

## Lampiran 1. Jadwal Kegiatan Penelitian

### Jadwal Kegiatan Penelitian

No.	Kegiatan	Februari	Maret	April	Mei	Juni	Juli	Januari	Februari	Maret	April	Mei	Juni
1	Penyusunan proposal	√	√	√	√								
2	Seminar proposal					√							
3	Revisi proposal					√	√						
4	Pengajuan etik penelitian							√					
5	Pelaksanaan penelitian							√	√	√			
6	Penyusunan skripsi										√	√	√
7	Seminar skripsi												√
8	Revisi skripsi												√

## Lampiran 2. Rincian Anggaran Kebutuhan

### RINCIAN KEBUTUHAN ANGGARAN

Biaya Penelitian Rumah Sakit	: Rp. 565.000,00
Pengajuan Etik Penelitian	: Rp. 230.000,00
Booklet	: Rp. 520.000,00
Fotocopy	: Rp. 97.500,00
( <i>Form food recall 24 jam, form pre dan post test, inform consent, form karakteristik pasien, dan kuesioner kualitas hidup</i> )	
Print Proposal	: Rp. 50.000,00
Print Skripsi	: Rp. 80.000,00
<b>Total</b>	<b>: Rp 1.542.500,00</b>

### **Lampiran 3. Lembar Penjelasan Untuk Mengikuti Penelitian**

#### **Penjelasan Untuk Mengikuti Penelitian (PSP)**

1. Saya adalah Wilda Rahmadhanty Akhlis Jurusan Gizi dengan ini meminta anda untuk berpartisipasi dengan sukarela dalam penelitian yang berjudul “Edukasi Gizi terhadap Tingkat Pengetahuan, Tingkat Konsumsi (Energi, Protein, dan Vitamin C), Kadar Hemoglobin dan Leukosit, serta Kualitas Hidup pada Pasien Kanker Payudara Rawat Jalan dengan Kemoterapi di RSUD Dr. Saiful Anwar Malang.”
2. Tujuan dari penelitian ini adalah mengetahui pengaruh edukasi gizi terhadap tingkat pengetahuan, tingkat pengetahuan dengan tingkat konsumsi (energi, protein, dan vitamin C), tingkat konsumsi (energi, protein, dan vitamin C) dengan kadar hemoglobin dan leukosit, serta kualitas hidup pada pasien kanker payudara rawat jalan dengan kemoterapi di RSUD Dr. Saiful Anwar Malang yang dapat memberi manfaat berupa tambahan pengetahuan bagi pasien kanker payudara sehingga pasien dapat mengatasi masalah gizi yang terjadi. Penelitian ini akan berlangsung selama 1 bulan dan sampel berupa pasien kanker payudara dengan kemoterapi rawat jalan di RSUD Dr. Saiful Anwar Malang yang akan diambil dengan cara purposive sampling.
3. Prosedur pengambilan sample dengan cara wawancara dan pengisian kuesioner. Cara ini mungkin menyebabkan ketidaknyamanan yaitu pasien masih harus diberikan beberapa pertanyaan dan mengganggu waktu pasien tetapi anda tidak perlu kuatir karena tidak ada unsur paksaan sedikitpun.
4. Keuntungan yang anda peroleh dalam keikutsertaan anda adalah mendapatkan pengetahuan mengenai tujuan pemberian diet, bahan makanan yang dianjurkan dan dihindari, cara pengolahan bahan makanan, pedoman mengatasi masalah makan akibat kemoterapi, contoh menu sehat yang dianjurkan dan aktivitas fisik yang dianjurkan.
5. Seandainya anda tidak menyetujui cara ini maka anda dapat memilih cara lain yaitu anda diperkenankan mengundurkan diri atau anda boleh tidak mengikuti penelitian ini sama sekali, dan tidak akan mempengaruhi pelayanan rumah sakit terhadap anda

6. Nama dan jati diri anda akan tetap dirahasiakan. Nama dan seluruh identitas anda akan kami ganti dengan kode pada saat penyajian data.
7. Keputusan ini dibuat pasien setelah menerima penjelasan dari peneliti.
8. Peneliti akan memberikan souvenir berupa booklet tentang kanker payudara sebagai tanda terima kasih kepada subjek.
9. Biaya pemeriksaan tambahan ditanggung oleh peneliti.

PENELITI

(WILDA RAHMADHANTY AKHLIS)

**Lampiran 4. Formulir pernyataan ketersediaan menjadi responden  
(informed consent)**

**Persetujuan Menjadi Subjek Penelitian (Informed Consent)**

Saya yang bertanda tangan dibawah ini menyatakan bahwa:

1. Saya telah mengerti tentang apa yang tercantum dalam lembar penjelasan diatas dan telah dijelaskan oleh peneliti
2. Dengan ini saya menyatakan bahwa secara sukarela bersedia / ~~tidak bersedia~~\*) untuk ikut serta menjadi salah satu subjek penelitian yang berjudul "Edukasi Gizi terhadap Tingkat Pengetahuan, Tingkat Konsumsi (Energi, Protein, dan Vitamin C), Kadar Hemoglobin dan Leukosit, serta Kualitas Hidup pada Pasien Kanker Payudara Rawat Jalan dengan Kemoterapi di RSUD Dr. Saiful Anwar Malang."

Malang, 3 Februari 2020

Peneliti

Saksi 1

Yang membuat pernyataan



(Wilda Rahmadhanly Akhlis) (.....)

(Suliani) (.....)

NIM. 1603410032

Saksi 2

(.....)

\*) Coret salah satu

## Lampiran 5. Formulir Data Karakteristik Pasien

**Judul Penelitian**  
**Edukasi Gizi Terhadap Tingkat Pengetahuan, Tingkat Konsumsi**  
**(Energi, Protein, dan Vitamin C), Kadar Hemoglobin dan Leukosit, serta**  
**Kualitas Hidup pada Pasien Kanker Payudara Rawat Jalan**  
**dengan Kemoterapi di RSUD Dr. Saiful Anwar Malang**

I. Identitas Pasien	
Nama Pasien	Suliani
Usia	.46. Tahun
Alamat/ No. Telp	Wendit / 085246427649
Pekerjaan	1. PNS 2. TNI/Polri 3. Pegawai Swasta 4. Pedagang 5. Petani 6. Wiraswasta ⑦ Ibu Rumah Tangga 7. Lainnya, .....
Pendidikan	1. SD sederajat ② SMP sederajat 3. SMA sederajat 4. Diploma 5. Sarjana 6. Lainnya, .....
II. Data Antropometri*)	
Berat badan .50. kg	Tinggi badan .155. Cm
IMT ...20.81..... kg/m <sup>2</sup>	Keterangan IMT Normal.
III. Data Biokimia*)	
Kadar Hemoglobin	Kadar Leukosit
I. ....13.6..... g/dL	I. ....4950..... sel/mm
II. ....13.4..... g/dL	II. ....4430..... sel/mm

Keterangan: \*) Diisi oleh peneliti

## Lampiran 6. Formulir *Food Recall 24 jam*

### Formulir Food Recall 24 Jam

Kode : ..... Recall ke : (1) / 2  
 Nama Responden : Suliani  
 Umur : 46

Waktu Makan	Nama Masakan	Bahan Makanan		
		Jenis	Jumlah	
			URT	Gram
Pagi	Nasi putih	Nasi	2 ctg	
	Telur bali	Telur ayam	1 btr	
		Minyak	1 sdt	
	Teh manis	Gula pasir	2 sdt	
Snack	Sayur bening kelor	Kelor	4 inus/ 1 mangkok kcl	
Siang	Nasi putih	Nasi	2 ctg	
	Tempe rebus	Tempe	1 ptg	
	Sayur bening kelor	Kelor	3 inus	
Snack	Roti isi coklat	Roti	1/4 bks	
Malam				
Snack	Pisang kepek		1 bh	

## Lampiran 7. Lembar Kuesioner Pengetahuan Pre test dan Post test

### PRE & POST TEST

Nama : 1 / 2

#### Petunjuk Pengisian :

Jawablah semua pertanyaan yang ada sesuai dengan petunjuk. Berilah tanda silang (X) pada salah satu jawaban yang saudara anggap benar!

