

Lampiran 1. Surat Ijin Penelitian



PRODI ILMU GIZI
FAKULTAS KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GRESIK



Nomor 033/II.3.UMG/Pgizi/A/2020

Lamp. : -

Hal : *Surat Pengantar Ijin Penelitian*

Kepada Yth.

Direktur RSUD Ibnu Sina

Gresik

di

Tempat

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Berkenaan dengan tugas penyusunan skripsi bagi mahasiswa Program Studi Gizi Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Gresik, maka kami mohon mahasiswa tersebut di bawah ini :

Nama	: Mas'udatus Saniyah
NPM	: 201601012
Alamat	: Jl.KH.Hasyim Asy'ari Rt.04 Rw.02 Doudo Panceng Gresik
Judul Penelitian	: Hubungan Asupan Natrium dan Indeks Massa Tubuh dengan Tekanan Darah pada Pasien Gagal Ginjal Kronik Rawat Jalan yang Menjalani Hemodialis di RSUD Ibnu Sina Kabupaten Gresik

Kami mengharap bantuan untuk memberikan kesempatan pada mahasiswa kami dalam melakukan penelitian guna memperoleh bahan-bahan untuk menyusun skripsi pada instansi yang Bapak/Ibu pimpin.

Perlu kami sampaikan bahwa bahan-bahan yang diperoleh tidak akan dipergunakan untuk hal-hal yang merugikan instansi Bapak/Ibu.

Demikian untuk dimaklumi, atas perhatian dan kerjasamanya, kami sampaikan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Gresik, 13 Mei 2020

Pjs. Ka. Prodi,

Heri Purnama Pribadi, S.Or.,M.kes

Tindasan:

1. Arsip



The Power of Islamic Entrepreneurship

Jl. Sumatera 101 Gresik Kota Baru (GKB) Gresik, 61121 Telp: (031) 3951414, Fax: (031) 3952585 Website: <http://www.umg.ac.id>, Email: info@umg.ac.id

Lampiran 2. Persetujuan Ijin Penelitian



PEMERINTAH KABUPATEN GRESIK
RUMAH SAKIT UMUM DAERAH IBNU SINA
 Jl. Dr. Wahidin Sudirohusodo No. 243 B Telp. 031-3951239 Fax (031) 3955217
 GRESIK 61161



Gresik, 20 Juli 2020

Nomor : 420/90 /437.76/2020
 Sifat : Biasa
 Perihal : Persetujuan Ijin Penelitian

Kepada
 Yth. Ketua Prodi Gizi
 Fakultas Kesehatan
 Universitas Muhammadiyah Gresik
 di

GRESIK

Sehubungan Surat Saudara Nomor: 033/II.3.UMG/PGizi/A/2020 Tanggal 13 Mei 2020 perihal Surat Pengantar Ijin Penelitian dari mahasiswa :

Nama : Mas'udatus Saniyah
 NIM / NRP : 2016012012
 Prodi : S-1 Gizi
 Judul : Hubungan Asupan Natrium dan Indeks Massa Tubuh dengan Tekanan Darah pada Pasien Gagal Ginjal Kronik Rawat Jalan yang Menjalani Hemodialisis di RSUD Ibnu Sina Kabupaten Gresik

Bersama ini kami sampaikan bahwa kami tidak berkeberatan atas permohonan pengambilan data dimaksud dan kami sampaikan beberapa hal sebagai berikut:

1. Komite Etik Penelitian Kesehatan RSUD Ibnu Sina Kab. Gresik telah melakukan telaah terhadap protokol penelitian yang bersangkutan dan menyatakan layak etik serta telah menerbitkan sertifikat kaji etik nomor : 071/001/437.76.46/2020;
2. Data penelitian yaitu melalui penyebaran kuesioner pada pasien Penyakit Ginjal Kronik (PGK) rawat jalan yang menjalani hemodialisis sebanyak 72 pasien.
3. Pendamping penelitian adalah:
 - dr. Titik Dyah Widowati, MARS
 - Anang Ma'ruf, S.Kep.Ners
4. Kontribusi biaya yang dikenakan dalam penelitian dimaksud adalah sebagai berikut:

NO	JENIS BIAYA	SATUAN	JUMLAH
1.	Kaji Etik Penelitian	Rp. 300.000,- / judul	Rp. 300.000,-
2.	Penelitian S1 instansi Swasta	Rp. 300.000,- / judul	Rp. 300.000,-
	TOTAL		Rp. 600.000,-

5. Apabila telah selesai melaksanakan tugas akhir, maka agar mengirimkan hasil tugas akhir tersebut ke pihak kami.

Demikian untuk menjadikan pemeriksaan dan atas perhatian serta kerjasamanya disampaikan terima kasih.


 DIREKTUR
 RSUD IBNU SINA KAB. GRESIK
dr. ENDANG PUSPITOWATI, Sp THT- KL
 Pembina Utama Muda

Lampiran 3. Sertifikat Laik Etik Penelitian



KOMITE ETIK PENELITIAN KESEHATAN
RUMAH SAKIT UMUM DAERAH IBNU SINA KABUPATEN GRESIK
Jl. Dr. Wahidin Sudirhusodo No. 243B Gresik 61151 Telp 031-3951239 Fax. 031-3955217

KETERANGAN LOLOS KAJI ETIK
DESCRIPTION OF ETHICAL APPROVAL
NO : 071 /001/437.76.46/2020

Komite Etik Penelitian Kesehatan (KEPK) Rumah Sakit Umum Daerah Ibnu Sina Kabupaten Gresik dalam upaya melindungi hak asasi dan kesejahteraan subyek penelitian, telah melakukan kaji etik dengan tingkat telaahan *review Expedited* terhadap protokol penelitian dengan judul :

**“HUBUNGAN ASUPAN NATRIUM DAN INDEKS MASSA TUBUH DENGAN
TEKANAN DARAH PADA PASIEN GAGAL GINJAL KRONIK RAWAT JALAN
YANG MENJALANI HEMODIALIS DI RSUD IBNU SINA KABUPATEN GRESIK”**

Peneliti Utama : Mas'udatus Saniyah
Nama Institusi : S1 Gizi Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Gresik
Tempat Penelitian : RSUD Ibnu Sina Kabupaten Gresik
Hasil Kaji Etik * : Protokol Penelitian disetujui dan dinyatakan LAIK ETIK

Gresik, 17 Juli 2020
Ketua

dr. Titik Dyah Widowati, M.Kes
NIP. 19610111 198802 2 001

***Masa berlaku 1 tahun**

Lampiran 4. Lembar Pemberian Informasi Penelitian

PEMBERIAN INFORMASI PENELITIAN

Dengan hormat, saya yang bertanda tangan di bawah ini adalah mahasiswa Program Studi S1 Gizi Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Gresik:

Nama : Mas'udatus Saniyah

NIM : 201601012

Akan mengadakan penelitian dengan judul “Hubungan Asupan Natrium dan Indeks Massa Tubuh dengan Tekanan Darah pada Pasien Penyakit Ginjal Kronik yang Menjalani Hemodialisis di RSUD Ibnu Sina Kabupaten Gresik”.

