

LAMPIRAN

Lampiran 1

PLAN OF ACTION (POA)
(Oktober 2021 – Juli 2022)

Nama : Arum Widya Irawan

NIM : P17211183036

Prodi : Sarjana Terapan Keperawatan Malang

Judul : Hubungan Aktivitas Fisik dan Pola Makan dengan Tekanan

Darah Pada Penderita Hipertensi Usia 45-59 Tahun

N o	Kegiatan Penelitian	Oktober				November				Desember				Januari				Februari				Maret				April				Mei				Juni				Juli			
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4				
1	Tahap persiapan																																								
	Penentuan judul																																								
	Mencari literatur																																								
	Penyusunan proposal																																								
	Konsultasi proposal																																								
	Perbaikan proposal																																								
	Ujian sidang proposal																																								
	Revisi proposal																																								
2	Tahap Pelaksanaan																																								
	Pengolahan Data																																								
	Analisa Data																																								
	Konsultasi Hasil																																								
3	Tahap Evaluasi																																								
. Perbaikan Hasil																																									
. Pencatatan & Pelaporan Hasil																																									
. Ujian Sidang Skripsi																																									
. Perbaikan Hasil																																									

Pembimbing Utama

Pembimbing Pendamping

Mahasiswa

Joko Pitoyo, S. Kp., M. Kep
NIP.197306151997032001

Nurul Hidayah, S.Kep., Ns., M.Kep
NIP. 196211221988031002

Arum Widya Irawan
Nim. P17211183036

Lampiran 2

SURAT STUDI PENDAHULUAN INSTITUSI



Nomor : LB.02.03/3/ 1761 /2021
Lampiran : 1 (Satu) Exp.
Perihal : Permohonan Rekomendasi Studi Pendahuluan untuk Penyusunan Proposal Skripsi
Mahasiswa Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Malang

Kepada Yth:
Kepala Dinas Kesehatan Kabupaten Malang
Jl. Panji No. 120, Penarukan, Kec. Kepanjen Kab. Malang
di –
Malang

Bersama ini kami mohon bantuan demi terlaksananya kegiatan Studi Pendahuluan untuk bahan penyusunan Proposal Skripsi bagi Mahasiswa Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Malang di wilayah kerja Dinas Kesehatan Kabupaten Malang dan untuk selanjutnya kami mohon rekomendasi ke Puskesmas Jabung Kabupaten Malang.

Adapun mahasiswa yang akan melaksanakan Studi Pendahuluan adalah:
Nama : Arum Widya Irawan
NIM/Semester : P17211183036 / VII
Asal Program Studi : Sarjana Terapan Keperawatan Malang
Judul Skripsi : Hubungan Aktivitas Fisik, Pola Makan dan Konsumsi Obat Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Usia 35-75 Tahun

Demikian atas perhatian dan kerjasamanya disampaikan terima kasih.

Malang, 07 Desember 2021
Lm. Direktur
Ketua Jurusan Keperawatan,
The official stamp is a circular blue ink stamp. It contains the text: KEMENTERIAN KESEHATAN RI, BADAN PENGEMBANGAN DAN PEMBERDAYAAN SUMBER DAYA MANUSIA KESEHATAN, POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MALANG. Overlaid on the stamp is a handwritten signature in blue ink.
Imam Subekti, S.Kp., M.Kep., Sp.Kom.
NID. 196512051989121001

Tembusan disampaikan kepada Yth:
1. Ketua Prodi Sarjana Terapan Keperawatan Malang
2. Kepala Puskesmas Jabung Kabupaten Malang

Lampiran 3

SURAT STUDI PENDAHULUAN DINKES KABUPATEN MALANG



PEMERINTAH KABUPATEN MALANG
DINAS KESEHATAN
Jl. Panji No.120 Kepanjen Telp. (0341) 393730 Fax. (0341) 393731
KEPANJEN - 65163



SURAT KETERANGAN KESEDIAAN

Nomor : 070/7137 /35.07.103/2021

Sebagai Lokus Studi Pendahuluan

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Dra. KRISNA MINTOROWATI, MM
NIP. : 19711102 199602 001
Jabatan : SEKRETARIS DINAS KESEHATAN
Instansi : DINAS KESEHATAN
Alamat : JL. PANJI NO. 120 KEPANJEN

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa memberikan ijin kepada:

Nama : Arum Widya Irawan
NIM : P17211183036
Pekerjaan : Mahasiswa
Instansi : Poltekkes Kemenkes Malang

Untuk melaksanakan Studi Pendahuluan di UPT Puskesmas Jabung Kabupaten Malang.

Demikian Surat Keterangan Kesediaan ini dibuat dengan sebenarnya.

Kepanjen, 17 Desember 2021



Dra. KRISNA MINTOROWATI, MM
Pembina Tingkat I
NIP. 19711102 199602 2 001

Lampiran 4

SURAT STUDI PENDAHULUAN BANGKESBANGPOL



PEMERINTAH KABUPATEN MALANG
BADAN KESATUAN BANGSA DAN POLITIK
Jl. Panji No. 158 Telp. (0341) 366260 Fax. (0341) 366260
Email: bakesbangpol@malangkab.go.id – Website: <http://www.malangkab.go.id>
KEPANJEN-65163

SURAT KETERANGAN
NOMOR : 072/451/35.07.207/2022
Untuk melakukan Survey/Reserch/Penelitian/PKL/Magang

Dasar : Surat dari Ketua Prodi Sarjana Terapan Keperawatan Politeknik Kesehatan
Kemenkes Malang Nomor: LB.02.03/3/1890/2021 Tanggal: 23 Desember 2021
Perihal: Permohonan Ijin Studi Pendahuluan

Dengan ini Kami **TIDAK KEBERATAN** dilaksanakan Studi Pendahuluan oleh
Nama/Instansi : Arum Widya Irawan/ Politeknik Kesehatan Kemenkes
Kabupaten Malang
Alamat : Jl Besar Ijen n0. 77 c Malang
Thema/Judul/survey/Research : Hubungan Aktivitas Fisik,Pola Makan dan Konsumsi Obat
Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Usia
35-75 Tahun
Daerah/Tempat : Puskesmas Jabung Kabupaten Malang
Lamanya : Januari s/d Mei 2022
Pengikut : -

Dengan ketentuan :

1. Mentaati ketentuan – ketentuan / Peraturan yang berlaku;
2. Sesampainya ditempat supaya melapor kepada pejabat setempat;
3. Setelah selesai mengadakan kegiatan harap segera melapor kembali ke Bupati Malang melalui Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Kabupaten Malang;
4. Surat keterangan ini tidak berlaku apabila tidak memenuhi ketentuan tersebut diatas.

Kepanjen, 12 Januari 2022

a.n. Plt. KEPALA BADAN KESATUAN BANGSA DAN POLITIK

KABUPATEN MALANG

Sekretaris



YULI SUWITANINGSIH, S.Sos., M.M

Pembina (IVa)

NIP. 19640709 198803 2 007

Tembusan :

Yth. Sdr.

1. Kepala Dinas Kesehatan Kabupaten Malang;
2. Ketua Prodi Sarjana Terapan Keperawatan Malang;
3. Kepala Puskesmas Kecamatan Jabung Kabupaten Malang;
4. Mahasiswa/yang bersangkutan.

Lampiran 5

SURAT PENELITIAN INSTITUSI UNTUK BANGKESBANGPOL



KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
DIREKTORAT JENDERAL TENAGA KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MALANG
Jl. Besar Ijen No. 77 C Malang, 65112 Telp (0341) 566075, 571388 Fax (0341) 556746
Website : <http://www.poltekkes-malang.ac.id> E-mail : direktorat@poltekkes-malang.ac.id



Nomor : LB.02.03/3/ 1011 /2022
Lampiran: 1 (Satu) Exp.
Perihal : Permohonan Ijin Pengambilan Data untuk Penyusunan Skripsi
Mahasiswa Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Malang

Kepada Yth:
Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Kabupaten Malang
Jl. Panji, Kepanjen
di –
Kab. Malang

Bersama ini kami mohon bantuan demi terlaksananya kegiatan Pengambilan Data untuk bahan penyusunan Skripsi bagi Mahasiswa Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Malang di wilayah kerja Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Kabupaten Malang dan untuk selanjutnya mohon rekomendasi ke Dinas Kesehatan Kabupaten Malang dan Puskesmas Jabung Kabupaten Malang. Pengambilan data yang dimaksud dilaksanakan mulai bulan 10 Juni – 10 Juli 2022.

