

Lampiran I

SURAT PERNYATAAN KESEDIAAN MENGIKUTI PENELITIAN

Sehubungan dengan tugas penelitian berkaitan dengan tugas akhir program studi Strata 1 jurusan gizi UNIVERSITAS ESA UNGGUL Jakarta, maka saya selaku peneliti memohon Ibu dari kelurahan RW.02 untuk bersedia menjadi sampel penelitian. Penelitian yang akan dilakukan adalah mengenai *“Hubungan Asupan Natrium, Magnesium, Kalium dan Vitamin C dengan Tekanan Darah Pada Usia Produktif di Perumahan Pondok Gede Permai Bekasi”*, jika Ibu/Bapak bersedia silahkan mengisi format kesediaan mengikuti penelitian yang sudah disediakan.

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

1. Nama :
2. Umur :
3. Nomer Kontak :

Bersedia menjadi sampel dalam penelitian :

1. Nama : Stevia Budi Isnawanti
2. NIM : 201032095
3. Judul : *“Hubungan Asupan Natrium, Magnesium, Kalium dan Vitamin C dengan Tekanan Darah Pada Usia Produktif di Perumahan Pondok Gede Permai Bekasi”*,

Jakarta, Maret 2012

Lampiran II.

II. FORMULIR DATA RESPONDEN



**HUBUNGAN ASUPAN NATRIUM, KALIUM,
MAGNESIUM DAN VITAMIN C TERHADAP
TEKANAN DARAH PADA USIA PRODUKTIF DI
PERUSAHAAN X**

A. IDENTITAS RESPONDEN

1. Kode Responden : -
2. Nama Responden:
3. Umur : Tahun
4. Jenis Kelamin :
5. Tekanan Darah 1 : mmHg/dl
- Tekanan Darah 2 : mmHg/dl
- Tekanan Darah 3 : mmHg/dl

B. DATA ANTROPOMETRI

1. Berat Badan : Kg
2. Tinggi badan : Cm
3. IMT : Kg/m

Keterangan Status Gizi

Kurang : $<18,5$ Kg/m

Normal : $18,5-25$ Kg/m

Lebih : >25 Kg/m

LAMPIRAN III.

FORMULIR METODE RECALL 24 JAM

Tanggal :

Hari ke :

Kode sampel :

Nama :

Umur :

Waktu Makan	Nama Masakan	Bahan Makanan		
		Jenis	Banyaknya	
			URT	Gr
Pagi/ Jam				
Selingan/ Jam				

Siang/ Jam				
Selingan/ Jam				
Malam/ Jam				
Selingan/ Jam				

Lampiran IV

KUESIONER SKRIPSI

**“Hubungan Asupan Natrium, Kalium, Magnesium dan Vitamin C
Terhadap Tekanan Darah”**

Nama:

Umur:

Jenis Pekerjaan:

A. Isilah Kolom Dibawah Ini Beri Tanda (V)

1. Gejala Fisik

No	Ciri-ciri Gejala Fisik	Tidak Pernah	Kadang-kadang	Sering
1	Dada Sesak			
2	Nyeri Dada			
3	Gangguan pencernaan			
4	Sulit Bernafas			
5	Mual			
6	Kaku Otot Leher			
7	Rasa Sakit dan Nyeri			
8	Sakit Kepala			

9	Kambuhnya Alergi atau penyakit yg pernah diderita			
10	Diare/sembelit			
11	Perubahan Siklus haid			
12	Turun atau naiknya berat badan			
13	Problem tidur(susah tidur)			
14	Rasa lelah berlebihan			

2. Gejala Perilaku

No	Ciri-ciri Gejala Perilaku	Tidak Pernah	Kadang-kadang	Sering
1	Penurunan Performance Kerja			
2	Cenderung Coboh			
3	Lebih banyak minum dan meroko			
4	Makan terlalu banyak atau kehilangan nafsu makan			
5	Perubahan Pola tidur			
6	Kurang dapat mengatur waktu			
7	Terlalu sibuk untuk			

	bersantai			
8	Menarik diri dari keluarga dan teman			
9	Kehilangan gairah sexual			
10	Kurang pertimbangan			
11	Tidak mampu mengekspresikan perasaan			
12	Over Reaktif			

3. Gejala Emosi

No	Ciri-ciri Gejala Emosi	Tidak Pernah	Kadang-kadang	Sering
1	Gangguan mood (suasana hati)			
2	Perasaan cemas			
3	Perasaan tegang			
4	Rasa marah			
5	Rasa bersalah			
6	Rasa malu			
7	Tidak rasa antusias			
8	Cenderung sinis			
9	Tidak biasa Mengontrol perasaan			
10	Kurang konsentrasi			
11	Kurang Harga Diri			

