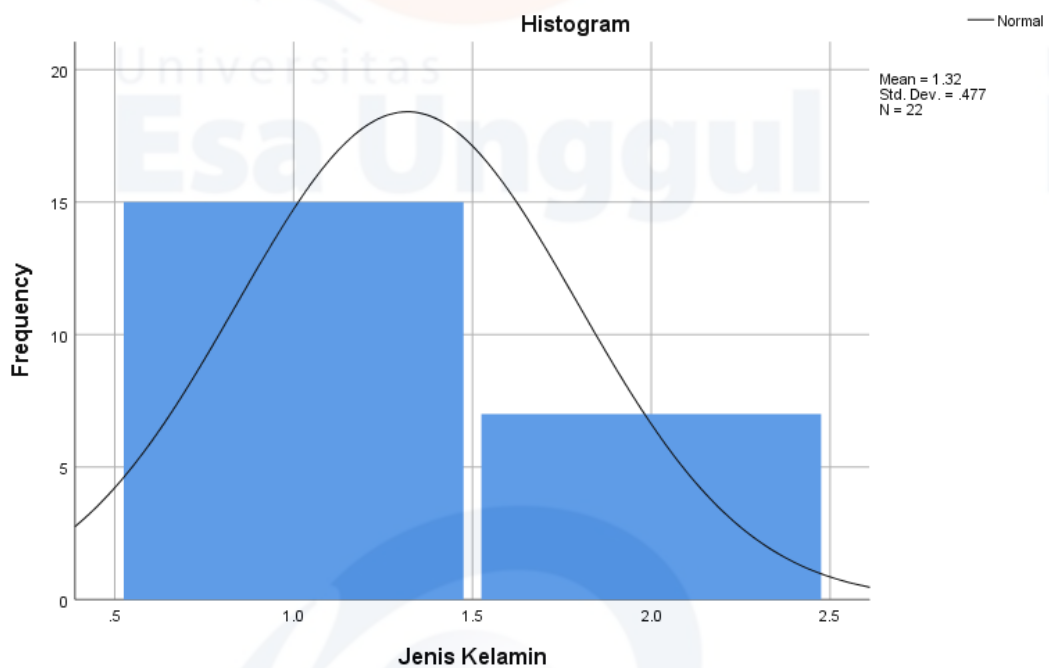
Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Asupan Protein (Gram/Hari)	.214	22	.010	.785	22	.000

a. Lilliefors Significance Correction

Jenis Kelamin

Histogram



Descriptives

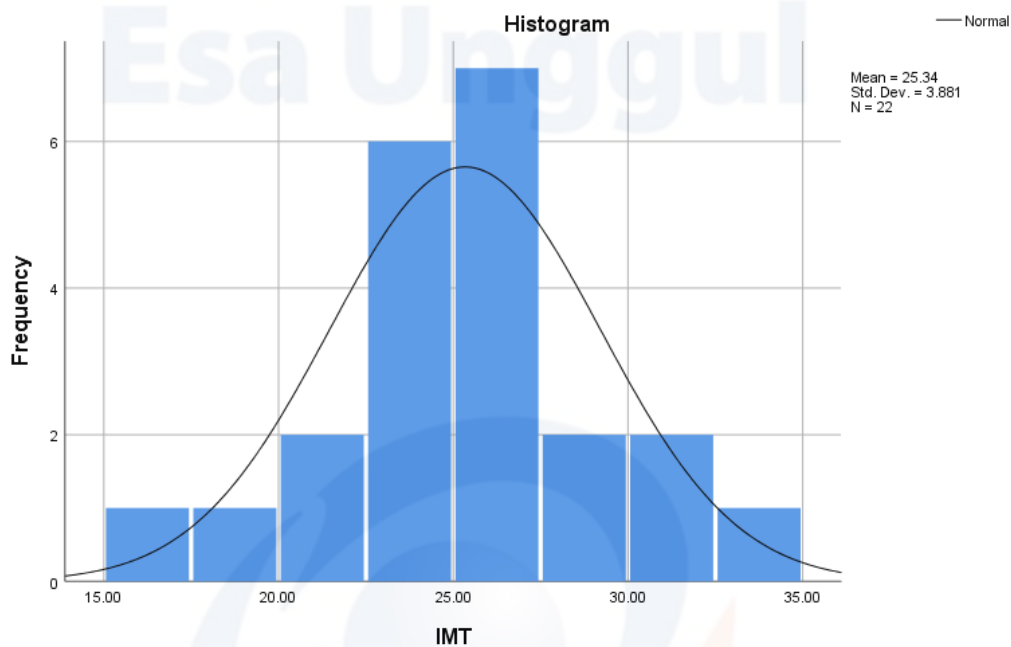
		Statistic	Std. Error	
Jenis Kelamin	Mean	1.32	.102	
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	1.11	
		Upper Bound	1.53	
	5% Trimmed Mean	1.30		
	Median	1.00		
	Variance	.227		
	Std. Deviation	.477		
	Minimum	1		
	Maximum	2		
	Range	1		
	Interquartile Range	1		
	Skewness	.839	.491	
	Kurtosis	-1.436	.953	

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Jenis Kelamin	.430	22	.000	.590	22	.000

a. Lilliefors Significance Correction

Indeks Massa Tubuh



Descriptives

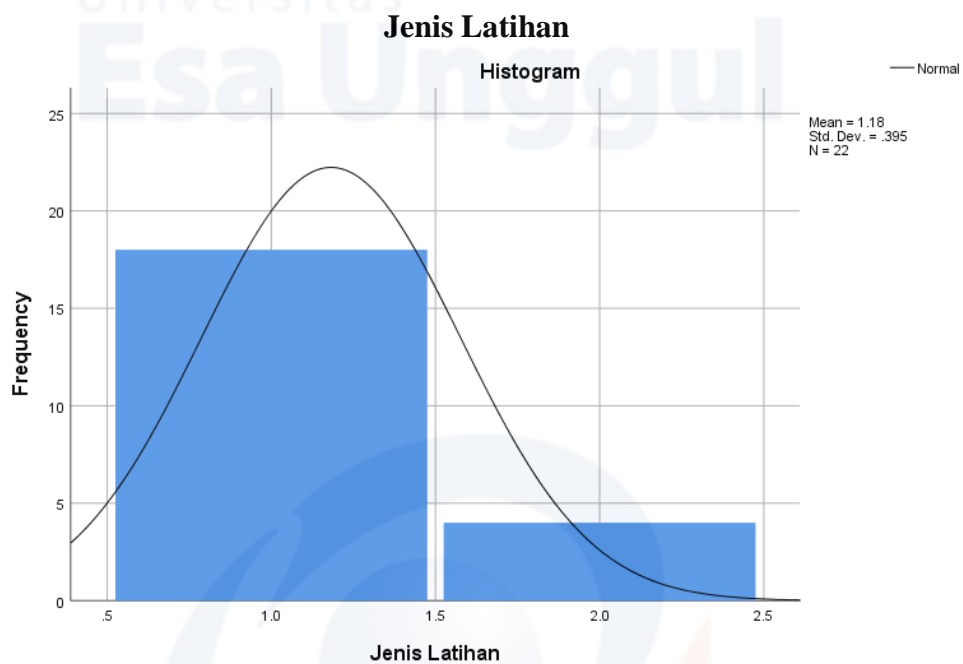
		Statistic	Std. Error	
IMT	Mean	25.3351	.82740	
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	23.6144	
		Upper Bound	27.0557	
	5% Trimmed Mean	25.3563		
	Median	25.2153		
	Variance	15.061		
	Std. Deviation	3.88084		
	Minimum	16.53		
	Maximum	33.62		
	Range	17.09		
	Interquartile Range	4.17		
	Skewness	.127	.491	
	Kurtosis	.769	.953	

