

LAMPIRAN

Lampiran 1. Penjelasan untuk Mengikuti Penelitian (PSP)

PENJELASAN UNTUK MENGIKUTI PENELITIAN (PSP)

Peneliti adalah mahasiswi Prodi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika Poltekkes Kemenkes Yogyakarta, ingin meminta kesediaan Bapak/Ibu/ Saudara untuk berpartisipasi secara sukarela dalam penelitian yang berjudul ***“Pengaruh Pemberian Edukasi Gizi Melalui Chatbot Telegram terhadap Peningkatan Pengetahuan Diet Dash pada Karyawan dengan Hipertensi”***. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian “Chatbot Telegram” terhadap pengetahuan hipertensi dan diet DASH pada masyarakat di Dusun Purbosari yang berprofesi sebagai karyawan. Anda dapat merasakan manfaat secara langsung dari penelitian yang akan dilakukan berupa peningkatan pengetahuan yang didapatkan dari edukasi gizi.

1. Penelitian ini akan berlangsung selama 30 menit. Anda sebagai subjek penelitian akan diukur pengetahuan sebelum dan sesudah edukasi gizi dengan menggunakan media Chatbot Telegram maupun E-leaflet Kemenkes (kontrol).
2. Kriteria responden merupakan karyawan yang bersedia mengikuti penelitian.
3. Pertama kali yang akan dilakukan anda mengisi angket identitas responden. Setelah itu anda akan mengisi form *pre-test* terlebih dahulu selama 15 menit. Kemudian anda mendapatkan edukasi dengan media Chatbot Telegram maupun E-leaflet Kemenkes (kontrol). Selanjutnya anda akan mengisi form *post-test* 15 hari kemudian selama 15 menit untuk mengetahui skor pengetahuan setelah diberi edukasi.
4. Prosedur pengambilan data dilakukan dengan cara pengisian form *pre-test* dan *post-test*.
5. Apabila anda bersedia berpartisipasi dalam penelitian ini, Anda diminta untuk menyetujui lembar persetujuan.

6. Keuntungan yang anda peroleh dalam keikutsertaan dalam penelitian ini yaitu dapat meningkatkan pengetahuan dan kewaspadaan untuk mencegah hipertensi.
7. Partisipasi bersifat sukarela dan tidak ada paksaan.
8. Kegiatan ini hanya untuk keperluan peneliti sehingga nama dan jati diri anda akan tetap dirahasiakan.
9. Apabila ada hal – hal yang kurang jelas, Anda dapat menghubungi Annisa Salsabila dengan nomor telepon 081228546265

PENELITI

Annisa Salsabila

Lampiran 2. Informed Consent

INFORMED CONSENT**PERNYATAAN KESEDIAAN MENJADI RESPONDEN**

Peneliti adalah mahasiswa Program Sarjana Terapan Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Yogyakarta yang sedang menyusun skripsi yang berjudul **“Pengaruh Pemberian Edukasi Gizi Melalui Chatbot Telegram terhadap Peningkatan Pengetahuan Diet Dash pada Karyawan dengan Hipertensi”**. Data yang didapatkan akan dijamin kerahasiaannya karena hanya digunakan untuk kepentingan penelitian.

Apabila Anda setuju untuk mengikuti penelitian ini mohon menandatangani *informed consent* berikut.

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama :

Jenis Kelamin :

Umur :

Bersedia menjadi subjek penelitian dan telah mengetahui penjelasan mengenai kegiatan yang akan dilakukan.

Demikian surat pernyataan ini saya buat tanpa ada tekanan dan paksaan dari pihak manapun.

Yogyakarta,

Peneliti

Yang Membuat Pernyataan

Annisa Salsabila

(.....)