Adapun mahasiswa yang akan melaksanakan Pengambilan Data adalah:

Nama : Arum Widya Irawan
NIM/Semester : P17211183036 / VIII
Asal Program Studi : Sarjana Terapan Keperawatan Malang
Judul Skripsi : Hubungan Aktivitas Fisik dan Pola Makan Dengan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Usia 45-59 Tahun

Demikian atas perhatian dan kerjasamanya disampaikan terima kasih.



Malang, 02 Juni 2022

.....a.n. Direktur
Ketua Jurusan Keperawatan,

Imam Subekti, S.Kp., M.Kep., Sp.Kom.
NIP. 196512051989121001

Tembusan disampaikan kepada Yth:

1. Ketua Prodi Sarjana Terapan Keperawatan Malang
2. Kepala Dinas Kesehatan Kabupaten Malang
3. Kepala Puskesmas Jabung Kabupaten Malang

- Kampus Utama : Jl. Besar Ijen No. 77 C Malang, Telp (0341) 566075, 571388
- Kampus I : Jl. Srikoyo No. 106 Jember, Telp (0331) 486613
- Kampus II : Jl. A. Yani Sumberporong Lawang Telp. (0341) 427847
- Kampus III : Jl. Dr. Soetomo No. 46 Bilhar Telp. (0342) 801043
- Kampus IV : Jl. KH Wakhid Hasyim No. 64B Kediri Telp. (0354) 773095
- Kampus V : Jl. Dr. Soetomo No. 5 Trenggalek, Telp. (0355) 791293
- Kampus VI : Jl. Dr. Cipto Mangunkusumo No. 82 A Ponorogo, Telp. (0352) 461792



Lampiran 6

SURAT PENELITIAN INSTITUSI UNTUK DINKES KABUPATEN MALANG



**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
DIREKTORAT JENDERAL TENAGA KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MALANG**

Jl. Besar Ijen No. 77 C Malang, 65112 Telp (0341) 566075, 571388 Fax (0341) 556746
Website : <http://www.poltekkes-malang.ac.id> E-mail : direktorat@poltekkes-malang.ac.id



Nomor : LB.02.03/3/ 1012 /2022
Lampiran: 1 (Satu) Exp.
Perihal : Permohonan Ijin Pengambilan Data untuk Penyusunan Skripsi
Mahasiswa Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Malang

Kepada Yth:
Kepala Dinas Kesehatan Kabupaten Malang
Jl. Panji, Kepanjen
di –
Kab. Malang

Bersama ini kami mohon bantuan demi terlaksananya kegiatan Pengambilan Data untuk bahan penyusunan Skripsi bagi Mahasiswa Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Malang di wilayah kerja Dinas Kesehatan Kabupaten Malang dan untuk selanjutnya mohon rekomendasi ke Puskesmas Jabung Kabupaten Malang. Pengambilan data yang dimaksud dilaksanakan mulai bulan 10 Juni – 10 Juli 2022.

Adapun mahasiswa yang akan melaksanakan Pengambilan Data adalah:

Nama : Arum Widya Irawan
NIM/Semester : P17211183036 / VIII
Asal Program Studi : Sarjana Terapan Keperawatan Malang
Judul Skripsi : Hubungan Aktivitas Fisik dan Pola Makan Dengan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Usia 45-59 Tahun

Demikian atas perhatian dan kerjasamanya disampaikan terima kasih.

Malang, 02 Juni 2022


Imam Subekti, S.Kp., M.Kep., Sp.Kom.
NIP. 196512051989121001

Tembusan disampaikan kepada Yth:

1. Ketua Prodi Sarjana Terapan Keperawatan Malang
2. Kepala Puskesmas Jabung Kabupaten Malang

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



SURAT IZIN PENELITIAN BANGKESBANGPOL



PEMERINTAH KABUPATEN MALANG
BADAN KESATUAN BANGSA DAN POLITIK

Jl. Panji No. 158 Telp. (0341) 392031 Fax. (0341) 392031
Email: bakesbangpol@malangkab.go.id – Website: <http://www.malangkab.go.id>
KEPANJEN-65163

SURAT KETERANGAN

NOMOR : 072/1014/35.07.207/2022

Untuk melakukan Survey/Reserch/Penelitian/PKL/Magang

Yang bertanda tangan di bawah ini Kepala Badan Kesatuan Bangsa Dan Politik Kabupaten Malang dengan ini menerangkan bahwa:

Berdasarkan surat dari : Ketua Prodi Sarjana Terapan Keperawatan Malang
Nomor : LB.02.03/3/1011/2022
Tanggal : 02 Juni 2022
Perihal : Permohonan Ijin Pengambilan Data

Dapat Diberikan Surat Keterangan Pengambilan Data Kepada:

NO	NAMA	NIM	PRODI
1	Arum Widya Irawan	P17211183036	Sarjana Terapan Keperawatan

Judul : Hubungan Aktivitas Fisik dan Pola Makan Dengan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Usia 45-46 Tahun

Lokasi : UPT Puskesmas Jabung Kabupaten Malang

Dengan ketentuan :

1. Mentaati ketentuan – ketentuan / Peraturan yang berlaku;
2. Sesampainya ditempat supaya melapor kepada pejabat setempat;
3. Berlaku mulai tanggal 10 Juni s/d 10 Juli 2022.

Demikian surat ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Kepanjen, 03 Juni 2022

a.n. **Pt. KEPALA BADAN KESATUAN BANGSA DAN POLITIK**



Pembina

NIP. 19700126 199602 2 001

Tembusan disampaikan Yth. :

1. Ketua Prodi Sarjana Terapan Keperawatan Malang;
2. Kepala Dinas Kesehatan Kabupaten Malang;
3. Kepala Puskesmas Jabung Kabupaten Malang;
4. Mahasiswa/yang bersangkutan.

Lampiran 8

SURAT PENELITIAN DINKES KABUPATEN MALANG

	PEMERINTAH KABUPATEN MALANG DINAS KESEHATAN Jln. Panji No.120 Kepanjen Telp (0341) 393730-391621, Fax. (0341) 393731 Email : dinkes@malangkab.go.id website : http// dinkes.malangkab.go.id KEPANJEN - 65163	
Kepanjen, 10 Juni 2022		
Nomor	: 070/ 2959 /35.07.103/2022	Kepada :
Sifat	: Biasa	Yth. Ketua Prodi Terapan Keperawatan
Lampiran	: -	Poltekkes Kemenkes Malang
Perihal	: Pengambilan Data	Di -
TEMPAT		
Menindaklanjuti Surat dari Ketua Prodi Terapan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Malang Nomor LB.02.03/3/1012/2022 tanggal 03 Juni 2022 tentang Pengambilan Data, dengan ini kami TIDAK KEBERATAN dilaksanakan kegiatan tersebut oleh :		
N a m a	:	Arum Widya Irawan
N I M	:	P17211183036
Judul	:	Hubungan Aktivitas Fisik Dan Pola Makan Dengan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Usia 45-46 Tahun
Tempat Kegiatan	:	Puskesmas Jabung Kab. Malang
Waktu Kegiatan	:	10 Juni 2022 - 10 Juli 2022
Dengan ketentuan sebagai berikut : 1. Mentaati peraturan / ketentuan yang berlaku 2. Sesampainya ditempat kegiatan untuk melaporkan dan berkoordinasi kepada Pejabat yang terkait. 3. Memberikan informasi sebelum yang bersangkutan melakukan kegiatan 4. Harus memegang azas rahasia (tanpa nama / identitas responden) 5. Mempresentasikan dan menyampaikan hasil penelitian di tempat penelitian 6. Setelah selesai melaksanakan kegiatan untuk melaporkan kembali kepada Dinas Kesehatan Kabupaten Malang. 7. Surat ini tidak berlaku apabila tidak memenuhi ketentuan tersebut diatas.		
Demikian atas perhatian dan kerjasamanya disampaikan terima kasih.		
An.Plt. KEPALA DINAS KESEHATAN		
Sekretaris		
 Dra. KRISNA MINTOROWATI, MM Pembina Tingkat I NIP. 19711102 199602 2 001		
<u>Tembusan:</u> Yth. Sdr. 1. Kepala UPT Puskesmas Jabung Kab. Malang 2. Arum Widya Irawan		

Lampiran 9

SURAT ETHICAL CLEARANCE



KOMISI ETIK PENELITIAN KESEHATAN
HEALTH RESEARCH ETHICS COMMITTEE
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MALANG
STATE POLYTECHNIC OF HEALTH MALANG

KETERANGAN LOLOS KAJI ETIK
DESCRIPTION OF ETHICAL APPROVAL
"ETHICAL APPROVAL"
Reg.No.:528 / KEPK-POLKESMA/ 2022

Protokol penelitian yang diusulkan oleh **ARUM WIDYA IRAWAN**
The research protocol proposed by
Peneliti Utama
Principal In Investigator

Nama Institusi **Poltekkes Kemenkes Malang**
Name of the Institution
Dengan Judul

Hubungan Aktivitas Fisik dan Pola Makan dengan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Usia 45-59 Tahun di Puskesmas Jabung

Relationship between physical activity and diet with blood pressure in patients with hypertension aged 45-59 years at the Jabung Public Health Center

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 fulfillment of the indicators of each standard.