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
IMT	.136	22	.200*	.972	22	.749

*. This is a lower bound of the true significance.

a. Lilliefors Significance Correction



Descriptives

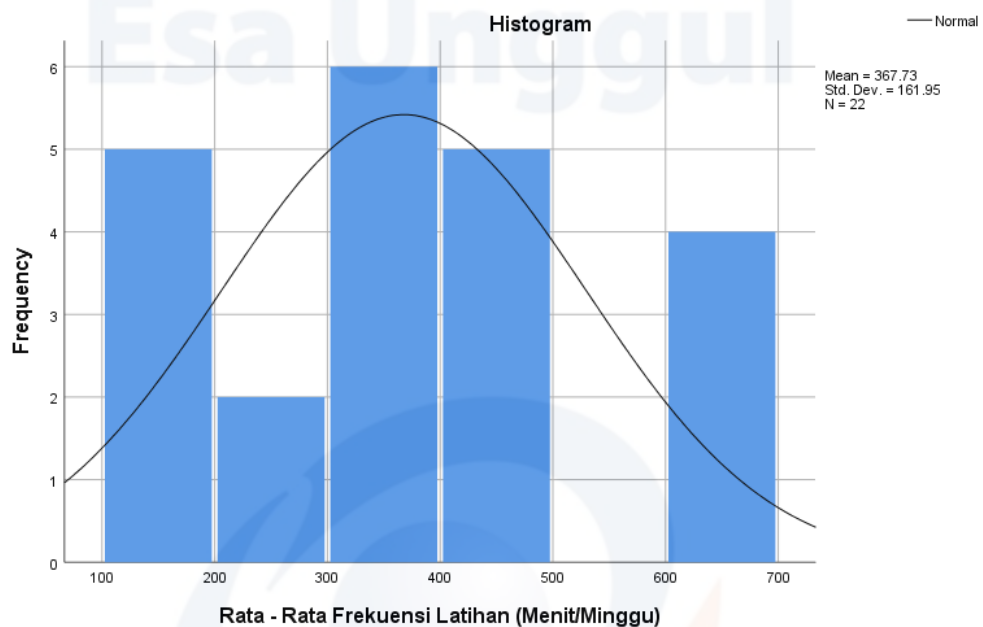
		Statistic	Std. Error	
Jenis Latihan	Mean	1.18	.084	
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	1.01	
		Upper Bound	1.36	
	5% Trimmed Mean	1.15		
	Median	1.00		
	Variance	.156		
	Std. Deviation	.395		
	Minimum	1		
	Maximum	2		
	Range	1		
	Interquartile Range	0		
	Skewness	1.773	.491	
	Kurtosis	1.250	.953	

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Jenis Latihan	.496	22	.000	.474	22	.000

a. Lilliefors Significance Correction

Rata – Rata Frekuensi Latihan



Descriptives

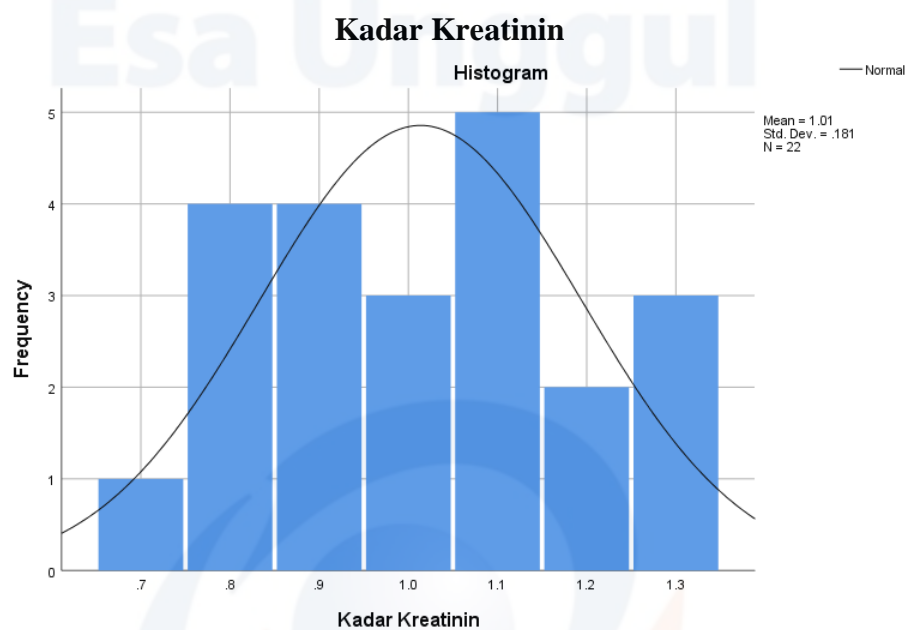
		Statistic	Std. Error
Rata - Rata Frekuensi Latihan (Menit/Minggu)	Mean	367.73	34.528
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	295.92
		Upper Bound	439.53
	5% Trimmed Mean	366.77	
	Median	360.00	
	Variance	26227.922	
	Std. Deviation	161.950	
	Minimum	120	
	Maximum	630	
	Range	510	
	Interquartile Range	225	
	Skewness	.238	.491
	Kurtosis	-.933	.953

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Rata - Rata Frekuensi Latihan (Menit/Minggu)	.124	22	.200*	.930	22	.122

*. This is a lower bound of the true significance.

a. Lilliefors Significance Correction



Descriptives

		Statistic	Std. Error	
Kadar Kreatinin	Mean	1.014	.0385	
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	.934	
		Upper Bound	1.094	
	5% Trimmed Mean	1.015		
	Median	1.000		
	Variance	.033		
	Std. Deviation	.1807		
	Minimum	.7		
	Maximum	1.3		
	Range	.6		
	Interquartile Range	.3		
	Skewness	.097	.491	
	Kurtosis	-1.013	.953	

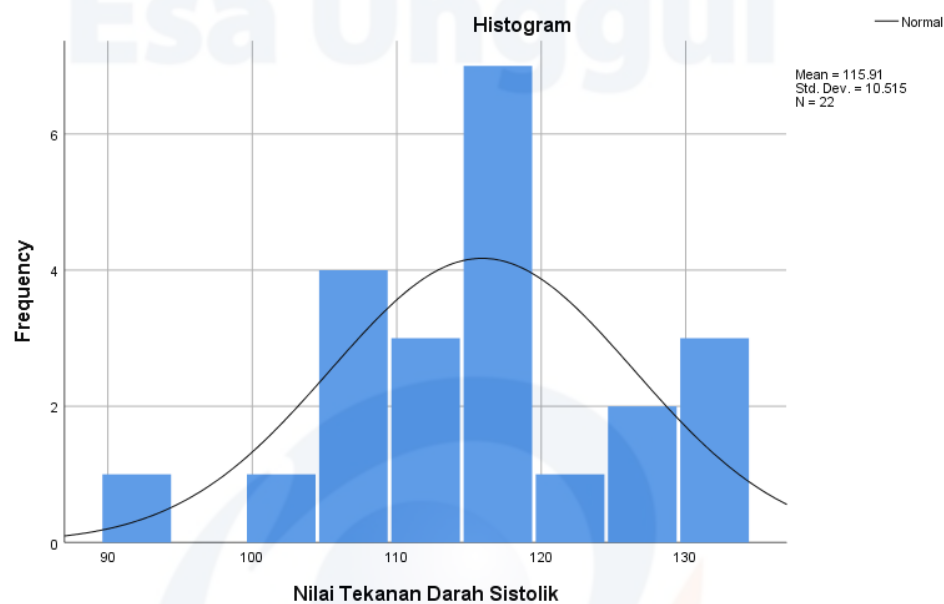
Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Kadar Kreatinin	.144	22	.200*	.939	22	.190