1. Menurut saudara, yang merupakan penyebab terjadinya kanker payudara adalah....
  - a. **Diet yang tidak sehat/tidak seimbang**
  - b. Sering berolahraga
  - c. Sering mengonsumsi sayur dan buah
  - d. Tidak mengonsumsi alkohol
2. Menurut saudara, yang merupakan efek dari kemoterapi adalah....
  - a. **Mual, muntah dan kembung**
  - b. Nafsu makan meningkat
  - c. Mudah menelan makanan
  - d. Berat badan bertambah secara cepat
3. Pemberian makanan di rumah secara baik dan benar dapat membantu....
  - a. Mengurangi nafsu makan
  - b. Mempercepat penurunan berat badan
  - c. Saudara merasa kenyang
  - d. **Mengurangi rasa mual dan muntah**
4. Bagaimana cara saudara untuk meningkatkan nafsu makan?
  - a. Makan dalam porsi yang besar
  - b. Minum dahulu sebelum makan
  - c. Makan makanan yang berlemak dan manis
  - d. **Makan makanan lembut, dingin atau beku**
5. Bagaimana cara saudara mengurangi rasa mual atau muntah?
  - a. Makan makanan dengan aroma yang merangsang
  - b. Makan makanan tinggi lemak dan terlalu manis
  - c. Makan dan minum dengan cepat atau terburu buru
  - d. **Makan dalam porsi kecil dan sering**



6. Olahan makanan yang dapat mengurangi rasa mual dan meningkatkan nafsu makan saudara adalah....
- a. Sarden  
b. **Es krim buah**  
c. Kernet  
d. Sosis panggang
7. Salah satu makanan yang dapat mengurangi rasa mual dan muntah saudara adalah...
- a. **Makanan kering**  
b. Gulai kambing  
c. Susu segar  
d. Es teh
8. Salah satu olahan makanan yang dapat saudara makan saat saudara kesulitan mengunyah atau menelan adalah....
- a. Nasi merah  
b. Roti panggang  
c. **Jus buah**  
d. Tempe bacem panggang
9. Berikut ini merupakan cara memasak makanan yang dianjurkan untuk saudara adalah....
- a. Digoreng  
b. Dibakar  
c. **Dikukus**  
d. Dipanggang
10. Olahan makanan yang dianjurkan bagi saudara adalah....
- a. Sate ayam  
b. Ayam panggang  
c. Daging bakar  
d. **Puding buah**
11. Olahan makanan berikut yang boleh dikonsumsi saudara adalah....
- a. Nasi bakar  
b. **Singkong rebus**  
c. Jagung bakar  
d. Singkong goreng
12. Olahan makanan pokok berikut yang dianjurkan bagi saudara adalah....
- a. **Kentang kukus**  
b. Jagung bakar  
c. Kentang panggang  
d. Ubi panggang
13. Berikut ini merupakan lauk hewani yang baik untuk saudara adalah....
- a. Daging bebek dan kerang  
b. **Telur ayam kampung dan ikan segar**  
c. Daging kambing dan jerohan  
d. Ampela dan daging kalengan
14. Lauk nabati yang dianjurkan untuk saudara adalah....
- a. Tahu dan kerang  
b. Telur ayam kampung dan ikan segar  
c. Tahu dan jerohan  
d. **Kacang-kacangan dan tempe**

15. Buah-buahan yang baik untuk saudara konsumsi adalah....
- a. Durian dan duku
  - b. Kelengkeng dan nangka
  - c. **Tomat dan pepaya**
  - d. Buah kalengan dan apel
16. Apakah sayuran yang sebaiknya saudara konsumsi?
- a. Wortel, sawi hijau dan kubis
  - b. **Buncis, bayam dan sawi hijau**
  - c. kacang panjang, nangka muda dan bayam
  - d. sawi putih, nangka muda, kubis
17. Sayuran dan buah-buahan yang dianjurkan untuk dikonsumsi oleh saudara adalah....
- a. Sawi putih dan nangka muda
  - b. Sawi hijau dan nangka
  - c. **Bayam dan pisang**
  - d. Kubis dan pepaya
18. Makanan berikut yang dianjurkan dikonsumsi saudara adalah....
- a. Gulai kambing
  - b. Gorengan
  - c. **Tumis kangkung**
  - d. Tumis sawi putih
19. Minuman yang sebaiknya dikonsumsi oleh saudara adalah ...
- a. *Coca -Cola*
  - b. Alkohol
  - c. *Sprite*
  - d. **Jus buah**
20. Aktivitas fisik sebaiknya saudara lakukan selama....
- a. 10-15 menit di pagi hari
  - b. **15-30 menit di pagi hari**
  - c. 15-20 menit di pagi hari
  - d. 20-30 menit di pagi hari

*\*Modifikasi dari kuesioner pengetahuan Anastasia (2016)*

Malang, 2020  
Pasien

( )

## Lampiran 8. Kuesioner Kualitas Hidup untuk Responden

### Kuesioner Kualitas Hidup

Nama : 1 / 2

Petunjuk pengisian: berikan tanda *check list* pada sebelah jawaban atau setiap kolom jawaban yang tersedia dibawah ini sesuai dengan kondisi dan situasi yang anda alami

1. Bagaimana anda mengatakan kondisi kesehatan anda saat ini ?
  - Sangat baik sekali = 1
  - Sangat baik = 2
  - Baik = 3
  - Cukup baik = 4
  - Buruk = 5
2. Bagaimana kesehatan anda saat ini dibandingkan satu tahun yang lalu ?
  - Sangat lebih baik = 1
  - Lebih baik = 2
  - Sama saja = 3
  - Lebih buruk = 4
  - Sangat buruk = 5

Dalam 4 minggu terakhir apakah keadaan kesehatan anda sangat membatasi aktifitas yang anda lakukan dibawah ini ?

Keterangan :

SM = Sangat Membatasi

SdM = Sedikit Membatasi

TM = Tidak Membatasi

No.	Pernyataan	SM	SdM	TM
3.	Aktifitas yang membutuhkan banyak energi, mengangkat benda berat, melakukan olah raga berat.			
4.	Aktifitas ringan seperti memindahkan meja, menyapu, jogging/jalan santai.			
5.	Mengangkat atau membawa barang ringan (misalnya belanjaan, tas)			

No.	Pernyataan	SM	SdM	TM
6.	Menaiki beberapa anak tangga			
7.	Menaiki satu tangga			
8.	Menekuk leher/tangan/kaki, bersujud atau membungkuk			
9.	Berjalan lebih dari 1,5 km			
10.	Berjalan melewati beberapa gang/1km			
11.	Berjalan melewati satu gang/0,5 km			
12.	Mandi atau memakai baju sendiri.			

Selama 4 minggu terakhir apakah anda mengalami masalah-masalah berikut dibawah ini dengan pekerjaan anda atau aktifitas anda sehari-hari sebagai akibat dari masalah anda ?

No.	Pernyataan	Ya	Tidak
13.	Menghabiskan seluruh waktu anda untuk melakukan pekerjaan atau aktifitas lain.		
14.	Menyelesaikan pekerjaan tidak tepat pada waktunya.		
15.	Terbatas pada beberapa pekerjaan atau aktifitas lain.		
16.	Mengalami kesulitan dalam melakukan pekerjaan atau aktifitas-aktifitas lain (misalnya yang membutuhkan energi ekstra seperti mendongkrak/bertukang, mencuci).		

Selama 4 minggu terakhir apakah pekerjaan atau aktifitas sehari-hari anda mengalami beberapa masalah dibawah ini sebagai akibat dari masalah emosi anda (seperti merasa sedih/tertekan atau cemas).

No.	Pernyataan	Ya	Tidak
17.	Menghabiskan seluruh waktu anda untuk melakukan pekerjaan atau aktifitas lain.		
18.	Menyelesaikan pekerjaan tidak lama dari biasanya.		
19.	Dalam melakukan pekerjaan atau kegiatan lain tidak berhati- hati sebagaimana biasanya.		

20. Dalam 4 minggu terakhir seberapa besar kesehatan fisik anda atau masalah emosional mengganggu aktifitas sosial anda seperti biasa dengan keluarga, teman, tetangga atau perkumpulan anda ?

- Tidak mengganggu = 1
- Sedikit mengganggu = 2
- Cukup mengganggu = 3
- Mengganggu sekali = 4
- Sangat mengganggu sekali = 5

21. Seberapa besar anda merasakan nyeri pada tubuh anda selama 4 minggu terakhir

- Tidak ada nyeri = 1
- Nyeri sangat ringan = 2
- Nyeri ringan = 3
- Nyeri sedang = 4
- Nyeri sekali = 5
- Sangat nyeri sekali = 6

22. Dalam 4 minggu terakhir, seberapa besar rasa sakit/nyeri mengganggu pekerjaan anda sehari-hari (termasuk pekerjaan diluar rumah dan pekerjaan didalam rumah)?

- Tidak mengganggu sedikitpun= 1
- Sedikit mengganggu = 2
- Cukup mengganggu = 3
- Sangat mengganggu = 4
- Sangat mengganggu sekali = 5

Pertanyaan-pertanyaan dibawah ini adalah tentang bagaimana perasaan anda dalam 4 minggu terakhir, untuk setiap pertanyaan silahkan beri 1 jawaban yang paling sesuai dengan perasaan anda.

Keterangan :

S = Selalu

HS = Hampir Selalu

CS = Cukup Sering

KK = Kadang-kadang

J = Jarang

TP = Tidak Pernah

No.	Pernyataan	S	HS	CS	KK	J	TP
23.	Apakah anda merasa penuh semangat ?						
24.	Apakah anda orang yang sangat gugup ?						
25.	Apakah anda merasa sangat tertekan dan tak ada yang menggembirakan anda ?						
26.	Apakah anda merasa tenang dan damai ?						
27.	Apakah anda memiliki banyak tenaga?						
28.	Apakah anda merasa putus asa & sedih ?						
29.	Apakah anda merasa bosan ?						
30.	Apakah anda seorang yang periang ?						
31.	Apakah anda merasa cepat lelah ?						