Pernyataan Laik Etik ini berlaku selama kurun waktu tanggal 24 Juni 2022 sampai dengan 24 Juni 2023

This declaration of ethics applies during the period June 24, 2022 until June 24, 2023

Malang, 24 Juni 2022
Head of Committee



Dr. SUSI MILWATI, S.Kp, M.Pd
NIP. 196312011987032002

Lampiran 10

DATA HASIL PENELITIAN

No	Inisial Nama	Usia	Int	Jenis Kelamin	Int	Jenis Pekerjaan	Int	Aktivitas fisik	Int	Pola Makan	Int	Tekanan Darah (mmHg)	Int
1.	Tn. N	52 th	2	L	1	Wiraswasta	1	Sedang	2	Baik	1	150/90	1
2.	Ny. N	45 th	1	P	2	Wiraswasta	1	Ringan	1	Baik	1	199/121	3
3.	Ny. S	45 th	1	P	2	IRT	2	Ringan	1	Buruk	2	172/100	2
4.	Ny. M	45 th	1	P	2	IRT	2	Ringan	1	Baik	1	140/90	1
5.	Ny. S	50 th	1	P	2	IRT	2	Sedang	2	Baik	1	147/100	1
6.	Tn. S	58 th	3	L	1	Wiraswasta	1	Ringan	1	Baik	1	160/94	2
7.	Ny. F	59 th	3	P	2	IRT	2	Ringan	1	Baik	1	167/100	2
8.	Ny. J	50 th	1	P	2	IRT	2	Ringan	1	Baik	1	150/90	1
9.	Ny. S	59 th	3	P	2	IRT	2	Ringan	1	Baik	1	175/102	2
10.	Tn. S	48 th	1	L	1	Wiraswasta	1	Ringan	1	Baik	1	174/100	2
11.	Ny. S	56 th	3	P	2	IRT	2	Ringan	1	Buruk	2	205/115	3
12.	Tn. I	53 th	2	L	1	Wiraswasta	1	Ringan	1	Buruk	2	218/98	3
13.	Ny. D	56 th	3	P	2	IRT	2	Ringan	1	Buruk	2	160/94	2
14.	Ny. R	55 th	2	P	2	Wiraswasta	1	Ringan	1	Buruk	2	168/103	2
15.	Tn. B	50 th	1	L	1	Petani	4	Sedang	2	Buruk	2	160/100	2
16.	Tn.K	57 th	3	L	1	Petani	4	Sedang	2	Buruk	2	177/106	2
17.	Ny. U	52 th	2	P	2	IRT	2	Sedang	2	Baik	1	155/98	1
18.	Tn.M	55 th	2	L	1	PNS	3	Sedang	2	Buruk	2	160/110	2
19.	Ny. S	50 th	1	P	2	IRT	2	Ringan	1	Buruk	2	170/100	2
20.	Tn. I	48 th	1	L	1	PNS	3	Sedang	2	Buruk	2	155/95	1
21.	Tn. A	45 th	1	L	1	Petani	4	Berat	3	Buruk	2	145/90	1
22.	Tn. D	46 th	1	L	1	PNS	3	Sedang	2	Buruk	2	160/100	2
23.	Ny. A	48 th	1	P	2	IRT	2	Ringan	1	Buruk	2	189/114	3
24.	Ny. D	50 th	1	P	2	PNS	3	Sedang	2	Baik	1	155/93	1

No	Inisial Nama	Usia	Int	Jenis Kelamin	Int	Jenis Pekerjaan	Int	Aktivitas fisik	Int	Pola Makan	Int	Tekanan Darah (mmHg)	Int
25.	Tn. F	53 th	2	L	1	PNS	3	Sedang	2	Buruk	2	159/95	1
26.	Ny. E	45 th	1	P	2	IRT	2	Sedang	2	Buruk	2	158/95	1
27.	Tn. E	53 th	2	L	1	PNS	3	Sedang	2	Baik	1	153/90	1
28.	Ny. S	59 th	3	P	2	IRT	2	Ringan	1	Baik	1	160/102	2
29.	Tn. S	57 th	3	L	1	Wiraswasta	1	Sedang	2	Baik	1	165/100	2
30.	Tn. E	47 th	1	L	1	Petani	4	Sedang	2	Baik	1	150/90	1
31.	Ny. E	49 th	1	P	2	Wiraswasta	1	Sedang	2	Buruk	2	150/90	1
32.	Ny. A	51 th	2	P	2	IRT	2	Ringan	1	Baik	1	160/100	2
33.	Tn. P	57 th	3	L	1	Petani	4	Berat	3	Baik	1	150/90	1
34.	Ny. S	50 th	1	P	2	IRT	2	Ringan	1	Buruk	2	186/110	3
35.	Tn. B	54 th	2	L	1	Petani	4	Berat	3	Buruk	2	165/100	2
36.	Tn. S	47 th	1	L	1	PNS	3	Sedang	2	Buruk	2	176/100	2
37.	Tn. K	55 th	2	L	1	Wiraswasta	1	Sedang	2	Buruk	2	160/100	2
38.	Ny. R	56 th	3	P	2	IRT	2	Ringan	1	Baik	1	180/110	2
39.	Ny. F	47 th	1	P	2	Wiraswasta	1	Sedang	2	Buruk	2	176/100	2
40.	Ny. L	53 th	2	P	2	Wiraswasta	1	Sedang	2	Baik	1	189/114	3
41.	Tn. C	49 th	1	L	1	PNS	3	Sedang	2	Buruk	2	190/104	3
42.	Ny. B	58 th	3	P	2	IRT	2	Ringan	1	Buruk	2	205/115	3
43.	Ny. K	59 th	3	P	2	IRT	2	Ringan	1	Baik	1	168/100	2
44.	Ny. D	54 th	2	P	2	Petani	4	Sedang	2	Buruk	2	179/100	2
45.	Ny. S	49 th	1	P	2	IRT	2	Ringan	1	Baik	1	173/100	2
46.	Tn. K	51 th	2	L	1	Petani	4	Berat	3	Buruk	2	198/110	3
47.	Tn. R	46 th	1	L	1	PNS	3	Sedang	2	Baik	1	185/110	3
48.	Ny. M	57 th	3	P	2	Wiraswasta	1	Sedang	2	Baik	1	179/100	2
49.	Ny. N	50 th	1	P	2	IRT	2	Ringan	1	Buruk	2	215/111	3
50.	Ny. G	55 th	2	P	2	IRT	2	Ringan	1	Buruk	2	210/117	3
51.	Ny. R	59 th	3	P	2	IRT	2	Ringan	1	Baik	1	197/111	3
52.	Tn. K	54 th	2	L	1	Wiraswasta	1	Sedang	2	Buruk	2	187/110	3

No	Inisial Nama	Usia	Int	Jenis Kelamin	Int	Jenis Pekerjaan	Int	Aktivitas fisik	Int	Pola Makan	Int	Tekanan Darah (mmHg)	Int
53.	Tn. L	51 th	2	L	1	Petani	4	Berat	3	Buruk	2	165/100	2
54.	Tn. H	45 th	1	L	1	PNS	3	Sedang	2	Baik	1	176/100	2
55.	Tn. B	55 th	2	L	1	Wiraswasta	1	Sedang	2	Buruk	2	189/111	3
56.	Ny. F	47 th	1	P	2	Wiraswasta	1	Sedang	2	Baik	1	167/100	2
57.	Ny. D	49 th	1	P	2	Wiraswasta	1	Sedang	2	Buruk	2	179/100	2
58	Ny. K	50 th	1	P	2	IRT	2	Ringan	1	Buruk	2	211/118	3

SURAT TELAH MENGAMBIL DATA



PEMERINTAH KABUPATEN MALANG
DINAS KESEHATAN
UPT PUSKESMAS JABUNG

Jalan Raya Kemantren 40 Telp. (0341) 793141 Jabung
Email : jabungpkm@gmail.com
JABUNG-65155



SURAT KETERANGAN

Nomor : 070 / 155 . 9 / 35.07.103.132/2022

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : drg. ERVAN SUHERJANTANA
NIP : 19691108 200501 1 007
Pangkat / Gol. Ruang : Pembina Tingkat I / (IV/b)
Jabatan : Kepala UPT Puskesmas Jabung Malang

Menerangkan bahwa yang tersebut dibawah ini :

Nama : ARUM WIDYA IRAWAN
NIM/Semester : P172211183036 / VIII
Program Studi : Sarjana Terapan Keperawatan Malang
Judul Karya Ilmiah : Hubungan Aktifitas Fisik dan Pola Makan dengan Tekanan Darah
pada Penderita Hipertensi Usia 45-46 Tahun di Wilayah Kerja
Puskesmas Jabung Kabupaten Malang.
Waktu Pelaksanaan : Juni 2022

Bahwa Mahasiswi tersebut telah selesai melaksanakan kegiatan penelitian di UPT
Puskesmas Jabung pada bulan Juni 2022.