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan asupan natrium dan indeks massa tubuh dengan tekanan darah pada pasien penyakit ginjal kronik yang menjalani hemodialisis di RSUD Ibnu Sina Kabupaten Gresik, dan manfaat dari penelitian ini adalah agar masyarakat khususnya pasien Penyakit Ginjal Kronik mendapatkan kesehatan gizi yang optimal dengan memperhatikan asupan natrium dan status gizi agar tetap dalam kondisi normal.

Untuk maksud tersebut, peneliti memohon kesediaan Bapak/Ibu/Sdr untuk berpartisipasi menjadi partisipan dalam penelitian ini. Apabila Bapak/ Ibu bersedia mengikuti penelitian ini maka Bapak/Ibu/Sdr akan mengisi kuesioner yang akan kami bagikan. Apabila tidak bersedia, maka tidak akan mempengaruhi pelayanan kesehatan Bapak/Ibu/Sdr di rumah sakit ini.

Penelitian ini tidak akan menimbulkan akibat yang merugikan, sehingga kerahasiaan semua informasi akan dijaga dan hanya digunakan untuk kepentingan penelitian. Atas perhatian dan kesediaan Bapak/Ibu/Sdr untuk berpartisipasi dalam penelitian ini saya ucapkan terima kasih.

Yang diberi informasi

Peneliti

.....

Mas'udatus Saniyah
NIM 201601012

Lampiran 5. Lembar Pernyataan Persetujuan Menjadi Responden

PERNYATAAN PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama :

Usia :

Jenis Kelamin :

Alamat :

No. Telepon :

Bersedia untuk menjadi responden dalam penelitian yang berjudul
Hubungan Asupan Natrium Dan Indeks Massa Tubuh Dengan Tekanan Darah Pada Pasien Penyakit Ginjal Kronik Yang Menjalani Hemodialisis Di RSUD Ibnu Sina Kabupaten Gresik.

Prosedur penelitian ini tidak akan memberikan dampak dan resiko apapun pada responden. Saya telah diberikan penjelasan mengenai hal tersebut diatas dan saya telah diberikan kesempatan untuk bertanya mengenai hal-hal yang belum dimengerti dan telah mendapatkan jawaban yang jelas dan benar.

Dengan ini saya menyatakan secara sukarela untuk ikut sebagai subjek dalam penelitian ini.

Peneliti

Gresik, 2020

Responden

(.....)

(.....)

Lampiran 6. Kuesioner Penelitian

KUESIONER PENELITIAN
HUBUNGAN ASUPAN NATRIUM DAN INDEKS MASSA TUBUH
DENGAN TEKANAN DARAH PADA PASIEN PENYAKIT GINJAL
KRONIK YANG MENJALANI HEMODIALISIS
DI RSUD IBNU SINA KABUPATEN GRESIK

Nomor Responden :

Tanggal Wawancara:

Petunjuk Pengisian :

1. Mohon bantuan dan kesediaan Saudara untuk menjawab seluruh pertanyaan yang ada.
2. Mohon menjawab pertanyaan dengan jujur.

Karakteristik Responden :

1. Nama :
2. Usia : Tahun
3. Jenis Kelamin : (1) Laki-laki (2) Perempuan
4. Pendidikan Terakhir : (1) SD/ sederajat (2) SMP/ sederajat
(3) SMA/ sederajat (4) Diploma I/ III
(5) Sarjana/ S1 (6) Lainnya.....
5. Pekerjaan : (1) Tidak bekerja (2) PNS/TNI/POLRI
(3) Pegawai swasta (4) Petani
(5) Nelayan (6) Lainnya.....
6. Riwayat Penyakit :

Status Responden : (diisi oleh peneliti)

1. Berat badan : kg
2. Tinggi badan : cm
3. IMT : kg/m^2
4. Tekanan darah : mmHg

Berilah tanda checklist (✓) pada kolom “Ya atau Tidak” pada setiap pertanyaan sesuai dengan jawaban anda.

No.	Pertanyaan	Ya	Tidak
1.	Apakah anda telah mendapatkan konseling gizi mengenai makanan yang boleh dikonsumsi dan tidak boleh dikonsumsi oleh pasien Penyakit Ginjal Kronik yang menjalani hemodialisis ?		
2.	Apabila anda mendapatkan konseling gizi, apakah anda sudah mematuhi anjuran diet yang diberikan ?		
3.	Apakah anda mendapatkan terapi obat-obatan ?		

Jenis obat-obatan yang dikonsumsi :

Lampiran 7. Lembar *Food Recall* 24 Jam

FORMULIR *FOOD RECALL* 24 JAM

Nama :

Tanggal/ hari-ke :

Waktu Makan	Nama Makanan	Bahan Makanan	Banyaknya	
			URT	Gram
Makan Pagi				
Selingan Pagi				
Makan Siang				
Selingan Sore				
Makan Malam				
Selingan Malam				

Lampiran 8. Lembar *Food Frequency Questionnaire* (FFQ) Semi Kuantitatif

FORMULIR *FOOD FREQUENCY QUESTIONNAIRE* (FFQ) SEMI KUANTITATIF

Nama :

Tanggal Wawancara :

Bahan Makanan	Frekuensi Makan							Porsi		Cara Memasak
	>1 x/ hari	1 x/ hari	3-6 x/ minggu	1-2 x/ minggu	1 x/ bulan	1 x/ tahun	Tidak Pernah	URT	Berat (gr)	
MAKANAN POKOK										
Beras Putih										
Jagung										
Mie										
Roti Putih										
Kentang										
Ubi Jalar										
Singkong										
Ketan										
Tepung Terigu										
Tepung Tapioka										
LAUK HEWANI										
Daging Ayam										
Daging Sapi										
Daging Bebek										
Daging Domba										
Jeroan										
Telur Ayam										

Bahan Makanan	Frekuensi Makan							Porsi		Cara Memasak
	>1 x/ hari	1 x/ hari	3-6 x/ minggu	1-2 x/ minggu	1 x/ bulan	1 x/ tahun	Tidak Pernah	URT	Berat (gr)	
Ikan Mujair										
Ikan Lele										
Ikan Gabus										
Ikan Teri										
Ikan Tongkol										
Udang										
Cumi-Cumi										
Kepiting										
Ikan Asin										
Kerang										
Keju										
LAUK NABATI										
Tahu										
Tempe										
Kacang Hijau										
Kacang Merah										
Kacang Tanah										
Kacang Mete										
Kecap										
SAYURAN										
Kangkung										
Labu Air										
Bayam										
Kembang Kol										