*. This is a lower bound of the true significance.

a. Lilliefors Significance Correction

Tekanan Darah Sistolik



Descriptives

		Statistic	Std. Error
Nilai Tekanan Darah Sistolik	Mean	115.91	2.242
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	111.25
		Upper Bound	120.57
	5% Trimmed Mean	116.18	
	Median	116.50	
	Variance	110.563	
	Std. Deviation	10.515	
	Minimum	92	
	Maximum	134	
	Range	42	
	Interquartile Range	14	
	Skewness	-.022	.491
	Kurtosis	-.001	.953

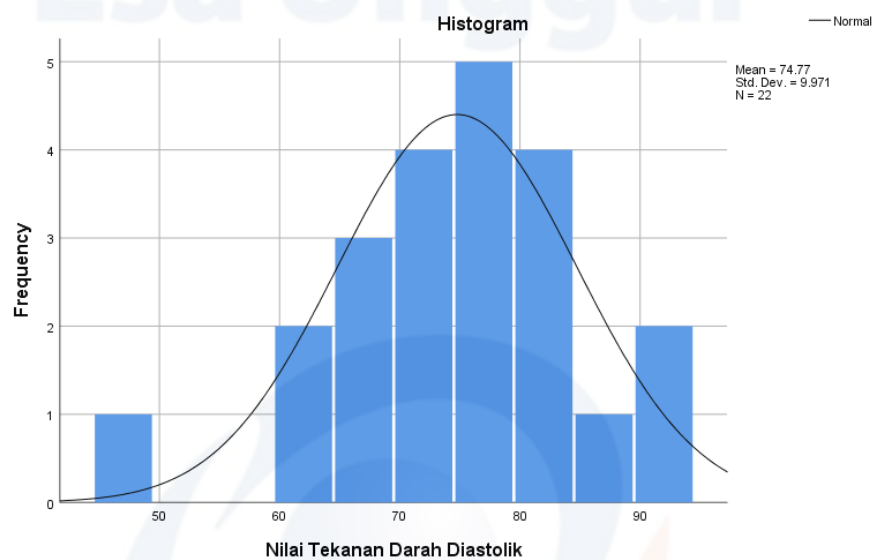
Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Nilai Tekanan Darah Sistolik	.121	22	.200*	.958	22	.447

*. This is a lower bound of the true significance.

a. Lilliefors Significance Correction

Tekanan Darah Diastolik



Descriptives

		Statistic	Std. Error
Nilai Tekanan Darah Diastolik	Mean	74.77	2.126
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	70.35
		Upper Bound	79.19
	5% Trimmed Mean	75.39	
	Median	76.00	
	Variance	99.422	
	Std. Deviation	9.971	
	Minimum	47	
	Maximum	90	
	Range	43	
	Interquartile Range	14	
	Skewness	-.814	.491
	Kurtosis	1.584	.953

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Nilai Tekanan Darah Diastolik	.111	22	.200*	.946	22	.262

*. This is a lower bound of the true significance.

a. Lilliefors Significance Correction

Analisis Univariat

Asupan Protein

	N	Minimum	Maximum	Mean	
	Statistic	Statistic	Statistic	Statistic	Std. Error
Asupan Protein (Gram/Hari)	22	111.58	552.86	212.7736	20.37082
Valid N (listwise)	22				

Jenis Kelamin

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Laki - Laki	15	68.2	68.2	68.2
	Perempuan	7	31.8	31.8	100.0
Total		22	100.0	100.0	

Indeks Massa Tubuh

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
IMT	22	16.53	33.62	25.3351	3.88084
Valid N (listwise)	22				

Jenis Latihan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Angkat Beban	18	81.8	81.8	81.8
	Cardio	4	18.2	18.2	100.0
	Total	22	100.0	100.0	

Rata – Rata Frekuensi Latihan

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Rata - Rata Frekuensi Latihan (Menit/Minggu)	22	120	630	367.73	161.950
Valid N (listwise)	22				

Kadar Kreatinin

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Kadar Kreatinin	22	.7	1.3	1.014	.1807
Valid N (listwise)	22				

Nilai Tekanan Darah Sistolik

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Nilai Tekanan Darah Sistolik	22	92	134	115.91	10.515
Valid N (listwise)	22				

Nilai Tekanan Darah Sistolik

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	<120	16	72.7	72.7	72.7
	120-139	6	27.3	27.3	100.0
	Total	22	100.0	100.0	

Nilai Tekanan Darah Diastolik

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Nilai Tekanan Darah Diastolik	22	47	90	74.77	9.971
Valid N (listwise)	22				

Nilai Tekanan Darah Diastolik

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	<80	15	68.2	68.2	68.2
	80-89	5	22.7	22.7	90.9
	90-99	2	9.1	9.1	100.0
	Total	22	100.0	100.0	

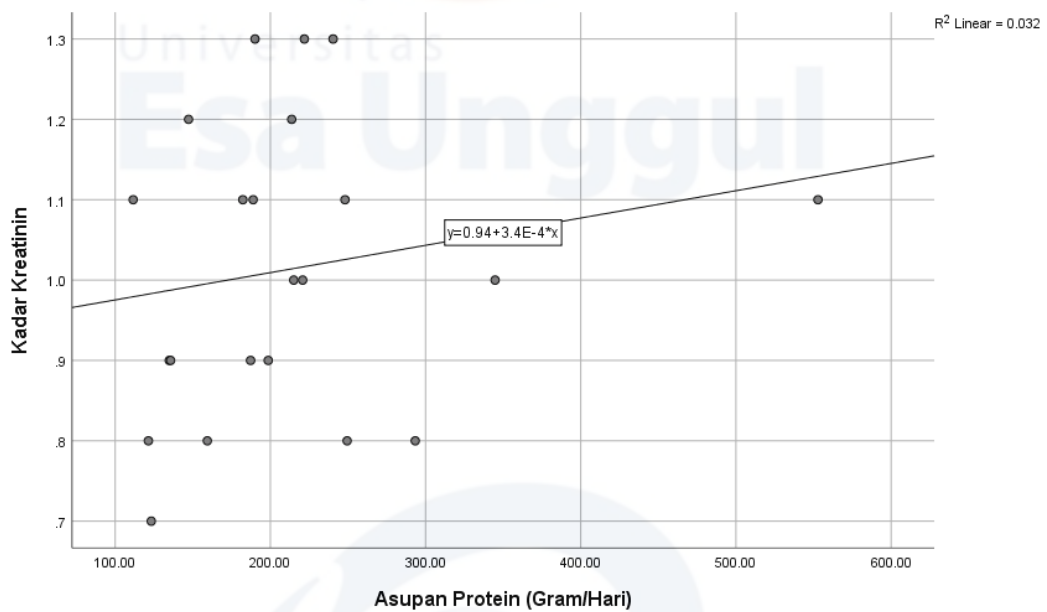
Analisis Bivariat

Hubungan Asupan Protein Terhadap Kadar Kreatinin

Correlations

		Asupan Protein (Gram/Hari)		Kadar Kreatinin
Spearman's rho	Asupan Protein (Gram/Hari)	Correlation Coefficient	1.000	.226
		Sig. (2-tailed)	.	.313
		N	22	22
	Kadar Kreatinin	Correlation Coefficient	.226	1.000
		Sig. (2-tailed)	.313	.
		N	22	22

