

LAMPIRAN

Lampiran 1 Izin Penelitian

PEMERINTAH KOTA MALANG DINAS KESEHATAN

Jl. Simpang L.A. Sucipto No. 45 ☎ (0341) 406878 Fax. (0341) 406879
www.dinkes.malangkota.go.id e-mail : dinkes@malangkota.go.id

MALANG

Kode Pos : 65124

Malang, 12 JUN 2024

Nomor : 072/ 339 /35.73.402/2024
Sifat : Biasa
Lampiran : -
Perihal : Ijin penelitian

Kepada
Yth. Kepala Puskesmas Rampal celaket
Di
MALANG

Dengan ini diberitahukan bahwa Dosen politeknik kesehatan kementerian Kesehatan Malang tersebut di bawah ini :

NO	NAMA	NIM/NIP
1.	ETIK SULISTYOWATI	197205111994032002

Akan melaksanakan penelitian mulai bulan Juni s/d Agustus 2024 dengan Judul : hilirisasi prototype PKMK DM berbasis beras coklat dan jamur tiram terhadap kontrol glukosa darah di wilayah kerja Puskesmas Rampalcelaket Kota Malang

Sehubungan dengan hal tersebut, dimohon Saudara untuk membantu memberikan data atau informasi yang diperlukan. Dosen yang telah selesai melaksanakan penelitian, wajib melaporkan kepada Kepala Dinas Kesehatan Kota Malang.

Demikian untuk mendapatkan perhatian.

KEPALA DINAS KESEHATAN
PEMERINTAH KOTA MALANG
DINAS KESEHATAN
MALANG
U. UMAR USMAN
Pembina
NIP. 19691111 199903 1 007

Lampiran 2 Data Screening Responden

No Resp	Sex	Usia	Pendidikan	Pekerjaan	Kebiasaan Merokok	PENGUKURAN ANTROPOMETRI					
						BB	TB	IMT	LP	LT	VF
1	P	37	SMA	IRT	Tidak	58.7	155.7	24.1	85	32.3	6.5
2	P	45	SMA	IRT	Tidak	63.1	153.8	26.6	87	39.3	10.5
3	P	60	SMA	IRT	Tidak	61.6	148.2	27.6	88	40.3	12
4	P	58	SMA	IRT	Tidak	59.7	156.8	24.1	84	32.8	6.5
5	P	56	SMA	IRT	Tidak	65	160	25.4	89	37.1	8
6	L	58	SMP	Peternak	Tidak	51.6	155.6	21.2	85	38.8	8.5
7	L	60	SD	Juru parkir	Ya	49.4	167.7	17.7	66	25.5	2.5
8	P	58	Tidak sekolah	Pedagang	Tidak	59.5	144.5	27.9	91	41	10.5
9	P	60	SMA	Pedagang	Tidak	66.6	149.6	29.4	93	41.9	14.5
10	P	58	SMA	Pedagang	Tidak	74.4	156.3	30.4	98.8	34.7	19
11	P	63	SMA	IRT	Tidak	51	146	23.9	80.6	35.7	7.5
12	P	63	SMP	IRT	Tidak	47.8	143.5	23.2	79	42.2	8
13	P	59	SMA	IRT	Tidak	63.5	151.9	27.5	86.3	36.3	10.5
14	P	60	PT	Guru	Tidak	48.6	143.7	23.4	84.6	40.9	8.5
15	P	57	PT	Swasta	Tidak	61.7	146.6	28.9	93.5	39	12.5
16	P	58	PT	Wiraswasta	Tidak	48.4	148	22.1	78	38.8	7.5
17	P	60	D3	Wiraswasta	Tidak	54.5	148.9	24.5	82.5	37.3	9
18	P	51	SMA	IRT	Tidak	74.2	155.9	30.3	95.5	43.7	23.5
19	P	52	SMA	IRT	Tidak	68.7	153.9	29.2	95.8	41	13.5
20	P	50	SD	IRT	Tidak	75.8	162.4	28.7	95.5	31.7	18.5
21	P	48	D3	IRT	Tidak	61	149.8	27.1	92	38.6	11
22	L	47	SD	Wiraswasta	Tidak	55.4	154.2	23.4	76.8	33.8	4