Lampiran 3. Kuesioner Pre-test dan Post-test Tentang Hipertensi dan Diet DASH

KUESIONER PENELITIAN

A. IDENTITAS RESPONDEN

1. Nama :
2. Tanggal Lahir :
3. Pekerjaan :
4. Jenis Kelamin
 1. Laki-laki
 2. Perempuan
5. Pendidikan terakhir
 1. Tidak sekolah
 2. Pendidikan Dasar (SD – SMP/ MTs)
 3. Pendidikan Menengah (SMA/ MA/ SMK)
 4. Pendidikan Tinggi (Diploma, Sarjana, Magister)

B. PERTANYAAN TERKAIT PENGETAHUAN

No	Pernyataan	Benar	Salah
1.	Hipertensi adalah suatu keadaan dimana tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg/ tekanan darah diastolic ≥ 90 mmHg		
2.	Kondisi Obesitas, kebiasaan merokok, konsumsi alkohol dan kafein berlebih adalah faktor risiko hipertensi yang dapat diubah		
3.	Diet DASH (<i>Dietary Approaches to stop Hypertension</i>) merupakan suatu diet dengan konsumsi buah sayur dan produk susu rendah lemak untuk menghentikan tekanan darah tinggi		
4.	Dalam rekomendasi susunan makan diet DASH, konsumsi buah dalam sehari adalah 4 – 5 porsi		
5.	Anjuran penggunaan garam beryodium dalam diet DASH adalah 2 sendok makan per hari		

6.	Mencapai kebugaran jasmani yang baik dengan aktifitas fisik merupakan salah satu anjuran dalam upaya pencegahan hipertensi		
7.	Konsumsi makanan tinggi lemak jenuh (susu tinggi lemak, daging berlemak, jeroan, gajih) dapat mencegah hipertensi		
8.	Makanan yang diawetkan seperti sarden, sosis, <i>nugget</i> dapat meningkatkan tekanan darah		
9.	Kafein (misalkan kopi) dalam makanan dan minuman bukan menjadi penyebab atau pemicu tekanan darah tinggi		

Kunci Jawaban : B, B, B, B, S, B, S, B, S

Lampiran 4. SOP Penggunaan “Chatbot Telegram”

**STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR (SOP)
PENGUNAAN “CHATBOT TELEGRAM”**

Nama Kegiatan	Penggunaan media “Chatbot Telegram” terhadap karyawan
Pengertian	Penggunaan “Chatbot Telegram” adalah tata cara menggunakan Chatbot Telegram tentang Hipertensi dan diet DASH sebagai media untuk edukasi kesehatan untuk mencegah penyakit hipertensi atau tekanan darah tinggi.
Tujuan	Prosedur ini diberikan sebagai acuan responden untuk menggunakan media Chatbot Telegram” dengan baik dan benar.
Deskripsi	<ol style="list-style-type: none"> 1. Nama : Bot Hipertensi 2. Username : @hipertensi_bot 3. Jenis : Aplikasi
Waktu Penggunaan Chatbot Telegram	Waktu yang dibutuhkan dalam memahami informasi yaitu 15 menit.
Prosedur Kerja	<ol style="list-style-type: none"> 1. Buka aplikasi Telegram di HP maupun PC 2. Tap tombol pencarian yang terletak di pojok kanan atas aplikasi 3. Ketikkan nama dari bot “@hipertensi_bot”. 4. Tap tombol Start dalam menu pilihan 5. Tap tombol sesuai dengan apa yang ingin diketahui dalam menu pilihan: <ol style="list-style-type: none"> a. Pengertian Hipertensi b. Faktor Risiko Dapat Diubah

	<ul style="list-style-type: none">c. Faktor Risiko Tidak Dapat Diubahd. Pengertian Diet DASHe. Susunan Makan Diet DASHf. Pola Hidup yang Dianjurkang. Pola Hidup yang Tidak Dianjurkan <p>6. Jika sudah memilih opsi dalam pilihan menu tersebut, tunggu hingga muncul balasan berupa penjelasan tentang opsi yang telah dipilih sebelumnya.</p> <p>7. Apabila ingin memilih opsi lain, <i>tap</i> kembali pilihan opsi sesuai yang diinginkan dalam menu tersebut.</p>
--	---

