

## LAMPIRAN

### Lampiran 1. Informed Consent

#### LEMBAR INFORMED CONSENT (PERNYATAAN PERSETUJUAN IKUT PENELITIAN)

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama :

Umur :

Jenis kelamin :

Alamat :

No WA :

Telah mendapatkan keterangan secara terinci dan jelas mengenai :

1. Penelitian yang berjudul “Pengaruh Pola Makan dan Kualitas Tidur Saat Puasa Terhadap Kejadian GERD Pada Mahasiswa Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Gresik”
2. Perlakuan yang akan diterapkan kepada responden
3. Hak keikutsertaan sebagai responden
4. Kerahasiaan identitas responden

Oleh karena itu, saya (**bersedia/tidak bersedia**\*) secara sukarela untuk menjadi responden penelitian yang dilakukan oleh Anika Fauzana, mahasiswa Ilmu Gizi Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Gresik dengan pembimbing Dwi Novri Suprihatiningrum, S.Pd., M.Kes dan Amalia Rahma, S.Gz., M.Si. dengan penuh kesadaran serta tanpa keterpaksaan. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya tanpa tekanan dari pihak manapun.

Peneliti

Gresik, 12 Maret 2023

Responden

Anika Fauzana

(\_\_\_\_\_)

\*) **Coret salah satu**

Lampiran 2. Kuisisioner Penelitian

## ANGKET DATA PRIBADI RESPONDEN

Berikan keterangan atau informasi anda dengan mengisi kolom-kolom yang tersedia dan atau memberikan tanda silang (×) pada alternatif-alternatif pilihan yang tersedia.

Nama lengkap :  
 Jenis Kelamin :  
 Usia :  
 Jurusan :  
 Semester :  
 No WA :  
 Berat badan :  
 Tinggi badan :

### JARAK ANTARA MAKAN DAN TIDUR

No	Pertanyaan	Jarak waktu			
		> 4 jam	2-4 jam	< 2 jam	< 30 menit
1.	Berapa lama waktu yang Anda butuhkan untuk tidur atau berbaring setelah makan banyak di malam hari?				
2.	Berapa lama waktu yang Anda butuhkan untuk tidur atau berbaring setelah makan sahur? Nb : jika tidur pagi				

### Gastroesophageal Reflux Disease Questionnaire (GERD-Q)

No	Pertanyaan	Gejala yang dialami selama 1 minggu terakhir			
		0 hari	1 hari	2-3 hari	4-7 hari
1.	Seberapa sering anda merasakan perasaan seperti terbakar/panas di dada anda?				
2.	Seberapa sering anda merasakan isi perut/lambung anda (makanan atau minuman) naik ke tenggorokan atau ke mulut?				
3.	Seberapa sering anda merasakan sakit/nyeri di bagian tengah atau di bagian atas dari perut anda?				
4.	Seberapa sering anda merasa mual?				
5.	Seberapa sering anda mengalami kesulitan untuk tidur nyenyak karena keluhan seperti pada No 1 dan/atau no.2 di atas?				
6.	Seberapa sering anda mengkonsumsi/memakan obat tambahan lainnya untuk keluhan-keluhan No.1 dan/atau No.2 di atas, selain dari obat yang dianjurkan oleh dokter? (misalnya Antasida, Ranitidin, dll)				

### Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI)

1.	Jam berapa biasanya anda tidur pada malam hari?				
2.	Jam berapa biasanya anda bangun tidur saat bulan puasa?				
		≤15 Menit	16-30 menit	31-60 Menit	>60 Menit
3.	Berapa lama (dalam menit) yang anda perlukan untuk dapat mulai tertidur?				
		>7 jam	6-7 jam	5-6 jam	<5 jam
4.	Berapa jam lama tidur anda dalam sehari semalam?				
5.	Selamasebulan terakhir seberapa sering anda mengalami hal di bawah ini:	Tidak pernah	1× seminggu	2× seminggu	≥ 3 × seminggu
	a. Tidak dapat tidur di malam hari dalam waktu 30 menit sejak berbaring				
	b. Bangun tengah malam atau dini hari				
	c. Harus bangun untuk ke kamar mandi				
	d. Tidak dapat bernafas dengan nyaman				
	e. batuk atau mengorok				
	f. kedinginan di malam hari				
	g. kepanasan di malam hari				
	h. mimpi buruk				

	i. terasa nyeri				
	j. alasan lain.....				
6.	Seberapa sering anda menggunakan obat tidur?				
7.	Seberapa sering anda mengantuk ketika melakukan aktivitas di siang hari?				
		Tidak ada masalah	Hanya masalah kecil	Masalah sedang	Masalah besar
8.	Selama sebulan terakhir, adakah masalah yang anda hadapi untuk bisa berkonsentrasi atau menjaga rasa antusias untuk menyelesaikan suatu pekerjaan/tugas?				
		Sangat Baik	Cukup baik	Cukup Buruk	Sangat Buruk
9.	Menurut anda bagaimana kualitas tidur anda selama bulan Ramadhan ini?				