Bahan Makanan	Frekuensi Makan							Porsi		Cara Memasak
	>1 x/ hari	1 x/ hari	3-6 x/ minggu	1-2 x/ minggu	1 x/ bulan	1 x/ tahun	Tidak Pernah	URT	Berat (gr)	
Kol										
Buncis										
Wortel										
Labu Siam										
Kacang Panjang										
Jantung Pisang										
Nangka Muda										
Kelor										
Pepaya Muda										
Pare										
Sawi Putih / Hijau										
Gambas (Oyong)										
Seledri										
BUAH										
Alpukat										
Apel										
Anggur										
Duku										
Durian										
Jambu Biji										
Jambu Air										
Jeruk										
Melon										
Nangka										

Bahan Makanan	Frekuensi Makan							Porsi		Cara Memasak
	>1 x/ hari	1 x/ hari	3-6 x/ minggu	1-2 x/ minggu	1 x/ bulan	1 x/ tahun	Tidak Pernah	URT	Berat (gr)	
Nanas										
Pepaya										
Pisang										
Rambutan										
Sawo										
Salak										
Semangka										
LEMAK & MINYAK										
Mentega / Margarin										
Minyak Goreng										
Santan										
Kelapa Parut										
SUSU & OLAHANNYA										
Susu Bubuk										
Susu Coklat										
Susu Kental Manis										
Yoghurt										
SNACK/ MAKANAN INSTAN										
Sarden										
Kornet										
Kue Basah										
Brownis/Bolu Kukus										
Minuman Instan/kemasan										

Bahan Makanan	Frekuensi Makan							Porsi		Cara Memasak
	>1 x/ hari	1 x/ hari	3-6 x/ minggu	1-2 x/ minggu	1 x/ bulan	1 x/ tahun	Tidak Pernah	URT	Berat (gr)	
Kopi										
Teh										
Madu										
Minuman Bersoda										
Biskuit										
Kue Kering										
Dendeng										
Abon										
Telur Asin										
Pindang										
Sosis										
Saus Tomat										

Lampiran 9. Hasil Pengisian Kuesioner

PEMBERIAN INFORMASI PENELITIAN

Dengan hormat,

Saya yang bertanda tangan di bawah ini adalah mahasiswa Program Studi SI Gizi Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Gresik :

Nama : Mas'udatus Saniyah

NIM : 201601012

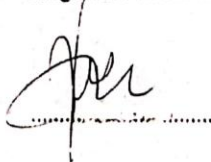
Akan mengadakan penelitian dengan judul "Hubungan Asupan Natrium dan Indeks Massa Tubuh dengan Tekanan Darah pada Pasien Penyakit Ginjal Kronik yang Menjalani Hemodialisis di RSUD Ibnu Sina Kabupaten Gresik".

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan asupan natrium dan indeks massa tubuh dengan tekanan darah pada pasien penyakit ginjal kronik yang menjalani hemodialisis di RSUD Ibnu Sina Kabupaten Gresik, dan manfaat dari penelitian ini adalah agar masyarakat khususnya pasien Penyakit Ginjal Kronik mendapatkan kesehatan gizi yang optimal dengan memperhatikan asupan natrium dan status gizi agar tetap dalam kondisi normal.

Untuk maksud tersebut, peneliti memohon kesediaan Bapak/Ibu/Sdr untuk berpartisipasi menjadi partisipan dalam penelitian ini. Apabila Bapak/ Ibu bersedia mengikuti penelitian ini maka Bapak/Ibu/Sdr akan mengisi kuesioner yang akan kami bagikan. Apabila tidak bersedia, maka tidak akan mempengaruhi pelayanan kesehatan Bapak/Ibu/Sdr di rumah sakit ini.

Penelitian ini tidak akan menimbulkan akibat yang merugikan, sehingga kerahasiaan semua informasi akan dijaga dan hanya digunakan untuk kepentingan penelitian. Atas perhatian dan kesediaan Bapak/Ibu/Sdr untuk berpartisipasi dalam penelitian ini saya ucapkan terima kasih.

Yang diberi informasi



Peneliti


Mas'udatus Saniyah
NIM 201601012

PERNYATAAN PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Tn. T

Usia : 53

Jenis Kelamin : Laki-laki

Alamat : Kampung - Pucung - Balongpanggang

No. Telepon : 0852 5757 3697

Bersedia untuk menjadi responden dalam penelitian yang berjudul

Hubungan Asupan Natrium Dan Indeks Massa Tubuh Dengan Tekanan Darah Pada Pasien Penyakit Ginjal Kronik Yang Menjalani Hemodialisis Di RSUD Ibnu Sina Kabupaten Gresik.

Prosedur penelitian ini tidak akan memberikan dampak dan resiko apapun pada responden. Saya telah diberikan penjelasan mengenai hal tersebut diatas dan saya telah diberikan kesempatan untuk bertanya mengenai hal-hal yang belum dimengerti dan telah mendapatkan jawaban yang jelas dan benar.

Dengan ini saya menyatakan secara sukarela untuk ikut sebagai subjek dalam penelitian ini.

Gresik, 28 - Juli 2020

Peneliti



(Mas'udah Sanjaya)

Responden



(.....)

Status Responden : (diisi oleh peneliti)

1. Berat badan : 47 kg
2. Tinggi badan : 156 cm
3. IMT : 19,3 kg/m² (Normal)
4. Tekanan darah : 150/80 mmHg

Berilah tanda checklist (✓) pada kolom "Ya atau Tidak" pada setiap pertanyaan sesuai dengan jawaban anda.