*Spearman



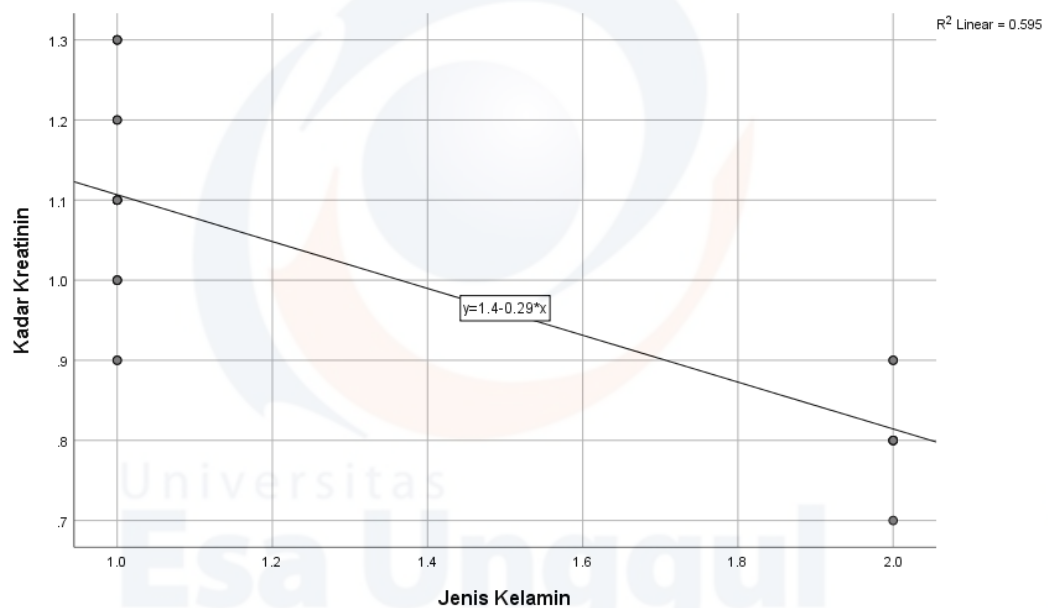
Hubungan Jenis Kelamin Terhadap Kadar Kreatinin

Correlations

		Jenis Kelamin	Kadar Kreatinin
Jenis Kelamin	Pearson Correlation	1	-.771**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	22	22
Kadar Kreatinin	Pearson Correlation	-.771**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	22	22

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

*Pearson

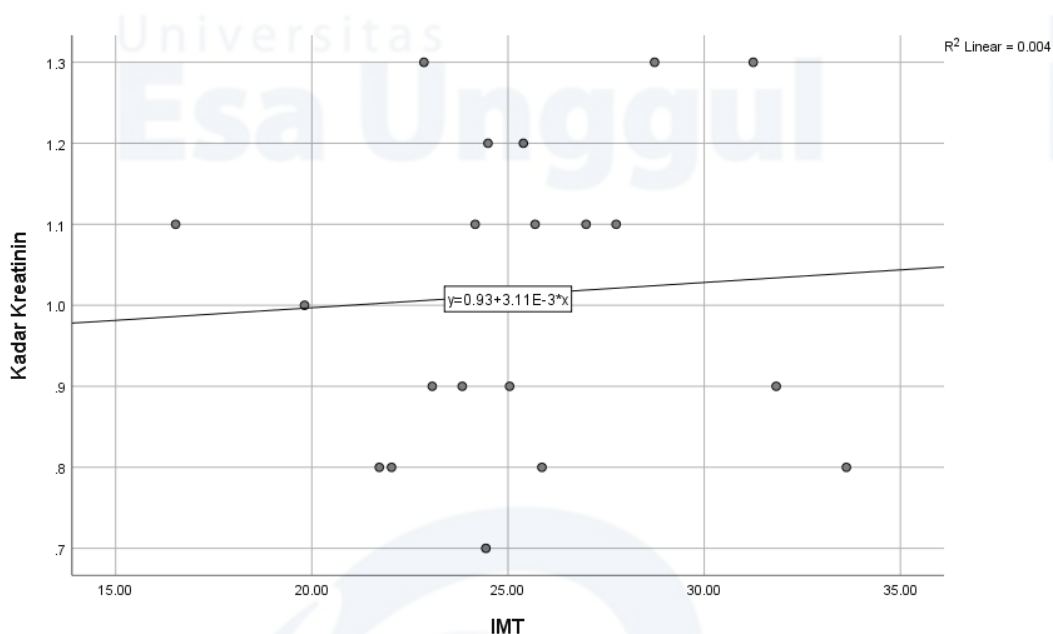


Hubungan Indeks Massa Tubuh Terhadap Kadar Kreatinin

Correlations

		IMT	Kadar Kreatinin
IMT	Pearson Correlation	1	.067
	Sig. (2-tailed)		.767
	N	22	22
Kadar Kreatinin	Pearson Correlation	.067	1
	Sig. (2-tailed)	.767	
	N	22	22