Lampiran 5. Data Karakteristik

Kelompok Eksperimen

No.	Responden	Jenis Kelamin	Umur	Pendidikan	Pekerjaan
1	TH	Laki-laki	37	Pendidikan Menengah (SMA/ MA/ SMK)	Karyawan Swasta
2	DS	Laki-laki	23	Pendidikan Tinggi (Diploma/ Sarjana/ Magister)	Pegawai Swasta
3	KD	Laki-laki	30	Pendidikan Tinggi (Diploma/ Sarjana/ Magister)	Swasta
4	AA	Laki-laki	28	Pendidikan Tinggi (Diploma/ Sarjana/ Magister)	Pegawai Swasta
5	P	Laki-laki	35	Pendidikan Menengah (SMA/ MA/ SMK)	Swasta
6	SA	Laki-laki	24	Pendidikan Tinggi (Diploma/ Sarjana/ Magister)	Karyawan
7	AM	Perempuan	24	Pendidikan Tinggi (Diploma/ Sarjana/ Magister)	Pegawai Swasta
8	YH	Laki-laki	36	Pendidikan Menengah (SMA/ MA/ SMK)	Karyawan <i>E-commerce</i>
9	EE	Perempuan	37	Pendidikan Menengah (SMA/ MA/ SMK)	Swasta
10	RW	Laki-laki	28	Pendidikan Tinggi (Diploma/ Sarjana/ Magister)	Pegawai Swasta
11	FR	Laki-laki	26	Pendidikan Menengah (SMA/ MA/ SMK)	Karyawan Rumah Makan
12	TG	Perempuan	25	Pendidikan Menengah (SMA/ MA/ SMK)	Karyawan Toko
13	TS	Laki-laki	30	Pendidikan Menengah (SMA/ MA/ SMK)	Karyawan Swasta
14	SR	Laki-laki	29	Pendidikan Tinggi (Diploma/ Sarjana/ Magister)	Swasta
15	IR	Perempuan	29	Pendidikan Tinggi (Diploma/ Sarjana/ Magister)	Pegawai Swasta
16	NE	Laki-laki	26	Pendidikan Tinggi (Diploma/ Sarjana/ Magister)	Swasta
17	N	Perempuan	33	Pendidikan Tinggi (Diploma/ Sarjana/ Magister)	Swasta
18	R	Laki-laki	32	Pendidikan Tinggi (Diploma/ Sarjana/ Magister)	Swasta
19	YR	Laki-laki	29	Pendidikan Tinggi (Diploma/ Sarjana/ Magister)	Swasta
20	DR	Perempuan	38	Pendidikan Menengah (SMA/ MA/ SMK)	Karyawan Rumah Makan

21	M	Perempuan	31	Pendidikan Menengah (SMA/ MA/ SMK)	Swasta
22	P	Perempuan	26	Pendidikan Menengah (SMA/ MA/ SMK)	Karyawan Bank
23	FC	Laki-laki	26	Pendidikan Menengah (SMA/ MA/ SMK)	Swasta
24	L	Perempuan	28	Pendidikan Tinggi (Diploma/ Sarjana/ Magister)	Pegawai Swasta
25	IAF	Perempuan	22	Pendidikan Tinggi (Diploma/ Sarjana/ Magister)	Pegawai Swasta
26	W	Perempuan	49	Pendidikan Menengah (SMA/ MA/ SMK)	Karyawan Pabrik
27	TN	Laki-laki	24	Pendidikan Menengah (SMA/ MA/ SMK)	Karyawan Swasta (Kurir)
28	FD	Laki-laki	27	Pendidikan Tinggi (Diploma/ Sarjana/ Magister)	Karyawan Swasta
29	PN	Perempuan	33	Pendidikan Menengah (SMA/ MA/ SMK)	Karyawan Salon
30	AP	Laki-laki	38	Pendidikan Menengah (SMA/ MA/ SMK)	Karyawan Swasta
31	NK	Perempuan	30	Pendidikan Menengah (SMA/ MA/ SMK)	Karyawan Toko

Kelompok Kontrol

No.	Responden	Jenis Kelamin	Umur	Pendidikan	Pekerjaan
1	NS	Laki-laki	48	Pendidikan Menengah (SMA/ MA/ SMK)	Karyawan Toko
2	N	Perempuan	32	Pendidikan Tinggi (Diploma/ Sarjana/ Magister)	Pegawai Swasta
3	DW	Laki-laki	35	Pendidikan Tinggi (Diploma/ Sarjana/ Magister)	Pegawai Swasta
4	AS	Laki-laki	48	Pendidikan Menengah (SMA/ MA/ SMK)	Swasta
5	SM	Perempuan	46	Pendidikan Menengah (SMA/ MA/ SMK)	Karyawan Rumah Makan
6	AA	Laki-laki	40	Pendidikan Tinggi (Diploma/ Sarjana/ Magister)	Karyawan Bank
7	K	Laki-laki	30	Pendidikan Menengah (SMA/ MA/ SMK)	Swasta
8	SI	Laki-laki	48	Pendidikan Menengah (SMA/ MA/ SMK)	Karyawan
9	SA	Perempuan	51	Pendidikan Dasar (SD-SMP/MTs)	Karyawan Toko

