

LAMPIRAN

Lampiran 1. *Ethical Clearance*



POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MALANG KOMISI ETIK PENELITIAN KESEHATAN

Jl. Besar Ijen No. 77 C Malang, 65112 Telp (0341) 566075, 571388 Fax (0341) 556746
surat elektronik : komisetik@poltekkes-malang.ac.id



KETERANGAN LAYAK ETIK DESCRIPTION OF ETHICAL APPROVAL "ETHICAL APPROVAL"

No.712/VII/KEPK POLKESMA/2023

Protokol penelitian versi 2 yang diusulkan oleh :
The research protocol proposed by

Peneliti utama : Khansa Salsabillah Khoirul Laili
Principal In Investigator

Nama Institusi : Poltekkes Kemenkes Malang
Name of the Institution

Dengan judul:
Title

"Konseling Diet Rendah Purin Dengan Media Leaflet Terhadap Tingkat Pengetahuan Dan Tingkat Konsumsi Energi, Zat Gizi Makro, Purin, Dan Cairan Pada Pasien Gout Arthritis Di Puskesmas Bareng"

"Low Purine Diet Counseling Using Leaflet Media On Levels Of Knowledge And Consumption Of Energy, Macro Nutrititions, Purine, and Fluidin Gout Arthritis Patients At Puskesmas Bareng"

Dinyatakan layak etik sesuai 7 (tujuh) Standar WHO 2011, yaitu 1) Nilai Sosial, 2) Nilai Ilmiah, 3) Pemerataan Beban dan Manfaat, 4) Risiko, 5) Bujukan/Eksploitasi, 6) Kerahasiaan dan Privacy, dan 7) Persetujuan Setelah Penjelasan, yang merujuk pada Pedoman CIOMS 2016. Hal ini seperti yang ditunjukkan oleh terpenuhinya indikator setiap standar.

Declared to be ethically appropriate in accordance to 7 (seven) WHO 2011 Standards, 1) Social Values, 2) Scientific Values, 3) Equitable Assessment and Benefits, 4) Risks, 5) Persuasion/Exploitation, 6) Confidentiality and Privacy, and 7) Informed Consent, referring to the 2016 CIOMS Guidelines. This is as indicated by the fulfilment of the indicators of each standard.

Pernyataan Laik Etik ini berlaku selama kurun waktu tanggal 10 Juli 2023 sampai dengan tanggal 10 Juli 2024.

This declaration of ethics applies during the period July 10, 2023 until July 10, 2024.



July 10, 2023
Professor and Chairperson,



Dr. Susi Milwati, S.Kp., M.Pd.

Lampiran 2. Surat Permohonan Izin Penelitian



Nomor : DP.02.01/5.0/ 0953 /2023
Lampiran : -
Perihal : Surat Permohonan Ijin Penelitian

Malang, 10 April 2023

Kepada Yth.

1. Kepala Puskesmas Bareng Kota Malang
2. Kepala Dinas Kesehatan Kota Malang

Di

Tempat

Dalam rangka pemenuhan tugas akhir Penyusunan Skripsi, maka bersama ini kami hadapkan Khansa Salsabillah Khoiril Laili, (NIM.P17111193040) mahasiswa Program Studi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang untuk melaksanakan Penelitian, pada:

Tanggal : 10 April sd 30 Juli 2023
Waktu : 08.00 – selesai
Tempat : Puskesmas Bareng Kota Malang

Dengan judul :

Konseling Diet Rendah Purin dengan Media Leaflet terhadap tingkat pengetahuan dan tingkat konsumsi Energi, Zat Gizi Makro, Purin dan Cairan pada pasien Gout Arthritis di Puskesmas X.

Data yang diambil :

1. Data karakteristik responden meliputi Usia, Jenis Kelamin, Pekerjaan, Aktivitas Fisik dan Tingkat Pendidikan
2. Data Kadar Asam Urat pasien
3. Data Pengetahuan
4. Data tingkat konsumsi meliputi Asupan Energi, Karbohidrat, Lemak, Protein, Asupan Purin dan Cairan
5. Data Rekam Medis

Demikian atas perhatian dan kerjasamanya yang baik kami sampaikan terima kasih.



- Kampus Utama : Jalan Besar Ijen No. 77 c Malang. 65112. Telepon (0341) 566075, 571388
- Kampus I : Jalan Srikojo No. 106 Jember. Telepon (0331) 486613
- Kampus II : Jalan Ahmad Yani Sumberporong Lawang. Telepon (0341) 427847
- Kampus III : Jalan Dr. Soetomo No. 46 Blitar. Telepon (0342) 801043
- Kampus IV : Jalan KH. Wahid Hasyim No. 64 B Kediri. Telepon (0354) 773095
- Kampus V : Jalan Dr. Soetomo No. 5 Trenggalek Telp (0355) 791293
- Kampus VI : Jalan Dr. Opto Mangunkusumo No. 82A Ponorogo Telp (0352) 461792