No.	Pertanyaan	Ya	Tidak
1.	Apakah anda telah mendapatkan konseling gizi mengenai makanan yang boleh dikonsumsi dan tidak boleh dikonsumsi oleh pasien Penyakit Ginjal Kronik yang menjalani hemodialisis ?	✓	
2.	Apabila anda mendapatkan konseling gizi, apakah anda sudah mematuhi anjuran diet yang diberikan ?	✓	
3.	Apakah anda mendapatkan terapi obat-obatan ?	✓	

Jenis obat-obatan yang dikonsumsi : Amlodipin

FORMULIR FOOD RECALL 24 JAM

Nama

: Tn. T

Tanggal/ hari-ke

: 27-07-2020 / I

Waktu Makan	Nama Makanan	Bahan Makanan	Banyaknya	
			URT	Gram
Makan Pagi	Nasi putih	Nasi putih	2 ctg	200
	Daging sapi	D. sapi	1 ptg bsr	75
	Kerengseng	kecap manis	1 sdm	10
	Tahu bacem	Tahu	1 ptg bsr	100
		kecap manis	1 sdm	10
Selingan Pagi	Rais tawar	Rais tawar	2 lbr	40
	Teh	Teh	1 sdm	5
		gula	2 sdm	20
Makan Siang	Nasi putih	Nasi putih	2 ctg	200
	Daging sapi	Daging sapi	1 ptg srg	50
	Kerengseng	kecap manis	1 sdm	10
	Kerupuk	Kerupuk	2 bh	20
		minyak	1 sdm	10
Selingan Sore	pepaya	pepaya	1 ptg	100
Makan Malam	Nasi putih	Nasi putih	2 ctg	200
	Daging sapi	Daging sapi	1 ptg srg	50
	Kerengseng	kecap manis	1 sdm	10
	Kerupuk	Kerupuk	2 bh	20
		minyak	1 sdm	10
Selingan Malam	ubi rebus	ubi jalar	1 bh	100
		keuning		

rla = 2670.8 mg

FORMULIR FOOD RECALL 24 JAM

Nama : Tn. T

Tanggal/ hari-ke : 26-07-2020 / II

Waktu Makan	Nama Makanan	Bahan Makanan	Banyaknya	
			URT	Gram
Makan Pagi	Nasi putih	Nasi putih	3 ctg	300
	Mujair goreng	Ikan mujair	1 ptg	50
		minyak sawit	1/2 sdm	5
	Labu air rebus	Labu air	1/2 gls	50
Selingan Pagi	Pepaya	pepaya	1 ptg sdg	100
Makan Siang	Nasi putih	Nasi putih	3 ctg	300
	Mujair goreng	Ikan mujair	1 ptg	50
		minyak sawit	1/2 sdm	5
	labu air rebus	labu air	1/2 gls	50
Selingan Sore	Pohong kukur	Singkong	2 ptg bkr	200
Makan Malam	Nasi putih	Nasi putih	3 ctg	300
	Mujair goreng	Ikan mujair	1 ptg	50
		minyak sawit	1/2 sdm	5
	Labu air rebus	labu air	1/2 gls	50
Selingan Malam	Roti tawar	roti putih	2 lbr	10

Na = 326,7 mg

FORMULIR *FOOD FREQUENCY QUESTIONNAIRE* (FFQ) SEMI KUANTITATIF

Nama : Tn. T
Tanggal Wawancara : 28 Juli 2020

*Petunjuk pengisian :

1. Berilah tanda centang (✓) pada tabel berikut sesuai dengan kebiasaan pola makan Anda.
2. Tuliskan jumlah yang dikonsumsi menggunakan Ukuran Rumah Tangga (URT) atau tuliskan beratnya dalam ukuran gram.
Contoh Ukuran Rumah Tangga adalah 1 potong sedang, 2 gelas, 1 centong, 1,5 sendok makan.

Daftar singkatan :

bh : buah
bj : biji
btg : batang
bks : bungkus
pk : pack
kcl : kecil
sdg : sdg
bsr : besar

ptg : potong
sdm : sendok makan
sdt : sendok teh
glg : gelas
ckr : cangkir
ctg : centong
btl : botol

3. Tuliskan cara pengolahan bahan makanan, misalnya digoreng, rebus, kukus, tumis, dan lain-lain.

Bahan Makanan	Frekuensi Makan							Porsi		Cara Memasak
	>1 x/ hari	1 x/ hari	3-6 x/ minggu	1-2 x/ minggu	1 x/ bulan	1 x/ tahun	Tidak Pernah	URT	Berat (gr)	
MAKANAN POKOK										
Beras Putih	1x3							3 ctg		magicom
Jagung					✓			1 pta		kukus
Mie					✓			1 Bcs		tumis
Roti Putih					✓			2 pta		Bakar
Kentang			✓						1/4 kg	kukus
Ubi Jalar							✓			
Singkong				✓					1/4 kg	kukus
Ketan							✓			
Tepung Terigu				✓						
Tepung Tapioka							✓			
LAUK HEWANI										
Daging Ayam				✓				1 pta		Bakar
Daging Sapi							✓			
Daging Bebek							✓			
Daging Domba							✓			
Jeroan							✓			
Telur Ayam		✓						1-2 Bj		Rebus
Ikan Mujair		✓						1-2 Bj		goreng
Ikan Lele		✓						1-2 Bj		goreng
Ikan Gabus		✓						1/2 Bj		goreng
Ikan Teri							✓			
Ikan Tongkol							✓			
Udang							✓			

Bahan Makanan	Frekuensi Makan							Porsi		Cara Memasak
	>1 x/ hari	1 x/ hari	3-6 x/ minggu	1-2 x/ minggu	1 x/ bulan	1 x/ tahun	Tidak Pernah	URT	Berat (gr)	
Cumi-Cumi							✓			
Kepiting							✓			
Ikan Asin							✓			
Kerang							✓			
Keju							✓			
LAUK NABATI										
Tahu		✓						1 ptg		Goreng
Tempe		✓						1 ptg		Goreng
Kacang Hijau							✓			
Kacang Merah							✓			
Kacang Tanah					✓			1 genggam		Goreng
Kacang Mete							✓			
Kecap					✓					
SAYURAN										
Kangkung					✓					
Labu Air	✓							1 potong		Rebus
Bayam			✓				✓			
Kembang Kol							✓	1/2 buah		Tumis
Kol										
Buncis										
Wortel					✓					
Labu Siam	✓							1 potong		Rebus
Kacang Panjang				✓				3 buah		Tumis
Jantung Pisang							✓			

Bahan Makanan	Frekuensi Makan							Porsi		Cara Memasak
	>1 x/ hari	1 x/ hari	3-6 x/ minggu	1-2 x/ minggu	1 x/ bulan	1 x/ tahun	Tidak Pernah	URT	Berat (gr)	
Nangka Muda							✓			
Kelor							✓			
Pepaya Muda							✓			
Pare				✓						Tumis
Sawi Putih / Hijau				✓						Rebus
Gambas (Oyong)				✓						Rebus
Seledri				✓						
BUAH										
Alpukat				✓			✓			
Apel				✓			✓	1-2 B _j		
Anggur					✓		✓	5 B _j		
Duku							✓			
Durian							✓			
Jambu Biji							✓			
Jambu Air					✓		✓			
Jeruk					✓			1 B _j		
Melon					✓		✓	1 Ptg		
Nangka										
Nanas	✓									
Pepaya								1 Ptg		
Pisang					✓					
Rambutan					✓			2 B _j		
Sawo					✓			1 B _j		
Salak					✓			3 B _j		