### Food Frequency Questionnaire (FFQ)

No	Bahan makanan	Frekuensi					
		Tidak Pernah	< 1x/minggu	< 3x/minggu	3x/minggu	1x/hari	> 1x/hari
1.	Makanan pedas						
	Mie pedas						
	Seblak						
	Snack dan jajanan pedas						
2.	Makanan tinggi lemak						
	Gorengan						
3.	Produk olahan susu						
	Susu bubuk						
	Susu cair						
	Keju						
4.	Cokelat						
5.	Sayuran						
	Kol						
	Brokoli						
	Kubis						
	Seledri						
	Sawi						
	Daun bawang						
6.	Buah-buahan						
	jeruk						
	Lemon						
	Nanas						
	apel hijau						
	Anggur						

	Kiwi						
	Plum						
	Tomat						
7.	Minuman Berkafein						
	Kopi						
	Teh						
8.	Minuman soda						
9.	Alkohol						

### Food Recall 2x24 jam

Hari/Tanggal :

Waktu makan	Menu makanan	Bahan makanan	Ukuran	
			URT	Berat (gram)
Berbuka				
Selingan				

### Lampiran 3. Pengolahan Data Menggunakan Mikrosotf Exel

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S							
1	Jenis Kela	Umur	Prodi	Semester	GERD	Q	Recall	K	Recall	P	Recall	L	Recall	KH	makanan	makanan	produk	oli	cokelat	sayuran	buah-bua	lminuman	minuman	alkohol	Jarak mak	PSQJ
2	P		22 Perawat	6	2	4	4	5	2	5	3	5	4	5	5	4	5	4	5	6	6	6	6	6	1	
3	P		19 Perawat	2	1	2	4	5	1	3	1	1	3	1	5	6	6	6	6	3						
4	P		19 Perawat	2	1	2	4	2	1	5	5	4	4	5	6	6	6	6	1							
5	P		19 Gizi	4	2	3	3	2	2	5	3	5	4	5	5	5	5	6	6	3						
6	P		20 Gizi	4	1	4	4	4	2	5	2	5	5	5	5	5	4	5	6	1						
7	P		19 Gizi	4	1	1	1	1	1	6	4	5	5	2	4	6	6	6	2							
8	P		19 Gizi	4	1	1	4	2	1	5	2	4	4	5	6	6	6	6	2							
9	P		20 Gizi	4	2	2	2	3	1	4	5	5	5	5	5	4	6	6	2							
10	P		19 Gizi	4	2	2	4	3	2	3	1	6	5	5	6	3	5	6	2							
11	P		19 Gizi	4	2	2	3	3	2	5	4	5	4	5	6	6	6	6	1							
12	P		19 Gizi	4	2	2	3	3	1	5	4	5	4	5	6	4	6	6	3							
13	P		19 Gizi	4	2	3	3	4	3	5	4	5	1	5	5	6	6	6	1							
14	P		20 Gizi	4	2	4	4	3	4	5	3	6	5	5	6	6	6	6	1							
15	P		19 Gizi	5	2	4	4	4	4	5	1	5	4	5	6	4	6	6	1							
16	P		18 Gizi	4	2	3	4	3	2	5	5	6	5	6	4	6	4	6	2							
17	P		19 Gizi	4	2	3	3	3	2	6	3	6	4	5	6	2	6	6	3							
18	P		22 Gizi	4	2	1	3	3	1	6	6	6	6	6	6	6	6	6	3							
19	P		20 Gizi	4	2	2	4	4	1	4	2	5	5	3	5	4	6	6	2							
20	P		21 Gizi	8	2	2	3	4	2	4	3	5	5	6	6	4	6	6	3							
21	P		22 Gizi	8	2	2	1	3	1	6	4	5	2	4	3	5	5	6	3							
22	P		22 Gizi	8	2	2	2	3	1	5	2	6	6	6	6	6	6	6	3							
23	P		21 Gizi	8	2	2	2	1	2	5	3	5	4	5	6	5	6	6	3							
24	P		22 Gizi	8	2	1	1	2	1	5	5	5	3	4	6	4	6	6	4							
25	P		22 Gizi	8	2	3	4	4	2	5	1	3	4	6	6	6	6	6	2							
26	P		20 Perawat	4	2	2	2	4	1	4	2	3	3	6	5	5	5	6	3							
27	P		18 Farmasi	4	1	1	2	1	1	5	4	5	2	5	5	6	6	6	3							