32. Dalam 4 minggu terakhir seberapa sering kesehatan fisik anda atau masalah emosi mempengaruhi kegiatan sosial anda (seperti mengunjungi teman, saudara dan lain-lain) ?

- Selalu = 1
- Hampir selalu = 2
- Kadang-kadang = 3
- Jarang = 4
- Tidak pernah = 5

Petunjuk berikut dimaksud untuk menjawab pertanyaan-pertanyaan no.33-36. Menurut anda, sejauh mana kebenaran pernyataan berikut menggambarkan keadaan kesehatan anda.

Keterangan :

BS = Benar Sekali

B = Benar

TT = Tidak Tahu

S = Salah

SS = Salah Sekali

No.	Pernyataan	BS	B	TT	S	SS
33.	Saya merasa sepertinya sedikit mudah menderita sakit.					
34.	Saya sama sehatnya seperti orang lain.					
35.	Saya merasa kesehatan saya makin memburuk.					
36.	Kesehatan saya sangat baik.					

Sumber: Kuesioner SF-36

## Lampiran 9. Materi Booklet

### Kanker Payudara

#### A. Kanker Payudara

Kanker payudara adalah penyakit yang ditandai dengan terjadinya pertumbuhan berlebihan atau perkembangan tidak terkontrol dari sel-sel atau jaringan payudara.

#### B. Faktor Resiko Kanker Payudara

Kanker Payudara dipengaruhi oleh berbagai faktor resiko, antara lain:

1. Diet yang tidak sehat/tidak seimbang.
2. Konsumsi alcohol
3. Usia
4. Genetik
5. Hormon Estrogen
6. Rendahnya aktifitas fisik
7. Kebiasaan merokok
8. Obesitas

#### C. Efek Kemoterapi

Efek kemoterapi pada pasien kanker adalah sebagai berikut.

1. Stomatitis (sariawan)
2. Perubahan rasa makanan (mulut)
3. Sulit menelan
4. Mual, muntah dan kembung
5. Diare
6. Konstipasi (sembelit)
7. Nyeri waktu buang air besar
8. Penurunan nafsu makan
9. Lemas karena anemia (kekurangan sel darah merah)
10. Demam karena leukopenia (sel darah putih yang rendah)

#### D. Tujuan Pemberian Diet Pasien Kanker

Tujuan pemberian diet pasien kanker diantaranya adalah

1. Mencegah terjadinya penurunan berat badan (jangka pendek).



2. Mencapai dan memelihara berat badan normal (jangka panjang).
3. Mengganti zat gizi yang hilang karena efek pengobatan.
4. Memenuhi kebutuhan energi, protein, karbohidrat, lemak, vitamin dan mineral yang seimbang untuk mencegah terjadinya malnutrisi.
5. Mencegah terjadinya infeksi dan komplikasi lebih lanjut.
6. Memenuhi kebutuhan mikronutrien.
7. Menjaga keseimbangan kadar glukosa darah.

#### **E. Pedoman untuk Mengatasi Masalah Makan**

1. Bila pasien menderita penurunan nafsu makan
  - a. Makan makanan yang disukai atau dapat diterima dalam porsi kecil tetapi sering
  - b. Hindari minum sebelum makan
  - c. Menyediakan snack di dekat pasien dan menambahkan ekstra protein pada makanan (seperti mentega, bubuk susu skim, madu atau gula merah)
  - d. Memberikan makanan yang lembut, dingin atau beku
  - e. Olahraga sesuai dengan kemampuan pasien
2. Bila ada perubahan pengecap
  - a. Makanan atau minuman diberikan dengan suhu ruangan (biasa) atau dingin
  - b. Menambahkan bumbu yang sesuai dengan makanan untuk menambah rasa
  - c. Minuman diberikan dalam bentuk segar seperti sari buah atau jus
3. Bila ada kesulitan mengunyah atau menelan
  - a. Minum dengan menggunakan sedotan
  - b. Makanan atau minuman diberikan dengan suhu ruangan (biasa) atau dingin
  - c. Bentuk makanan disaring atau cair
  - d. Menghindari makanan terlalu asam atau asin
4. Bila mulut kering
  - a. Makanan atau minuman diberikan dengan suhu dingin
  - b. Bentuk makanan cair
  - c. Makan permen atau permen karet
  - d. Menghindari alkohol dan rokok

5. Bila mual dan muntah
  - a. Makan makanan kering
  - b. Menghindari makanan yang berbau merangsang
  - c. Menghindari makanan berlemak tinggi
  - d. Makan dan minum perlahan-lahan
  - e. Menghindari makanan atau minuman terlalu manis
  - f. Membatasi cairan pada saat makan
  - g. Tidak tiduran setelah makan
  - h. Menghindari makan 1-2 jam sebelum dan sesudah kemoterapi

#### F. Cara Pengolahan Makanan

Pengolahan makanan yang perlu dihindari:

- Dibakar
- Dipanggang
- Digoreng dengan minyak jelantah atau sampai gosong

Pengolahan makanan yang dianjurkan:

- Dikukus
- Ditim
- Direbus
- Ditumis dengan membatasi penggunaan minyak

#### G. Bahan Makanan yang Dianjurkan dan Dihindari

Bahan Makanan	Dianjurkan	Dihindari
Sumber Karbohidrat	Nasi, roti, kentang, jagung, ubi, beras merah, singkong dan sereal	-
Sumber Protein	Kacang-kacangan, tempe, tahu, ikan, telur ayam kampung, ayam kampung, dan daging sapi	Daging kambing, daging merah, bebek, ikan asin, kerang, kepiting, cumi-cumi, kulit dan jerohan.
Sumber Lemak	Minyak kelapa, minyak kelapa sawit, minyak zaitun, kelapa, minyak jagung, susu skim, yoghurt, dan keju	Daging merah, telur bebek, bebek, belut, kornet, daging ayam dengan kulit, sarden, dan sosis.
Sumber Vitamin dan Mineral	Jeruk, alpukat, tomat, pisang, apel, pepaya, jambu biji, semangka, mangga, bawang, brokoli, bayam, kangkung, sawi hijau, katuk, kenikir, selada, wortel, buncis, babycorn, bunga kol,	Sawi putih, kol atau kubis, nangka muda, nangka, durian, dan nanas

	terong, labu siam, kacang panjang, jamur, rumput laut, kembang kol, strawberry, kecambah	
--	------------------------------------------------------------------------------------------	--

## H. Contoh Makanan yang Dianjurkan

### 1. Es Krim Buah



### 2. Jus Buah



### 3. Kentang Rebus



4. Puding Buah



5. Yoghurt



I. Contoh Makanan yang Harus Dihindari

1. Daging Bakar



2. Ayam Goreng



3. Ayam Panggang



4. Durian



5. Gorengan





6. Kerang



7. Kornet



8. Sate Ayam



**J. Contoh Menu Sehari yang Dianjurkan**

**Pagi**

Nasi putih	4 centong nasi
Omelet isi daging	1 butir
Tumis sayuran (wortel, brokoli, jagung manis)	5 sendok makan
Pisang ambon	1 buah
Susu skim	1 gelas

**Snack pagi (Pukul 10.00)**

Jus alpukat	1 gelas
-------------	---------

**Siang**

Nasi putih	4 ½ centong nasi
------------	------------------

Tumis daging	1 potong besar
Tempe bumbu merah	1 potong besar
Sayur bening bayam (bayam, labu siam, jagung manis)	10 sendok makan
Buah pepaya	1 potong besar

**Snack Siang (Pukul 16.00)**

Puding strawberry	4 potong sedang
-------------------	-----------------

**Malam**

Nasi putih	4 centong nasi
Ayam suwir kecap	1 potong sedang
Perkedel tahu	1 buah
Tumis kangkung	10 sendok makan
Buah semangka	1 potong besar