**PEMERINTAH KOTA MALANG
DINAS KESEHATAN**

Jl. Simpang LA. Sucipto No. 45 ☎ (0341) 406878 Fax. (0341) 406879
www.dinkes.malangkota.go.id e-mail : dinkes@malangkota.go.id
MALANG Kode Pos : 65124

Malang, 18 April 2023

Nomor : 072/312/35.73.402/2023
Sifat : Biasa
Lampiran : -
Perihal : Ijin penelitian

Kepada
Yth. Kepala Puskesmas Bareng
di
MALANG

Dengan ini diberitahukan bahwa Mahasiswa politeknik kesehatan kemenkes Malang tersebut di bawah ini :

NO	NAMA	NIM/NIP
1.	Khansa Salsabillah Khoirul Laili	P17111193040

Akan melaksanakan penelitian, mulai bulan April-Juli 2023 dengan judul: konseling diet rendah purin dengan media leaflet terhadap tingkat pengetahuan dan tingkat konsumsi energy, zat gizi makro, purin dan cairan pada pasien gout arthritis di wilayah kerja Puskesmas Bareng Kota Malang

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

Demikian untuk mendapatkan perhatian.

a.n. KEPALA DINAS KESEHATAN
KOTA MALANG
Sekretaris

Dr. UMAR USMAN
Pembina
NIP. 19691111 199903 1 007

Lampiran 3. Anggaran Belanja Penelitian

No	Kegiatan	Barang	Harga Satuan (Rp)	Volume		Biaya (Rp)
				Jumlah	Satuan	
1.	Penyusunan dan Pengadaan Proposal Penelitian	Kertas HVS A4 70 g SIDU	52.000	1	Rim	52.000
		Binder Clips	4.000	1	Box	4.000
2	Perizinan	Perizinan penelitian	200.000	1	Kali	300.000
3	Etik penelitian	Etik penelitian	250.000	1	Kali	250.000
4	Alat dan Bahan Penelitian	Cetak leaflet	2.200	40	Lembar	88.000
		Fotocopy informed concent, formulir karakteristik responden, kuesioner tingkat pengetahuan pretest dan posttest, formulir food recall 24 jam	250	160	Lembar	40.000
		Alat tes kadar asam urat	250.000	1	Buah	250.000
5	Hadiah responden	Gelas set	20.000	20	Buah	400.000
6	Transportasi	Bensin	10.000	10	Liter	100.000
TOTAL						1.259.000

Lampiran 4. Satuan Acara Penyuluhan

SATUAN ACARA PENYULUHAN (SAP)

Materi Konseling	:	Diet Rendah Purin Pada Penderita Gout Arthritis
Pokok Bahasan	:	Diet Rendah Purin
Sasaran	:	Pasien Gout Arthritis
Hari/Tanggal	:	Jumat, 23 Juni 2022
Waktu	:	40 menit
Tempat	:	Ruang Konseling
Sub Pokok Bahasan	:	<ul style="list-style-type: none">• Konsep diet rendah purin• Tujuan diet rendah purin• Prinsip diet rendah purin• Syarat diet rendah purin• Pengaturan Makanan (Makanan yang diperbolehkan dan tidak diperbolehkan)

A. TUJUAN

1. Tujuan Umum

Setelah dilakukan konseling diharapkan pengetahuan reseponden mengenai penyakit gout arthritis meningkat serta memahami mengenai diet rendah purin.

2. Tujuan Khusus

Setelah dilakukan konseling diharapkan peserta dapat mengetahui tentang

- Konsep diet rendah purin
- Tujuan diet rendah purin
- Prinsip diet rendah purin
- Syarat diet rendah purin
- Pengaturan Makanan (Makanan yang diperbolehkan dan tidak diperbolehkan)