#### Lampiran 4. Rata-rata Recall 3×24 jam dan FFQ

### → Descriptives

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Total Recall	81	767.2	1649.0	1151.586	160.0669
Protein	81	21.9	67.3	45.728	8.7308
Lemak	81	15.9	76.8	38.802	9.4511
Karbohidrat	81	101.3	214.6	152.968	24.9318
Valid N (listwise)	81				

### → Descriptives

[DataSet1] C:\Users\acer\Documents\DATA SETELAH SEMHAS.sav

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
makanan pedas	81	1	6	3.94	1.345
makanan tinggi lemak	81	1	6	3.27	1.581
produk olahan susu	81	1	6	3.96	1.585
cokelat	81	1	6	4.35	1.315
sayuran	81	1	6	3.90	1.428
buah-buahan	81	1	6	4.28	1.267
minuman berkafein	81	1	6	3.68	1.588
minuman soda	81	1	6	5.52	.937
alkohol	81	3	6	5.93	.380
Valid N (listwise)	81				

#### Lampiran 5. Tabulasi Silang Antar Variabel

**GERD Q \* Recall K Crosstabulation**

Count

		Recall K				Total
		Defisit Tingkat Berat	Defisit Tingkat Sedang	Defisit Tingkat Ringan	Cukup	
GERD Q	GERD	16	6	4	2	28
	Non GERD	13	25	13	2	53
Total		29	31	17	4	81

**GERD Q \* Recall P Crosstabulation**

Count

		Recall P				Total
		Defisit Tingkat Berat	Defisit Tingkat Sedang	Defisit Tingkat Ringan	Cukup	
GERD Q	GERD	14	5	2	7	28
	Non GERD	15	14	14	10	53
Total		29	19	16	17	81

**GERD Q \* Recall L Crosstabulation**

Count

		Recall L					Total
		Defisit Tingkat Berat	Defisit Tingkat Sedang	Defisit Tingkat Ringan	Cukup	Lebih	
GERD Q	GERD	11	4	4	8	1	28
	Non GERD	4	11	13	22	3	53
Total		15	15	17	30	4	81

**GERD Q \* Recall KH Crosstabulation**

Count

		Recall KH				Total
		Defisit Tingkat Berat	Defisit Tingkat Sedang	Defisit Tingkat Ringan	Cukup	
GERD Q	GERD	21	6	0	1	28
	Non GERD	33	17	1	2	53
Total		54	23	1	3	81

### GERD Q \* makanan pedas Crosstabulation

Count

		makanan pedas						
		Sangat Sering	Sering	Kadang-kadang	Jarang	Sangat Jarang	Tidak Pernah	Total
GERD Q	GERD	2	7	5	5	9	0	28
	Non GERD	2	5	6	11	25	4	53
Total		4	12	11	16	34	4	81

### GERD Q \* makanan tinggi lemak Crosstabulation

Count

		makanan tinggi lemak						
		Sangat Sering	Sering	Kadang-kadang	Jarang	Sangat Jarang	Tidak Pernah	Total
GERD Q	GERD	11	6	1	3	5	2	28
	Non GERD	3	11	10	13	13	3	53
Total		14	17	11	16	18	5	81

### GERD Q \* produk olahan susu Crosstabulation

Count

		produk olahan susu						
		Sangat Sering	Sering	Kadang-kadang	Jarang	Sangat Jarang	Tidak Pernah	Total
GERD Q	GERD	4	6	2	4	5	7	28
	Non GERD	1	10	5	15	12	10	53
Total		5	16	7	19	17	17	81



### GERD Q \* coklat Crosstabulation

Count

		cokelat						
		Sangat Sering	Sering	Kadang-kadang	Jarang	Sangat Jarang	Tidak Pernah	Total
GERD Q	GERD	3	2	4	4	10	5	28
	Non GERD	1	2	5	18	17	10	53
Total		4	4	9	22	27	15	81