Demikian surat keterangan ini dibuat dengan sebenarnya untuk dapat dipergunakan
sebagaimana mestinya.

Jabung, 1 Juli 2022
Kepala UPT Puskesmas Jabung

drg. ERVAN SUHERJANTANA
Pembina Tingkat 1
NIP. 19691108 200501 1 007

Penjelasan Sebelum Persetujuan (PSP) Responden

Judul Penelitian

“ Hubungan Aktivitas Fisik Dan Pola Makan Dengan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Usia 45 – 59 Tahun Di Puskesmas Jabung “.

Keterangan Ringkas Penelitian :

Nama saya Arum Widya Irawan mahasiswa Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan Malang Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang akan melakukan penelitian untuk menyusun tugas akhir atau skripsi dengan judul “Hubungan Aktivitas Fisik Dan Pola Makan Dengan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Usia 45 -59 Tahun Di Puskesmas Jabung”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana aktivitas fisik dan pola makan masyarakat penderita hipertensi di daerah puskesmas jabung dan mengetahui hubungan antara aktivitas fisik dengan tekanan darah, dan pola makan dengan tekanan darah.

Perlakuan

Peneliti akan meminta persetujuan dari responden yang berisi data umum yang meliputi inisial nama, usia, jenis kelamin, pekerjaan, dan tingkat pendidikan, sedangkan data khusus yakni tekanan darah, aktivitas fisik dalam dalam satu minggu dan pola makan yang dilakukan responden selama satu minggu. Data khusus tersebut didapatkan dari pengisian kuesioner yang dilakukan oleh responden. Perlakuan yang diterima berupa observasi tekanan darah serta pemberian kuesioner, dan pengisian lembar *inform consent*.

Manfaat:

Manfaat responden ikut dalam penelitian ini adalah menambah pengetahuan dan informasi yang tepat bagi responden mengenai hubungan aktivitas fisik dan pola makan dengan tekanan darah pada hipertensi.

Kerahasiaan :

Semua data yang berhubungan dengan penelitian ini akan dijamin kerahasiaannya. Data yang diperoleh hanya diketahui oleh peneliti dan responden. Datanya akan disajikan dalam penelitian dengan tetap menjaga kerahasiaan identitas dan untuk pengembangan ilmu keperawatan khususnya di bidang keperawatan, serta tidak digunakan untuk keperluan lainnya.

Bahaya Potensial :

Tidak ada bahaya potensial yang diakibatkan oleh keterlibatan responden dalam penelitian ini, karena dalam penelitian ini observasi yang dilakukan tidak berbahaya bagi responden.

Hak untuk undur diri :

Keikutsertaan responden dalam penelitian ini bersifat sukarela. Responden berhak untuk mengundurkan diri kapanpun, tanpa menimbulkan konsekuensi yang merugikan responden.

Lampiran 13

SURAT PERMOHONAN MENJADI RESPONDEN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Arum Widya Irawan
NIM : P17211183036
Pekerjaan : Mahasiswa
Alamat : Jalan Simpang Ijen Blok A No 12, Klojen, Malang
No HP : 0813589100125

Bermaksud akan mengadakan penelitian dengan judul “ Hubungan Aktivitas Fisik Dan Pola Makan Dengan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Usia 45-59 Tahun Di Puskesmas Jabung “. Kerahasiaan semua informasi akan dijaga dan dipergunakan untuk kepentingan penelitian. Oleh karena itu saudara tidak perlu menuliskan alamat dan nama lengkap hanya inisial saja.

Penelitian ini tidak akan menimbulkan kerugian bagi saudara maupun keluarga dan dapat memberikan manfaat berupa tekanan darah saudara saat itu, serta aktivitas fisik dan pola makan yang selama ini responden lakukan, jika saudara tidak bersedia menjadi responden, maka tidak ada ancaman bagi saudara dan keluarga.

Demikian permohonan diri saya, atas bantuan dan kerja sama saudara, saya ucapkan terimakasih

Malang,

Hormat Saya

(Arum Widya Irawan)

Lampiran 14

FORM DATA AWAL RESPONDEN

Petunjuk :

Jawaban diisi oleh responden kecuali, tekanan darah dan no responden yang akan diisi oleh peneliti.

No Responden :

Tanggal Penelitian :

Inisial Nama :

Usia :

Jenis Kelamin :

Pekerjaan :

Tekanan Darah :

Lampiran 15

LEMBAR KUESIONER *Global Physical Activity Questionnaire* (GPAQ)

Aktivitas Fisik			
Kode	Pertanyaan	Jawaban	Rumus MET
Aktivitas fisik saat belajar/bekerja (aktivitas termasuk kegiatan latihan, aktivitas rumah tangga, belajar, dll)			
P1	Apakah aktivitas fisik sehari-hari anda, termasuk aktivitas berat (seperti membawa beban berat (kuli), menggali, bertani, atau pekerjaan kontruksi lain)?	Ya Tidak (langsung ke P4)	8.0 x menit aktivitas berat x jumlah har
P2	Berapa hari dalam seminggu anda melakukan aktvitas berat (seperti membawa beban berat (kuli), menggali, bertani, atau pekerjaan kontruksi lain) ?	hari	
P3	Berapa lama dalam sehari biasanya anda melakukan aktivitas fisik berat	menit	
P4	Apakah aktivitas sehari-hari anda termasuk Aktivitas sedang yang menyebabkan peningkatan nafas dan denyut nadi, seperti mengangkat beban ringan dan jalan sedang (minimal 10 menit), naik turun tangga, bersepeda 10 menit?	Ya Tidak (langsung ke P7)	4.0 x menit aktivitas sedang x jumlah hari
P5	Berapa hari dalam seminggu anda meakukan aktivitas sedang seperti mengangkat beban ringan dan jalan sedang (minimal 10 menit), naik turun tangga, bersepeda 10 menit?	hari	
P6	Berapa lama dalam sehari biasanya anda melakukan aktivitas sedang seperti mengangkat beban ringan dan jalan sedang (minimal 10 menit), naik turun tangga, bersepeda 10 menit?	menit	
Perjalanan dari suatu tempat ke tempat lain (perjalanan ketempat aktivitas, berbelanja,beribadah di luar,dll)			
P7	Apakah anda berjalan kaki atau bersepeda untuk pergi ke satu tempat minimal 10 menit continue, melakukan kegiatan berbelanja lebih dari 10 menit tanpa beristirahat?	Ya Tidak (langsung ke P10)	3.3 x menit aktivitas berjalan atau
			bersepeda x jumlah hari
P8	Berapa hari dalam seminggu anda berjalan kaki atau bersepeda untuk pergi ke suatu tempat (pergi ke tempat kerja, pasar, ladang)?	hari	