*Pearson

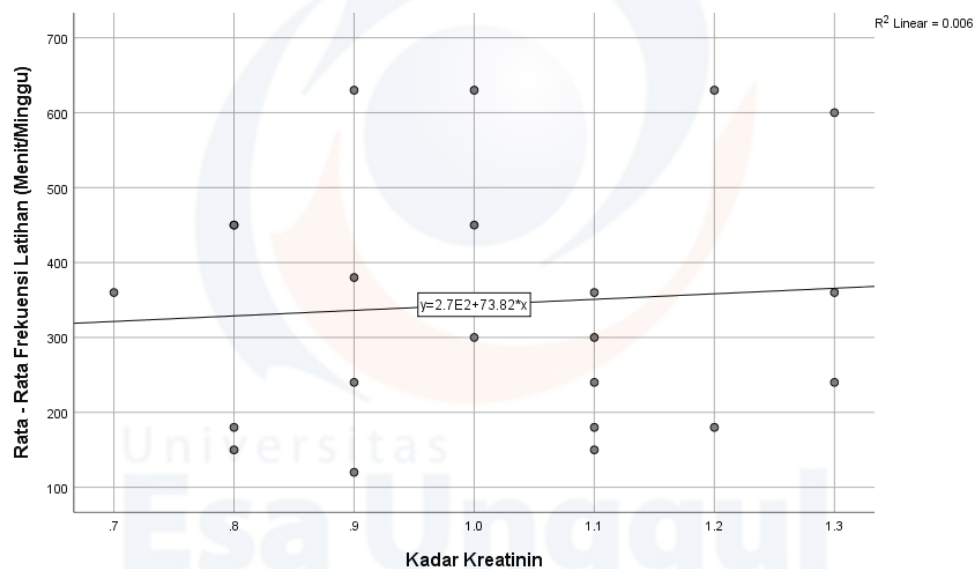
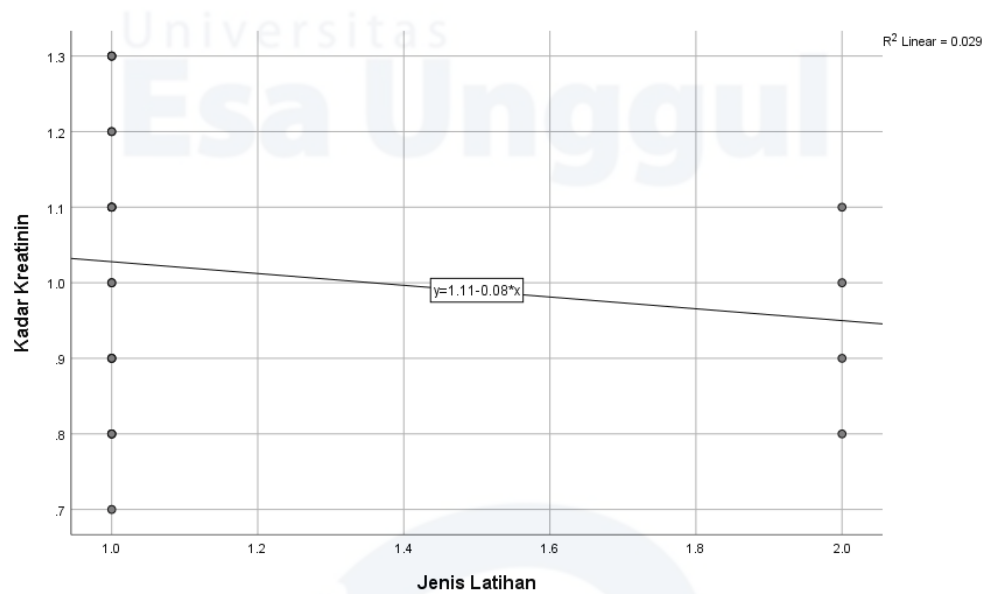


Hubungan Jenis Latihan dan Rata – Rata Frekuensi Latihan Terhadap Kadar Kreatinin

Correlations

	Jenis Latihan	Rata - Rata Frekuensi Latihan (Menit/Minggu)	Kadar Kreatinin
Spearman's rho	Correlation Coefficient	1.000	-.234
	Sig. (2-tailed)	.	.295
	N	22	22
Rata - Rata Frekuensi Latihan (Menit/Minggu)	Correlation Coefficient	-.234	1.000
	Sig. (2-tailed)	.295	.
	N	22	22
Kadar Kreatinin	Correlation Coefficient	-.170	.030
	Sig. (2-tailed)	.451	.896
	N	22	22

*Spearman

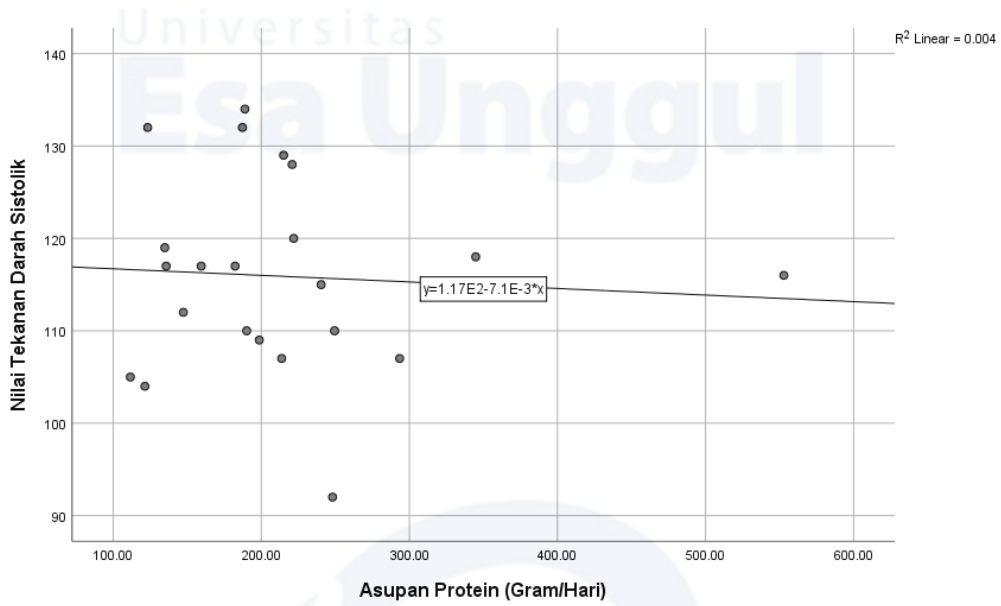


Hubungan Asupan Protein Terhadap Tekanan Darah

Correlations

		Asupan Protein (Gram/Hari)	Nilai Tekanan Darah Sistolik
Spearman's rho	Asupan Protein	1.000	-.068
	(Gram/Hari)	.	.764
		22	22
Nilai Tekanan Darah Sistolik	Correlation Coefficient	-.068	1.000
	Sig. (2-tailed)	.764	.
	N	22	22

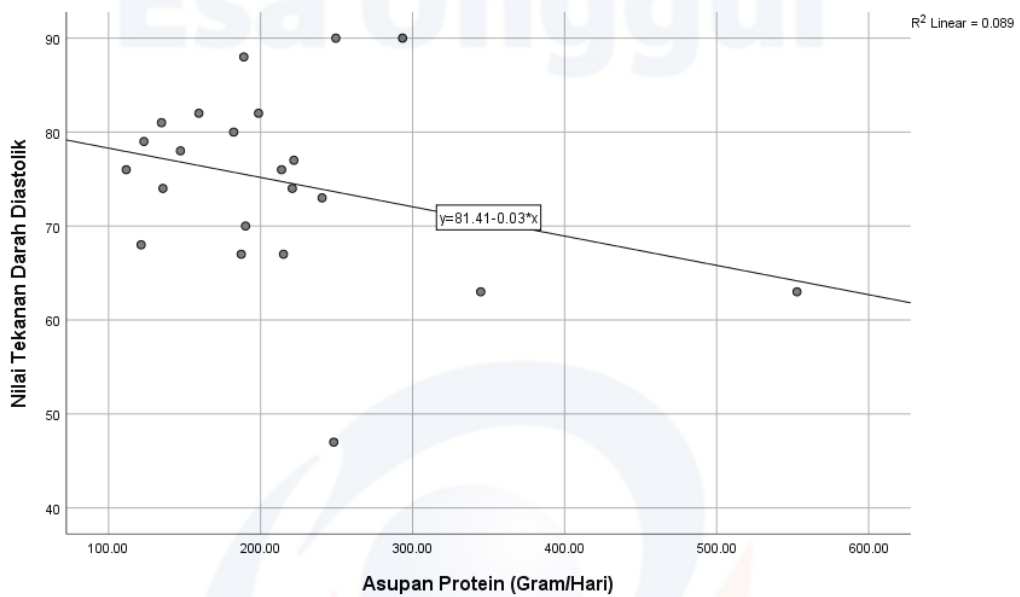
*Spearman



Correlations

		Asupan Protein (Gram/Hari)	Nilai Tekanan Darah Diastolik
Spearman's rho	Asupan Protein (Gram/Hari)	1.000	-.205
	Nilai Tekanan Darah Diastolik	-.205	1.000
	Correlation Coefficient		
	Sig. (2-tailed)		
	N	22	22
	Correlation Coefficient		
	Sig. (2-tailed)		
	N	22	22

