

## Lampiran 1. Surat Persetujuan (Informed Consent)

### LEMBAR PERSETUJUAN RESPONDEN

Saya yang bertandatangan dibawah ini :

Nama :

Alamat :

Setelah mendapat keterangan dari penjelasan secara lengkap, maka dengan penuh kesadaran dan tanpa paksaan, saya menandatangani dan menyatakan bersedia berpartisipasi pada penelitian yang dilakukan oleh Mahasiswa Program Studi DIII Gizi Poltekkes Kemenkes Riau dengan judul penelitian **“Gambaran Asupan Lemak, Serat, dan Kadar Kolesterol pada Pegawai Kantor Inspektorat Provinsi Riau”**.

Pekanbaru, ..... 2022

Peneliti

TTD Responden

Meutia Khansah

(.....)

## Lampiran 2. Food Recall

Tanggal Pengisian :

--	--	--	--	--	--

### FORM *RECALL* 2 X 24 JAM

#### A. Karakteristik Responden

Nama :

Usia :

Jenis Kelamin :

Kadar Kolesterol :

Riwayat Penyakit :

#### B. Form *Recall*

Waktu Makan	Menu/Jenis Makanan (termasuk suplemen & minuman)	Jenis Bahan Pangan	Banyak yang Dikonsumsi	
			URT	Berat (gram)
Sarapan				
Snack				
Makan Siang				
Snack				
Makan Malam				



**Lampiran 4. Master Tabel Responden**

NP	U	JK	RP	CI	Kat CI	Asupan Lemak		L	Kat L	Asupan Serat		S	Kat S
						L H-1	L H-2			S H-1	S H-2		
1	38	2	1	218	2	63,50	108,70	86,10	3	4,70	8,20	6,45	1
2	30	2	2	225	2	6,20	78,90	42,55	1	1,60	5,30	3,45	1
3	41	2	2	173	1	25,60	88,30	56,95	2	9,00	9,00	9,00	1
4	48	2	1	224	2	33,30	99,30	66,30	3	12,00	10,90	11,45	1
5	52	2	2	159	1	12,10	134,00	73,05	3	5,70	4,90	5,30	1
6	52	2	2	194	1	6,50	153,60	80,05	3	16,10	6,90	11,50	1
7	51	2	2	207	2	56,30	55,00	55,65	3	1,90	7,40	4,65	1
8	45	1	2	175	1	61,00	50,00	55,50	1	4,40	9,90	7,15	1
9	57	1	2	218	2	51,60	89,30	70,45	3	7,70	13,10	10,40	1
10	45	1	2	163	1	7,90	50,00	28,95	1	1,50	8,40	4,95	1
11	35	1	2	245	2	36,80	60,00	48,40	1	17,90	4,60	11,25	1
12	45	2	2	173	1	8,30	111,90	60,10	2	4,20	5,20	4,70	1
13	34	2	2	247	2	43,70	55,70	49,70	2	5,10	10,90	8,00	1
14	47	1	1	110	1	64,70	66,00	65,35	1	12,80	8,70	10,75	1
15	34	2	1	135	1	87,30	87,50	87,50	3	5,00	3,90	4,45	1
16	31	2	2	107	1	27,50	154,10	91,10	3	17,10	5,30	11,20	1
17	40	1	2	213	2	78,20	67,30	72,75	2	19,60	7,70	13,65	1
18	54	2	2	309	2	25,80	107,50	66,65	3	1,90	10,00	5,95	1
19	55	2	2	103	1	9,60	8,10	8,85	1	1,50	7,60	4,50	1
20	41	2	2	221	2	73,90	100,90	87,40	3	12,60	9,20	10,90	1
21	47	2	2	205	2	58,90	45,30	52,10	2	15,20	5,90	10,55	1
22	35	2	2	211	2	66,20	76,60	71,40	2	18,30	10,90	14,60	1