Lampiran 3 KGD, Riwayat Obat dan Riwayat Penyakit Responden

No	GDP	RIWAYAT KONSUMSI OBAT	RIWAYAT PENYAKIT					
			Gangguan Jantung	Gangguan Ginjal	Gangguan Liver	Penyakit Keganasan	Gangguan GIT	
1	216	1. Gilmipride; 2. Metformin	Tidak	Tidak	Tidak	Tidak	Tidak	Hipertensi
2	164	-	Tidak	Tidak	Tidak	Tidak	Tidak	Hiperkolesterolemia
3	88	1. Simvastatin; 2. Blisoprolol; 3. Amlodipin 4. Metformin	Tidak	Tidak	Tidak	Tidak	Tidak	Hipertensi+Hiperkolesterolemia
4	331	-	Tidak	Tidak	Tidak	Tidak	Tidak	Hipertensi
5	431	-	Tidak	Tidak	Tidak	Tidak	Tidak	Hipertensi
6	177	1. Amlodipin; 2. Metformin	Tidak	Tidak	Tidak	Tidak	Tidak	Hipertensi
7	113	1. Clopidogrel	Tidak	Tidak	Tidak	Tidak	Tidak	Hiperkolesterolemia
8	199	-	Tidak	Tidak	Tidak	Tidak	Tidak	Hipertensi
9	116	1. Simvastatin	Tidak	Tidak	Tidak	Tidak	Tidak	Hiperkolesterolemia
10	285	1. Metformin; 2. Amlodipin; 3. Atorvastatin	Tidak	Tidak	Tidak	Tidak	Tidak	Hipertensi+Hiperkolesterolemia
11	95	1. Glimepiride; 2. Amlodipin	Tidak	Tidak	Tidak	Tidak	Tidak	Hipertensi
12	166	-	Tidak	Tidak	Tidak	Tidak	Tidak	Hipertensi
13	139	1. Gliclazide; 2. Metformin; 3. Insulin	Tidak	Tidak	Tidak	Tidak	Tidak	Hiperkolesterolemia
14	114	1. Amlodipin; 2. Glibenclamide; 3. Metformin	Tidak	Tidak	Tidak	Tidak	Tidak	Hipertensi
15	249	1. Metformin; 2. Acarbose; 3. Glimepiride; 4. Clopidogrel; 5. Amlodipine	Tidak	Tidak	Tidak	Tidak	Tidak	Hipertensi+Hiperkolesterolemia
16	196	1. Acarbose	Tidak	Tidak	Tidak	Tidak	Tidak	Hipertensi
17	230	1. Metformin; 2. Glimepiride; 3. Allopurinol	Tidak	Tidak	Tidak	Tidak	Tidak	Hiperkolesterolemia
18	135	1. Metformin	Tidak	Tidak	Tidak	Tidak	Tidak	Hipertensi
19	118	-	Tidak	Tidak	Tidak	Tidak	Tidak	Hiperkolesterolemia
20	404	-	Tidak	Tidak	Tidak	Tidak	Tidak	Hipertensi
21	264	1. Metformin; 2. Amlodipin; 3. Acarbose;	Tidak	Tidak	Tidak	Tidak	Tidak	Hipertensi
22	199	-	Tidak	Tidak	Tidak	Tidak	Tidak	Hipertensi

Lampiran 4 Kebutuhan Energi dan Asupan Lemak Responden

No	Kode Responden	Kebutuhan Energi (kkal)	Kebutuhan Lemak (gram)	Asupan Lemak (gram)	% Asupan Lemak	Kategori
1	R1	1638	36.4	55.3	151.9	Kelebihan
2	R2	1411,7	31.4	35.6	113.5	Normal
3	R3	1262,3	28.1	50	178.2	Kelebihan
4	R4	1762,4	39.2	76.7	195.8	Kelebihan
5	R5	1545,6	34.3	66.4	193.3	Kelebihan
6	R6	1916,3	42.6	54.2	127.3	Kelebihan
7	R7	2257,2	50.2	104.1	207.5	Kelebihan
8	R8	1359,4	30.2	33.3	110.2	Normal
9	R9	1398,6	31.1	21.6	69.5	Defisit Tingkat Berat
10	R10	1596,9	35.5	56.3	158.6	Kelebihan
11	R11	1388,8	30.9	36.9	119.6	Normal
12	R12	1336,5	29.7	27.8	93.6	Normal
13	R13	1376,6	30.6	33.4	109.2	Normal
14	R14	1419	31.5	57.17	181.3	Kelebihan
15	R15	1398,8	31.1	44.23	142.3	Kelebihan
16	R16	1575	35.0	75.66	216.2	Kelebihan
17	R17	1590	35.3	12.6	35.7	Defisit Tingkat Berat
18	R18	1449	32.2	24.3	75.5	Defisit Tingkat Sedang
19	R19	1413,2	31.4	71.6	227.9	Kelebihan
20	R20	1584,5	35.2	39.3	111.6	Normal
21	R21	1340,4	29.8	47	157.8	Kelebihan
22	R22	1811,3	40.3	9.7	24.1	Defisit Tingkat Berat

Lampiran 5 Perhitungan Kebutuhan energi dan lemak

R1 → Jenis Kelamin = Perempuan
 Umur = 37 tahun
 BB = 58,7 kg
 TB = 155,7 cm
 IMT = 24,5 kg/m² (Normal)
 AF = sedang (IRT)

$$\begin{aligned}\text{BB (perkeni) Wanita} &= (\text{TB})^2 \times 21 \\ &= (1,557)^2 \times 21 \\ &= 2,4 \times 21 \\ &= 50,4 \text{ kg}\end{aligned}$$

Kalori Basal

$$\begin{aligned}\text{Wanita} &= \text{BB (kg)} \times 25 \text{ kalori/kg} \\ &= 50,4 \text{ kg} \times 25 &= 1.260 \text{ kkal}\end{aligned}$$