P9	Berapa lama dalam sehari biasanya anda berjalan kaki atau bersepeda untuk pergi kesuatu tempat (pergi ke tempat kerja, pasar, ladang)?	 menit			
aktivitas rekreasi (olahraga, fitness, dan rekreasi lainnya)					
P10	Apakah anda melakukan olahraga, fitness, atau rekreasi yang berat seperti lari, sepak bola atau rekreasi lainnya yang mengakibatkan peningkatan nafas dan denyut nadi secara besar (minimal 10 menit secara continue)	Ya Tidak (langsung ke P13)	8.0	x	menit aktivitas berjalan atau bersepeda x jumlah hari
P11	Berapa hari dalam seminggu biasanya anda melakukan olahraga, fitness, atau rekreasi yang tergolong berat (bersepeda jarak jauh)?	hari			
P12	Berapa lama dalam sehari biasanya anda melakukan olahraga, fitness, atau rekreasi yang tergolong berat?	menit			
P13	Apakah anda melakukan olahraga, fitness, atau rekreasi yang tergolong sedang seperti berjalan cepat, senam, bersepeda, berenang, voly yang mengakibatkan peningkatan nafas dan denyut nadi (minimal dalam 10 menit secara continue) ?	Ya Tidak (langsung ke P16)	4.0	x	menit aktivitas berjalan atau bersepeda x jumlah hari
P14	Berapa hari dalam seminggu biasanya anda melakukan olahraga, fitness, atau rekreasi lainnya yang tergolong Sedang di (berkeliling pusat perbelanjaan minimal 30 menit)?	hari			
P15	Berapa lama dalam sehari biasanya anda melakukan olahraga, fitness, atau rekreasi yang tergolong sedang (berkeliling pusat perbelanjaan minimal 30 menit)?	menit			
Aktivitas menetap (sedentary behavior)					
Aktivitas yang tidak memerlukan banyak gerak seperti duduk saat bekerja, duduk saat di kendaraan, menonton televisi, atau berbaring, kecuali tidur					
P16	Berapa lama anda duduk atau berbaring dalam sehari? (saat beristirahat setelah beraktivitas)	menit			

Lampiran 16

LEMBAR KUESIONER POLA MAKAN

No	Pertanyaan	Ya	Tidak
1.	Apakah anda makan daging < 3 kali dalam seminggu?		
2.	Apakah anda makan - makanan berlemak tinggi (misalnya : bersantan, jeroan) < 3 kali dalam seminggu?		
3.	Apakah anda makan - makanan gorengan < 3 kali dalam seminggu?		
4.	Apakah anda makan – makanan di luar rumah (cepat saji) < 3 kali dalam seminggu?		
5.	Apakah anda mengkonsumsi minuman yang berkafein < 3 kali dalam seminggu?		
6.	Apakah anda makan – makanan yang diasinkan (ikan asin, udang kering) < 3 kali dalam seminggu?		
7.	Apakah anda makan sayuran ≥ 3 kali dalam seminggu?		
8.	Apakah anda makan buah – buahan ≥ 3 kali dalam seminggu?		

SOP TEKanan DARAH

	POLTEKKES KEMENKES MALANG		No. Dokumen
	STANDARD OPERASIONAL PROSEDUR		No. Revisi
	MENGUKUR TEKanan DARAH		Tanggal Terbit :
			Halaman : 1
			Petugas/ Pelaksana : Arum Widya Irawan P17211183036
Pengertian	Suatu kegiatan yang dilakukan untuk mengkaji dengan cara melakukan pengukuran dan mengobservasi tekanan darah.		
Indikasi	Pasien yang memiliki riwayat ataupun menderita hipertensi.		
Tujuan	Untuk mengukur dan mengobservasi tekanan darah.		
Persiapan Alat dan Tempat	Persiapan alat : 1. Tensimeter Digital Persiapan tempat : Tempat yang aman, datar dan keras		
Persiapan Pasien	Persiapan Pasien : 1. Mengisi lembar <i>Inform Consent</i> . 2. Mengatur posisi pasien senyaman mungkin.		
Persiapan Lingkungan	Persiapan Lingkungan : Mengatur lingkungan yang aman dan nyaman dan cukup penerangan.		
Pelaksanaan	Pelaksanaan : 1. Mengatur posisi tidur terlentang/ semi fowler. 2. Lengan baju dibuka/digulung. 3. Manset tensimeter dipasang pada lengan atas +- 3 jari dari siku, pipa karet berada diluar lengan.		

	4. Manset dipasang tidak terlalu kuat/longgar (masih bisa dimasukkan jari). 5. Jika sudah terpasang dengan benar, tekan tombol start. 6. Tunggu beberapa saat hingga muncul hasil perhitungan tekanan darah. 7. Dokumentasikan hasil pengukuran. 8. Lepaskan manset dari tangan pasien, lalu tekan tombol stop untuk mematikan tensimeter.
Sikap	Sikap selama pelaksanaan : Hati- hati, dan teliti.
Evaluasi	1. Pastikan pernapasan pasien tetap stabil 2. Observasi pasien

Lampiran 18

HASIL ANALISIS SPSS

Frequency Table

		USIA			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	45-50 tahun	27	46,6	46,6	46,6
	51-55 tahun	17	29,3	29,3	75,9
	55-59 tahun	14	24,1	24,1	100,0
	Total	58	100,0	100,0	

		JENIS KELAMIN			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Laki - Laki	25	43,1	43,1	43,1
	Perempuan	33	56,9	56,9	100,0
	Total	58	100,0	100,0	

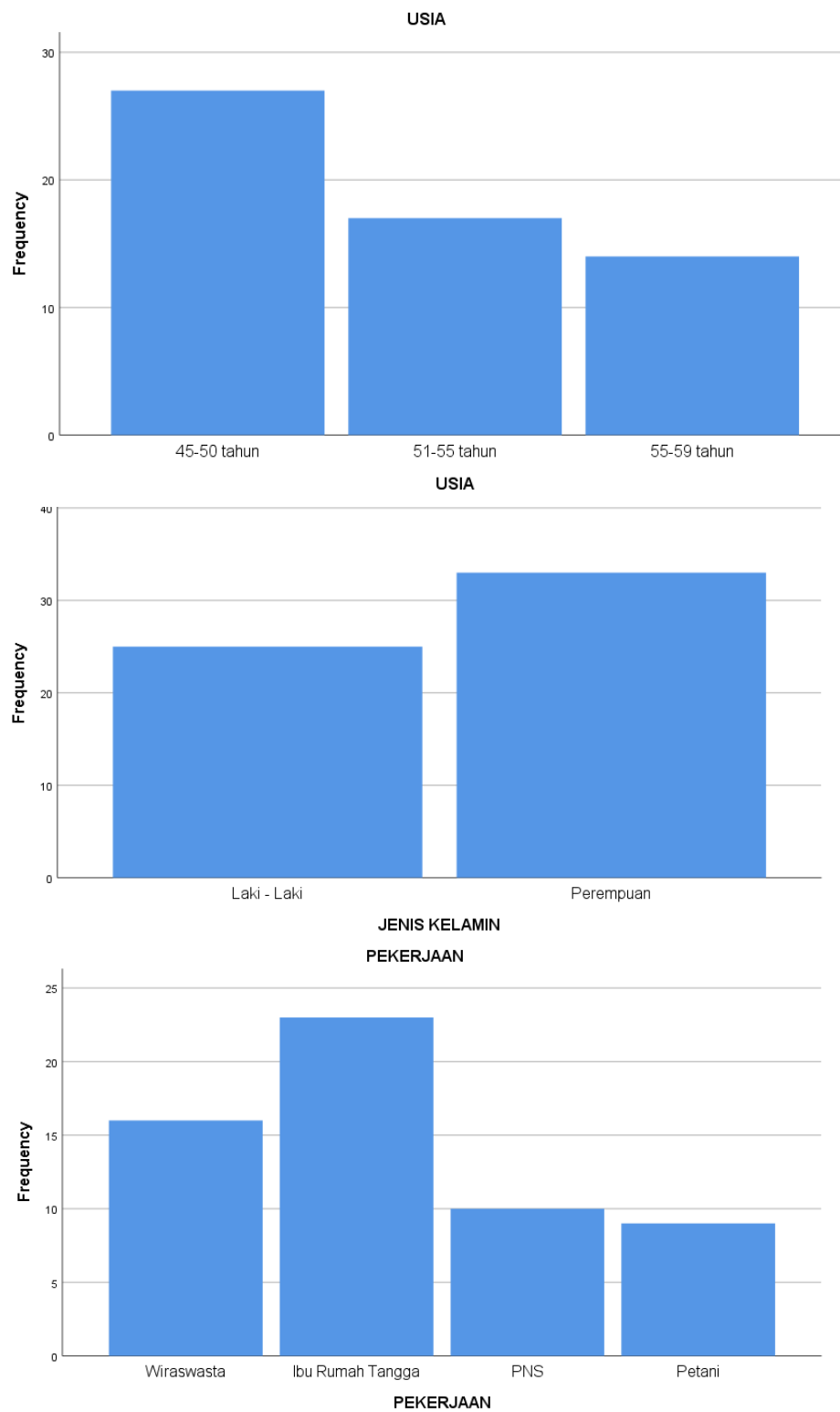
		PEKERJAAN			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Wiraswasta	16	27,6	27,6	27,6
	Ibu Rumah Tangga	23	39,7	39,7	67,2
	PNS	10	17,2	17,2	84,5
	Petani	9	15,5	15,5	100,0
	Total	58	100,0	100,0	