Bahan Makanan	Frekuensi Makan							Porsi		Cara Memasak
	>1 x/ hari	1 x/ hari	3-6 x/ minggu	1-2 x/ minggu	1 x/ bulan	1 x/ tahun	Tidak Pernah	URT	Berat (gr)	
Semangka										
LEMAK & MINYAK										
Mentega / Margarin							✓			
Minyak Goreng		✓					✓	1-2 sdm		
Santan							✓			
Kelapa Parut							✓			
SUSU & OLAHANNYA										
Susu Bubuk		✓					✓	3 sdt		
Susu Coklat							✓			
Susu Kental Manis							✓			
Yoghurt							✓			
SNACK/ MAKANAN INSTAN										
Sarden							✓			
Kornet			✓				✓			
Kue Basah				✓				1-2 ptg		
Brownis/Bolu Kukus								1 ptg		
Minuman Instan/kemasan							✓			
Kopi							✓			
Teh		✓					✓			
Madu							✓	1 sdm		
Minuman Bersoda							✓			
Biskuit					✓			1 Bks kecil		
Kue Kering					✓			1 Bks kecil		

Bahan Makanan	Frekuensi Makan							Porsi		Cara Memasak
	>1 x/ hari	1 x/ hari	3-6 x/ minggu	1-2 x/ minggu	1 x/ bulan	1 x/ tahun	Tidak Pernah	URT	Berat (gr)	
Dendeng							✓			
Abon							✓			
Telur Asin							✓			
Pindang					✓		✓	1 Bjs kecil		Goreng
Sosis							✓			
Saus Tomat							✓			

Lampiran 10. Jadwal Pengerjaan Skripsi

Jadwal Pengerjaan Skripsi

Hubungan Asupan Natrium dan Indeks Massa Tubuh dengan Tekanan Darah pada Pasien Penyakit Ginjal Kronik yang Menjalani Hemodialisis Di RSUD Ibnu Sina Kabupaten Gresik

No.	Kegiatan	Juni 2020				Juli 2020				Agustus 2020			
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
1.	Seminar Proposal Skripsi												
2.	Uji Etik Penelitian												
3.	Penelitian												
4.	Pengolahan dan Analisis Data												
5.	Penyusunan Skripsi												
6.	Proses Bimbingan												
7.	Sidang Skripsi												

Lampiran 11. Hasil Uji SPSS

HASIL UJI SPSS

a. Hasil Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

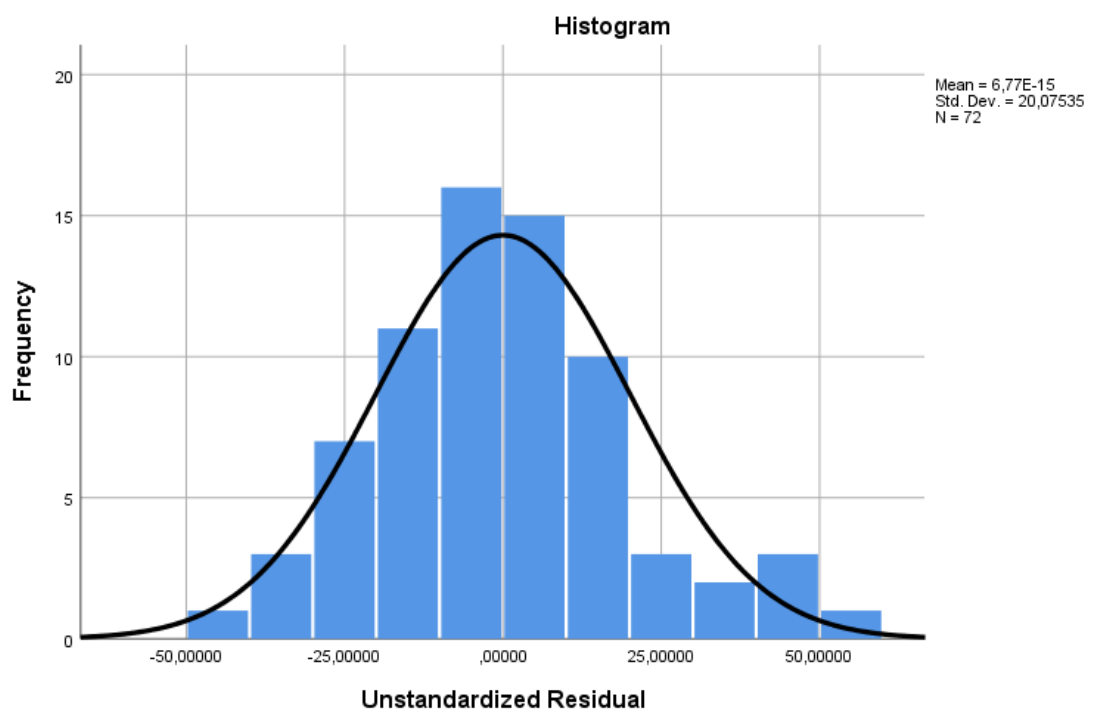
		Unstandardized Residual
N		72
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	,0000000
	Std. Deviation	20,07535066
Most Extreme Differences	Absolute	,070
	Positive	,070
	Negative	-,039
Test Statistic		,070
Asymp. Sig. (2-tailed)		,200 ^{c,d}

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

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



b. Karakteristik Responden

Distribusi Jenis Kelamin

		Jenis Kelamin			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Laki-laki	47	65,3	65,3	65,3
	Perempuan	25	34,7	34,7	100,0
	Total	72	100,0	100,0	

Distribusi Usia

		Usia			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	19-24 tahun	1	1,4	1,4	1,4
	25-34 tahun	5	6,9	6,9	8,3
	35-44 tahun	18	25,0	25,0	33,3
	45-54 tahun	21	29,2	29,2	62,5
	55-60 tahun	27	37,5	37,5	100,0
	Total	72	100,0	100,0	

Distribusi Pendidikan

		Pendidikan			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak tamat SD	2	2,8	2,8	2,8
	Tamat SD	20	27,8	27,8	30,6
	Tamat SMP	15	20,8	20,8	51,4
	Tamat SMA	29	40,3	40,3	91,7
	Tamat Perguruan Tinggi	6	8,3	8,3	100,0
	Total	72	100,0	100,0	

