

LAMPIRAN

Lampiran 1. Form Food Recall 24 Jam

Nama Subyek :

Kode Subyek :

Jenis kelamin :

Alamat :

Umur :

Lila :

Petugas :

Waktu makan	Nama Menu	Bahan Makanan	URT (Gram)

Lampiran 2. Surat Persetujuan Menjadi Responden

SURAT PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama :
 Jenis Kelamin :
 Umur :
 Pendidikan :
 Alamat :

Dengan ini saya bersedia menjadi responden dari peneliti bernama sem djo nara mahasiswa Prodi Gizi Poltekkes Kemenkes Kupang Dengan judul “Gambaran Asupan Protein, Natrium Dan Status Gizi Pada Pasien Gagal Ginjal Kronik Dengan Hipertensi Yang Menjalani Hemodialisa Diruang (HD) RSUD Prof. Dr. W Z Johannes Kupang”

Saya memahami bahwa penelitian tidak dapat berakibat negti pada saya dan tidak dapat merugikan saya, sehingga jawaban yang saya erikan tanpa ada unsur pakasaan dari siapa pun.

Kupang.....2026

Peneliti

Respon

(Sem Djo Nara)

(.....)

NIM: PO5303241231291

Saksi

(.....)

Nama	JK	Umur	Asupan								Kebutuhan						
			Protein	% Asupan	Kategori	Kode	Na	%Asupan	Kategori	Kode	Protein	AKG	Pendidikan terakhir	Kode	Pekerjaan	Kode	Agama
Ny L.B	P	64	61,5	31,64	Kurang	1	156,2	11,16	Kurang	1	194,4	1400	SD	1	IRT	1	Kristen
Tn S.L	L	31	53,4	19,02	Kurang	1	395,6	26,37	Kurang	1	280,8	1500	SMA	3	PETANI	2	Katolik
Ny Y.M	P	61	25,2	12,96	Kurang	1	82,2	5,87	Kurang	1	194,4	1400	SMA	3	IRT	1	Kristen
Tn A.F.M	L	57	27,1	9,65	Kurang	1	341	26,23	Kurang	1	280,8	1300	SMA	3	IRT	1	Islam
Ny M.M	P	63	29,6	10,38	Kurang	1	82,3	5,88	Kurang	1	285,1 2	1400	SMA	3	Wiraswa sta	3	Kristen
Ny R.A	P	63	12,4	4,95	Kurang	1	450,4	32,17	Kurang	1	250,5 6	1400	SMA	3	IRT	1	Katolik
Ny I.Y.r	P	55	22,4	10,58	Kurang	1	122,2	8,73	Kurang	1	211,6 8	1400	SMA	3	PNS	4	Kristen
Tn P.G	L	64	63	23,15	Kurang	1	134,4	10,34	Kurang	1	272,1 6	1300	SD	1	IRT	1	Katolik
Ny.S	P	48	43,5	15,49	Kurang	1	127,5	8,50	Kurang	1	280,8	1500	D-III	4	PNS	4	Islam

Tn S.T	L	59	37,6	16,42	Kurang	1	519,6	39,97	Kurang	1	228,9 6	1300	Serjana	5	IRT	1	Kristen
Tn J.S	L	62	29,1	11,23	Kurang	1	165,3	12,72	Kurang	1	259,2	1300	Serjana	5	PNS	4	Kristen
Ny A.L	P	50	36,1	16,39	Kurang	1	230,6	16,47	Kurang	1	220,3 2	1400	Serjana	5	PNS	4	Kristen
Tn R.B	L	32	54,5	23,80	Kurang	1	509,9	33,99	Kurang	1	228,9 6	1500	SMA	3	IRT	1	Kristen
Tn L.N	L	59	58,5	22,95	Kurang	1	134,9	10,38	Kurang	1	254,8 8	1300	SMA	3	Petani	2	Kristen
Tn W.N	L	56	52	24,07	Kurang	1	1001, 6	77,05	Kurang	1	216	1300	SMA	3	Petani	2	Kristen
Tn P.M	L	23	32,8	10,85	Kurang	1	164,5	10,97	Kurang	1	302,4	1500	SD	1	Petani	2	Kristen
Tn M.P	L	49	33,9	12,86	Kurang	1	193,3	12,89	Kurang	1	263,5 2	1500	D-III	4	Petani	2	Kristen
Tn J.B	L	63	25,2	9,11	Kurang	1	231,3	17,79	Kurang	1	276,4 8	1300	SMA	3	Wiras wasta	3	Kristen
Ny F.M	P	50	39,7	17,34	Kurang	1	223,9	15,99	Kurang	1	228,9 6	1400	Serjana	5	Pendet a	0	katolik