B. METODE

1. Diskusi
2. Tanya jawab

C. MEDIA DAN ALAT

1. Leaflet Diet Rendah Purin
2. Leaflet Daftar Penukar Bahan Makanan

D. PELAKSANAAN KEGIATAN

Tabel 15. Rincian Pelaksanaan Kegiatan

No.	Waktu	Tahap Kegiatan	Durasi	Kegiatan	Kegiatan Responden
1.	Minggu ke-1	Pengambilan data diri responden	5 menit	Pengambilan data diri responden meliputi usia, berat badan, tinggi badan, jenis kelamin, pekerjaan, dan tingkat pendidikan	Mendengarkan dan menjawab
		Wawancara menggunakan food recall 24 jam	10 menit	Wawancara mengenai apa saja yang dikonsumsi oleh responden dalam selama 24 jam untuk mengetahui tingkat konsumsi energi, zat gizi makro, purin, dan cairan	Mendengarkan dan menjawab
		Pemberian Pretest	15 menit	Konselor memberikan pretest kepada responden untuk mengetahui tingkat pengetahuan responden sebelum diberikan konseling	Mendengarkan dan melaksanakan pretest yang telah dipersiapkan
		Konseling	30 menit	Konselor memberikan konseling kepada responden menggunakan media leaflet dengan sub pokok bahasan materi meliputi konsep diet rendah purin, tujuan diet rendah purin, prinsip diet rendah purin, syarat diet rendah purin, dan pengaturan makanan (makanan yang diperbolehkan dan tidak diperbolehkan)	Mendengarkan
2.	Minggu ke-2	Konseling	30 menit	Konselor memberikan konseling kepada responden menggunakan media leaflet dengan sub pokok bahasan materi meliputi konsep diet rendah purin, tujuan diet rendah purin, prinsip diet rendah purin, syarat diet rendah purin, dan pengaturan makanan (makanan yang diperbolehkan dan tidak diperbolehkan)	Mendengarkan
3.	Minggu ke-3	Wawancara menggunakan food recall 24 jam	5 menit	Wawancara mengenai apa saja yang dikonsumsi oleh responden dalam selama 24 jam untuk mengetahui tingkat konsumsi energi, zat gizi makro, purin, dan cairan	Mendengarkan dan menjawab
		Pemberian Posttest	15 menit	Konselor memberikan pretest kepada responden untuk mengetahui tingkat pengetahuan responden sesudah diberikan konseling	Mendengarkan dan melaksanakan posttest yang telah dipersiapkan
		Tes darah	10 menit	Dilakukan tes darah untuk mengetahui kadar asam urat responden	Melaksanakan

E. EVALUASI

1. Evaluasi terstruktur

- a) Adanya koordinasi antara pemateri dan responden selama acara konseling berlangsung.
- b) Persiapan acara konseling dapat dilakukan dengan baik
- c) Sebelum konseling telah dilakukan perjanjian konseling dengan pihak Puskesmas Bareng.

2. Evaluasi proses

- a) Responden aktif mendengarkan dan menyimak acara konseling
- b) Responden menjawab pretest dan posttest yang diberikan

3. Evaluasi Hasil

Responden mampu memahami materi tentang diet rendah purin dengan baik.

Lampiran 5. Master Data

NO	KODE	USIA	BB (kg)	TB (cm)	IMT		JK	PEKERJAAN	TK. PEND	SKOR PENGETAHUAN			KADAR ASAM URAT (mg/dL)		
					Hasil (kg/m ²)	Kategori				PRETEST	POSTTEST	KETERANGAN	SEBELUM	SESUDAH	
														Hasil	KETERANGAN
1	A01	37	50	160	19,54	Normal	P	IRT	SMP	65	75	NAIK	6,2	4	Normal
2	A02	40	58	167	20,8	Normal	L	KARYAWAN SWASTA	SMK	75	80	NAIK	7,4	6	Normal
3	A03	42	50	150	22,23	Normal	P	PEDAGANG	SMA	70	90	NAIK	6,7	5	Normal
4	A04	44	65	150	28,89	Gemuk tk berat	P	IRT	SD	70	65	TURUN	6	8	Tinggi
5	A05	45	86	155	35,8	Gemuk tk berat	P	IRT	SMK	75	90	NAIK	7,9	8,5	Tinggi
6	A06	47	65	148	29,68	Gemuk tk berat	P	KARYAWAN SWASTA	SMA	65	85	NAIK	7,1	5,7	Normal
7	A07	50	63	155	26,23	Gemuk tk ringan	P	IRT	SMA	55	80	NAIK	6,6	5,4	Normal
8	A08	52	63	168	22,33	Normal	L	KARYAWAN SWASTA	SMA	70	85	NAIK	8	6,3	Normal
9	A09	55	84,4	165	31,01	Gemuk tk berat	L	KARYAWAN SWASTA	SMA	80	95	NAIK	8,8	4,5	Normal
10	A10	55	91,7	170	31,74	Gemuk tk berat	L	KARYAWAN SWASTA	SMA	75	85	NAIK	8,3	6	Normal
11	A11	56	62	145	29,49	Gemuk tk berat	P	IRT	SD	55	75	NAIK	6,6	6	Tinggi
12	A12	58	58	155	24,15	Normal	P	IRT	SMP	55	80	NAIK	5,7	4,8	Normal
13	A13	59	82	155	34,14	Gemuk tk berat	P	PEDAGANG	SMP	70	75	NAIK	6	6,2	Tinggi
14	A14	60	64	179	22,15	Normal	L	KARYAWAN SWASTA	SMK	65	85	NAIK	8,1	6,7	Normal
15	A15	60	57,2	148	26,12	Gemuk tk ringan	P	IRT	SMP	65	70	NAIK	6,9	5	Normal
16	A16	60	62	160	24,22	Normal	L	PETANI	SD	70	70	TETAP	7,3	5,6	Normal
17	A17	60	67,8	167	24,32	Normal	P	IRT	SD	75	75	TETAP	7,9	7,3	Tinggi
18	A18	60	80	167	28,69	Gemuk tk berat	L	KARYAWAN SWASTA	SMK	65	85	NAIK	7,9	6,5	Normal