Distribusi Pekerjaan

		Pekerjaan			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	PNS	4	5,6	5,6	5,6
	Wiraswasta	5	6,9	6,9	12,5
	Pegawai swasta/Petani/Nelayan	17	23,6	23,6	36,1
	Tidak bekerja	46	63,9	63,9	100,0
	Total	72	100,0	100,0	

c. Asupan Natrium

Distribusi Asupan Natrium

		Asupan Natrium			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Kurang	6	8,3	8,3	8,3
	Cukup	24	33,3	33,3	41,7
	Lebih	42	58,3	58,3	100,0
	Total	72	100,0	100,0	

d. Indeks Massa Tubuh

Distribusi Indeks Massa Tubuh

		IMT			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Kurus	9	12,5	12,5	12,5
	Normal	43	59,7	59,7	72,2
	Gemuk	10	13,9	13,9	86,1
	Obesitas	10	13,9	13,9	100,0
	Total	72	100,0	100,0	

e. Tekanan Darah

Distribusi Tekanan Darah

		Tekanan Darah			Cumulative Percent
		Frequency	Percent	Valid Percent	
Valid	Normal	11	15,3	15,3	15,3
	Pre Hipertensi	11	15,3	15,3	30,6
	Hipertensi	50	69,4	69,4	100,0
	Total	72	100,0	100,0	

f. Hubungan Asupan Natrium dengan Tekanan Darah

Hasil Uji *Chi-Square* Asupan Natrium dengan Tekanan Darah

Asupan Natrium * Tekanan Darah Crosstabulation

			Tekanan Darah			
			Normal	Pre Hipertensi	Hipertensi	Total
Asupan Natrium	Kurang	Count	3 _a	3 _a	0 _b	6
		% within Asupan Natrium	50,0%	50,0%	0,0%	100,0%
	Cukup	Count	8 _a	8 _a	8 _b	24
		% within Asupan Natrium	33,3%	33,3%	33,3%	100,0%
	Lebih	Count	0 _a	0 _a	42 _b	42
		% within Asupan Natrium	0,0%	0,0%	100,0%	100,0%
Total		Count	11	11	50	72
		% within Asupan Natrium	15,3%	15,3%	69,4%	100,0%

Each subscript letter denotes a subset of Tekanan Darah categories whose column proportions do not differ significantly from each other at the ,05 level.

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymptotic Significance (2- sided)
Pearson Chi-Square	46,865 ^a	4	,000
Likelihood Ratio	58,079	4	,000
Linear-by-Linear Association	38,594	1	,000
N of Valid Cases	72		

a. 5 cells (55,6%) have expected count less than 5. The minimum expected count is ,92.

g. Hubungan Indeks Massa Tubuh dengan Tekanan Darah

Hasil Uji Chi-Square Indeks Massa Tubuh dengan Tekanan Darah

IMT * Tekanan Darah Crosstabulation

			Tekanan Darah			
			Normal	Pre Hipertensi	Hipertensi	Total
IMT	Kurus	Count	2 _a	0 _a	7 _a	9
		% within IMT	22,2%	0,0%	77,8%	100,0%
	Normal	Count	6 _a	7 _a	30 _a	43
		% within IMT	14,0%	16,3%	69,8%	100,0%
	Gemuk	Count	1 _a	0 _a	9 _a	10
		% within IMT	10,0%	0,0%	90,0%	100,0%
	Obesitas	Count	2 _{a, b}	4 _b	4 _a	10
		% within IMT	20,0%	40,0%	40,0%	100,0%
Total		Count	11	11	50	72
		% within IMT	15,3%	15,3%	69,4%	100,0%

Each subscript letter denotes a subset of Tekanan Darah categories whose column proportions do not differ significantly from each other at the ,05 level.

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymptotic Significance (2- sided)
Pearson Chi-Square	9,541 ^a	6	,145
Likelihood Ratio	11,348	6	,078
Linear-by-Linear Association	,645	1	,422
N of Valid Cases	72		

a. 6 cells (50,0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 1,38.

h. Hasil Uji Multivariat

Hasil Uji Regresi Linier Asupan Natrium dengan Tekanan Darah

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	,646 ^a	,417	,408	20,5135

a. Predictors: (Constant), Asupan Natrium

i. Hasil Data Penunjang

Data Riwayat Pasien

No.	Data Pasien	N	%
1.	Riwayat Penyakit Hipertensi	40	44,4
2.	Riwayat Pemberian Konseling	66	91,7
3.	Kepatuhan Diet	60	83,3
4.	Konsumsi Obat Anti Hipertensi	36	50

j. Hasil Pola Konsumsi

Distribusi Pola Konsumsi

Bahan Makanan	Frekuensi						Total	
	Sering		Jarang		Tidak Pernah			
	N	%	N	%	N	%	N	%
MAKANAN POKOK								
Beras putih	72	100	0	0	0	0	72	100
Jagung	11	15,3	50	69,4	11	69,4	72	100
Mie	28	38,9	25	34,7	19	26,4	72	100
Roti Putih	27	37,5	29	40,3	16	22,2	72	100
Kentang	20	27,8	37	51,4	15	20,3	72	100
Ubi jalar	14	19,4	42	58,3	15	22,2	72	100
Singkong	13	18,1	43	59,7	16	22,2	72	100
Ketan	5	6,9	33	45,8	34	47,2	72	100
Tepung terigu	12	16,7	26	36,1	34	47,2	72	100
Tepung tapioka	6	8,3	22	30,6	44	61,1	72	100
LAUK HEWANI								
Daging ayam	53	73,6	17	23,6	2	2,8	72	100
Daging sapi	34	47,2	29	40,3	9	12,5	72	100
Daging bebek	11	15,3	35	48,6	26	36,1	72	100
Daging domba	6	8,3	18	25	48	66,7	72	100
Jeroan	27	37,5	33	45,8	12	16,7	72	100
Telur ayam	53	73,6	17	23,6	2	2,8	72	100
Ikan mujair	57	79,2	15	20,8	0	0	72	100
Ikan lele	40	55,6	15	20,8	17	23,6	72	100
Ikan gabus	30	41,7	12	16,7	30	41,7	72	100
Ikan teri	35	48,6	19	26,4	18	25	72	100
Ikan tongkol	25	34,7	36	50	11	15,3	72	100
Udang	14	19,4	36	50	22	30,6	72	100
Cumi-cumi	8	11,1	9	12,5	55	76,4	72	100
Kepiting	4	5,4	21	29,2	47	65,3	72	100
Ikan asin	35	48,6	22	30,6	15	20,8	72	100
Kerang	26	36,1	24	33,3	22	30,6	72	100
Keju	25	34,7	24	33,3	23	31,9	72	100
LAUK NABATI								
Tahu	46	63,9	12	16,7	14	19,4	72	100
Tempe	46	63,9	12	16,7	14	19,4	72	100
Kacang hijau	6	8,3	32	44,4	34	47,2	72	100
Kacang merah	1	1,4	12	16,7	59	81,9	72	100
Kacang tanah	17	23,6	33	45,8	22	30,6	72	100