*Spearman

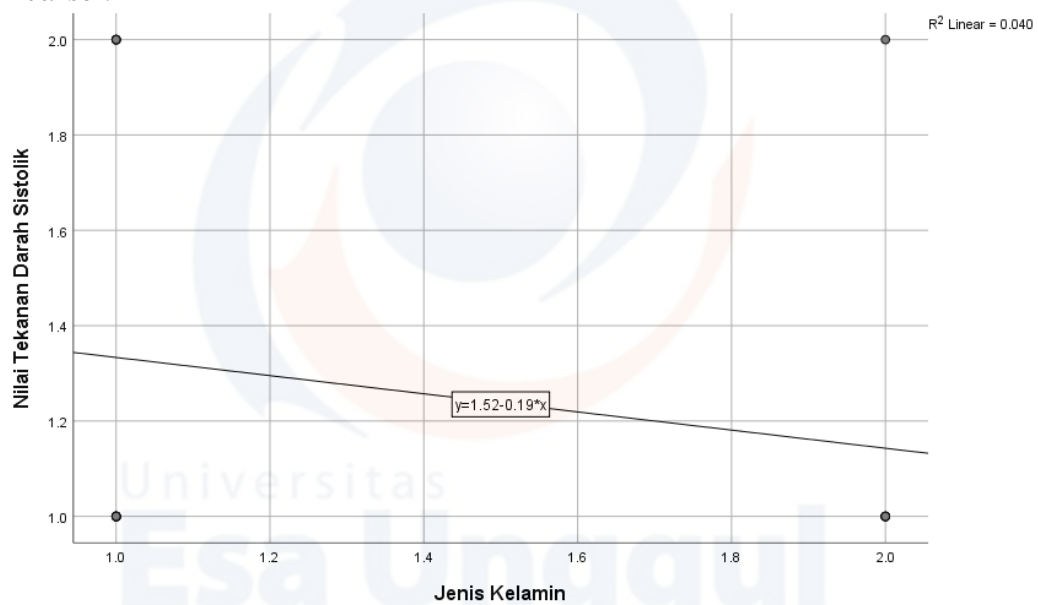


Hubungan Jenis Kelamin Terhadap Tekanan Darah

Correlations

		Jenis Kelamin	Nilai Tekanan Darah Sistolik
Jenis Kelamin	Pearson Correlation	1	-.199
	Sig. (2-tailed)		.374
	N	22	22
Nilai Tekanan Darah Sistolik	Pearson Correlation	-.199	1
	Sig. (2-tailed)	.374	
	N	22	22

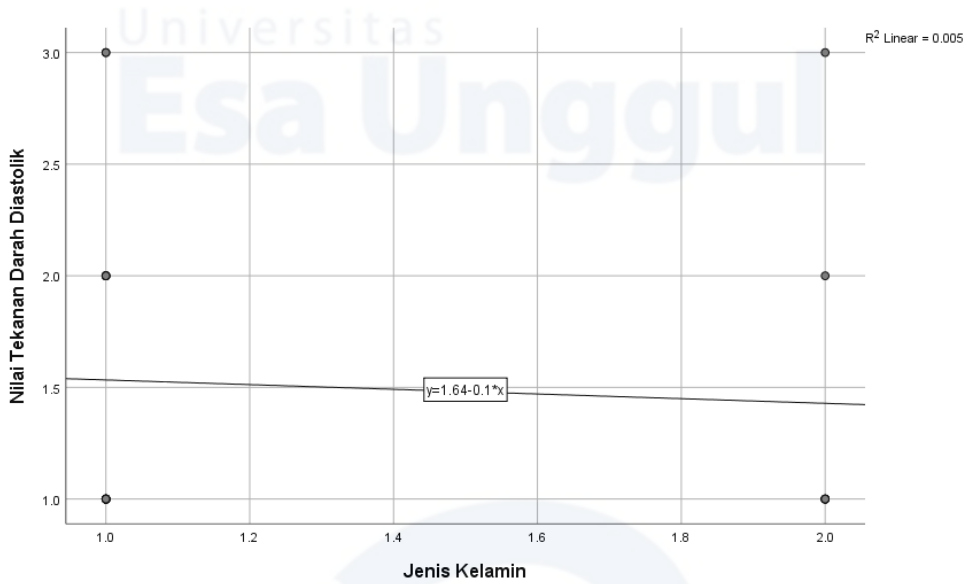
*Pearson



Correlations

		Jenis Kelamin	Nilai Tekanan Darah Diastolik
Jenis Kelamin	Pearson Correlation	1	-.067
	Sig. (2-tailed)		.765
	N	22	22
Nilai Tekanan Darah Diastolik	Pearson Correlation	-.067	1
	Sig. (2-tailed)	.765	
	N	22	22

*Pearson

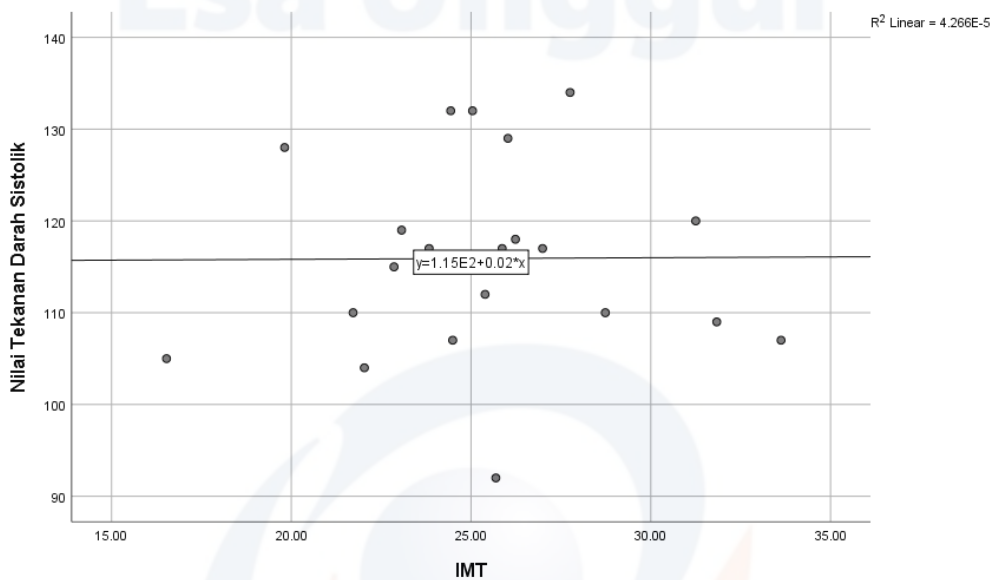


Hubungan Indeks Massa Tubuh Terhadap Tekanan Darah

Correlations

		IMT	Nilai Tekanan Darah Sistolik
IMT	Pearson Correlation	1	.007
	Sig. (2-tailed)		.977
	N	22	22
Nilai Tekanan Darah Sistolik	Pearson Correlation	.007	1
	Sig. (2-tailed)	.977	
	N	22	22