NO	KODE	USIA	BB (kg)	TB (cm)	IMT		JK	PEKERJAAN	TK. PEND	SKOR PENGETAHUAN			KADAR ASAM URAT (mg/dL)		
					Hasil (kg/m ²)	Kategori				PRETEST	POSTTEST	KETERANGAN	SEBELUM	SESUDAH	
														Hasil	KETERANGAN
19	A19	65	72	148	32,88	Gemuk tk berat	P	PEDAGANG	SD	60	50	TURUN	5,8	8,2	Tinggi
20	A20	65	76	145	36,15	Gemuk tk berat	P	IRT	SD	60	65	NAIK	9,7	9,4	Tinggi

NO	KODE	USIA	TINGKAT KONSUMSI SEBELUM INTERVENSI														
			ENERGI (kkal)					PROTEIN (gram)					LEMAK (gram)				
			AKTUAL	AKG (KEBUTUHAN)	KURANG <80%	BAIK 80-110%	LEBIH >110%	AKTUAL	AKG (KEBUTUHAN)	KURANG <80%	BAIK 80-110%	LEBIH >110%	AKTUAL	AKG (KEBUTUHAN)	KURANG <80%	BAIK 80-110%	LEBIH >110%
1	A14	37	2095	2150		97,4		67	60			11,6	65	60		108,3	
2	A16	40	2341	2550		91,7		85	65			130	86	70			122,8
3	A5	42	1640	2150	76,2			82	60			137	70	60			116,6
4	A12	44	1957	2150		91		65	60		109		75	60			125
5	A7	45	1900	2150		88,3		76	60			126	84	60			140
6	A3	47	1951	2150		90,7		72	60			120,6	55	60		90,8	
7	A20	50	1570	1800		87,2		73	60			122,3	76	50			152,8
8	A15	52	1830	2150		85,1		74	65			113,2	50	60		82,8	
9	A2	55	1754	2150		81,5		73	65			112,3	72	60			120,6
10	A13	55	1675	2150	77,9			76	65			116,3	65	60		109	
11	A10	56	1431	1800	79,4			55	60		92,3		55	50			110,4
12	A4	58	1650	1800		91,6		76	60			1,27	76	50			152
13	A8	59	1730	1800		96,1		82	60			137,1	79	50			158
14	A1	60	1841	2150		85,6		75	65			115	78	60			130
15	A6	60	1460	1800		81,1		79	60			131	82	50			164,6
16	A9	60	1895	2150		88,1		70	65		108		76	60			126,3
17	A17	60	1450	1800		80,5		78	60			129,6	68	50			136,8
18	A18	60	1877	2150		87,2		90	65			137,6	68	60			113,3

19	A11	65	1240	1550	80	78	58	135,1	75	45	165,5
20	A19	65	1357	1550	87,5	77	58	131,8	65	45	145,3
RATA-RATA			1732,175			75			71,05		

NO	KODE	USIA	TINGKAT KONSUMSI SEBELUM INTERVENSI														
			KH (gram)				PURIN (mg)					CAIRAN (ml)					
			AKTUAL	AKG (KEBUTUHAN)	KURANG <80%	BAIK 80-110%	LEBIH >110%	AKTUAL	AKG (KEBUTUHAN)	KURANG <80%	BAIK 80-110%	LEBIH >110%	AKTUAL	AKG (KEBUTUHAN)	KURANG <80%	BAIK 80-110%	LEBIH >110%
1	A14	37	350	340		102,9		243	150			162	1800	2350	76,5		
2	A16	40	460	415			110,9	222	150			148	1400	2500	56		
3	A5	42	465	340			136,7	190	150			126,6	1800	2350	76,5		
4	A12	44	215	340	63,3			118	150	78,6			1400	2350	59,5		
5	A7	45	315	340		92,6		118	150	78,6			1800	2350	76,5		
6	A3	47	413	340			121,4	160	150		106,7		1400	2350	59,5		
7	A20	50	345	280			123,2	175	150			116,6	2000	2350		85,1	
8	A15	52	375	340			110,2	136	150		90,6		1400	2500	56		
9	A2	55	365	340		107,3		108	150	72			1200	2500	48		
10	A13	55	330	340		97		169	150			112,6	2000	2500		80	
11	A10	56	323	280			115,3	141	150		94		1200	2350	51		
12	A4	58	340	280			121,4	175	150			116,6	1400	2350	59,5		
13	A8	59	315	280			112,5	136	150		90,6		1400	2350	59,5		
14	A1	60	311	340		91,3		222	150			148	2000	2500		80	
15	A6	60	325	280			116	138	150		92		1800	2350	76,5		
16	A9	60	365	340		107,3		200	150			133,3	1400	2500	56		
17	A17	60	264	280		94		108	150	72			1200	2350	51		
18	A18	60	302	340		88,8		200	150			133,3	1600	2500	64		
19	A11	65	268	230			116,5	241	150			160,6	1400	1550		90,3	
20	A19	65	275	230			119,5	234	150			156	1400	1550		90,3	
RATA-RATA			336,06					172					1550				