Kacang mete	1	1,4	5	6,9	66	91,7	72	100
Kecap	47	65,3	19	26,4	6	8,3	72	100
SAYURAN								
Kangkung	23	31,9	22	30,6	27	37,5	72	100
Labu air	28	38,9	8	11,1	36	50	72	100
Bayam	14	19,4	16	22,2	42	58,3	72	100
Kembang kol	8	11,1	5	6,9	59	81,9	72	100
Kol putih / merah	11	15,3	13	18,1	48	66,7	72	100
Buncis	11	15,3	17	23,6	44	61,1	72	100
Wortel	10	13,9	29	40,3	33	45,8	72	100
Labu siam	8	11,1	21	29,2	43	59,7	72	100
Kacang panjang	6	8,3	18	25	48	66,7	72	100
Jantung pisang	1	1,4	5	6,9	66	91,7	72	100
Nangka muda	0	0	20	27,8	52	72,2	72	100
Kelor	3	4,2	25	34,7	44	61,1	72	100
Pepaya muda	5	6,9	10	13,9	57	79,2	72	100
Pare	1	1,4	4	5,6	67	93,1	72	100
Sawi putih / hijau	3	4,2	18	25	51	70,8	72	100
Gambas (oyong)	9	12,5	12	16,7	51	70,8	72	100
Seledri	3	4,2	17	23,6	52	72,2	72	100
BUAH								
Alpukat	1	1,4	8	11,1	63	87,5	72	100
Apel	3	4,2	12	16,7	57	79,2	72	100
Anggur	3	4,2	13	18,1	56	77,8	72	100
Duku	1	1,4	14	19,4	57	79,2	72	100
Durian	3	4,2	2	2,8	67	93,1	72	100
Jambu biji	4	5,6	8	11,1	60	83,3	72	100
Jambu air	3	4,2	14	19,4	55	76,4	72	100
Jeruk	4	5,6	13	18,1	55	76,4	72	100
Melon	1	1,4	19	26,4	52	72,2	72	100
Nangka	1	1,4	10	13,9	61	84,7	72	100
Nanas	5	6,9	12	16,7	55	76,4	72	100
Pepaya	15	20,8	22	30,6	35	48,6	72	100
Pisang	3	4,2	12	16,7	57	79,2	72	100
Rambutan	1	1,4	13	18,1	58	80,6	72	100
Sawo	1	1,4	11	15,3	60	83,3	72	100
Salak	1	1,4	14	19,4	57	79,2	72	100
Semangka	5	6,9	14	19,4	53	73,6	72	100
LEMAK & MINYAK								
Mentega / margarin	34	47,2	24	33,3	14	19,4	72	100
Minyak goreng	59	81,9	11	15,3	2	2,8	72	100

Santan	34	47,2	27	37,5	11	15,3	72	100
Kelapa parut	25	34,7	34	47,2	13	18,1	72	100
SUSU & OLAHANNYA								
Susu bubuk	5	6,9	6	8,3	61	84,7	72	100
Susu coklat	2	2,8	4	5,6	66	91,7	72	100
Susu kental manis	6	8,3	5	6,9	61	84,7	72	100
Yogurt	2	2,8	2	2,8	68	94,4	72	100
SNACK/ MAKANAN INSTAN								
Sarden	0	0	12	16,7	60	83,3	72	100
Kornet	0	0	10	13,9	62	86,1	72	100
Kue basah	36	50	24	33,3	12	16,7	72	100
Brownies/Bolu kukus	23	31,9	33	45,8	16	22,2	72	100
Minuman Instan/kemasan	2	2,8	18	25	52	72,2	72	100
Kopi	5	6,9	17	23,6	50	69,4	72	100
Teh	34	47,2	31	43,1	7	9,7	72	100
Madu	4	5,6	20	27,8	48	66,7	72	100
Minuman bersoda	0	0	3	4,2	69	95,8	72	100
Biskuit	41	56,9	19	26,4	12	16,7	72	100
Kue kering	26	36,1	29	40,3	17	23,6	72	100
Dendeng	5	6,9	18	25	49	68,1	72	100
Abon	0	0	37	51,4	35	48,6	72	100
Telur asin	29	40,3	29	40,3	14	19,4	72	100
Pindang	47	65,3	17	23,6	8	11,1	72	100
Sosis	23	31,9	26	36,1	23	31,9	72	100
Saus Tomat	21	29,2	37	51,4	14	19,4	72	100

Keterangan :

Sering = >1 x/hari, 1 x/hari, 3 – 6 x/hari
Jarang = 1 – 2 x/hari, 1 x/bulan, 1 x/tahun
Tidak Pernah = tidak pernah

Lampiran 12. Hasil Analisis Food Recall 2 x 24 Jam Menggunakan Program
Nutrisurvey 2007

HASIL ANALISIS FOOD RECALL 1 X 24 JAM

Analysis of the food record

Food	Amount	energy	carbohydr.
MAKAN PAGI			
nasi putih	200 g	260,0 kcal	57,2 g
daging sapi	75 g	201,7 kcal	0,0 g
kecap	10 g	6,0 kcal	0,6 g
tahu	100 g	76,0 kcal	1,9 g
kecap	10 g	6,0 kcal	0,6 g
Meal analysis: energy 549,7 kcal (27 %), carbohydrate 60,2 g (21 %)			
SELINGAN 1			
roti tawar	40 g	109,6 kcal	20,8 g
teh	5 g	2,5 kcal	0,5 g
gula pasir	20 g	77,4 kcal	20,0 g
Meal analysis: energy 189,4 kcal (9 %), carbohydrate 41,2 g (14 %)			
MAKAN SIANG			
nasi putih	200 g	260,0 kcal	57,2 g
daging sapi	50 g	134,4 kcal	0,0 g
kecap	10 g	6,0 kcal	0,6 g
kerupuk udang berpati	20 g	71,8 kcal	13,3 g
minyak kelapa sawit	10 g	86,2 kcal	0,0 g
Meal analysis: energy 558,5 kcal (27 %), carbohydrate 71,1 g (25 %)			
SELINGAN 2			
pepaya	100 g	39,0 kcal	9,8 g
Meal analysis: energy 39,0 kcal (2 %), carbohydrate 9,8 g (3 %)			

MAKAN MALAM

nasi putih	200 g	260,0 kcal	57,2 g
daging sapi	50 g	134,4 kcal	0,0 g
kecap	10 g	6,0 kcal	0,6 g
kerupuk udang berpati	20 g	71,8 kcal	13,3 g
minyak kelapa sawit	10 g	86,2 kcal	0,0 g

Meal analysis: energy 558,5 kcal (27 %), carbohydrate 71,1 g (25 %)

SELINGAN 3

ubi jalar kuning	150 g	153,1 kcal	36,4 g
------------------	-------	------------	--------