**Snack Malam (21.00)**

Jus mangga	1 gelas
------------	---------

**K. Aktivitas Fisik**

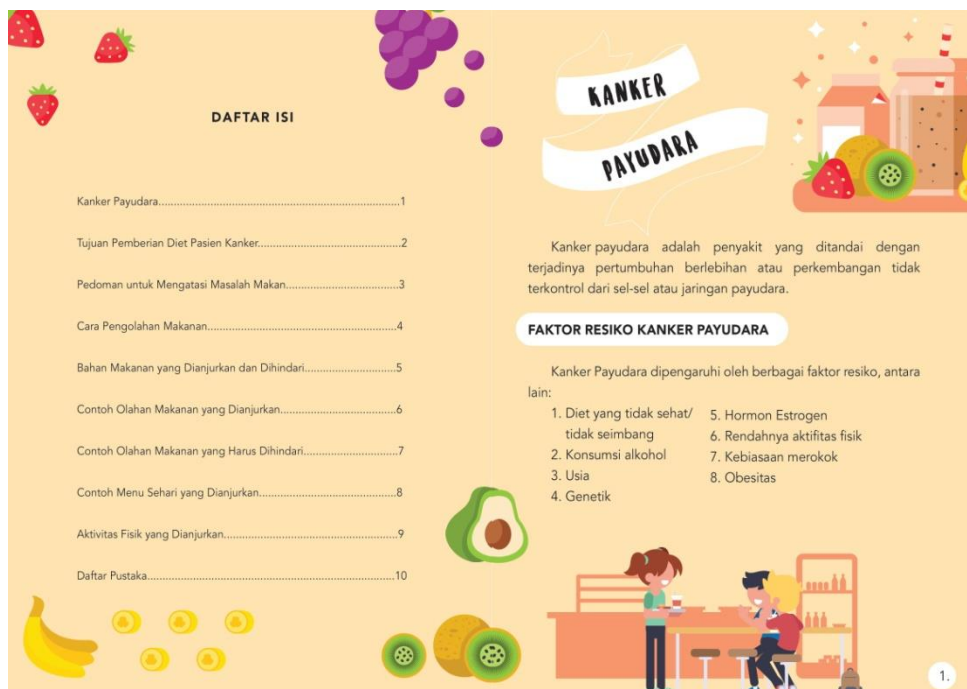
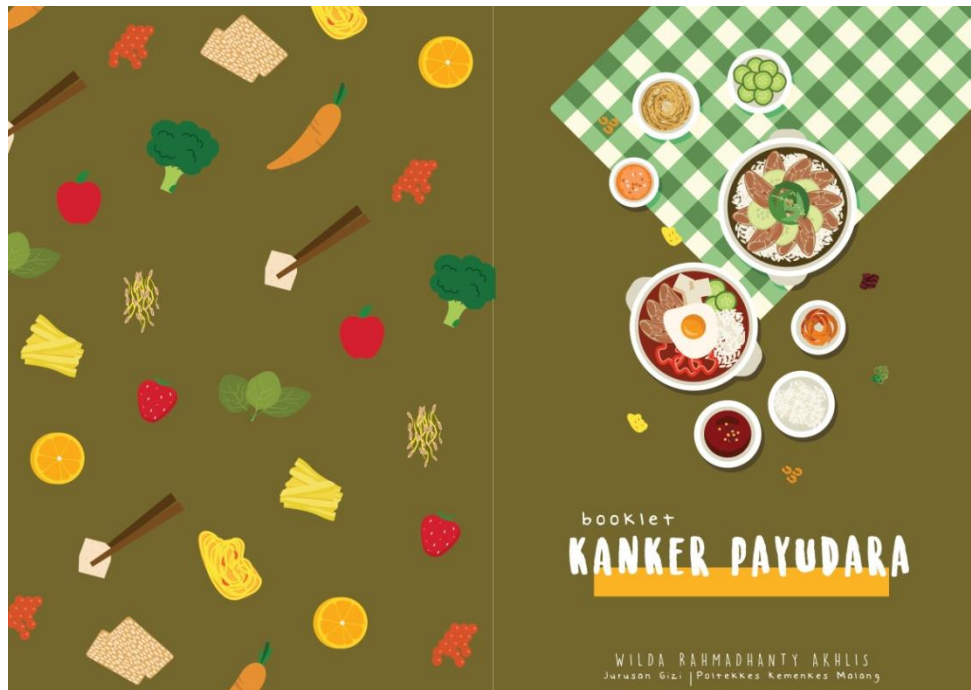
Melakukan aktivitas fisik seperti berjalan dapat menjadi salah satu terapi tanpa obat untuk meningkatkan kualitas hidup. Berjalan sebaiknya dilakukan selama 15 - 30 menit di pagi hari.

## DAFTAR PUSTAKA

- Maharani, S. 2009. *Kanker, Mengenal 13 Jenis Kanker dan Pengobatannya*. Katahati, Yogyakarta
- Kresnawan, T. 2012. *Mengatur Makanan Untuk Pencegahan dan Terapi Kanker Payudara*. Depkes RI, Jakarta
- Sutandyo, N. 2007. *Nutrisi pada Pasien Kanker yang Mendapat Kemoterapi*. *Jurnal: Indonesian Journal of Cancer* 4, Jakarta
- Kusumawardani, N. 1996. Penanganan Nutrisi Pada Penderita Kanker. *Media Litbangkes*, 4 (6) p: 10-15
- Almatsier, S. 2010. *Penuntun Diet*. PT SUN, Jakarta
- Barnad, M, D. 2013. *Healthy Eating For Life*. *PCRM*, DC 20016, 202-686-2210, Washington.



## Lampiran 10. Booklet



### BAHAN MAKANAN YANG DIANJURKAN DAN DIHINDARI

Sumber Karbohidrat	Nasi, roti, kentang, jagung, ubi, beras merah, singkong dan sereal	-
Sumber Protein	kacang-kacangan, tempe, tahu, ikan, telur ayam kampung, ayam kampung, dan daging sapi tanpa lemak	daging kambing, daging merah, bebek, ikan asin, kerang, cumi-cumi, kulit, jerohan.
Sumber Lemak	Minyak kelapa, minyak kelapa sawit, minyak zaitun, kelapa, minyak jagung, susu skim, yoghurt, dan keju	Daging merah, telur bebek, bebek, kornet, daging ayam dengan kulit, sarden, dan sosis.
Sumber Vitamin dan Mineral	Jeruk, alpukat, tomat, pisang, apel, pepaya, jambu biji, semangka, mangga, bawang, brokoli, bayam, sawi hijau, katuk, kenikir, selada, wortel, buncis, babycorn, bunga kol, terong, labu siam, kacang panjang, jamur, rumput laut, kembang kol, strawberry	Sawi putih, kol atau kubis, nangka muda, nangka, durian, dan nanas

**4. BILA MULUT KERING**

- Makanan atau minuman diberikan dengan suhu dingin
- Bentuk makanan cair
- Makan permen atau permen karet
- Menghindari alkohol dan rokok

**5. BILA MUAL DAN MUNTAH**

- Makan makanan kering
- Menghindari makanan yang berbau merangsang
- Menghindari makanan berlemak tinggi
- Makan dan minum perlahan-lahan
- Menghindari makanan atau minuman terlalu manis
- Membatasi cairan pada saat makan
- Tidak tiduran setelah makan
- Menghindari makan 1-2 jam sebelum dan sesudah kemoterapi

**CARA PENGOLAHAN MAKANAN**

Pengolahan makanan yang perlu dihindari; Dibakar, Dipanggang, Digoreng dengan minyak jelantah atau sampai gosong

Pengolahan makanan yang dianjurkan; Dikukus, Ditim, Direbus, Ditumis dengan membatasi penggunaan minyak

### CONTOH MENU SEHAT YANG DIANJURKAN

**PAGI**

- Nasi putih 4 centong nasi
- Omelet isi daging 1 butir
- Tumis sayuran (wortel, brokoli, jagung manis) 5 sdm
- Pisang ambon 1 buah
- Susu skim 1 gelas
- Snack pagi (Pukul 10.00)
- Jus alpukat 1 gelas

**SIANG**

- Nasi putih 4 ½ centong nasi
- Tumis daging 1 potong besar
- Tempe bumbu merah 1 potong besar
- Sayur bening bayam (bayam, labu siam, jagung manis) 10 sdm
- Buah pepaya 1 potong besar
- Snack Siang (Pukul 16.00)
- Puding strawberry 4 potong sedang


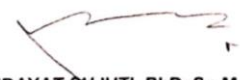
**MALAM**

- Nasi putih 4 centong nasi
- Ayam suwir kecap 1 potong sedang
- Perkedel tahu 1 buah
- Tumis kangkung 10 sendok makan
- Buah semangka 1 potong besar
- Snack Malam (21.00)
- Jus mangga 1 gelas

**AKTIVITAS YANG DIANJURKAN**

"Lakukanlah aktivitas fisik seperti berjalan kaki, dapat menjadi salah satu terapi tanpa obat untuk meningkatkan kualitas hidup anda. Berjalan sebaiknya dilakukan selama 15-30 menit di pagi hari."