NO	KODE	USIA	TINGKAT KONSUMSI SESUDAH INTERVENSI															
			ENERGI (kcal)					PROTEIN (gram)					LEMAK (gram)					
			AKTUAL	AKG (KEBUTUHAN)	KURANG <80%	BAIK 80- 110%	LEBIH >110%	AKTUAL	AKG (KEBUTUHAN)	KURANG <80%	BAIK 80- 110%	LEBIH >110%	AKTUAL	AKG (KEBUTUHAN)	KURANG <80%	BAIK 80- 110%	LEBIH >110%	
1	A14	37	2081	2150		96,7		55	60		91,1		49	60		81,5		
2	A16	40	2356	2550		92,4		55	65		84,6		67	70		95,7		
3	A5	42	2120	2150		98,6		55	60		90,8		58	60		96,6		
4	A12	44	2200	2150		102,3		60	60		100,3		55	60		90,8		
5	A7	45	2015	2150		93,7		65	60		109		56	60		92,6		
6	A3	47	2170	2150		100,9		70	60			117	66	60		109,6		
7	A20	50	1891	1800		105		55	60		91,6		54	50		107		
8	A15	52	2141	2150		99,5		61	65		93		59	60		97,8		
9	A2	55	2004	2150		93,2		70	65		107,6		65	60		107,8		
10	A13	55	2166	2150		100,7		69	65		105,6		66	60		109,1		
11	A10	56	1761	1800		97,8		55	60		92,3		50	50		100,8		
12	A4	58	1815	1800		100,8		54	60		90		48	50		96		
13	A8	59	1845	1800		102,5		45	60	75			38	50	75,6			
14	A1	60	2117	2150		98,4		62	65		95,8		56	60		93,8		
15	A6	60	1830	1800		101,6		46	60	76,3			42	50		84,6		
16	A9	60	2156	2150		100,2		62	65		95,8		59	60		97,8		
17	A17	60	1865	1800		103,6		53	60		89		48	50		96,6		
18	A18	60	2146	2150		99,8		80	65			123	72	60			120,5	
19	A11	65	1670	1550		107,7		60	58		103		51	45			114,2	
20	A19	65	1500	1550		96,7		53	58		91,8		49	45		109,3		
RATA-RATA			1992,49					59,29					55,345					

NO	KODE	USIA	TINGKAT KONSUMSI SESUDAH INTERVENSI														
			KH (gram)					PURIN (mg)					CAIRAN (ml)				
			AKTUAL	AKG (KEBUTUHAN)	KURANG <80%	BAIK 80-110%	LEBIH >110%	AKTUAL	AKG (KEBUTUHAN)	KURANG <80%	BAIK 80-110%	LEBIH >110%	AKTUAL	AKG (KEBUTUHAN)	KURANG <80%	BAIK 80-110%	LEBIH >110%
1	A14	37	318	340		93,4		108	150		106,6		2000	2350		85,1	
2	A16	40	425	415		102,4		108	150		92		1800	2500	72		
3	A5	42	330	340		97,1		141	150		90,6		2000	2350		85,1	
4	A12	44	315	340		92,6		108	150	78,6			2000	2350		85,1	
5	A7	45	329	340		96,7		108	150		90,6		1800	2350	76,5		
6	A3	47	346	340		101,6		108	150		92		1800	2350	76,5		
7	A20	50	250	280		89,4		108	150		90,6		1600	2350	68		
8	A15	52	300	340		88,2		108	150		106,6		2200	2500		88	
9	A2	55	326	340		95,7		108	150		94		1800	2500	72		
10	A13	55	345	340		101,4		169	150	72			2000	2500		80	
11	A10	56	305	280		108,7		108	150	78,6			1800	2350	76,5		
12	A4	58	265	280		94,7		108	150	72			2000	2350		85,1	
13	A8	59	276	280		98,6		108	150		90,6		1800	2350	76,5		
14	A1	60	314	340		92,2		108	150		94		1800	2500	72		
15	A6	60	275	280		98,2		141	150		92		1600	2350	68		
16	A9	60	320	340		94,1		141	150	78,6			2000	2500		80	
17	A17	60	215	280	76,6			108	150	78,6			2000	2350		85	
18	A18	60	330	340		97		108	150		90,6		1800	2500	72		
19	A11	65	218	230		94,6		108	150		106,6		1200	1550	77,4		
20	A19	65	246	230		106,7		108	150		94		1200	1550	77,4		
RATA-RATA			302,31					116					1810				

Lampiran 6. Uji SPSS

- Uji Normalitas Tingkat Pengetahuan

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
PRETEST	.159	20	.200*	.933	20	.177
POSTTEST	.146	20	.200*	.941	20	.251