Meal analysis: energy 153,1 kcal (7 %), carbohydrate 36,4 g (13 %)

=====

Result

=====

Nutrient content	analysed value	recommended value/day	percentage fulfillment
energy	2048,2 kcal	2036,3 kcal	101 %
water	0,0 g	2700,0 g	0 %
protein	84,5 g(17%)	60,1 g(12 %)	140 %
fat	59,4 g(26%)	69,1 g(< 30 %)	86 %
carbohydr.	289,9 g(58%)	290,7 g(> 55 %)	100 %
dietary fiber	8,8 g	30,0 g	29 %
alcohol	0,0 g	-	-
PUFA	5,4 g	10,0 g	54 %
cholesterol	195,3 mg	-	-
Vit. A	1442,3 µg	800,0 µg	180 %
carotene	0,0 mg	-	-
Vit. E (eq.)	12,0 mg	12,0 mg	100 %
Vit. B1	0,6 mg	1,0 mg	60 %
Vit. B2	0,6 mg	1,2 mg	54 %
Vit. B6	1,4 mg	1,2 mg	121 %
tot. fol.acid	123,3 µg	400,0 µg	31 %
Vit. C	83,8 mg	100,0 mg	84 %
sodium	2670,8 mg	2000,0 mg	134 %
potassium	1873,8 mg	3500,0 mg	54 %
calcium	202,1 mg	1000,0 mg	20 %
magnesium	315,5 mg	310,0 mg	102 %
phosphorus	874,7 mg	700,0 mg	125 %
iron	13,2 mg	15,0 mg	88 %
zinc	12,3 mg	7,0 mg	176 %

HASIL ANALISIS FOOD RECALL 2 X 24 JAM

Analysis of the food record

Food	Amount	energy	carbohydr.
MAKAN PAGI			
nasi putih	300 g	390,1 kcal	85,8 g
ikan mujair segar	50 g	41,9 kcal	0,0 g
minyak kelapa sawit	5 g	43,1 kcal	0,0 g
labu air mentah	50 g	10,0 kcal	2,2 g
Meal analysis: energy 485,1 kcal (26 %), carbohydrate 88,0 g (25 %)			
SELINGAN 1			
pepaya	100 g	39,0 kcal	9,8 g
Meal analysis: energy 39,0 kcal (2 %), carbohydrate 9,8 g (3 %)			
MAKAN SIANG			
nasi putih	300 g	390,1 kcal	85,8 g
ikan mujair segar	50 g	41,9 kcal	0,0 g
minyak kelapa sawit	5 g	43,1 kcal	0,0 g
labu air mentah	50 g	10,0 kcal	2,2 g
Meal analysis: energy 485,1 kcal (26 %), carbohydrate 88,0 g (25 %)			
SELINGAN 2			
singkong kuning	200 g	251,9 kcal	61,6 g
Meal analysis: energy 251,9 kcal (14 %), carbohydrate 61,6 g (17 %)			
MAKAN MALAM			
nasi putih	300 g	390,1 kcal	85,8 g
ikan mujair segar	50 g	41,9 kcal	0,0 g
minyak kelapa sawit	5 g	43,1 kcal	0,0 g
labu air mentah	50 g	10,0 kcal	2,2 g
Meal analysis: energy 485,1 kcal (26 %), carbohydrate 88,0 g (25 %)			

SELINGAN 3

roti tawar manis

40 g

114,0 kcal

22,7 g

Meal analysis: energy 114,0 kcal (6 %), carbohydrate 22,7 g (6 %)

Result

Nutrient content	analysed value	recommended value/day	percentage fulfillment
energy	1860,3 kcal	2036,3 kcal	91 %
water	0,0 g	2700,0 g	0 %
protein	56,2 g(12%)	60,1 g(12 %)	93 %
fat	20,1 g(10%)	69,1 g(< 30 %)	29 %
carbohydr.	357,9 g(78%)	290,7 g(> 55 %)	123 %
dietary fiber	10,8 g	30,0 g	36 %
alcohol	0,0 g	-	-
PUFA	2,0 g	10,0 g	20 %
cholesterol	66,0 mg	-	-
Vit. A	1151,0 µg	800,0 µg	144 %
carotene	0,0 mg	-	-
Vit. E (eq.)	3,1 mg	12,0 mg	26 %
Vit. B1	0,7 mg	1,0 mg	66 %
Vit. B2	0,4 mg	1,2 mg	36 %
Vit. B6	1,5 mg	1,2 mg	125 %
tot. fol.acid	142,2 µg	400,0 µg	36 %
Vit. C	130,5 mg	100,0 mg	131 %
sodium	326,7 mg	2000,0 mg	16 %
potassium	1623,3 mg	3500,0 mg	46 %
calcium	152,5 mg	1000,0 mg	15 %
magnesium	245,6 mg	310,0 mg	79 %
phosphorus	738,5 mg	700,0 mg	106 %
iron	4,9 mg	15,0 mg	33 %
zinc	6,0 mg	7,0 mg	85 %

Lampiran 13. Leaflet Hasil Penelitian

**POLA KONSUMSI UNTUK
PENGATURAN TEKANAN
DARAH PADA PASIEN
HEMODIALISIS**



Oleh :
Mas'udatus Saniyah



PROGRAM STUDI S1 GIZI
FAKULTAS KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH
GRESIK

**BAGAIMANA AGAR TIDAK
TERJADI HIPERTENSI PADA
PASIEN HEMODIALISIS ?**

Agar tidak terjadi hipertensi pada pasien yang menjalani hemodialisis maka perlu mengurangi garam dan menghindari bahan makanan sumber Natrium. Selain untuk menghindari peningkatan tekanan darah, pembatasan asupan bahan makanan yang mengandung natrium juga dapat mencegah penimbunan cairan, seperti bengkak/ odeme dan asites.

Asupan natrium dibatasi maksimal 2 gram/hari. Garam Natrium terdapat secara alamiah dalam bahan makanan atau ditambahkan kemudian pada saat memasak atau mengolah. Makanan yang berasal dari hewan biasanya lebih banyak mengandung garam natrium daripada makanan yang berasal dari tumbuhan.

**Hindari Makanan
Dan Minuman
Yang Mengandung
Tinggi Natrium !**



BAHAN MAKANAN SUMBER NATRIUM



Garam Dapur dan MSG
(Penyedap Rasa)



Segala Jenis Kecap dan
Saus Tomat



Ikan/Udang/Telur Asin



Ikan Pindang



Margarin/Mentega dan
Olahannya Seperti Biskuit
dan Roti



Mie Instan Serta Makanan dan
Minuman Yang Diawetkan



Keju



Olahan Daging Seperti Kornet
dan Sosis