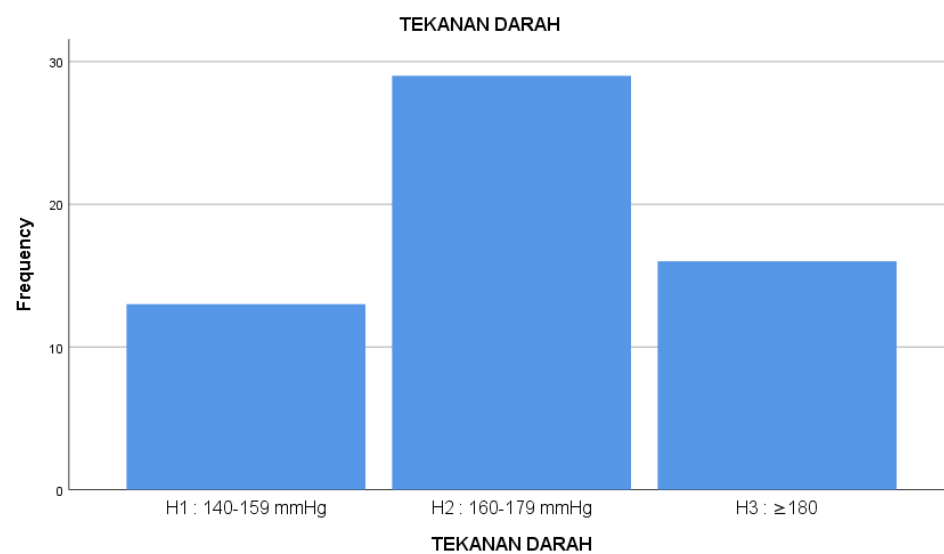
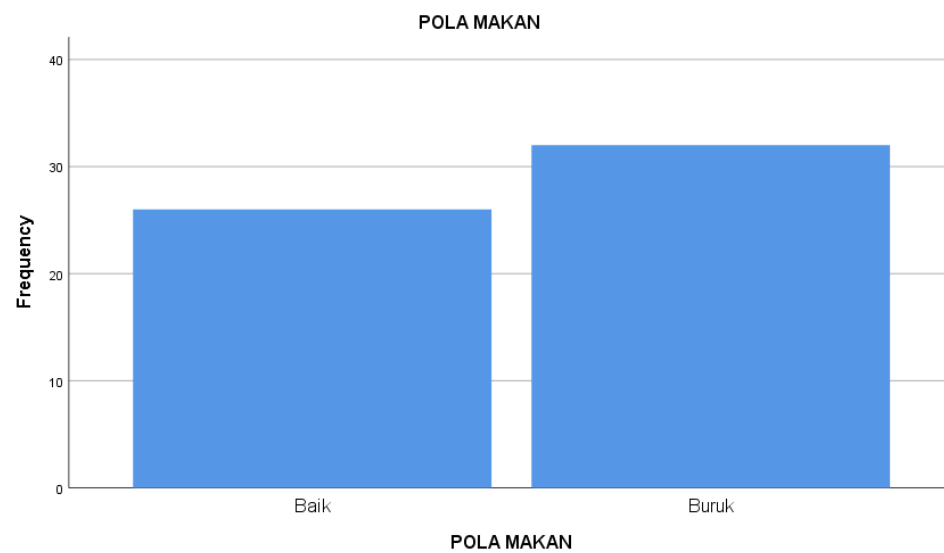
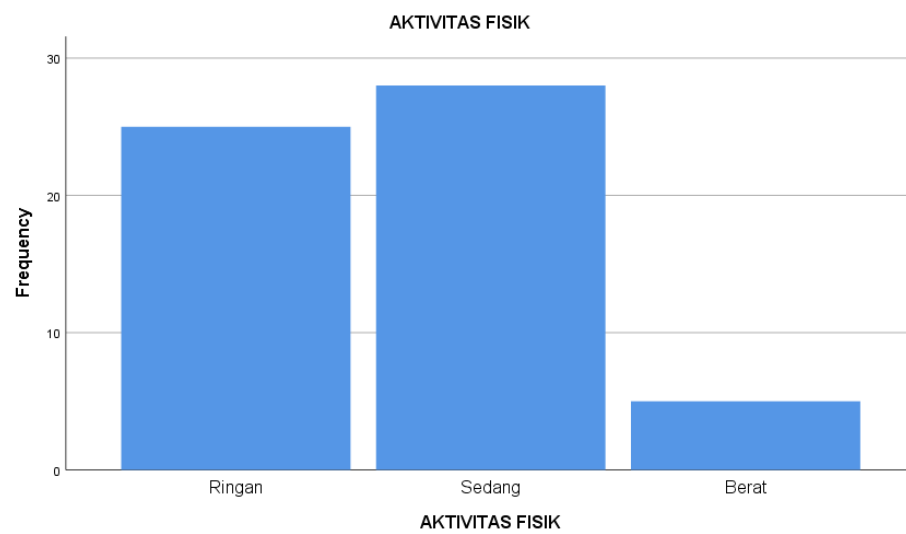
		AKTIVITAS FISIK			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Ringan	25	43,1	43,1	43,1
	Sedang	28	48,3	48,3	91,4
	Berat	5	8,6	8,6	100,0
	Total	58	100,0	100,0	

		POLA MAKAN			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Baik	26	44,8	44,8	44,8
	Buruk	32	55,2	55,2	100,0
	Total	58	100,0	100,0	

		TEKANAN DARAH			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	H1 : 140-159 mmHg	13	22,4	22,4	22,4
	H2 : 160-179 mmHg	29	50,0	50,0	72,4
	H3 : ≥ 180	16	27,6	27,6	100,0
	Total	58	100,0	100,0	

Bar Chart





Nonparametric Correlations

		Notes
Output Created		23-JUN-2022 19:55:00
Comments		
Input	Data	D:\SKRIPSI\DATA SKRIPSI.sav
	Active Dataset	DataSet1
	Filter	<none>
	Weight	<none>
	Split File	<none>
	N of Rows in Working Data File	58
Missing Value Handling	Definition of Missing	User-defined missing values are treated as missing.
	Cases Used	Statistics for each pair of variables are based on all the cases with valid data for that pair.
Syntax		NONPAR CORR /VARIABLES=AF TD /PRINT=SPEARMAN TWOTAIL NOSIG /MISSING=PAIRWISE.
Resources	Processor Time	00:00:00,00
	Elapsed Time	00:00:00,02
	Number of Cases Allowed	629145 cases ^a

a. Based on availability of workspace memory

Correlations

			AKTIVITAS FISIK	TEKANAN DARAH
Spearman's rho	AKTIVITAS FISIK	Correlation Coefficient	1,000	-,331*
		Sig. (2-tailed)	.	,011
		N	58	58
	TEKANAN DARAH	Correlation Coefficient	-,331*	1,000
		Sig. (2-tailed)	,011	.
		N	58	58

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

Nonparametric Correlations

		Notes
Output Created		23-JUN-2022 19:56:58
Comments		
Input	Data	D:\SKRIPSI\DATA SKRIPSI.sav
	Active Dataset	DataSet1
	Filter	<none>
	Weight	<none>
	Split File	<none>
	N of Rows in Working Data File	58

Missing Value Handling	Definition of Missing	User-defined missing values are treated as missing.
	Cases Used	Statistics for each pair of variables are based on all the cases with valid data for that pair.
Syntax		NONPAR CORR /VARIABLES=PM TD /PRINT=SPEARMAN TWOTAIL NOSIG /MISSING=PAIRWISE.
Resources	Processor Time	00:00:00,00
	Elapsed Time	00:00:00,02
	Number of Cases Allowed	629145 cases ^a

a. Based on availability of workspace memory

Correlations

			POLA MAKAN	TEKANAN DARAH
Spearman's rho	POLA MAKAN	Correlation Coefficient	1,000	,285*
		Sig. (2-tailed)	.	,030
		N	58	58
	TEKANAN DARAH	Correlation Coefficient	,285*	1,000
		Sig. (2-tailed)	,030	.
		N	58	58

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

Crosstabs

Notes

Output Created		30-JUN-2022 14:05:58
Comments		
Input	Data	D:\SKRIPSI\DATA SKRIPSI.sav
	Active Dataset	DataSet1
	Filter	<none>
	Weight	<none>
	Split File	<none>
	N of Rows in Working Data File	58
Missing Value Handling	Definition of Missing	User-defined missing values are treated as missing.
	Cases Used	Statistics for each table are based on all the cases with valid data in the specified range(s) for all variables in each table.
Syntax		CROSSTABS /TABLES=AF BY TD /FORMAT=AVALUE TABLES /STATISTICS=CORR /CELLS=COUNT ROW COLUMN TOTAL /COUNT ROUND CELL.