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

a. Lilliefors Significance Correction

- Uji Paired T Test Tingkat Pengetahuan

Paired Samples Test

	Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
				Lower	Upper			
Pair 1 PRETEST - POSTTEST	-11.00000	10.07864	2.25365	-15.71695	6.28305	-4.881	19	.000

- Uji Normalitas Tingkat Konsumsi

ENERGI

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
ENERGI_SEBELUM	.101	20	.200*	.981	20	.949
ENERGI_SESUDAH	.171	20	.126	.944	20	.281

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

a. Lilliefors Significance Correction

PROTEIN

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
PROTEIN_SEBELUM	.137	20	.200*	.953	20	.423
PROTEIN_SESUDAH	.191	20	.055	.946	20	.309

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

a. Lilliefors Significance Correction

LEMAK

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
LEMAK_SEBELUM	.159	20	.200*	.948	20	.336
LEMAK_SESUDAH	.111	20	.200*	.974	20	.841

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

a. Lilliefors Significance Correction

KARBOHIDRAT

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
KH_SEBELUM	.120	20	.200*	.957	20	.490
KH_SESUDAH	.143	20	.200*	.940	20	.242

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

a. Lilliefors Significance Correction

PURIN

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
PURIN_SEBELUM	.186	20	.068	.871	20	.012
PURIN_SESUDAH	.245	20	.003	.894	20	.032

a. Lilliefors Significance Correction

CAIRAN

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
CAIRAN_SEBELUM	.308	20	.000	.846	20	.005
CAIRAN_SESUDAH	.284	20	.000	.826	20	.002

a. Lilliefors Significance Correction

- Uji Paired T Test Tingkat Konsumsi

ENERGI

Paired Samples Test

	Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
				Lower	Upper			
Pair 1 ENERGI_SEBELUM - ENERGI_SESUDAH	-260.25000	141.47340	31.63441	-326.46159	-194.03841	-8.227	19	.000

PROTEIN

Paired Samples Test

	Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
				Lower	Upper			
Pair 1 PROTEIN_SEBELUM - PROTEIN_SESUDAH	15.90000	10.80400	2.41585	10.84357	20.95643	6.582	19	.000

LEMAK

Paired Samples Test

	Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
				Lower	Upper			
Pair 1 LEMAK_SEBELUM - LEMAK_SESUDAH	15.60000	14.37249	3.21379	8.87347	22.32653	4.854	19	.000

KARBOHIDRAT

Paired Samples Test

	Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
				Lower	Upper			
Pair 1 KH_SEBELUM - KH_SESUDAH	33.65000	49.96765	11.17311	10.26442	57.03558	3.012	19	.007

- Uji Wilcoxon Tingkat Konsumsi

PURIN

Test Statistics^a

	PURIN_SESUD AH - PURIN_SEBEL UM
Z	-3.467 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	.001

- Wilcoxon Signed Ranks Test
- Based on positive ranks.

CAIRAN

Test Statistics^a

	CAIRAN_SESU DAH - CAIRAN_SEBE LUM
Z	-2.640 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	.008

- Wilcoxon Signed Ranks Test
- Based on negative ranks.

- Uji Normalitas Kadar Asam Urat

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
AS URAT_SEBELUM	.253	20	.002	.782	20	.000
AS URAT_SESUDAH	.227	20	.008	.862	20	.009

- Lilliefors Significance Correction

- Uji Wilcoxon Kadar Asam Urat

Test Statistics^a

	AS URAT_SESUD AH - AS URAT_SEBELU M
Z	-2.334 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	.020

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on positive ranks.

Kebutuhan Gizi Sehari

Kalori : Kkal Lemak : gram

Protein : gram Karbohidrat : gram

Pembagian Makanan Sehari

Pagi Jam 06.00 – 08.00	Berat (gr) *URT
Nasi / pengganti
Hewani / nabati
Sayuran
Minyak
Gula pasir

Selingan Jam 10.00 :

Siang Jam 12.00 – 13.00	Berat (gr) *URT
Nasi / pengganti
Hewani / nabati
Sayuran
Minyak
Gula pasir

Selingan Jam 16.00 :

Malam Jam 18.00 – 19.00	Berat (gr) *URT
Nasi / pengganti
Hewani / nabati
Sayuran
Minyak
Gula pasir

Selingan Jam 21.00 :

Contoh Menu

PAGI	SIANG	MALAM
Nasi Telur dadar isi wortel dan tomat Teh manis Semangka	Nasi Ikan bakar saos kecap (1/2 ptg) Tempe bacem (1 ptg kecil) Sayur sop Buah jeruk	Nasi Semur daging Pepes tahu Tumis sawi dan tomat Buah pisang ambon





KEMENTERIAN KESEHATAN RI
2011

DIE7

RENDAH PURIN

Nama :

Umur :

Tinggi Badan :

Berat Badan :

Alamat :

Tanggal :

*) Ukuran Rumah Tangga

Diet Rendah Purin

Diberikan antara lain kepada pasien penyakit Gout dimana kadar asam urat dalam darah tinggi.