## Lampiran 11. Surat Keterangan Kelaikan Etik

	<p><b>RUMAH SAKIT UMUM DAERAH Dr. SAIFUL ANWAR MALANG</b> Jl. Jaksa Agung Suprpto No.2 Malang <b>KOMISI ETIK PENELITIAN KESEHATAN</b> TERAKREDITASI SNARS EDISI 1 INTERNASIONAL ☆☆☆☆☆☆☆☆ 18 Februari 2018 s.d. 18 Februari 2021 Jl. Jaksa Agung Suprpto No.2 MALANG 65111 Telp. ( 0341 ) 362101, Fax. ( 0341 ) 369384 E-mail : staf-rsu-drsaifulanwar@jatimprov.go.id Website : www.rsusaifulanwar.jatimprov.go.id</p>
<p><b>KETERANGAN KELAIKAN ETIK PELAKSANAAN PENELITIAN</b>  ("ETHICAL CLEARANCE")  No: 400/013/K.3/302/2020</p>	
<p>KOMISI ETIK PENELITIAN KESEHATAN RSUD Dr SAIFUL ANWAR MALANG, SETELAH MEMPELAJARI DENGAN SEKSAMA RANCANGAN PENELITIAN YANG DIUSULKAN, DENGAN INI MENYATAKAN BAHWA PENELITIAN DENGAN</p>	
<p>JUDUL : EDUKASI GIZI TERHADAP TINGKAT PENGETAHUAN, TINGKAT KONSUMSI (ENERGI, PROTEIN, DAN VITAMIN C) KADAR HEMOGLOBIN DAN LEUKOSIT, SERTA KUALITAS HIDUP PADA PASIEN KANKER PAYUDARA RAWAT JALAN DENGAN KEMOTERAPI DI RSUD DR. SAIFUL ANWAR MALANG</p>	
<p>PENELITI UTAMA : WILDA RAHMADHANTY AKHLIS</p>	
<p>UNIT / LEMBAGA / TEMPAT PENELITIAN</p>	
<p>RSUD Dr. SAIFUL ANWAR MALANG</p>	
<p><b>DINYATAKAN LAIK ETIK</b></p>	
<p>MALANG, 8 JANUARI 2020 KETUA TIM KOMISI ETIK PENELITIAN</p>  <p>dr. HIDAYAT SUJUTI, PhD, Sp.M</p>	

## Lampiran 12. Surat Izin Penelitian



PEMERINTAH PROVINSI JAWA TIMUR  
RUMAHSAKIT UMUM DAERAH Dr. SAIFUL ANWAR  
TERAKREDITASI SNARS ED 1 INTERNASIONAL



18 Februari 2018 s.d. 18 Februari 2021  
Jl. Jaksa Agung Suprpto No.2 MALANG 65111  
Telp ( 0341 ) 362101, Fax. ( 0341 ) 369384  
E-mail : staf-rsu-drsaifulanwar@jatimprov.go.id  
Website : www.rsusaifulanwar.jatimprov.go.id



### NOTA DINAS

Kepada : Kepala Instalasi Rawat Jalan  
Dari : Kepala Bidang Diklit  
RSUD Dr. Saiful Anwar Malang  
Tanggal : 20 JAN 2020  
Nomor : 070/101 /1.20/302/2020  
Sifat : Biasa  
Lampiran : --  
Perihal : **Penghadapan Izin Penelitian bagi Mahasiswa Program Studi  
DIV Gizi Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang  
a.n Wilda Rahmadhanty Akhlis**

Menindaklanjuti surat dari Direktur RSUD Dr. Saiful Anwar Malang No. 070/0989 /302/2020 tanggal 17 Januari 2020 perihal Izin Penelitian, bersama ini kami hadapkan Peneliti tersebut untuk melaksanakan penelitian di satuan kerja yang Saudara pimpin sesuai dengan judul proposal, atas nama :

No	Nama/NIM	Judul Proposal
1.	Wilda Rahmadhanty Akhlis NIM. 1603410032	Edukasi Gizi Terhadap Tingkat Pengetahuan, Tingkat Konsumsi (Energi, Protein, dan Vitamin C), Kadar Hemoglobin dan Leukosit, Serta Kualitas Hidup Pada Pasien Kanker Payudara Rawat Jalan dengan Kemoterapi di RSUD Dr. Saiful Anwar Malang

Setelah yang bersangkutan selesai melaksanakan penelitian, mohon Saudara informasikan tertulis kepada kami bahwa yang bersangkutan telah selesai melaksanakan penelitian di satuan kerja yang Saudara pimpin, sebagai dasar kami membuat Surat Keterangan Selesai Penelitian bagi yang bersangkutan.

Demikian atas perhatian dan kerjasama Saudara, diucapkan terima kasih.

Kepala Bidang Pendidikan & Penelitian

**SRI ENDAH NOVIANI, SH, M.Sc**  
Pembina Tingkat I  
NIP. 19631103 199103 2 004

Tembusan :  
Yth. 1. KPP Instalasi Rawat Jalan  
2. Koordinator Diklit IRJ  
RSUD Dr. Saiful Anwar Malang

## Lampiran 13. Surat Keterangan Selesai Penelitian



**PEMERINTAH PROVINSI JAWA TIMUR**  
RUMAH SAKIT UMUM DAERAH Dr. SAIFUL ANWAR  
TERAKREDITASI KARS VERSI 2012 TINGKAT PARIPURNA



18 Februari 2018 s.d. 18 Februari 2021  
Jl. Jaksa Agung Suprpto No.2 Malang 65111  
Telp. ( 0341 ) 632101, Fax. ( 0341 ) 369384  
E-mail : [staf-rsu-drsaifulanwar@jatimprov.go.id](mailto:staf-rsu-drsaifulanwar@jatimprov.go.id)  
Website : [www.rsusaifulanwar.jatimprov.go.id](http://www.rsusaifulanwar.jatimprov.go.id)



### NOTA DINAS

**Kepada** : Yth. Kepala Bidang Pendidikan dan Penelitian  
RSUD. dr. Saiful Anwar Malang  
**Dari** : Kepala Instalasi Rawat Jalan  
**Nomor** : 423.4/47/2.11/302/2020  
**Tanggal** : 17 Maret 2020  
**Sifat** : Penting  
**Lampiran** : 1 (satu) lembar  
**Perihal** : Keterangan telah menyelesaikan kegiatan Penelitian Mahasiswa  
Program Studi DIV Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang

Bersama ini kami laporkan bahwa mahasiswa dari Program Studi DIV Gizi Jurusan Gizi Poliklinik Kesehatan Kemenkes Malang, telah menyelesaikan kegiatan pengambilan data penelitian di Klinik dalam Instalasi Rawat Jalan mulai tanggal 29 Januari 2020 sampai dengan 16 Maret 2020. Adapun mahasiswa yang kami maksud adalah sebagai berikut :

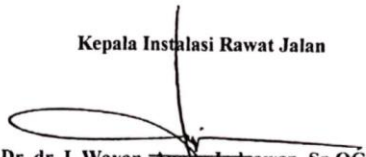
Nama : Wilda Rahmadhanty Akhlis

NIM : 1603410032

Surat ini kami usulkan sebagai dasar penerbitan surat keterangan selesai melaksanakan penelitian.

Demikian surat ini kami sampaikan atas perhatiannya diucapkan terima kasih.

Kepala Instalasi Rawat Jalan

  
Dr. dr. I Wawan Agung Indrawan, Sp. OG (K)

P e m b i n a

NIP. : 19710323 200604 1 019.—



**Lampiran 14. Data Karakteristik Pasien**

No.	Nama	Usia	Pendidikan	Pekerjaan	BB	TB	IMT	Kategori Status Gizi
1	Ny. W	49	SMP	Ibu Rumah Tangga	56	1,65	20,61	Normal
2	Ny. S	38	SMA	Petani	75	1,55	31,22	Obesitas
3	Ny. K	48	SD	Petani	70	1,55	29,14	Obesitas
4	Ny. T	47	SMA	Swasta	72	1,58	28,84	Obesitas
5	Ny. R	42	SMP	Ibu Rumah Tangga	70	1,50	31,11	Obesitas
6	Ny. M	49	S1	Guru	50	1,52	21,64	Normal
7	Ny. N	42	SMA	Wiraswasta	57	1,46	26,74	Overweight
8	Ny. WD	42	SMA	Ibu Rumah Tangga	48	1,48	21,91	Normal
9	Ny. SL	46	SMP	Ibu Rumah Tangga	50	1,55	20,81	Normal
10	Ny. SW	43	SMA	Ibu Rumah Tangga	64	1,58	25,64	Overweight
11	Ny. P	38	SMA	Ibu Rumah Tangga	49	1,50	21,78	Normal
12	Ny. A	48	SD	Wiraswasta	65	1,50	28,89	Obesitas
13	Ny. RM	40	SMP	Ibu Rumah Tangga	55	1,55	22,89	Normal
14	Ny. SJ	44	SD	Wiraswasta	63	1,62	24,01	Normal
15	Ny. E	39	SMP	Ibu Rumah Tangga	82	1,60	32,03	Obesitas
16	Ny. L	47	S1	Karyawan swasta	70	1,63	26,35	Overweight
17	Ny. WH	45	SMA	Ibu Rumah Tangga	58	1,55	24,14	Normal
18	Ny. Y	36	S1	Ibu Rumah Tangga	50	1,58	20,03	Normal
19	Ny. WJ	39	SMP	Wiraswasta	51	1,48	23,28	Normal
20	Ny. MJ	50	SD	Wiraswasta	62	1,58	24,84	Normal
21	Ny. ST	44	SMA	Petani	58	1,56	23,83	Normal
22	Ny. I	47	SMA	Ibu Rumah Tangga	59	1,55	24,56	Normal
23	Ny. AP	50	SD	Ibu Rumah Tangga	64	1,58	25,64	Overweight
24	Ny. RD	36	SMP	Ibu Rumah Tangga	60	1,54	25,30	Overweight
25	Ny. U	38	S1	Guru	66	1,52	28,57	Obesitas
26	Ny. ML	48	SD	Petani	59	1,52	25,54	Overweight
27	Ny. TE	50	S1	Guru	65	1,70	22,49	Normal
28	Ny. D	45	S1	PNS	64	1,61	24,69	Normal
29	Ny. RH	50	SD	Petani	45	1,57	18,26	Kurang
30	Ny. MS	47	S1	Ibu Rumah Tangga	78	1,73	26,06	Overweight