### GERD Q \* sayuran Crosstabulation

Count

		sayuran						
		Sangat Sering	Sering	Kadang-kadang	Jarang	Sangat Jarang	Tidak Pernah	Total
GERD Q	GERD	2	6	4	2	9	5	28
	Non GERD	1	9	9	14	15	5	53
Total		3	15	13	16	24	10	81

### GERD Q \* buah-buahan Crosstabulation

Count

		buah-buahan						
		Sangat Sering	Sering	Kadang-kadang	Jarang	Sangat Jarang	Tidak Pernah	Total
GERD Q	GERD	0	2	4	3	13	6	28
	Non GERD	1	5	11	14	14	8	53
Total		1	7	15	17	27	14	81

### GERD Q \* minuman berkafein Crosstabulation

Count

		minuman berkafein					Total	
		Sangat Sering	Sering	Kadang-kadang	Jarang	Sangat Jarang		Tidak Pernah
GERD Q	GERD	8	3	3	4	9	1	28
	Non GERD	1	10	12	8	13	9	53
Total		9	13	15	12	22	10	81

### GERD Q \* minuman soda Crosstabulation

Count

		minuman soda					Total	
		Sangat Sering	Sering	Kadang-kadang	Jarang	Sangat Jarang		Tidak Pernah
GERD Q	GERD	1	0	0	2	7	18	28
	Non GERD	0	1	2	1	11	38	53
Total		1	1	2	3	18	56	81

### GERD Q \* alkohol Crosstabulation

Count

		alkohol			Total
		Kadang-kadang	Sangat Jarang	Tidak Pernah	
GERD Q	GERD	0	0	28	28
	Non GERD	1	3	49	53
Total		1	3	77	81



### GERD Q \* PSQI Crosstabulation

Count

		PSQI				Total
		Sangat Buruk	Buruk	Kurang Baik	Baik	
GERD Q	GERD	0	8	14	6	28
	Non GERD	1	19	31	2	53
Total		1	27	45	8	81

### GERD Q \* Jarak makan dan tidur Crosstabulation

Count

		Jarak makan dan tidur				Total
		Sangat Buruk	Buruk	Kurang Baik	Baik	
GERD Q	GERD	14	9	5	0	28
	Non GERD	13	18	19	3	53
Total		27	27	24	3	81

Lampiran 6. Hubungan Antar Variabel

➔ **Nonparametric Correlations**

**Correlations**

			GERD Q	Recall K
Spearman's rho	GERD Q	Correlation Coefficient	1.000	.239*
		Sig. (2-tailed)	.	.032
		N	81	81
	Recall K	Correlation Coefficient	.239*	1.000
		Sig. (2-tailed)	.032	.
		N	81	81

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

➔ **Nonparametric Correlations**

**Correlations**

			GERD Q	Recall P
Spearman's rho	GERD Q	Correlation Coefficient	1.000	.137
		Sig. (2-tailed)	.	.221
		N	81	81
	Recall P	Correlation Coefficient	.137	1.000
		Sig. (2-tailed)	.221	.
		N	81	81

➔ **Nonparametric Correlations**

**Correlations**

			GERD Q	Recall L
Spearman's rho	GERD Q	Correlation Coefficient	1.000	.268*
		Sig. (2-tailed)	.	.016
		N	81	81
	Recall L	Correlation Coefficient	.268*	1.000
		Sig. (2-tailed)	.016	.
		N	81	81

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

➔ **Nonparametric Correlations**

**Correlations**

			GERD Q	Recall KH
Spearman's rho	GERD Q	Correlation Coefficient	1.000	.127
		Sig. (2-tailed)	.	.258
		N	81	81
	Recall KH	Correlation Coefficient	.127	1.000
		Sig. (2-tailed)	.258	.
		N	81	81

➔ **Nonparametric Correlations**

**Correlations**

			GERD Q	makanan pedas
Spearman's rho	GERD Q	Correlation Coefficient	1.000	.276*
		Sig. (2-tailed)	.	.013
		N	81	81
	makanan pedas	Correlation Coefficient	.276*	1.000
		Sig. (2-tailed)	.013	.
		N	81	81

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

➔ **Nonparametric Correlations**

**Correlations**

			GERD Q	makanan tinggi lemak
Spearman's rho	GERD Q	Correlation Coefficient	1.000	.275*
		Sig. (2-tailed)	.	.013
		N	81	81
	makanan tinggi lemak	Correlation Coefficient	.275*	1.000
		Sig. (2-tailed)	.013	.
		N	81	81