23	39	1	1	160	1	60,30	77,70	69,00	2	3,50	12,00	7,75	1
24	35	2	2	213	2	25,20	59,20	42,20	1	149,00	4,30	76,65	3
25	45	2	1	233	2	140,30	47,90	94,10	3	79,00	6,60	42,80	3
26	45	1	2	173	1	109,00	88,10	98,55	3	127,00	5,00	66,00	3
27	54	2	1	240	2	78,90	109,50	94,20	3	15,30	9,30	12,30	1
28	33	1	2	158	1	131,30	139,70	135,50	3	1,30	7,90	4,60	1
29	34	1	1	169	1	26,40	144,40	85,40	3	137,00	3,00	70,00	3
30	39	1	2	104	1	97,20	4,90	51,05	1	1,90	4,50	3,20	1
31	42	1	1	225	2	67,10	155,90	111,50	3	7,70	9,10	8,40	1
32	35	2	2	107	1	43,50	85,50	64,50	2	4,50	11,30	7,90	1
33	39	2	2	113	1	100,80	77,90	89,35	3	10,30	6,30	8,30	1
34	51	1	1	240	2	170,00	65,90	117,95	3	8,70	7,30	8,00	1
35	48	2	2	156	1	130,50	88,90	109,70	3	9,60	7,90	8,75	1
36	30	1	2	157	1	42,90	6,50	24,70	1	7,00	5,90	6,45	1
37	43	1	2	168	1	99,90	37,90	68,90	2	6,70	8,90	5,20	1
38	53	1	2	197	1	23,90	73,90	48,90	2	13,80	4,70	9,25	1
39	43	1	2	192	1	97,50	58,90	78,20	3	6,00	8,80	7,40	1
40	32	1	2	110	1	44,30	66,20	55,25	1	6,00	10,10	8,05	1
41	41	2	2	160	1	78,10	60,30	69,20	2	12,80	7,70	6,83	1
42	51	1	2	200	1	37,10	8,70	22,90	1	9,00	4,60	6,80	1
43	38	2	2	270	2	110,00	159,10	134,55	3	9,20	8,10	8,65	1
44	36	2	2	110	1	51,90	176,90	114,40	3	2,60	6,40	4,50	1
45	45	2	2	202	2	70,10	107,10	88,60	3	7,20	9,80	8,50	1
46	37	2	2	119	1	100,90	80,70	90,80	3	6,90	10,80	8,85	1
47	45	2	2	152	1	45,30	23,90	34,60	1	10,00	6,00	8,00	1
48	36	1	2	268	2	76,60	97,50	87,05	3	11,10	6,00	8,55	1
49	57	1	2	210	2	77,70	44,30	61,00	2	11,40	12,80	12,10	1

50	44	2	1	259	2	59,20	78,10	68,65	3	15,30	9,00	12,15	1
----	----	---	---	-----	---	-------	-------	-------	---	-------	------	-------	---

**Keterangan :**

- NP : Nama Pegawai
- U : Usia
- JK : Jenis Kelamin (1 : Laki-laki, 2 : Perempuan)
- RP : Riwayat Penyakit (1 : Ada, 2 : Tidak Ada)
- Cl : Kolesterol
- Kat Cl : Kategori Kolesterol (1 : Baik  $\leq$ 200 mg/dL , 2 : Tinggi >200 mg/dL)
- L : Lemak
- Kat L : Kategori Lemak (1 : Kurang <80% , 2 : Baik 80-110% , 3 : Lebih >110%)

Caranya yaitu dengan membandingkan asupan lemak dengan kebutuhan sesuai AKG 2019

Contoh :

$$\begin{aligned} \text{NP.1} &= 86,10 \text{ g (Asupan Lemak)} / 60 \text{ g (Kebutuhan Lemak sesuai AKG untuk perempuan usia 30-49 tahun)} \times 100\% \\ &= 86,10 \text{ g} / 60 \text{ g} \times 100\% = 143,5\% \text{ termasuk kedalam kategori lebih maka diberi kode angka 3.} \end{aligned}$$






- S : Serat
- Kat S : Kategori Serat (1 : Defisit <70% , 2 : Kurang 70-80% , 3 : Baik >100%)




Caranya yaitu dengan membandingkan asupan serat dengan kebutuhan sesuai AKG 2019

Contoh :

$$\begin{aligned} \text{NP.1} &= 6,45 \text{ g (Asupan Serat)} / 30 \text{ g (Kebutuhan Lemak sesuai AKG untuk perempuan usia 30-49 tahun)} \times 100\% \\ &= 6,45 \text{ g} / 30 \text{ g} \times 100\% = 21,5\% \text{ termasuk kedalam kategori defisit maka diberi kode angka 1.} \end{aligned}$$




### Lampiran 5. Dokumentasi Alat dan Bahan




NO.	KETERANGAN	DOKUMENTASI
		
1.	Alat Autocheck GCU	  
2.	Auto Lancet	

3.	Blood Lancet	
4.	Tes Strip Autocheck <i>Cholesterol</i>	
5.	Alcohol Swab (Kapas ber alcohol)	



## Lampiran 6. Dokumentasi Kegiatan

NO.	KETERANGAN	DOKUMENTASI
1.	Tempat Penelitian di Inspektorat Provinsi Riau	
2.	Berdiskusi dengan Bapak Kepala di Inspektorat Provinsi Riau	
3.	Analisis Kesehatan yang akan mengecek kadar kolesterol pegawai kantor di Inspektorat Provinsi Riau	

<p>4.</p>	<p>Pegawai kantor mengisi Formulir Data Kadar Klesterol dan Surat Persetujuan (Informed Consent)</p>	
<p>5.</p>	<p>Analisis Kesehatan mengecek kadar kolesterol pegawai kantor di Inspektorat Provinsi Riau</p>	
<p>6.</p>	<p>Mahasiswi D3 Gizi (Peneliti) merecall makanan pegawai kantor di Inspektorat Provinsi Riau</p>	



		
7.	Foto bersama Analisis Kesehatan	
8.	Foto bersama pegawai kantor Inspektorat Provinsi Riau	