### Lampiran 15. Data Tingkat Pengetahuan

No.	Nama	Tingkat Pengetahuan					
		<i>Pre</i>			<i>Post</i>		
		Total Jawaban Benar	%	Kategori	Total Jawaban Benar	%	Kategori
1	Ny. W	18	90	Baik	20	100	Baik
2	Ny. S	17	85	Baik	19	95	Baik
3	Ny. K	13	65	Cukup	19	95	Baik
4	Ny. T	16	80	Cukup	20	100	Baik
5	Ny. R	12	60	Cukup	16	80	Cukup
6	Ny. M	14	70	Cukup	16	80	Cukup
7	Ny. N	16	80	Cukup	18	90	Baik
8	Ny. WD	18	90	Baik	19	95	Baik
9	Ny. SL	10	50	Kurang	17	85	Baik
10	Ny. SW	16	80	Cukup	19	95	Baik
11	Ny. P	17	85	Baik	17	85	Baik
12	Ny. A	16	80	Cukup	18	90	Baik
13	Ny. RM	14	70	Cukup	16	80	Cukup
14	Ny. SJ	12	60	Cukup	17	85	Baik
15	Ny. E	16	80	Cukup	19	95	Baik
16	Ny. L	16	80	Cukup	16	80	Cukup
17	Ny. WH	14	70	Cukup	14	70	Cukup
18	Ny. Y	13	65	Cukup	15	75	Cukup
19	Ny. WJ	18	90	Baik	18	90	Baik
20	Ny. MJ	17	85	Baik	18	90	Baik
21	Ny. ST	15	75	Cukup	15	75	Cukup
22	Ny. I	15	75	Cukup	16	80	Cukup
23	Ny. AP	17	85	Baik	17	85	Baik
24	Ny. RD	14	70	Cukup	14	70	Cukup
25	Ny. U	11	55	Kurang	17	85	Baik
26	Ny. ML	11	55	Kurang	12	60	Cukup
27	Ny. TE	15	75	Cukup	15	75	Cukup
28	Ny. D	16	80	Cukup	16	80	Cukup
29	Ny. RH	15	75	Cukup	15	75	Cukup
30	Ny. MS	15	75	Cukup	15	75	Cukup

**Lampiran 16. Data Tingkat Konsumsi Energi, Protein dan Vitamin C**

No.	Nama	Kebutuhan			Asupan Pre								
		Energi	Protein	Vitamin C	Energi	%	Kategori	Protein	%	Kategori	Vitamin C	%	Kategori
1	Ny. W	1683	67,32	90	625,33	37,16	Kurang	20,96	31,14	Kurang	14,93	16,59	Kurang
2	Ny. W	1485	59,4	90	791,6	53,31	Kurang	25,5	42,93	Kurang	28,5	31,67	Kurang
3	Ny. S	1485	59,4	90	1578,4	106,29	Baik	65,9	110,94	Baik	21,6	24	Kurang
4	Ny. K	1566	62,64	90	1205,3	76,97	Sedang	61,1	97,54	Baik	38	42,22	Kurang
5	Ny. T	1350	54	90	972	72	Sedang	47,3	87,59	Baik	2,6	2,89	Kurang
6	Ny. R	1500	60	90	1936,83	129,12	Baik	60,96	101,6	Baik	90	100	Baik
7	Ny. M	1710	68,4	90	436	25,5	Kurang	26	38,01	Kurang	1,9	2,11	Kurang
8	Ny. N	1440	57,6	90	1318,5	91,56	Baik	40,2	69,79	Kurang	28,4	31,56	Kurang
9	Ny. WD	1500	60	90	963,8	64,25	Kurang	27,9	46,5	Kurang	25,1	27,89	Kurang
10	Ny. SL	1920	76,8	90	1349,6	70,29	Sedang	84,5	110,03	Baik	27,1	30,11	Kurang
11	Ny. SW	1470	58,8	90	1586,1	107,9	Baik	78,9	134,18	Baik	54,9	61	Kurang
12	Ny. P	1350	54	90	528,6	39,16	Kurang	14,9	27,59	Kurang	21,6	24	Kurang
13	Ny. A	1650	66	90	482,5	29,24	Kurang	11,3	17,12	Kurang	33,5	37,22	Kurang
14	Ny. RM	1890	75,6	90	878,6	46,49	Kurang	36	47,62	Kurang	17,6	19,56	Kurang
15	Ny. SJ	1620	64,8	90	582,8	35,98	Kurang	22,1	34,1	Kurang	21,5	23,89	Kurang
16	Ny. E	2100	84	90	952,3	45,35	Kurang	40,6	48,33	Kurang	37,4	41,56	Kurang
17	Ny. L	1740	69,6	90	1812,2	104,15	Baik	69,2	99,43	Baik	78,2	86,89	Baik
18	Ny. WH	1500	60	90	789,7	52,65	Kurang	22	36,67	Kurang	92	102,22	Baik
19	Ny. Y	1530	61,2	90	960,7	62,79	Kurang	25,4	41,50	Kurang	58,3	64,78	Kurang
20	Ny. WJ	1860	74,4	90	475,5	25,56	Kurang	13,7	18,41	Kurang	7,4	8,22	Kurang
21	Ny. MJ	1740	69,6	90	1430,5	82,21	Baik	49,7	71,41	Sedang	58,4	64,89	Kurang
22	Ny. ST	1770	70,8	90	710,6	40,15	Kurang	28	39,55	Kurang	30,4	33,78	Kurang
23	Ny. I	1920	76,8	90	955,2	49,75	Kurang	36,8	47,92	Kurang	40,1	44,56	Kurang
24	Ny. AP	1800	72	90	783	43,50	Kurang	34,5	47,92	Kurang	11,8	13,11	Kurang
25	Ny. RD	1404	56,16	90	1332,4	94,90	Baik	69,5	123,75	Baik	30,1	33,44	Kurang



No.	Nama	Kebutuhan			Asupan <i>Pre</i>								
		Energi	Protein	Vitamin C	Energi	%	Kategori	Protein	%	Kategori	Vitamin C	%	Kategori
27	Ny. ML	1950	78	90	743,86	38,15	Kurang	22,22	28,49	Kurang	15,26	16,96	Kurang
28	Ny. TE	1920	76,8	90	1398,8	72,85	Sedang	98,7	128,52	Baik	70,3	78,11	Sedang
29	Ny. D	1350	54	90	987,8	73,17	Sedang	35,5	65,74	Kurang	106	117,78	Baik
30	Ny. RH	2340	93,6	90	1884,8	80,55	Baik	52,8	56,41	Kurang	63,7	70,78	Sedang

No.	Nama	Kebutuhan			Asupan <i>Post</i>								
		Energi	Protein	Vitamin C	Energi	%	Kategori	Protein	%	Kategori	Vitamin C	%	Kategori
1	Ny. W	1683	67,32	90	1128,13	67,03	Kurang	23,86	35,44	Kurang	33,13	36,81	Kurang
2	Ny. W	1485	59,4	90	1159,13	78,06	Sedang	46,26	77,88	Sedang	16,63	18,48	Kurang
3	Ny. S	1485	59,4	90	914,9	61,61	Kurang	33,3	56,06	Kurang	14,3	15,89	Kurang
4	Ny. K	1566	62,64	90	1034,6	66,07	Kurang	38,2	60,98	Kurang	13,1	14,56	Kurang
5	Ny. T	1350	54	90	869,6	64,41	Kurang	36	66,67	Kurang	13,4	14,89	Kurang
6	Ny. R	1500	60	90	1595,23	106,35	Baik	73,36	122,27	Baik	107	118,89	Baik
7	Ny. M	1710	68,4	90	588,4	34,41	Kurang	32,4	47,37	Kurang	91	101,11	Baik
8	Ny. N	1440	57,6	90	946,4	65,72	Kurang	22,1	38,37	Kurang	106,8	118,67	Baik
9	Ny. WD	1500	60	90	1392,5	92,83	Baik	58,7	97,83	Baik	6,7	7,44	Kurang
10	Ny. SL	1920	76,8	90	808,7	42,12	Kurang	37,3	48,57	Kurang	4,6	5,11	Kurang
11	Ny. SW	1470	58,8	90	1061,2	72,19	Sedang	26,2	44,56	Kurang	12,2	13,56	Kurang
12	Ny. P	1350	54	90	445,1	32,97	Kurang	23,9	44,26	Kurang	14,9	16,56	Kurang
13	Ny. A	1650	66	90	860,9	52,18	Kurang	18	27,27	Kurang	7,8	8,67	Kurang
14	Ny. RM	1890	75,6	90	836,3	44,25	Kurang	34,6	45,77	Kurang	15,8	17,56	Kurang
15	Ny. SJ	1620	64,8	90	1044,5	64,48	Kurang	38,8	59,88	Kurang	17,1	19,00	Kurang
16	Ny. E	2100	84	90	762,6	36,31	Kurang	39,5	47,02	Kurang	41,2	45,78	Kurang
17	Ny. L	1740	69,6	90	1503	86,38	Baik	55,1	79,17	Sedang	79,7	88,56	Baik
18	Ny. WH	1500	60	90	512,4	34,16	Kurang	24,5	40,83	Kurang	10,2	11,33	Kurang