10	SR	Laki-laki	50	Pendidikan Dasar (SD-SMP/MTs)	Karyawan Rumah Makan
11	W	Perempuan	47	Pendidikan Menengah (SMA/ MA/ SMK)	Swasta
12	WRT	Perempuan	56	Pendidikan Menengah (SMA/ MA/ SMK)	Karyawan Catering
13	WRY	Perempuan	61	Pendidikan Menengah (SMA/ MA/ SMK)	Karyawan Toko
14	MI	Perempuan	46	Pendidikan Menengah (SMA/ MA/ SMK)	Karyawan Toko
15	PT	Laki-laki	25	Pendidikan Tinggi (Diploma/ Sarjana/ Magister)	Swasta
16	H	Perempuan	31	Pendidikan Tinggi (Diploma/ Sarjana/ Magister)	Swasta
17	SD	Laki-laki	51	Pendidikan Menengah (SMA/ MA/ SMK)	Karyawan Toko
18	S	Laki-laki	56	Pendidikan Menengah (SMA/ MA/ SMK)	Karyawan Toko
19	P	Laki-laki	58	Pendidikan Dasar (SD-SMP/MTs)	Karyawan Warung Makan
20	SL	Perempuan	54	Pendidikan Menengah (SMA/ MA/ SMK)	Karyawan Warung Makan
21	SRT	Perempuan	55	Pendidikan Menengah (SMA/ MA/ SMK)	Karyawan Salon
22	Y	Laki-laki	37	Pendidikan Tinggi (Diploma/ Sarjana/ Magister)	Swasta
23	DE	Perempuan	48	Pendidikan Tinggi (Diploma/ Sarjana/ Magister)	Karyawan Toko
24	ADK	Laki-laki	30	Pendidikan Menengah (SMA/ MA/ SMK)	Karyawan Swasta
25	YA	Laki-laki	33	Pendidikan Menengah (SMA/ MA/ SMK)	Karyawan Swasta
26	RM	Perempuan	64	Pendidikan Tinggi (Diploma/ Sarjana/ Magister)	Karyawan Toko
27	DS	Laki-laki	37	Pendidikan Menengah (SMA/ MA/ SMK)	Swasta
28	ES	Perempuan	36	Pendidikan Menengah (SMA/ MA/ SMK)	Karyawan Toko
29	SS	Perempuan	51	Pendidikan Tinggi (Diploma/ Sarjana/ Magister)	Swasta
30	LH	Perempuan	37	Pendidikan Menengah (SMA/ MA/ SMK)	Karyawan Rumah Makan
31	SY	Laki-laki	38	Pendidikan Menengah (SMA/ MA/ SMK)	Karyawan

Lampiran 6. Hasil Uji Normalitas

Kelompok Eksperimen

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual
N		31
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	0E-7
	Std. Deviation	5.83252350
	Absolute	.147
Most Extreme Differences	Positive	.147
	Negative	-.144
Kolmogorov-Smirnov Z		.817
Asymp. Sig. (2-tailed)		.516

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

Kelompok Kontrol

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual
N		31
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	0E-7
	Std. Deviation	9.40007343
	Absolute	.118
Most Extreme Differences	Positive	.102
	Negative	-.118
Kolmogorov-Smirnov Z		.657
Asymp. Sig. (2-tailed)		.781

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

Lampiran 7. Hasil Uji Statistik Paired Sample T-Test

Kelompok Eksperimen

Paired Samples Statistics

		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	PreTest Eksperimen	70.6116	31	15.05764	2.70443
	PostTest Eksperimen	92.1155	31	6.53733	1.17414