Tn A.s	L	64	40,1	12,21	Kurang	1	215,2	16,55	Kurang	1	328,3 2	1300	D-III	4	IRT	1	Islam
Ny S.F	P	40	14,9	7,04	Kurang	1	22,8	1,52	Kurang	1	211,6 8	1500	SARJ ANA	5	PNS	4	Islam
Tn R.A	L	25	19,5	6,45	Kurang	1	35,5	2,37	Kurang	1	302,4	1500	SMK	3	IRT	1	Kristen
Tn G.B	L	64	28,7	10,22	Kurang	1	374,6	28,82	Kurang	1	280,8	1300	SMA	3	MAHAS ISWA	0	Katolik
Tn K.W	L	53	32,8	15,19	Kurang	1	309,1	23,78	Kurang	1	216	1300	SMA	3	PNS	4	Katolik
Tn D.M	L	41	47,2	16,81	Kurang	1	386	25,73	Kurang	1	280,8	1500	SD	1	Sopir	0	Katolik
Ny A.A	P	51	29,7	12,97	Kurang	1	151,1	10,79	Kurang	1	228,9 6	1400	SMA	3	Wiraswa sta	3	Katolik
Tn R.S	L	65	40,6	17,73	Kurang	1	1450	131,82	Baik	2	228,9 6	1100	TIDA K SEKO LAH	0	TIDAK KERJA	0	Islam
Ny I.E	P	68	56,3	26,06	Kurang	1	978,7	81,56	Baik	2	216	1200	D-III	4	IRT	1	Kristen

Ny F.B	P	68	56,9	28,63	kurang	1	500,9	41,74	Kurang	1	198,7 2	1200	SMA	3	IRT	1	Katolik
Tn L	L	60	34,9	13,69	Kurang	1	136,8	10,52	Kurang	1	254,8 8	1300	SMA	3	Petani	2	Kristen

No	ID	Responden	BB	TB	IMT	Status Gizi	Kode	TD	Kategori	Kode
1		Ny L.B	43	145	20,45	Normal	2	130/90	Hipertensi	2
2		Tn S.L	56	165	20,56	Normal	2	140/90	Hipertensi	2
3		Ny Y.M	36	145	17	Kurus	1	136/75	Hipertensi	2
4		Tn A.F.M	49	165	18	kurus	1	150/80	Hipertensi	2
5		Ny M.M	49	166	17,67	kurus	1	140/77	Hipertensi	2
6		Ny R.A	44	158	17,62	kurus	1	120/80	normal	1
7		Ny I.Y.r	44	149	19,81	normal	2	170/104	Hipertensi	2
8		Tn P.G	47	163	17	kurus	1	148/86	Hipertensi	2
9		Ny.S	60	165	22	normal	2	140/80	Hipertensi	2
10		Tn S.T	54	153	23,06	normal	2	150/80	Hipertensi	2
11		Tn J.S	45,4	160	17,1	kurus	1	160/90	Hipertensi	2
12		Ny A.L	59	151	26,4	lebih	3	170/100	Hipertensi	2
13		Tn R.B	42	153	17,91	kurus	1	130/90	Hipertensi	2
14		Tn L.N	61	159	24,12	normal	2	140/80	Hipertensi	2
15		Tn W.N	47	150	20,8	normal	2	150/70	Hipertensi	2
16		Tn P.M	51	170	17	kurus	1	140/90	Hipertensi	2
17		Tn M.P	55	161	20	normal	2	131/79	Hipertensi	2
18		Tn J.B	43	164	15	kurus	1	149/97	Hipertensi	2
19		Ny F.M	41	153	17,5	kurus	1	114/72	Hipertensi	2
20		Tn A.s	64	176	20	normal	2	136/74	Hipertensi	2
21		Ny S.F	34	149	15	kurus	1	130/70	Hipertensi	2
22		Tn R.A	55	170	19,03	normal	2	198/129	Hipertensi	2
23		Tn G.B	70	165	25,71	lebih	3	159/73	Hipertensi	2
24		Tn K.W	44	150	17,18	kurus	1	132/70	Hipertensi	2