No.	Nama	Kebutuhan			Asupan Post								
		Energi	Protein	Vitamin C	Energi	%	Kategori	Protein	%	Kategori	Vitamin C	%	Kategori
20	Ny. WJ	1860	74,4	90	1159,7	75,8	Sedang	30,3	49,51	Kurang	20,5	22,78	Kurang
21	Ny. MJ	1740	69,6	90	1254,6	67,45	Kurang	42	56,45	Kurang	23,3	25,89	Kurang
22	Ny. ST	1770	70,8	90	863,3	49,61	Kurang	30,4	43,68	Kurang	47,4	52,67	Kurang
23	Ny. I	1920	76,8	90	578,3	32,67	Kurang	29,2	41,24	Kurang	22,8	25,33	Kurang
24	Ny. AP	1800	72	90	1101,3	57,36	Kurang	37,3	48,57	Kurang	24,4	27,11	Kurang
25	Ny. RD	1404	56,16	90	920,5	51,14	Kurang	35,8	49,72	Kurang	16	17,78	Kurang
26	Ny. U	1770	70,8	90	1178,4	83,93	Baik	45,9	81,73	Baik	20,3	22,56	Kurang
27	Ny. ML	1950	78	90	1002,3	56,63	Kurang	54,6	77,12	Sedang	1,8	2	Kurang
28	Ny. TE	1920	76,8	90	729,6	37,42	Kurang	28,4	36,41	Kurang	26,7	29,67	Kurang
29	Ny. D	1350	54	90	1343,2	69,96	Kurang	38,7	50,39	Kurang	82,8	92	Baik
30	Ny. RH	2340	93,6	90	949,3	70,32	Sedang	30,5	56,48	Kurang	45,1	50,11	Kurang

**Lampiran 17. Data Kadar Hemoglobin dan Kadar Leukosit**

No.	Nama	Kadar Hemoglobin				Kadar Leukosit			
		<i>Pre</i>	Kategori	<i>Post</i>	Kategori	<i>Pre</i>	Kategori	<i>Post</i>	Kategori
1	Ny. W	10,9	Rendah	10,6	Rendah	10640	Normal	9040	Normal
2	Ny. S	10,2	Rendah	10,6	Rendah	6270	Normal	5990	Normal
3	Ny. K	13,4	Tinggi	13,1	Tinggi	9800	Normal	11030	Normal
4	Ny. T	13,9	Tinggi	13,2	Tinggi	9700	Normal	6200	Normal
5	Ny. R	13	Tinggi	13	Tinggi	6120	Normal	6360	Normal
6	Ny. M	12,8	Tinggi	12,7	Tinggi	7070	Normal	6600	Normal
7	Ny. N	14,2	Tinggi	9,8	Rendah	32550	Leukositosis	24390	Leukositosis
8	Ny. WD	12,9	Tinggi	12,9	Tinggi	4860	Leukopenia	4500	Leukopenia
9	Ny. SL	13,6	Tinggi	13,4	Tinggi	4950	Leukopenia	4430	Leukopenia
10	Ny. SW	13	Tinggi	13,1	Tinggi	5200	Normal	4200	Leukopenia
11	Ny. P	11,3	Rendah	10,3	Rendah	4570	Leukopenia	5150	Normal
12	Ny. A	13,5	Tinggi	12,7	Tinggi	7100	Normal	4700	Leukopenia
13	Ny. RM	12,3	Tinggi	12,2	Tinggi	6600	Normal	5890	Normal
14	Ny. SJ	13,3	Tinggi	12,1	Tinggi	3720	Leukopenia	5700	Normal
15	Ny. E	10,9	Rendah	11,7	Rendah	3600	Leukopenia	6240	Normal
16	Ny. L	12,4	Tinggi	11,9	Rendah	4380	Leukopenia	3290	Leukopenia
17	Ny. WH	12,7	Tinggi	13	Tinggi	4300	Leukopenia	4800	Leukopenia
18	Ny. Y	11,6	Rendah	9,7	Rendah	17800	Leukositosis	9700	Normal
19	Ny. WJ	11,9	Rendah	10,8	Rendah	4200	Leukopenia	3700	Leukopenia
20	Ny. MJ	14,5	Tinggi	11,6	Rendah	7300	Normal	5630	Normal
21	Ny. ST	9,5	Rendah	9,1	Rendah	9400	Normal	9000	Normal
22	Ny. I	12,7	Tinggi	10,8	Rendah	6100	Normal	4300	Leukopenia
23	Ny. AP	11,7	Rendah	10,2	Rendah	8900	Normal	7900	Normal
24	Ny. RD	10,6	Rendah	10	Rendah	4600	Leukopenia	4600	Leukopenia
25	Ny. U	12,8	Tinggi	12,2	Tinggi	9240	Normal	4000	Leukopenia
26	Ny. ML	13,4	Tinggi	10,9	Rendah	5100	Normal	4600	Leukopenia

No.	Nama	Kadar Hemoglobin				Kadar Leukosit			
		<i>Pre</i>	Kategori	<i>Post</i>	Kategori	<i>Pre</i>	Kategori	<i>Post</i>	Kategori
27	Ny. TE	10,3	Rendah	11,1	Rendah	7460	Normal	6710	Normal
28	Ny. D	12,1	Tinggi	10,9	Rendah	4520	Leukopenia	7300	Normal
29	Ny. RH	9,6	Rendah	11	Rendah	4100	Leukopenia	7000	Normal
30	Ny. MS	12	Cukup	12,1	Tinggi	4080	Leukopenia	5000	Normal

**Lampiran 18. Data Kualitas Hidup Pasien**

No	Nama	<i>Pre</i>		<i>Post</i>	
		Skor	Kategori Kualitas Hidup	Skor	Kategori Kualitas Hidup
1	Ny. W	57,31	Baik	60,13	Baik
2	Ny. S	38,06	Buruk	54	Baik
3	Ny. K	76,96	Baik	76,96	Baik
4	Ny. T	22,06	Buruk	36,71	Buruk
5	Ny. R	73,81	Baik	74,44	Baik
6	Ny. M	66,96	Baik	72,38	Baik
7	Ny. N	53,9	Baik	57,4	Baik
8	Ny. WD	77,25	Baik	77,75	Baik
9	Ny. SL	65,38	Baik	67,63	Baik
10	Ny. SW	74,06	Baik	75,94	Baik
11	Ny. P	72,25	Baik	71,63	Baik
12	Ny. A	85,38	Baik	86	Baik
13	Ny. RM	52,5	Baik	53	Baik
14	Ny. SJ	79,69	Baik	79,69	Baik
15	Ny. E	61,63	Baik	63,25	Baik
16	Ny. L	51,83	Baik	52,46	Baik
17	Ny. WH	79,13	Baik	78,63	Baik
18	Ny. Y	47,25	Buruk	45,38	Buruk
19	Ny. WJ	71,25	Baik	71,88	Baik
20	Ny. MJ	79,56	Baik	79,56	Baik
21	Ny. ST	53,13	Baik	52,5	Baik
22	Ny. I	78,38	Baik	77,75	Baik
23	Ny. AP	85,88	Baik	85,88	Baik
24	Ny. RD	85,13	Baik	85,63	Baik
25	Ny. U	62,38	Baik	64,38	Baik
26	Ny. ML	54,44	Baik	55,44	Baik
27	Ny. TE	49,94	Buruk	49,44	Buruk
28	Ny. D	51,69	Baik	52,19	Baik
29	Ny. RH	63,44	Baik	62,44	Baik
30	Ny. MS	59	Baik	59,5	Baik

**Lampiran 19. Contoh Perhitungan Skor Kualitas Hidup**

Nomor	Jawaban	Skor	Domain	Komponen	Hasil Skor Kualitas Hidup
3	1	0	Fungsi Fisik $900/10 = 90$	Kesehatan Fisik $310/4 = 77,5$	72,3 (Kualitas hidup baik)
4	3	100			
5	3	100			
6	3	100			
7	3	100			
8	3	100			
9	3	100			
10	3	100			
11	3	100			
12	3	100			
13	2	100	Keterbatasan Fisik $400/4 = 100$		
14	2	100			
15	2	100			
16	2	100			
21	3	60	Nyeri Tubuh $160/2 = 80$		
22	1	100			
1	2	75	Kesehatan Secara Umum $200/5 = 40$		
33	4	75			
34	4	25			
35	1	0			
36	4	25			
23	3	60	Vitalitas $100/4 = 25$		
27	5	20			
29	2	20			
31	1	0			
20	2	75	Fungsi Sosial $150/2 = 75$		
32	4	75			
17	2	100	Keterbatasan Emosional $300/3 = 100$		
18	2	100			
19	2	100			
24	6	100	Kesehatan Mental $340/5 = 68$		
25	3	40			
26	2	80			
28	4	60			
30	3	60			