Paired Samples Correlations

		N	Correlation	Sig.
Pair 1	PreTest Eksperimen & PostTest Eksperimen	31	.452	.011

Paired Samples Test

		Paired Differences				t	df	Sig. (2-tailed)	
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
					Lower	Upper			
Pair 1	PreTest Eksperimen - PostTest Eksperimen	-21.50387	13.43682	2.41332	-26.43254	-16.57520	-8.910	30	.000

Kelompok Kontrol

Paired Samples Statistics

		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	PreTest Kontrol	73.4790	31	10.60982	1.90558
	PostTest Kontrol	85.3061	31	10.88065	1.95422

Paired Samples Correlations

		N	Correlation	Sig.
Pair 1	PreTest Kontrol & PostTest Kontrol	31	.504	.004

Paired Samples Test

		Paired Differences				t	df	Sig. (2-tailed)	
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
					Lower	Upper			
Pair 1	PreTest Kontrol - PostTest Kontrol	-11.82710	10.70884	1.92337	-15.75513	-7.89906	-6.149	30	.000

Lampiran 8. Surat Komisi Etik


**KOMITE ETIK PENELITIAN KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES YOGYAKARTA**

Jl. Tatabumi No. 3, Banyuraden, Gamping, Sleman, D.I. Yogyakarta
Telp./Fax. (0274) 617601
Email : kepk@poltekkesjogja.ac.id



KETERANGAN LAYAK ETIK
DESCRIPTION OF ETHICAL EXEMPTION
"ETHICAL EXEMPTION"

No.e-KEPK/POLKESYO/0611/VIII/2022

Protokol penelitian versi 1 yang diusulkan oleh :
The research protocol proposed by

Peneliti utama : Annisa Salsabila
Principal In Investigator

Nama Institusi : Politeknik Kesehatan Kementerian
Kesehatan Yogyakarta
Name of the Institution

Dengan judul:
Title

"Pengaruh Pemberian Edukasi Gizi Melalui Chatbot Telegram Terhadap Peningkatan Pengetahuan Diet DASH pada Karyawan dengan Hipertensi"

"The Effect of Nutrition Education Through Telegram Chatbots on Increasing Knowledge of the DASH Diet for Employees with Hypertension"

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 23 Agustus 2022 sampai dengan tanggal 23 Agustus 2023.

This declaration of ethics applies during the period August 23, 2022 until August 23, 2023.

August 23, 2022
Professor and Chairperson,



drh. Idi Setiyobroto, M.Kes.

Anggota Peneliti : Susilo Wirawan

Lampiran 9. Dokumentasi Kegiatan

	
Proses penjelasan pengisian form	Pengukuran tekanan darah
	
Proses edukasi/ intervensi	Proses edukasi/ intervensi
	
Pengukuran tekanan darah	

Lampiran 10. Hasil Pengujian Materi

INSTRUMEN PENGUJIAN MATERI

No	Hasil yang Diharapkan	Ketercapaian				
		SS	S	RG	TS	STS
A. Isi Materi (content)						
1.	Isi materi sudah sesuai dengan tujuan pembelajaran		✓			
2.	Acuan (referensi) yang digunakan dalam materi pembelajaran memadai		✓			
3.	Aktualitas materi dalam media pembelajaran sudah baik	✓				
4.	Kejelasan media dalam menyampaikan materi sudah baik		✓			
5.	Jumlah materi yang diberikan sesuai dengan tujuan pembelajaran		✓			
6.	Cakupan materi yang diberikan sudah sesuai dengan tujuan pembelajaran		✓			
7.	Kedalaman isi materi sudah baik		✓			
8.	Penggunaan contoh dalam materi pembelajaran sudah tepat		✓			
B. Bahasa dan Komunikasi						
9.	Bahasa yang digunakan sudah baik	✓				
10.	Bahasa yang digunakan mudah dipahami		✓			
11.	Gaya bahasa yang digunakan komunikatif		✓			

Komentar/ Saran :


Substansi materi sudah baik dan semua jawaban (response) Media/teknologi, digunakan sebagai instrumen pengumpulan data penelitian.

Kesimpulan :

Materi dalam Chatbot Telegram "HipertensiBot" dinyatakan:

- Dapat digunakan tanpa perbaikan
- Dapat digunakan dengan perbaikan
- Tidak dapat digunakan

Yogyakarta, 24/10/2022 .