25		Tn D.M	46	165	16,8	kurus	1	128/80	normal	1
26		Ny A.A	46	153	17,3	kurus	1	146/85	tidak normal	2
27		Tn.R.S	67	153	28,63	lebih	3	137/76	Hipertensi	2
28		Ny I.E	52	150	23,1	normal	2	155/95	Hipertensi	2
29		Ny F.B	54	146	25,35	lebih	3	158//65	Hipertensi	2
30		Tn L	61,5	159	24,4	lebih	3	137/87	Hipertensi	2

Lampiran 3. Hasil Recall

Lampiran					
IDENTITAS RESPONDEN					
ID	10		Nama subjek	Ny. S. T	
Cuci darah ke	20/6.	Recall/Repeat*	Tanggal recall	13 April	
Pekerjaan	Pensiunan		Usia	55 tahun	
Alamat	Jl. Sejahtera		Jenis kelamin	P	
Agama	Protestan		Pendidikan terakhir	SI Pertanian	
Data antropometri					
BB			54		
TB			153		
IMT			$54/2,3409 = 23,06$		
Data rekam medis					
Tekanan darah			150/80		
Hemoglobin			9,8		
Ureum					
Kreatinin					
Lain-lain					
Penyakit penyerta			Xsain urat, Hipertensi		
Lama menderita penyakit			20th		
24 HOUR DIETARY RECALL					
Tanyakan tentang makanan dan minuman yang dikonsumsi kemarin dari bangun tidur sampai tidur lagi. Jangan lupa tanyakan ttg konsumsi suplemen mineral/vitamin pada hari kemarin, lalu catat merk dan dosisnya.					
Waktu	Menu	Metode masak	Rincian bahan makanan (termasuk merek)	Jumlah makanan yang dikonsumsi	
				URT	gram
08.00	Nasi Telur mata sapi gula-gula		Beras Telur Mentega	1 ctg rice cooker 1 btr.	50 60 3.
11.00	Nasi jagung bunga pepaya Ayam kecap		Beras jagung bunga pepaya Ayam	1 ctg rice cooker 1 pte 1 pte sag	45 5. 30 50

16.00	Koti Campiang Sate babi			1 pte 1 fusuk	30
20.00	Maji Sup brendan bunga pepaya Sate babi Minyak	- Tumis		2 ctg plastik to - 2 sedun 1 fusuk	120 - 30 10 3

*Lingkari salah satu

Lampiran 4. Satu Pintu



PEMERINTAH PROVINSI NUSA TENGGARA TIMUR
DINAS PENANAMAN MODAL DAN PELAYANAN TERPADU SATU PINTU
 Jalan Basuki Rahmat No. 1 Kelurahan Naikolan
 (Gedung B Lantai I dan II Kompleks Kantor Gubernur Lama)
 Laman : www.dpmtsp.nttprov.go.id ; Pos-el : dpmtsp.nttprov@gmail.com
 KUPANG 85117

SURAT IZIN PENELITIAN
 NOMOR : 500.16.7.2-000.9.2/2084/DPMTSP/2026

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Sylvia R. Peku Djawang, S.P., M.M.
 Jabatan : Kepala Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Provinsi Nusa Tenggara Timur

Dengan ini memberikan Izin Penelitian kepada :

Nama : Sem Djo Nara
 NIM : PO5303241231291
 Jurusan/Prodi : D-III Gizi
 Instansi/Lembaga : Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Kupang

Untuk melaksanakan penelitian, dengan rincian sebagai berikut :