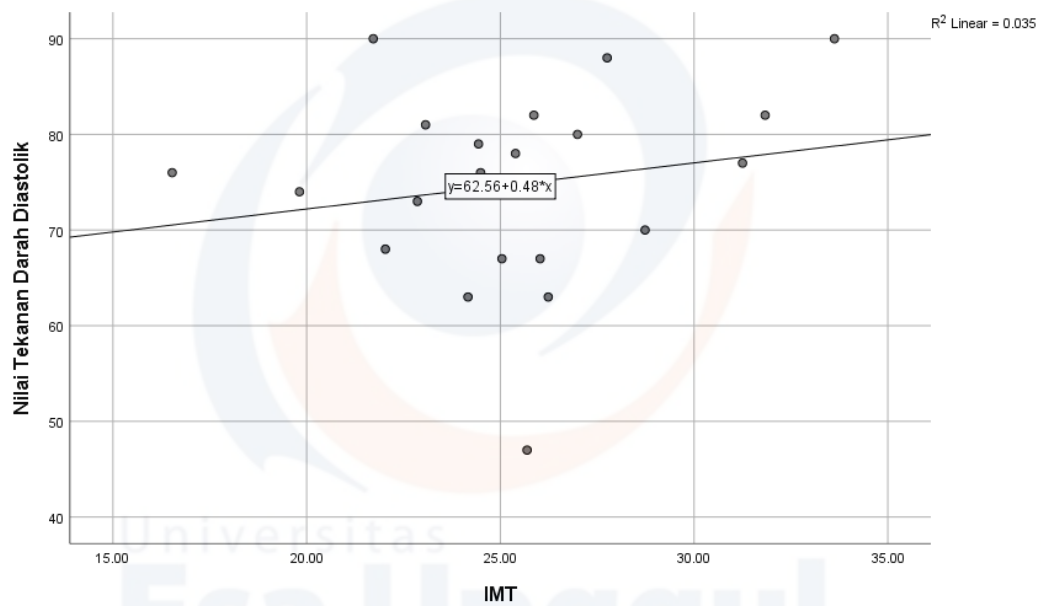
*Pearson



Correlations

		IMT	Nilai Tekanan Darah Diastolik
IMT	Pearson Correlation	1	.188
	Sig. (2-tailed)		.403
	N	22	22
Nilai Tekanan Darah Diastolik	Pearson Correlation	.188	1
	Sig. (2-tailed)	.403	
	N	22	22

*Pearson



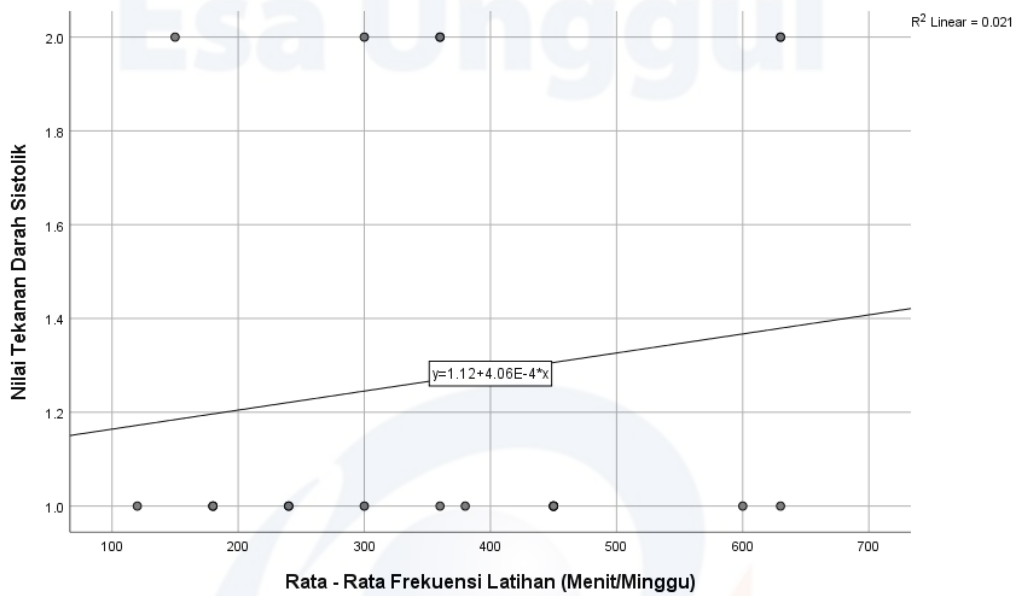
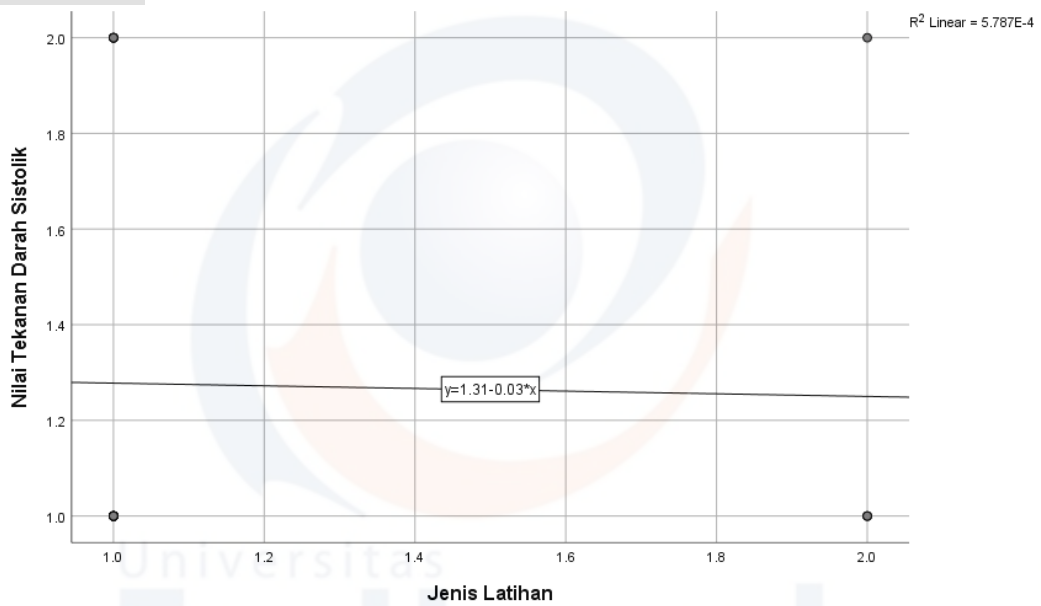
Hubungan Jenis Latihan dan Rata – Rata Frekuensi Latihan Terhadap Tekanan Darah

Correlations

		Jenis Latihan	Rata - Rata Frekuensi Latihan (Menit/Minggu)	Nilai Tekanan Darah Sistolik
Spearman's rho	Jenis Latihan	Correlation Coefficient	1.000	-.309
		Sig. (2-tailed)	.	.161
		N	22	22
				22

Rata - Rata	Correlation	-.309	1.000	.089
Frekuensi Latihan (Menit/Minggu)	Coefficient			
	Sig. (2-tailed)	.161	.	.693
	N	22	22	22
Nilai Tekanan Darah Sistolik	Correlation	-.024	.089	1.000
	Coefficient			
	Sig. (2-tailed)	.915	.693	.
	N	22	22	22