## Lampiran 20. Hasil Uji Normalitas dengan SPSS

### 1. Pengetahuan

#### a. Kelompok Kontrol

##### Case Processing Summary

	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
<i>pre test</i>	15	100.0%	0	0.0%	15	100.0%
<i>post test</i>	15	100.0%	0	0.0%	15	100.0%

##### Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
<i>pre test</i>	.206	15	.085	.928	15	.251
<i>post test</i>	.169	15	.200*	.942	15	.414

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

a. Lilliefors Significance Correction

#### b. Kelompok Perlakuan

##### Case Processing Summary

	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
<i>pre test</i>	15	100.0%	0	0.0%	15	100.0%
<i>post test</i>	15	100.0%	0	0.0%	15	100.0%

##### Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
<i>pre test</i>	.262	15	.007	.914	15	.153
<i>post test</i>	.227	15	.036	.892	15	.071

a. Lilliefors Significance Correction

2. Kualitas Hidup

a. Kelompok Kontrol

**Case Processing Summary**

	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
<i>pre</i>	15	100.0%	0	0.0%	15	100.0%
<i>post</i>	15	100.0%	0	0.0%	15	100.0%

**Tests of Normality**

	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
<i>pre</i>	.174	15	.200 <sup>*</sup>	.891	15	.071
<i>post</i>	.156	15	.200 <sup>*</sup>	.912	15	.146

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

a. Lilliefors Significance Correction

b. Kelompok Perlakuan

**Case Processing Summary**

	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
<i>pre</i>	15	100.0%	0	0.0%	15	100.0%
<i>post</i>	15	100.0%	0	0.0%	15	100.0%

**Tests of Normality**

	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
<i>pre</i>	.157	15	.200 <sup>*</sup>	.907	15	.121
<i>post</i>	.169	15	.200 <sup>*</sup>	.942	15	.410

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

a. Lilliefors Significance Correction



**Lampiran 21. Uji Paired Sample t-test**

1. Pengetahuan

a. Kelompok Kontrol

**Paired Samples Statistics**

	Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1 <i>pre test</i>	74.00	15	10.036	2.591
Pair 1 <i>post test</i>	77.67	15	7.988	2.063

**Paired Samples Correlations**

	N	Correlation	Sig.
Pair 1 <i>pre test &amp; post test</i>	15	.637	.011

**Paired Samples Test**

	Paired Differences				
	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference	
				Lower	Upper
Pair 1 <i>pre test - post test</i>	-3.667	7.898	2.039	-8.041	.707

**Paired Samples Test**

	t	df	Sig. (2-tailed)
Pair 1 <i>pretest - posttest</i>	-1.798	14	.094

b. Kelompok Perlakuan

**Paired Samples Statistics**

	Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1 <i>pre test</i>	75.00	15	11.952	3.086
<i>post test</i>	90.00	15	7.071	1.826

**Paired Samples Correlations**

	N	Correlation	Sig.
Pair 1 <i>pre test &amp; post test</i>	15	.613	.015

**Paired Samples Test**

	Paired Differences				
	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference	
				Lower	Upper
Pair 1 <i>pre test – post test</i>	-15.000	9.449	2.440	-20.233	-9.767

**Paired Samples Test**

	t	df	Sig. (2-tailed)
Pair 1 <i>pre test – post test</i>	-6.148	14	.000

2. Kualitas Hidup

a. Kelompok Kontrol

**Paired Samples Statistics**

	Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1 <i>pre test</i>	64.8287	15	13.78578	3.55947
<i>post test</i>	64.8707	15	13.89302	3.58716

**Paired Samples Correlations**

	N	Correlation	Sig.
Pair 1 <i>pre test &amp; post test</i>	15	.998	.000

**Paired Samples Test**

	Paired Differences			
	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference
	Lower			
Pair 1 <i>pre test – post test</i>	-.04200	.93763	.24209	-.56124

**Paired Samples Test**

	Paired Differences	t	df	Sig. (2-tailed)
	95% Confidence Interval of the Difference			
	Upper			
Pair 1 <i>pre test – post test</i>	.47724	-.173	14	.865

b. Kelompok Perlakuan

**Paired Samples Statistics**

	Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1 <i>pre test</i>	63.8133	15	16.98514	4.38554
Pair 1 <i>post test</i>	67.1273	15	12.97942	3.35127

**Paired Samples Correlations**

	N	Correlation	Sig.
Pair 1 <i>pre test &amp; post test</i>	15	.977	.000

**Paired Samples Test**

	Paired Differences			
	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference
				Lower
Pair 1 <i>pre test – post test</i>	-3.31400	5.11603	1.32095	-6.14716

**Paired Samples Test**

	Paired Differences	t	df	Sig. (2-tailed)
	95% Confidence Interval of the Difference			
	Upper			
Pair 1 <i>pre test – post test</i>	-48084	-2.509	14	.025

**Lampiran 22. Uji Spearman Rank**

1. Tingkat Pengetahuan dengan Tingkat Konsumsi Energi

**Correlations**

			tingkat pengetahuan	tingkat konsumsi energi
Spearman's rho	tingkat pengetahuan	Correlation	1.000	.000
		Coefficient		
		Sig. (2-tailed)	.	1.000
	tingkat konsumsi energi	N	15	15
		Correlation	.000	1.000
		Coefficient		
		Sig. (2-tailed)	1.000	.
		N	15	15

2. Tingkat Pengetahuan dengan Tingkat Konsumsi Protein

**Correlations**

			tingkat pengetahuan	tingkat konsumsi protein
Spearman's rho	tingkat pengetahuan	Correlation	1.000	-.128
		Coefficient		
		Sig. (2-tailed)	.	.648
	tingkat konsumsi protein	N	15	15
		Correlation	-.128	1.000
		Coefficient		
		Sig. (2-tailed)	.648	.
		N	15	15

3. Tingkat Pengetahuan dengan Tingkat Konsumsi Vitamin C

**Correlations**

			tingkat pengetahuan	tingkat konsumsi vitamin C
Spearman's rho	tingkat pengetahuan	Correlation	1.000	.147
		Coefficient		
		Sig. (2-tailed)	.	.602
	tingkat konsumsi vitamin C	N	15	15
		Correlation	.147	1.000
		Coefficient		
		Sig. (2-tailed)	.602	.
		N	15	15

4. Tingkat Konsumsi Energi dengan Kadar Hemoglobin

**Correlations**

			tingkat konsumsi energi	kadar hemoglobin
Spearman's rho	tingkat konsumsi energi	Correlation	1.000	.052
		Coefficient		
		Sig. (2-tailed)	.	.854
	kadar hemoglobin	N	15	15
		Correlation	.052	1.000
		Coefficient		
		Sig. (2-tailed)	.854	.
		N	15	15

5. Tingkat Konsumsi Protein dengan Kadar Hemoglobin

**Correlations**

			tingkat konsumsi protein	kadar hemoglobin
Spearman's rho	tingkat konsumsi protein	Correlation	1.000	.367
		Coefficient		
		Sig. (2-tailed)	.	.178
	kadar hemoglobin	N	15	15
		Correlation	.367	1.000
		Coefficient		
	Sig. (2-tailed)	.178	.	
	N	15	15	

6. Tingkat Konsumsi Vitamin C dengan Kadar Hemoglobin

**Correlations**

			tingkat konsumsi vitamin C	kadar hemoglobin
Spearman's rho	tingkat konsumsi vitamin C	Correlation	1.000	-.467
		Coefficient		
		Sig. (2-tailed)	.	.079
	kadar hemoglobin	N	15	15
		Correlation	-.467	1.000
		Coefficient		
	Sig. (2-tailed)	.079	.	
	N	15	15	

7. Tingkat Konsumsi Energi dengan Kadar Leukosit

**Correlations**

			tingkat konsumsi energi	kadar leukosit
Spearman's rho	tingkat konsumsi energi	Correlation	1.000	.032
		Coefficient		
		Sig. (2-tailed)	.	.909
	kadar leukosit	N	15	15
		Correlation	.032	1.000
		Coefficient		
	Sig. (2-tailed)	.909	.	
	N	15	15	

8. Tingkat Konsumsi Protein dengan Kadar Leukosit

**Correlations**

			tingkat konsumsi protein	kadar leukosit
Spearman's rho	tingkat konsumsi protein	Correlation	1.000	.146
		Coefficient		
		Sig. (2-tailed)	.	.603
	kadar leukosit	N	15	15
		Correlation	.146	1.000
		Coefficient		
	Sig. (2-tailed)	.603	.	
	N	15	15	



9. Tingkat Konsumsi Vitamin C dengan Kadar Leukosit

**Correlations**

			tingkat konsumsi vitamin C	kadar leukosit
Spearman's rho	tingkat konsumsi vitamin C	Correlation	1.000	.514*
		Coefficient		
		Sig. (2-tailed)	.	.050
	kadar leukosit	N	15	15
		Correlation	.514*	1.000
		Coefficient		
		Sig. (2-tailed)	.050	.
		N	15	15