Judul Penelitian : GAMBARAN ASUPAN PROTEIN, NATRIUM, DAN STATUS GIZI PADA PASIEN GAGAL GINJAL KRONIK DENGAN HIPERTENSI YANG MENJALANI HEMODIALISA DI RUANG (HD) RSUD. PROF. DR. W. Z. JOHANNES KUPANG

Lokasi Penelitian : RSUD. Prof. Dr. W. Z. Johannes Kupang

Waktu Pelaksanaan

a. Mulai : 02 Juni 2026
 b. Berakhir : 02 Juli 2026

Dengan ketentuan yang harus ditaati, sebagai berikut :

1. Sebelum melakukan kegiatan penelitian, terlebih dahulu melaporkan kedatangannya kepada Bupati/Walikota Cq. Kepala Kesbangpol/DPMTSP setempat yang akan dijadikan obyek penelitian;
2. Mematuhi ketentuan peraturan yang berlaku di daerah/wilayah/lokus penelitian;
3. Tidak dibenarkan melakukan penelitian yang materinya bertentangan dengan topik/judul penelitian sebagaimana dimaksud diatas;
4. Peneliti wajib melaporkan hasil penelitian kepada Gubernur Nusa Tenggara Timur Cq. Kepala Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Provinsi NTT;
5. Surat Izin Penelitian dapat dibatalkan sewaktu-waktu apabila tidak sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Demikian Izin Penelitian ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Kupang, 25 Mei 2026
 a.n. Gubernur Nusa Tenggara Timur
 Kepala Dinas Penanaman Modal
 dan PTSP Provinsi NTT,



Sylvia R. Peku Djawang, S.P., M.M.
 Pembina Utama Madya
 NIP. 196805121995032003

Tembusan :

1. Gubernur Nusa Tenggara Timur di Kupang;
2. Wakil Gubernur Nusa Tenggara Timur di Kupang;
3. Sekretaris Daerah Provinsi Nusa Tenggara Timur di Kupang;
4. Kepala Badan Kesbangpol Provinsi NTT di Kupang;
5. Pimpinan Instansi/Lembaga yang bersangkutan.

Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh Balai Besar Sertifikasi Elektronik (BSrE), Badan Siber dan Sandi Negara (BSSN).

Lampiran 5. Leaflet Diet Protein

DIET PROTEIN

Untuk Pasien Gagal Ginjal Kronik yang Menjalani Hemodialisis



DEFINISI

Diet protein adalah pengaturan asupan protein sesuai kebutuhan tubuh dengan kualitas dan jumlah yang tepat untuk membantu memperbaiki jaringan tubuh, menjaga massa otot, dan mencegah gizi kurang, tanpa membebani kerja ginjal.

TUJUAN

- ✓ Mengganti protein yang hilang saat hemodialisis
- ✓ Mempertahankan massa otot
- ✓ Mencegah gizi kurang
- ✓ Membantu proses penyembuhan



SUMBER PROTEIN YANG DIANJURKAN

- Ikan**
Pilih ikan segar seperti ikan nila, ikan kakap, ikan kembung.
- Ayam tanpa kulit**
Pilih bagian dada ayam.
- Putih telur**
Sumber protein berkualitas tinggi dan rendah lemak.
- Daging tanpa lemak**
Pilih daging segar dan buang lemak yang terlihat.
- Tahu dan tempe**
Konsumsi sesuai anjuran ahli gizi.

TIPS KONSUMSI PROTEIN

- ✓ Konsumsi protein sesuai anjuran ahli gizi.
- ✓ Pilih sumber protein berkualitas tinggi.
- ✓ Jangan berlebihan, karena dapat membebani ginjal.

HINDARI

- ✗ Daging olahan tinggi garam (sosis, kornet, ham, dll)
- ✗ Ikan asin
- ✗ Makanan instan tinggi natrium
- ✗ Makanan cepat saji



PENCEGAHAN

- Konsumsi protein sesuai anjuran untuk mencegah kekurangan gizi maupun beban kerja ginjal berlebih.
- Pilih protein hewani berkualitas dan batasi protein nabati tinggi fosfor (sesuai anjuran).
- Kontrol asupan protein, natrium, kalium, dan fosfor secara seimbang.