Resources	Processor Time	00:00:00,02
	Elapsed Time	00:00:00,02
	Dimensions Requested	2
	Cells Available	524245

Case Processing Summary

	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
AKTIVITAS FISIK * TEKANAN DARAH	58	100,0%	0	0,0%	58	100,0%

AKTIVITAS FISIK * TEKANAN DARAH Crosstabulation

			TEKANAN DARAH			Total
			H1 : 140-159 mmHg	H2 : 160-179 mmHg	H3 : ≥180	
AKTIVITAS FISIK	Ringan	Count	2	13	10	25
		% within AKTIVITAS FISIK	8,0%	52,0%	40,0%	100,0%
		% within TEKANAN DARAH	14,3%	46,4%	62,5%	43,1%
		% of Total	3,4%	22,4%	17,2%	43,1%
	Sedang	Count	10	13	5	28
		% within AKTIVITAS FISIK	35,7%	46,4%	17,9%	100,0%
		% within TEKANAN DARAH	71,4%	46,4%	31,3%	48,3%
		% of Total	17,2%	22,4%	8,6%	48,3%
	Berat	Count	2	2	1	5
		% within AKTIVITAS FISIK	40,0%	40,0%	20,0%	100,0%
		% within TEKANAN DARAH	14,3%	7,1%	6,3%	8,6%
		% of Total	3,4%	3,4%	1,7%	8,6%
Total	Count		14	28	16	58
	% within AKTIVITAS FISIK		24,1%	48,3%	27,6%	100,0%
	% within TEKANAN DARAH		100,0%	100,0%	100,0%	100,0%
	% of Total		24,1%	48,3%	27,6%	100,0%

Symmetric Measures

		Value	Asymptotic Standard Error ^a	Approximate T ^b	Approximate Significance
Interval by Interval	Pearson's R	-,316	,120	-2,493	,016 ^c
Ordinal by Ordinal	Spearman Correlation	-,331	,119	-2,628	,011 ^c
N of Valid Cases		58			

a. Not assuming the null hypothesis.

b. Using the asymptotic standard error assuming the null hypothesis.

c. Based on normal approximation.

Crosstabs

		Notes
Output Created		30-JUN-2022 14:06:53
Comments		
Input	Data	D:\SKRIPSI\DATA SKRIPSI.sav
	Active Dataset	DataSet1
	Filter	<none>
	Weight	<none>
	Split File	<none>
	N of Rows in Working Data File	58
Missing Value Handling	Definition of Missing	User-defined missing values are treated as missing.
	Cases Used	Statistics for each table are based on all the cases with valid data in the specified range(s) for all variables in each table.
Syntax		CROSSTABS /TABLES=PM BY TD /FORMAT=AVALUE TABLES /STATISTICS=CORR /CELLS=COUNT ROW COLUMN TOTAL /COUNT ROUND CELL.
Resources	Processor Time	00:00:00,00
	Elapsed Time	00:00:00,15
	Dimensions Requested	2
	Cells Available	524245

Case Processing Summary

	Valid		Cases Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
POLA MAKAN * TEKANAN DARAH	58	100,0%	0	0,0%	58	100,0%

POLA MAKAN * TEKANAN DARAH Crosstabulation

			TEKANAN DARAH			
			H1 : 140- 159 mmHg	H2 : 160- 179 mmHg	H3 : ≥180	Total
POLA MAKAN	Baik	Count	9	13	4	26
		% within POLA MAKAN	34,6%	50,0%	15,4%	100,0%
		% within TEKANAN DARAH	64,3%	46,4%	25,0%	44,8%
		% of Total	15,5%	22,4%	6,9%	44,8%
	Buruk	Count	5	15	12	32

	% within POLA MAKAN	15,6%	46,9%	37,5%	100,0%
	% within TEKANAN DARAH	35,7%	53,6%	75,0%	55,2%
	% of Total	8,6%	25,9%	20,7%	55,2%
Total	Count	14	28	16	58
	% within POLA MAKAN	24,1%	48,3%	27,6%	100,0%
	% within TEKANAN DARAH	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%
	% of Total	24,1%	48,3%	27,6%	100,0%

Symmetric Measures

		Value	Asymptotic Standard Error ^a	Approximate T ^b	Approximate Significance
Interval by Interval	Pearson's R	,285	,122	2,221	,030 ^c
Ordinal by Ordinal	Spearman Correlation	,285	,122	2,224	,030 ^c
N of Valid Cases		58			

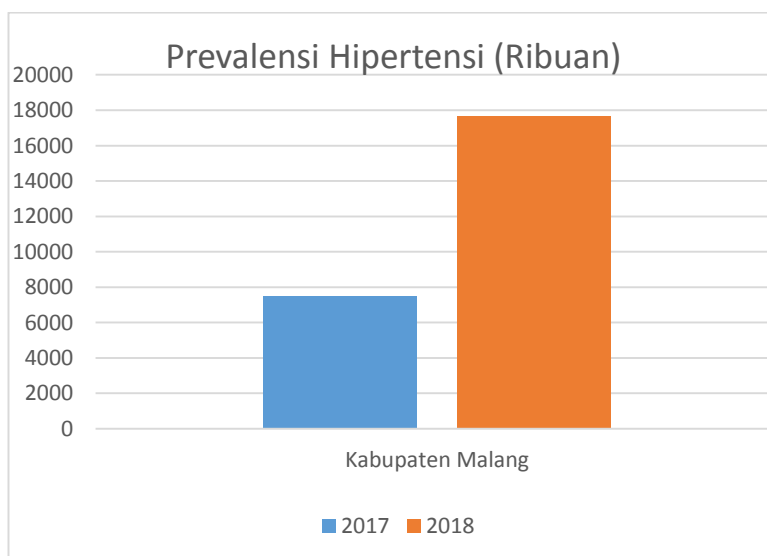
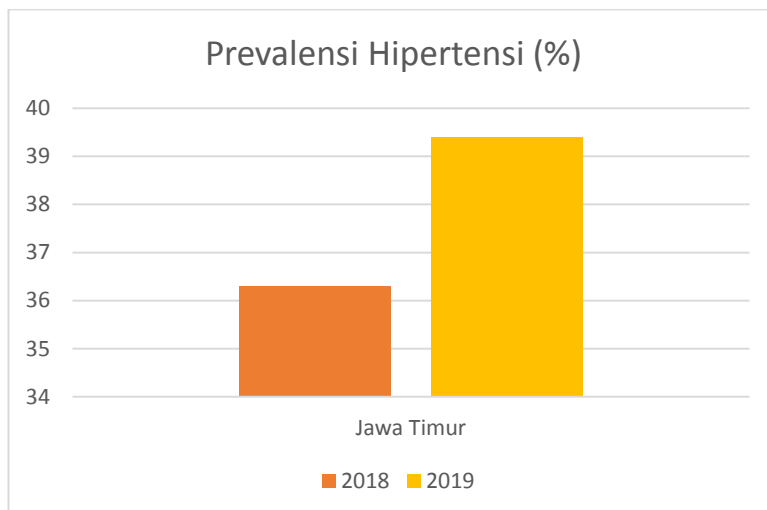
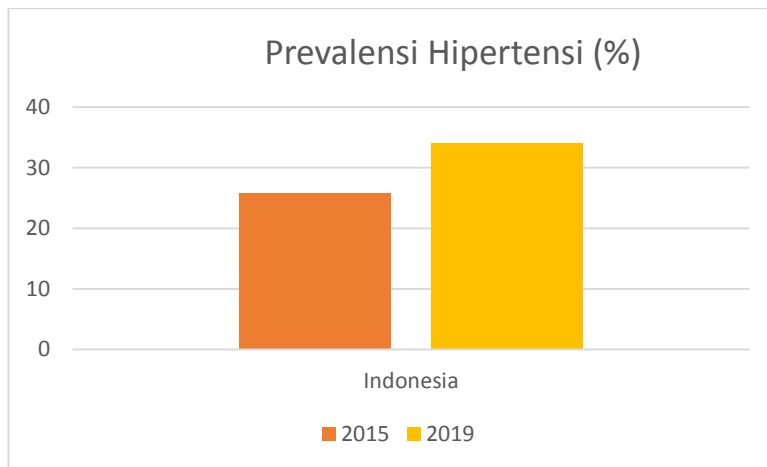
a. Not assuming the null hypothesis.

b. Using the asymptotic standard error assuming the null hypothesis.

c. Based on normal approximation.