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

➔ **Nonparametric Correlations**

**Correlations**

			GERD Q	produk olahan susu
Spearman's rho	GERD Q	Correlation Coefficient	1.000	.070
		Sig. (2-tailed)	.	.533
		N	81	81
	produk olahan susu	Correlation Coefficient	.070	1.000
		Sig. (2-tailed)	.533	.
		N	81	81

➔ **Nonparametric Correlations**

**Correlations**

			GERD Q	cokelat
Spearman's rho	GERD Q	Correlation Coefficient	1.000	.071
		Sig. (2-tailed)	.	.531
		N	81	81
	cokelat	Correlation Coefficient	.071	1.000
		Sig. (2-tailed)	.531	.
		N	81	81

➔ **Nonparametric Correlations**

**Correlations**

			GERD Q	sayuran
Spearman's rho	GERD Q	Correlation Coefficient	1.000	-.022
		Sig. (2-tailed)	.	.848
		N	81	81
	sayuran	Correlation Coefficient	-.022	1.000
		Sig. (2-tailed)	.848	.
		N	81	81

➔ **Nonparametric Correlations**

**Correlations**

			GERD Q	buah-buahan
Spearman's rho	GERD Q	Correlation Coefficient	1.000	-.196
		Sig. (2-tailed)	.	.080
		N	81	81
	buah-buahan	Correlation Coefficient	-.196	1.000
		Sig. (2-tailed)	.080	.
		N	81	81

➔ **Nonparametric Correlations**

**Correlations**

			GERD Q	minuman berkafein
Spearman's rho	GERD Q	Correlation Coefficient	1.000	.198
		Sig. (2-tailed)	.	.076
		N	81	81
	minuman berkafein	Correlation Coefficient	.198	1.000
		Sig. (2-tailed)	.076	.
		N	81	81

➔ **Nonparametric Correlations**

**Correlations**

			GERD Q	minuman soda
Spearman's rho	GERD Q	Correlation Coefficient	1.000	.077
		Sig. (2-tailed)	.	.493
		N	81	81
	minuman soda	Correlation Coefficient	.077	1.000
		Sig. (2-tailed)	.493	.
		N	81	81

➔ **Nonparametric Correlations**

**Correlations**

			GERD Q	alkohol
Spearman's rho	GERD Q	Correlation Coefficient	1.000	-.166
		Sig. (2-tailed)	.	.139
		N	81	81
	alkohol	Correlation Coefficient	-.166	1.000
		Sig. (2-tailed)	.139	.
		N	81	81

➔ **Nonparametric Correlations**

**Correlations**

			GERD Q	PSQI
Spearman's rho	GERD Q	Correlation Coefficient	1.000	-.189
		Sig. (2-tailed)	.	.092
		N	81	81
	PSQI	Correlation Coefficient	-.189	1.000
		Sig. (2-tailed)	.092	.
		N	81	81

➔ **Nonparametric Correlations**

**Correlations**

			GERD Q	Jarak makan dan tidur
Spearman's rho	GERD Q	Correlation Coefficient	1.000	.293**
		Sig. (2-tailed)	.	.008
		N	81	81
	Jarak makan dan tidur	Correlation Coefficient	.293**	1.000
		Sig. (2-tailed)	.008	.
		N	81	81

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Lampiran 7. Sertifikat Etik



**KOMISI ETIK PENELITIAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GRESIK**

**KETERANGAN KELAIKAN ETIK  
ETHICAL APPROVAL  
Nomor : 053/KET/IL.3.UMG/KEP/A/2024**

Komisi Etik Penelitian Universitas Muhammadiyah Gresik dalam upaya melindungi hak asasi dan kesejahteraan subyek penelitian, telah mengkaji dengan teliti protokol penelitian yang diusulkan, maka dengan ini menyatakan bahwa penelitian berjudul :

Hubungan Pola Makan dan Kualitas Tidur saat Bulan Puasa  
terhadap Kejadian *Gerd* pada Mahasiswa Fakultas Kesehatan  
Universitas Muhammadiyah Gresik

Peneliti Utama : Anika Fauzana  
NIM : 201101007  
Nama Institusi : Program Studi Ilmu Gizi  
Universitas Muhammadiyah Gresik

**DINYATAKAN LAIK ETIK**

Gresik, 08 Juli 2024  
Ketua,



**Dr. Wiwik Widiyawati, S.Kep., Ns., M.M., M.Kes.**  
NIP. 11111903236