PESAN GIZI

"Protein yang cukup membantu menjaga status gizi dan kualitas hidup pasien hemodialisis."

Lampiran 6. Lefalet Diet Natrium

DIET RENDAH NATRIUM

Untuk Pasien Gagal Ginjal Kronik yang Menjalani Hemodialisis



DEFINISI

Diet rendah natrium adalah pengaturan asupan garam (natrium) yang bertujuan untuk membatasi jumlah natrium dalam makanan dan minuman sesuai anjuran, agar tidak terjadi penumpukan cairan dan menjaga tekanan darah tetap terkontrol.

TUJUAN

- ✓ Mengontrol tekanan darah
- ✓ Mengurangi penumpukan cairan di dalam tubuh
- ✓ Mengurangi bengkak (edema)
- ✓ Menjaga kesehatan jantung dan ginjal



MAKANAN YANG DIANJURKAN

- ✓ **Sumber Karbohidrat**

Nasi, kentang, ubi
- ✓ **Sumber Protein**

Ayam segar, ikan segar, telur
- ✓ **Sayuran**

Sayur segar (tidak diawetkan)
- ✓ **Buah-buahan**

Buah segar sesuai anjuran tenaga kesehatan

TIPS DIET RENDAH NATRIUM

- Masak makanan sendiri
- Gunakan bumbu alami: bawang, jahe, kunyit, serai, daun salam, dan jeruk nipis
- Hindari menambahkan garam, kecap, atau penyedap rasa saat memasak maupun makan

MAKANAN YANG PERLU DIBATASI / DIHINDARI

- ✗ Garam dapur
- ✗ Penyedap rasa (MSG)
- ✗ Kecap, saus, kaldu bubuk
- ✗ Ikan asin
- ✗ Makanan kaleng
- ✗ Mi instan
- ✗ Kerupuk asin
- ✗ Sosis, nugget, bakso olahan

PENCEGAHAN

- Batasi asupan natrium sesuai anjuran untuk mencegah hipertensi dan kelebihan cairan.
- Baca label kemasan makanan, pilih produk dengan kadar natrium rendah.
- Kontrol tekanan darah secara rutin dan patuhi anjuran diet dari tenaga kesehatan.

PESAN GIZI

"Turangi garam, jaga tekanan darah, dan lindungi ginjal Anda."

Lampiran 7. Surat Iizin Penelitian



Kemenkes
Poltekkes Kupang

Kementerian Kesehatan
Direktorat Jenderal
Sumber Daya Manusia Kesehatan

Politeknik Kesehatan Kupang
Jalan Puri A. Talis, Liliha, Gebroto
Kupang, Nusa Tenggara Timur 85111
Telp. (0187) 8800256
Email: info@poltekkeskupang.ac.id

Nomor : PP.06.02/F.XXIX/4264/2026
Hal : Permohonan Ijin Penelitian

22 Mei 2026

Yth. Direktur RSUD Prof. Dr. W.Z Johannes Kupang
Jalan Moh Hatta No. 19, Oetete

Dalam rangka penyusunan Karya Tulis Ilmiah bagi Mahasiswa Poltekkes Kemenkes Kupang Tahun Akademik 2025/2026, maka mohon kiranya diberikan ijin untuk melakukan penelitian bagi mahasiswa :

Nama Peneliti	: SEM DJO NARA
NIM	: PO5303241231291
Jurusan/Prodi	: D-III Gizi
Judul	: Gambaran Asupan Protein, Natrium Dan Status Gizi Pada Pasien Gagal Ginjal Kronik Dengan Hipertensi Yang Menjalani Hemodialisa Di Ruang HD RSUD Prof. Dr. W.Z. Johannes Kupang
Tempat Penelitian	: RSUD Prof. Dr. W.Z. Johannes Kupang

Demikian permohonan kami, atas perhatian dan kerja samanya diucapkan terima kasih.