Lampiran V

Data Sample

Nama	Umu r	Status Gizi (IMT)	Tekanan Sistolik	Tekanan Diastolik	Asupan Natrium (mg)	Asupan Kalium (mg)	Asupan Vitamin C (mg)	Asupan Magne sium	Frekue nsi Merok ok (/batan g per hari)	Frekue nsi Olahrg a (1-3 kali per mingg u)	Tingkata n Stres
yuni	26	24.00	100.00	75.00	129.65	738.00	9.70	136.00	.0	.0	68.00
midah	30	24.00	100.00	70.00	79.80	552.00	5.25	109.50	.0	.0	70.00
reno	30	25.00	85.00	75.00	54.45	350.90	4.05	83.40	.0	.0	61.00
yuni	30	17.30	100.00	80.00	129.65	738.00	9.70	136.70	.0	.0	62.00
meli	30	23.30	110.00	80.00	106.65	646.00	5.85	137.40	.0	.0	70.00
heryani	32	25.00	120.00	80.00	93.50	758.00	41.50	117.80	.0	.0	61.00
lena	25	19.40	110.00	80.00	90.75	799.60	12.00	114.50	.0	.0	81.00
wenny	25	19.50	100.00	70.00	165.00	1416.00	165.00	217.00	.0	.0	62.00
maya	35	24.40	120.00	100.00	163.10	1010.95	37.30	151.95	.0	.0	79.00
cut	21	24.00	100.00	80.00	738.15	818.50	3.95	186.40	.0	.0	48.00
kikin	20	19.00	95.00	75.00	173.10	347.40	.0	74.55	.0	.0	74.00
popi	28	28.80	120.00	80.00	90.00	478.50	.35	122.00	.0	.0	83.00
rianti	26	19.00	110.00	75.00	879.15	1094.00	84.00	196.25	.0	.0	52.00
diah	27	24.20	120.00	90.00	300.90	1492.00	70.85	230.50	.0	.0	70.00
lilis	20	18.20	85.00	70.00	39.55	276.95	.10	106.90	.0	.0	76.00
resti	24	19.60	90.00	70.00	228.05	943.00	10.45	149.25	.0	.0	60.00

agis	22	22.40	110.00	90.00	41.25	442.50	.75	94.50	.0	.0	63.00
firman	25	19.75	100.00	80.00	41.25	442.50	.75	94.50	12.00	.0	80.00
saefi	47	16.00	80.00	70.00	385.00	482.00	.25	162.75	.0	.0	66.00
lia	26	26.00	90.00	60.00	43.40	329.40	4.00	77.55	.0	.0	48.00
heru	39	22.70	140.00	150.00	349.00	979.00	.0	187.00	.0	.0	43.00
suprapti	44	26.00	90.00	60.00	73.70	871.85	16.95	116.25	.0	.0	56.00
iyang	52	24.90	110.00	80.00	400.00	1335.00	.0	223.00	12.00	.0	80.00
aziz	49	24.40	110.00	80.00	75.00	368.50	178.00	85.10	12.00	.0	68.00
cucu	46	30.00	150.00	100.00	565.50	672.20	.0	139.70	.0	.0	74.00
hasan	56	23.50	140.00	100.00	898.00	1726.00	52.25	225.65	12.00	.0	62.00
iwan	44	26.00	120.00	80.00	392.50	629.65	1.20	157.61	12.00	.0	55.00
rian	26	18.00	110.00	90.00	142.95	1378.00	180.40	177.50	12.00	.0	58.00
mukhtar	48	25.70	145.00	110.00	79.25	761.50	11.50	139.15	.0	.0	41.00
yunus	54	27.00	120.00	90.00	33.40	1091.00	24.10	166.00	.0	.0	42.00
zulkifli	49	30.80	130.00	90.00	172.50	1278.00	.0	297.00	.0	1.00	45.00
ilma	46	33.00	95.00	75.00	112.00	664.50	38.50	121.20	.0	1.00	64.00
syamsul	56	33.30	140.00	100.00	120.10	1019.90	14.45	187.80	12.00	1.00	38.00
elly	56	27.30	110.00	90.00	118.00	1119.00	22.55	153.00	.0	.0	54.00
unung	40	28.40	120.00	90.00	294.50	782.50	35.30	172.65	.0	.0	61.00
dika	25	24.00	95.00	60.00	129.60	645.00	34.10	136.00	12.00	1.00	46.00
utiyah	46	16.00	130.00	90.00	159.45	973.90	37.95	145.35	.0	.0	52.00
tris	54	22.98	130.00	80.00	64.45	655.50	14.10	135.90	12.00	1.00	43.00
waluyo	63	22.00	140.00	100.00	528.50	1743.00	23.75	168.50	.0	1.00	58.00
rizki	24	19.00	90.00	75.00	141.80	907.50	46.65	145.85	.0	2.00	53.00

yuni	24	20.00	95.00	75.00	301.65	583.40	4.50	93.50	.0	.0	73.00
saputro	22	23.70	110.00	90.00	180.70	942.50	14.50	141.80	12.00	.0	51.00
fahri	27	20.00	110.00	90.00	403.95	2112.50	102.85	216.50	12.00	.0	76.00
supri	55	23.00	140.00	100.00	619.30	975.30	9.00	196.90	15.00	1.00	65.00
mirwan	50	22.00	140.00	90.00	97.65	833.50	6.25	169.50	17.00	.0	74.00
maman	20	20.00	130.00	70.00	444.15	887.50	8.15	233.25	12.00	.0	65.00
arif	23	25.00	130.00	90.00	95.70	804.85	8.70	182.45	18.00	.0	73.00
reza	33	17.30	110.00	80.00	158.85	655.25	22.40	102.15	.0	.0	65.00
sonita	30	23.00	110.00	80.00	84.70	1201.00	31.45	171.30	.0	.0	65.00
yosi	28	19.00	90.00	75.00	466.80	1700.75	20.70	265.40	.0	.0	73.00
aminah	36	20.00	110.00	80.00	264.40	780.50	8.60	162.00	.0	0	57.00
pujiatun	54	24.00	130.00	100.00	158.85	888.85	9.90	155.50	.0	0	47.00