Koreksi Penyesuaian

$$\begin{aligned}\text{Aktivitas sedang} &= +20\% \times 1.260 \text{ kkal} &= 252 \text{ kkal} \\ \text{Stress metabolic} &= +10\% \times 1.260 \text{ kkal} &= 126 \text{ kkal} \\ \text{Total Kebutuhan} & &= 1.638 \text{ kkal}\end{aligned}$$

Kebutuhan Lemak 20-25%

$$\begin{aligned}\text{Lemak} &= \frac{20\% \times \text{Total Kebutuhan energi}}{9} \\ &= \frac{20\% \times 1.638 \text{ kkal}}{9} \\ &= 36,4 \text{ g}\end{aligned}$$

$$\text{Asupan lemak (recall 24 jam)} = 54,2 \text{ g}$$

$$\begin{aligned}\% \text{ Asupan lemak} &= \frac{\text{Asupan lemak}}{\text{Kebutuhan lemak}} \times 100\% \\ &= \frac{54,2 \text{ g}}{36,4 \text{ g}} \times 100\% \\ &= 148,9\% \text{ (Kelebihan)}\end{aligned}$$

Lampiran 6 Form SQ-FFQ

Formulir Semi Quantitative Food Frequency Questionnaire (SQ-FFQ)

Tanggal wawancara : 30 Juni 2024
 Nama responden : Np. Sulistyawati

JENIS BAHAN MAKANAN	URT	FREKUENSI MAKAN (misal: 1x, 2x, 3x dst)				Konversi gram	Konsumsi / hari (g)
		Tidak Pernah	Bulanan	Mingguan	Harian		
Karbohidrat							
Nasi putih	4 ctg				✓	200g	200g
Roti	1 btr		2X			50g	2,5
Mie	5 sdm		2X			50g	5,5
Jagung			3X				
Kentang	1 bh		1X			100g	3,3
Biskuit	4 kpr			3 X		40g	17,1
Kraker		✓					
Ubi	1 bh		2X *			100g	6,6
Bihun		✓					
Tepung beras	3 sdm		3X			30g	3
Tepung terigu	3 sdm		4X			30g	3,3
Protein Hewani							
Ayam	4 ptg		4X			200g	20,4
Daging sapi	5 ptg			3X		250g	107,1
Ikan	1/2 pkr		2X			50g	3,3
Udang		✓					
Hati ayam	1 ptg		2X			30g	2
Telur ayam	1 btr		4X			50g	6,6
Telur bebek		✓					
Bakso	2 hj		3X			30g	3
Sosis	1 bh		2X			30g	2

JENIS BAHAN MAKANAN	URT	FREKUENSI MAKAN (misal: 1x, 2x, 3x dst)				Konversi gram	Konsumsi / hari (g)
		Tidak Pernah	Bulanan	Mingguan	Harian		
Jeruk manis		✓					
Apel	1 bh		1X			120g	4
Melon	1 pkr		3X			100g	10
Salak	1 bh		1X			70g	3,3
Alpukat	1 bh		4X			130g	17,3
Jambu biji	1 bh		2X			200g	3,3
Sawo		✓					
Rambutan		✓					
Bengkang	1 bh		1X			100g	3,3
Anggur		✓					
Stroberi	3 bh		1X			50g	1,6
Mangga		✓					
Gula pasir	1 sdt				✓	5g	5
Susu							
Susu cair	1 gsr			2X		200g	37,1
Tepung susu	1 sdt		1X			20g	0,6
Kental manis	1 sdm			2X		20g	5,7
Yoghurt		✓					
Keju			2X			15g	1
Es krim		✓					
Minyak							
Minyak kelapa sawit	5 sdm				✓	50g	50
Margarin	1 sdm	✓					
Mentega	1 sdm		3X			10g	1
Santan		✓					

JENIS BAHAN MAKANAN	URT	FREKUENSI MAKAN (misal: 1x, 2x, 3x dst)				Konversi gram	Konsumsi / hari (g)
		Tidak Pernah	Bulanan	Mingguan	Harian		
Protein Nabati							
Tahu	1 ptg				✓	50g	50g
Tempe	1 ptg				✓	20g	20g
Kacang Hijau	5 sdm		3X			60g	5
Kacang Kedelai		✓					
Kacang merah		✓					
Kacang tanah	3 sdm		2X			30g	2
Sayuran							
Bayam	3 sdm		4X			30g	3,3
Kangkung	3 sdm			2X		30g	3,3
Sawi hijau	2 sdm			4X		20g	1,4
Wortel	4 sdm			4X		40g	2,8
Tomat	1 bh				✓	15g	1,3
Buncis	1 sdm			2X		20g	5,7
Jamur	1 sdm			1X		10g	1,4
Kacang panjang	5 sdm			3X		50g	21,4
Kol	3 sdm			3X		30g	12,8
Labu siam	2 bh			2X		100g	23,7
Tauge	5 sdm			4X		30g	17,1
Mentimun	1 bh			2X		110g	31,4
Brokoli							
Kembang kol							
Buah							
Semangka	1 ptg		3X			100g	10
Pepaya	1 ptg		3X		✓	100g	100g
Pisang	1 bh		4X			100g	13,3

Lampiran 7 Dokumentasi Kegiatan