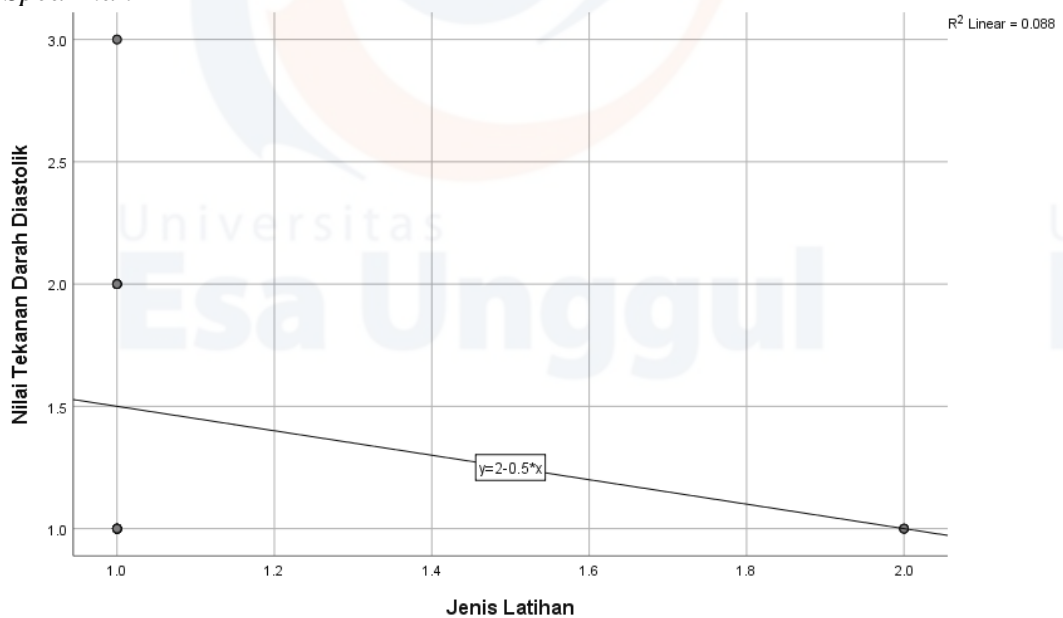
*Spearman

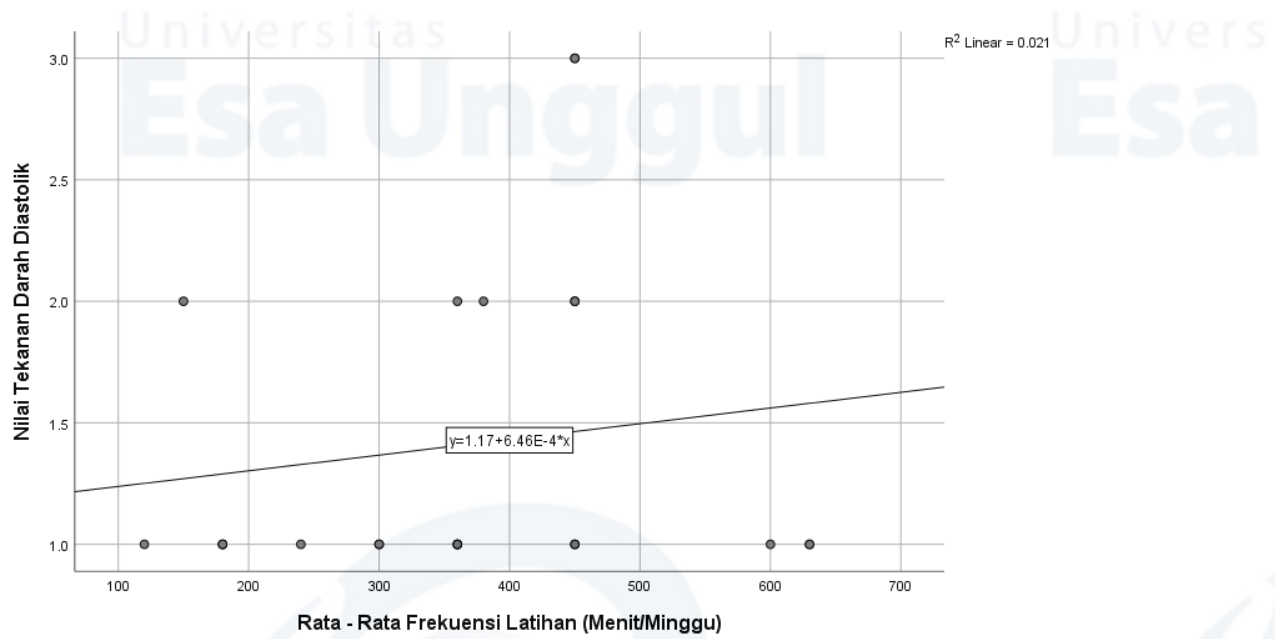


Correlations

	Jenis Latihan		Rata - Rata Frekuensi Latihan (Menit/Minggu)	Nilai Tekanan Darah Diastolik	
Spearman's rho	Jenis Latihan	Correlation Coefficient	1.000	-.320	
		Sig. (2-tailed)	.	.146	
		N	22	22	
	Rata - Rata Frekuensi Latihan (Menit/Minggu)	Correlation Coefficient	-.320	1.000	.203
		Sig. (2-tailed)	.146	.	.366
		N	22	22	22
	Nilai Tekanan Darah Diastolik	Correlation Coefficient	-.317	.203	1.000
		Sig. (2-tailed)	.150	.366	.
		N	22	22	22

*Spearman





Lampiran 5. Dokumentasi Penelitian

Hari Pertama – Rabu, 7 Juni 2023



Pengisian Kuesioner Karakteristik



Pengukuran IMT menggunakan BIA

Hari Kedua – Kamis, 8 Juni 2023



Pengukuran Kreatinin dan Tekanan Darah

Lampiran 6. *Ethical Approval*



**DEWAN PENEGAKAN KODE ETIK UNIVERSITAS ESA
UNGGUL KOMISI ETIK PENELITIAN**
Jl. Arjuna Utara No.9 Kebon Jeruk Jakarta Barat 11510
Telp. 021-5674223 email: dpke@esaunggul.ac.id

Nomor : 0923-07.038 /DPKE-KEP/FINAL-EA/UEU/VII/2023

KETERANGAN LOLOS KAJI ETIK **ETHICAL APPROVAL**

Komisi Etik Penelitian Universitas Esa Unggul dalam upaya melindungi hak asasi dan kesejahteraan subyek penelitian kesehatan, telah mengkaji dengan teliti protokol berjudul:

"HUBUNGAN ASUPAN PROTEIN TERHADAP KADAR KREATININ DAN TEKANAN DARAH PADA MEMBER FITNESS DI OSBOND GYM CEMPAKA PUTIH"

Peneliti Utama : Sofhie Myra
 Pembimbing : Dr. Mury Kuswari, S.Pd, M.Si dan Dessy Aryanti Utami, S.Gz, M.Sc
 Nama Institusi : Universitas Esa Unggul

dan telah menyetujui protokol tersebut di atas.

Jakarta, 8 Juli 2023

Plt. Ketua

Dr. CSP Wekadigunawan, DVM, MPH, PhD

* *Ethical approval* berlaku satu tahun dari tanggal persetujuan.

** Peneliti berkewajiban

1. Menjaga kerahasiaan identitas subyek penelitian
2. Memberitahukan status penelitian apabila:
 - a. Setelah masa berlakunya keterangan lolos kaji etik, penelitian masih belum selesai, dalam hal ini *ethical approval* harus diperpanjang
 - b. Penelitian berhenti di tengah jalan
3. Melaporkan kejadian serius yang tidak diinginkan (*serious adverse events*).
4. Peneliti tidak boleh melakukan tindakan apapun pada subyek sebelum penelitian lolos kaji etik dan *informed consent*.