Purin adalah hasil metabolisme protein yang dapat membentuk kristal asam urat dan dapat menumpuk pada sendi-sendi tangan serta ginjal/saluran kencing.

Tujuan diet

- Menurunkan kadar asam urat dalam darah
- Memperlancar pengeluaran asam urat

Syarat dan Prinsip diet

- Energi diberikan sesuai kebutuhan tubuh. Bila berat badan berlebih kebutuhan energi mengikuti pedoman diet energi rendah
- Protein rendah, yaitu 1 - 1,2 g/kg BB atau 10 - 15% dari kebutuhan energi total. Hindari bahan makanan sumber protein yang mempunyai kandungan purin >150 mg/100 g
- Lemak rendah, yaitu tidak lebih dari 30%, 10% nya dari protein hewani
- Karbohidrat tinggi, yaitu 65 - 75% dari kebutuhan energi total, berupa karbohidrat kompleks
- Vitamin dan mineral diberikan sesuai kebutuhan
- Cairan tinggi, dianjurkan 2 - 3 liter/hari untuk membantu pengeluaran kelebihan asam urat dan mencegah terjadinya pengendapan asam urat dalam ginjal
- Apabila BB lebih, dianjurkan untuk menurunkan BB karena akan membantu menurunkan kadar purin dalam darah

Pengaturan Makanan

Jenis Bahan	Golongan A (100-1000 mg)	Golongan B (10-100 mg)	Golongan C (0-9 mg) (Dapat diabaikan)
Karbohidrat	-	-	Nasi, ubi, singkong, jagung, roti, mie, bihun, dan tepung beras
Protein hewani	Hati, ginjal, otak, jantung, jerohan, ekstrak daging/kaldu, remis, kerang, bebek, sarden, dan makarel	Ikan (selain golongan A), daging sapi, ayam, udang, dan kerang	Keju, susu, dan telur
Protein nabati	-	Kacang kering dan olahannya, tahu dan tempe	-
Lemak	-	-	Lemak dan minyak
Sayuran	-	Asparagus, bayam, daun singkong, kangkung, serta daun dan biji melinjo	Selain golongan B
Buah-buahan	-	-	Semua
Lain-lain	Alkohol, ragi, dan makanan yang diawetkan	-	Cake, kue kering, dan puding

Sumber : (Almatsier, 2004)

Cara mengatur diet

- Memasak dengan merebus, mengukus, mengungkep, menumis, memanggang, pepes
- Perbanyak konsumsi buah-buahan yang mengandung air untuk memperlancar pengeluaran asam urat
- olahraga secara teratur untuk mencegah kaku sendi
- Bila disertai dengan darah tinggi dan atau penyakit jantung diberikan pula diet rendah garam
- Hati-hati dengan minuman atau suplemen berenergi (lebih baik konsultasi ke dokter)



Telur ayam	1 btr	50
Telur bebek	1 btr	55
Telur puyuh	5 btr	55
Usus sapi	1 ptg bsr	50

Tinggi Lemak

Bahan Makanan	URT	Berat (gr.)
Bebek	1 ptg sdg	45
Cornet beef	2 sdm	45
Ayam dengan kulit	1 ptg sdg	55
Sosis	1 ptg sdg	50

GOLONGAN III SUMBER PROTEIN NABATI

1 satuan penukar (tempe 2 ptg sdg = 50gr) mengandung 75 kal

Bahan Makanan	URT	Berat (gr.)
Kacang hijau	2 sdm	20
Kacang kedelai	2½ sdm	25
Kacang merah	2 sdm	20
Kacang tanah	2 sdm	15
Keju kacang tanah	1 sdm	15
Kacang tolo	2 sdm	20
Oncorn	2 sdm	40
Saridele bubuk	2½ sdm	25
Tahu	1 sdm	110

GOLONGAN IV SAYURAN

SAYURAN A
1 satuan penukar (100 gr sayur) mengandung 50 kalori,
3 gr protein, 10 gr KH

Bahan Makanan

Bayam	Kacang panjang
Buncis	Nangka
Daun minjjo	Pare
Daun pepaya	Wortel
Labu siam	Jagung muda
Daun luntas	jantung pisang
Daun ketela rambat	Kacang kapri

GOLONGAN I

SUMBER KARBOHIDRAT

Penukar (100 gr nasi) = 175 kalori
4g protein, 40g karbohidrat

Bahan Makanan	URT	Berat (gr.)
Bihun	½ gls	50
Bubur beras	2 gls	400
Biskuit	4 bh besar	40
Havermout	5½ sdm	45
Kentang	2 bj	210
Creakers	5 bh besar	50
Makaroni	½ gls	50
Mi kering	1 gls	50
Mi basah	2 gls	200
Nasi tim	1 gls	200
Roti putih	3 iris	70
Singkong	1½ ptg	120
Tepung sagu	8 sdm	50
Tepung Hun kwe	10 sdm	50
Tepung singkong	5 sdm	50
Talaa	½ bj sdg	125
Tepung terigu	5 sdm	50
Tepung maizena	10 sdm	50
Tepung beras	10 sdm	50
Ubi	1 bj sdg	135