Lampiran 19

DIAGRAM PREVALENSI HIPERTENSI



LEMBAR KONSUL BIMBINGAN SKRIPSI



KEMENTERIAN KESEHATAN RI
BADAN PENGEMBANGAN DAN PEMBERDAYAAN SDM KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MALANG



- Kampus Utama Jl. Besar Irian No. 11 Cakiling 63111 Telp. 0341-366073, 371233 Fm. 0341-336746
 - Kampus I Jl. Sriker No. 104 Jember Telp. 0321-434413
 - Kampus II Jl. A. Yani Sumberpohong Lumajang Telp. 0341-427947
 - Kampus III Jl. Dr. Soetomo No. 44 Elitir Telp. 0342-301043
 - Kampus IV Jl. RM. Widhi Marum No. 648 Redari Telp. 0334-773093
 - Kampus V Jl. Dr. Soetomo No. 1 Trenggales Telp. 0335-791292- Kampus VI Jl. Dr. Cipta
 Mangrove No. 22A Pasuruan Telp. 031-617792
 Website: <http://www.poltekkes-malang.ac.id> Email: direktorat@poltekkes-malang.ac.id

LEMBAR KONSULTASI SKRIPSI

PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN KEPERAWATAN MALANG

NAMA : ARUM WIDYA IRAWAN

NIM : P17211183036

JUDUL SKRIPSI : HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DAN POLA MAKAN DENGAN
TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI USIA 45-59 TAHUN DI PUSKESMAS
JABUNG

NAMA PEMBIMBING : Joko Pitoyo, S.Kp., M. Kep

NO	TANGGAL	URAIAN	TANDA TANGAN	
			PEMBIMBING	MAHASISWA
1.	20 Oktober 2021	Konsultasi Judul Skripsi : 1. Jumlah kata dalam judul maks mal berapa 2. Menghilangkan kata konsumsi obat 3. Tulisan Skripsi diganti proposal		
2.	7 November 2021	Konsultasi Bab 1 1. Mengubah jarak antara Bab dan sub bab 2x enter 2. Mengubah susunan menjadi MSKS		
3.	14 November 2021	Konsultasi Bab 1 1. paragraf 1 harus muncul masalah Penderitaan 2. harus pakai mendeley		
4.	15 Desember 2021	ACC Bab 1 Konsul Bab 2		

5.	25 Desember 2021	konsultasi bab 2 memperbaiki kerangka konsep dan terangkan teori, kerangka konsep harus input, proses, dan output	✓	
6.	10 Januari 2022	ACC BAB 2 konsul BAB 3	✓	
7.	20 Januari 2022	konsul BAB 3 - memperbaiki analisa data - menambahkan lampiran	✓	
8.	28 Maret 2022	ACC BAB 3	✓	
9.	24 Mei 2022	konsul revisi proposal	✓	
10.	20 Mei 2022	ACC revisi proposal	✓	
11.	11 Juli 2022	konsul bab 4,5, dan abstrak - memperbaiki opini di pembahasan - abstrak sesuai panduan	✓	
12.	12 Juli 2022	konsul bab 4,5, dan abstrak - menambahkan opini	✓	
13.	13 Juli 2022	ACC bab 4,5, dan abstrak - ACC sedang skripsi	✓	
14.	22 Juli 2022	Revisi uji hasil - pembahasan - lampiran - penulisan sesuai - lay out panduan & eyeD	✓	
15.	25 Juli 2022	- acc	✓	
16.	27 Juli 2022	- jilid bandakan	✓	

Prodi Sarjana Terapan Keperawatan Malang

Mengetahui Pembimbing

Ketua

Dr. Erlina Suci Astuti, S.Kep., Ns., M.Kep
NIP.197608102002122001

Joko Pitoyo, S.Kp., M. Kep
NIP.196211221988031002



KEMENTERIAN KESEHATAN RI
BADAN PENGEMBANGAN DAN PEMBERDAYAAN SDM KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MALANG



- Kampus Utama Jl. Besar Ijen No. 11 Chidlang 65112 Telp. (0461) 880078, 871299 Faks (0461) 880748
- Kampus I Jl. Sukorejo No. 104 Jember Telp. (0331) 458812
- Kampus II Jl. A. Yani Sumbaperang Lingsar Telp. (0341) 427567
- Kampus III Jl. Dr. Soetomo No. 44 Elter Telp. (0342) 301042
- Kampus IV Jl. RM. Widyadarmasari No. 443 Kediri Telp. (0343) 773093
- Kampus V Jl. Dr. Soetomo No. 1 Trenggales Telp. (0365) 791292- Kampus VI Jl. Dr. Cipto
Mangrove No. 15A Ponorogo Telp. (0357) 451792
Website: <http://www.poltekkes-malang.ac.id> Email: dirk@poltekkes-malang.ac.id

LEMBAR KONSULTASI SKRIPSI

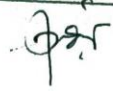
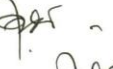
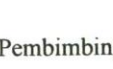
PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN KEPERAWATAN MALANG

NAMA : ARUM WIDYA IRAWAN

NIM : P17211183036

JUDUL SKRIPSI : HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DAN POLA MAKAN DENGAN
TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI USIA 45-59 TAHUN DI PUSKESMAS
JABUNG

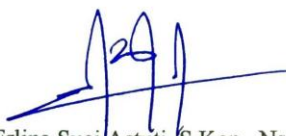
NAMA PEMBIMBING : Nurul Hidayah, S.Kep., Ns., M.Kep				
NO	TANGGAL	URAIAN	TANDA TANGAN	
			PEMBIMBING	MAHASISWA
1.	20-Oktober 2021	Konsultasi judul skripsi > 1. jumlah kata dalam judul 2. tulisan skripsi diganti proposal	f	Dr
2.	7-November 2021	Konsultasi BAB I 1. mengubah jarak antara bab dan sub bab 2. mengubah susunan menyert MS KS	f	Dr
3.	14-November 2021	Konsultasi BAB I 1. paragraf pertama harus memunculkan masalah 2. harus memakai mendeley. 3. spasi diperhaluskan dalam pembuatan kalimat	f	Dr

	15 Desember 2021	Konsultasi Bab 1 & 2 1. Line space 2 2. Dalam kerangka konsep harus Memunculkan input, proses, output		
5.	10 Januari 2022	Konsultasi Bab 2 1. Memperbaiki bab aktivitas fisik, kerangka teori, kerangka konsep.		
6.	18 Februari 2022	Konsultasi Bab 3 1. Memperbaiki analisa data		
7.	28 Maret 2022	ACC proposal		
8.	23 Mei 2022	Konsul revisi proposal		
9.	30 Mei 2022	ACC revisi proposal		
10.	"	Gandakan, lanjut penelitian		
11.	9 Juli 2022	Konsul Bab 4, 5, dan abstrak + menambahkan opini dan pembahas an		
12.	10 Juli 2022	2. Memperbaiki abstrak		
13.	18 Juli 2022	3. Memperbaiki nama tabel 4. Memperbaiki saran.		
14.	12 Juli 2022	- konsul Bab 4, 5, dan abstrak. - ACC sidang simprosi		
15.	13 Juli 2022	Susun PPT.		
16.	22 Juli 2022	Revisi uji hasil. lampiran lay out. Pembahasan. Penulisan skripsi panduan & EYD.		
17.	25 Juli 2022	acc.		
18.	27 Juli 2022	revisi gandakan.		

Prodi Sarjana Terapan Keperawatan Malang

Mengetahui Pembimbing

Ketua


Dr. Erlina Suci Astuti, S.Kep., Ns., M.Kep
 NIP.197608102002122001


Nurul Hidayah, S.Kep., Ns., M.Kep
 NIP.197306151997032001