Direktur Politeknik Kesehatan
Kementerian Kesehatan Kupang



Maria Hilaria, S.Si., S.Farm., Apt., M.Si

*Kementerian Kesehatan tidak menerima suap dan/atau gratifikasi dalam bentuk apapun. Jika terdapat potensi suap atau gratifikasi silahkan laporkan melalui HALO KEMENKES 1500567 dan <https://wbbs.kemkes.go.id>. Untuk verifikasi keaslian tanda tangan elektronik, silahkan unggah dokumen pada laman <https://www.kemkes.go.id>. Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh Badan Penyelenggara Sertifikasi Elektronik (BPS-E), Badan Sertifikasi Nasional (BSN).



Lampiran 8. LOGBOOK

Nama Mahasiswa	:	SEM DJO Nara
NIM	:	205303241231281
Nama Pembimbing	:	Melina Sulastri Lelidpa, SST, M. Ed
Judul LTA	:	Gambaran Asupan Protein, mineral dan status air pada pasien SGA yang terkait dengan hipertensi yang mengalami homeostatis cairan CHD) RSUD Prof Dr. W. Z. Johannes Kupang

No	Waktu Konsultasi	Kegiatan / Materi Konsultasi	Tanda Tangan Pembimbing

Dipindai dengan CamScanner

No	Waktu Konsultasi	Kegiatan / Materi Konsultasi	Tanda Tangan Pembimbing
1	Tanggal 1 Januari 2026	mentoring judul	
2	3 Januari 2026	Konsultasi BAB I - BAB III	
3	6 Januari 2026	Konsultasi BAB I - BAB III	
4	24 Januari 2026	Konsultasi BAB I - BAB III	
5	26 Januari 2026	Konsultasi BAB I - BAB III	
6	16 Maret 2026	Konsultasi BAB I - BAB III	

No	Waktu Konsultasi	Kegiatan / Materi Konsultasi	Tanda Tangan Pembimbing
7	17 Maret 2026	Konsultasi BAB I - BAB II	
8	19 Maret 2026	Konsultasi BAB I - BAB II	
9	24 Maret 2026	Konsultasi BAB I	
10	30 Juni 2026	Konsultasi BAB 4 - 5	
11	11 Juli 2026	Konsultasi Revisi Kata Pengantar	
12	3 Juli 2026	Konsultasi BAB 4 dan Pembahasan	

No	Waktu Konsultasi	Kegiatan / Materi Konsultasi	Tanda Tangan Pembimbing
13	4 Juli 2026	Konsultasi BAB 4 - BAB 8	
14	20 Juli 2026	Konsultasi Revisi Kata pengantar - BAB 8	

Lampiran 9. Surat Bebas Plagiat



Kementerian Kesehatan
Poltekkes Kupang

📍 Jalan Piet A. Tallo, Liliba, Oebobo,
Kupang, Nusa Tenggara Timur 85111
☎ (0180) 8900256
🌐 <https://poltekkeskupang.ac.id>

PERPUSTAKAAN TERPADU

<https://perpus-terpadu.poltekkeskupang.ac.id/> ; e-mail: perpustakaanterpadu61@gmail.com

SURAT KETERANGAN HASIL CEK PLAGIASI

Dengan ini menerangkan bahwa

Nama : Sem Djo Nara
Nomor Induk Mahasiswa : PO5303241231291
Dosen Pembimbing : Meirina Sulastris Loaloka, SST., M.Gizi
Penguji : Dr. Putu Amryta Sanjiwani, S. Gz., M.Gizi
Jurusan : D-III Gizi
Judul Karya Ilmiah : Gambaran Asupan Protein, Natrium Dan Status Gizi Pada Pasien Gagal Ginjal Kronik Dengan Hipertensi Yang Menjalani Hemodialisa Di Ruang (HD) RSUD Prof. Dr. W. Z. Jonnes Kupang

Laporan Tugas Akhir yang bersangkutan di atas telah melalui proses cek plagiasi menggunakan Strike Plagiarism dengan hasil kemiripan (similarity) sebesar 8% Demikian surat keterangan ini dibuat agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Kupang, 11 September 2026

Admin Strike Plagiarism


Murry Jermias Kale SST
NIP. 198507042010121002