GOLONGAN II

SUMBER PROTEIN HEWANI

Rendah Lemak

Bahan Makanan	URT	Berat (gr.)
Ayam tanpa kulit	1	40
Babat	1	40
Daging kerbau	1	35
Ikan kakap	⅓	35
Ikan asin	1	15
Teri kering	1	20
Udang segar	5	35

Lemak Sedang

Bahan Makanan	URT	Berat (gr.)
Bakso	10 ptg sdg	170
Daging kambing	1 ptg sdg	49
Hati ayam	1 ptg sdg	30
Hati sapi	1 ptg sdg	35
Otak	1 ptg bsr	65

DAFTAR PENUKAR BAHAN MAKANAN



SALAD

"YOUR HEALTH IS PRIORITY"

GOLONGAN VI SUSU			
Bahan Makanan	URT	Berat (g.)	
Susu tanpa lemak			
Susu skim cair	1 gls	200	
Tepung susu skim	4 sdm	40	
Yogurt non fat	3/4 gls	120	
Susu rendah lemak			
Bahan Makanan			
Keju	1 ptg kcl	35	
Susu kambing	3/4 gls	165	
Susu sapi	1 gls	200	
Susu kental manis	1/2 gls	100	
Yogurt susu penuh	1 gls	200	
Susu tinggi lemak			
Bahan Makanan			
Susu kerbau	1/2 gls	100	
Tepung susu penuh	6 sdm	30	
GOLONGAN VII MINYAK			
1 penukar = 50,7 gr protein, 5 gr lemak			
Bahan Makanan			
Alpukat	1/2 bh bsr	60	
Kacang almond	7 bj	25	
Margarin jagung	1 sdt	5	
Minyak bunga matahari	1 sdt	5	
Minyak jagung	1 sdt	5	
Minyak kedelai	1 sdt	5	
Minyak kacang tanah	1 sdt	5	
Minyak zaitun	1 sdt	5	

Sayuran B			
Bahan Makanan	URT	Berat (g.)	
Daun kacang panjang			
Lobak			
Pepaya muda			
Kangkung			
Rebung			
Sawi			
Ketimun			
Tomat			
Selada			
Kecipir muda			
Kool / kobis			
Kembang kool			
Labu air			
Jamur segar			
GOLONGAN V BUAH DAN GULA			
1 satuan penukar = 50 kalori, 12 KH			
Golongan A			
Bahan Makanan			
Gula	1 sdm	13	
Anggur	20 bh sdg	165	
Duku	16 bh sdg	80	
Durian	24 bj bsr	35	
Jeruk manis	2 bh sdg	110	
Mannga	3/4 bh bsr	90	
Nanas	1/4 bh sdg	95	
Sawo	1 bh sdg	95	
Rambutan	8 bh	75	
Sirsak	1/2 gls	60	
Madu	1 sdm	15	
Nangka masak	3 bj sdg	45	
Korma	3 bj sdg	15	
Melon	1 ptg bsr	190	
Golongan A			
Bahan Makanan			
Jambu air	2 bh bsr	110	
Jambu biji	1 bh kcl	90	
Pepaya	1 ptg bsr	190	
Salak	2 bh sdg	65	
Semangka	2 ptg sdg	180	
Apel	1 bh	85	
Blimbing	1 bh bsr	140	
Pisang ambon	1 bh kcl	50	
Kolang-kaling	1 bh sdg	25	
Kedondong	2 bh sdg	120	

1. Lemak tidak jenuh

Bahan Makanan	URT	Berat (g.)
Kelapa	1 ptg kcl	15
Kelapa panut	2 1/2 sdg	15
Lemak babi / sapi	1 ptg kcl	5
Mentega	1 sdm	15
Minyak kelapa	1 sdt	5
Minyak inti kelapa sawit	1 sdt	5
Santan	3/4 gls	40

GOLONGAN VIII MAKANAN TANPA KALORI	
Agar-agar	Aspartam, sakarin
Air kaldu	kecap
Air mineral	kopi
Cuka	teh

Ukuran Rumah Tangga (URT)	
Bh = buah	B = biji
Btg = batang	Btr = butir
Bsr = besar	Gr = Gram
Gls = gelas (240ml)	Kcl = kecil
Ptg = potong	Sdg = sedang
Sdt = sendok teh	Sdm = sendok makan

Sumber : (Almatsier, 2004)

Lampiran 8. Dokumentasi



Pengambilan data diri responden dan wawancara menggunakan food recall 24 jam



Pengambilan data diri responden dan wawancara menggunakan food recall 24 jam



Pengambilan data diri responden dan wawancara menggunakan food recall 24 jam



Pemberian konseling



Pengambilan data diri responden dan wawancara menggunakan food recall 24 jam



Pemberian konseling