Uji Materi

 Susilo Widawan, SKM, MPT

Lampiran 11. Hasil Penilaian Media oleh Ahli IT

LEMBAR VALIDITAS AHLI MEDIA

Sasaran : Warga Padukuhan Purbosari, Wonosari, Gunungkidul yang berprofesi sebagai karyawan dengan hipertensi

Judul Penelitian : Pengaruh Pemberian Edukasi Gizi Melalui Chatbot Telegram Terhadap Peningkatan Pengetahuan Diet DASH pada Karyawan dengan Hipertensi

Peneliti : Annisa Salsabila

Evaluator : Gempita Rizki Ramadhan

Pekerjaan/ Jabatan : Fullstack Developer at Sepakanberkarya

Deskripsi :

Lembar pengujian ini digunakan untuk menilai kualitas dari Chatbot Telegram sebagai media edukasi pembelajaran untuk warga Padukuhan Purbosari yang berprofesi sebagai karyawan dengan hipertensi. Sehubungan dengan hal tersebut, Bapak/ Ibu sebagai ahli media dimohon untuk memberikan tanggapan dan komentar/ saran terhadap media pembelajaran ini.

Petunjuk:

1. Lembar ini diisi oleh Ahli Media
2. Pada rentangan tahapan terdapat 5 (lima) tahapan
3. Berilah tanda cek [√] pada kolom sesuai dengan pendapat Anda sesuai dengan keadaan yang sebenarnya
4. Jawaban yang diberikan pada kolom skala penilaian disediakan dengan skala penilaian:

SS	= Sangat Setuju
S	= Setuju
RG	= Ragu-ragu
TS	= Tidak Setuju
STS	= Sangat Tidak Setuju
5. Terimakasih atas kesediaan Bapak/Ibu untuk berkenan melakukan pengujian dan mengisi lembar evaluasi ini

Tabel Instrumen Pengujian Ahli Media

No	Hasil yang diharapkan	Ketercapaian				
		SS	S	RG	TS	STS
A. Usability						
1.	Menu-menu yang ada dalam Chatbot mudah dipahami	√				
2.	Chatbot dapat diakses dengan mudah		√			
3.	UserID Chatbot mudah diingat		√			
4.	Konten dalam Chatbot informatif	√				
5.	Informasi yang disajikan dalam Chatbot <i>up to date</i>		√			
B. Functionality						
6.	Menu dalam Chatbot berfungsi dengan baik	√				
C. Komunikasi Visual						
7.	Penggunaan bahasa dalam media edukasi baik	√				
8.	Tulisan dalam media edukasi mudah dipahami	√				
9.	Desain tampilan media edukasi sederhana atau mudah dipahami	√				
10.	Desain tampilan media edukasi menarik		√			
11.	Penggunaan media (gambar) dalam media edukasi tepat		√			

Komentar/ Saran :

Komentar: Sudah bagus, informasi yang diberikan sederhana namun mengemas.
Saran: Pengembang/Pembuat dapat memberikan gambar yang lebih

Kesimpulan :

Chatbot Telegram "Bot Hipertensi" dinyatakan:

- Dapat digunakan tanpa perbaikan
- Dapat digunakan dengan perbaikan
- Tidak dapat digunakan

Yogyakarta, 07 January 2023
Ahli Media

Gempita
Gempita Rizki Ramadhan

Lampiran 12. Hasil Penilaian Media oleh Pengguna Telegram

LEMBAR KUESIONER PENGGUNA

Judul Penelitian : Pengaruh Pemberian Edukasi Gizi Melalui Chatbot Telegram Terhadap Peningkatan Pengetahuan Diet DASH pada Karyawan dengan Hipertensi
Peneliti : Annisa Salsabila
Nama Pengguna : Cindi Kartika Putri

Deskripsi :

Lembar pengujian ini digunakan untuk menilai kualitas dari Chatbot Telegram sebagai media edukasi pembelajaran untuk warga Padukuhan Purbosari yang berprofesi sebagai karyawan dengan hipertensi. Sehubungan dengan hal tersebut, dimohon untuk memberikan tanggapan dan komentar/ saran terhadap media pembelajaran ini.

Petunjuk:

1. Lembar ini diisi oleh pengguna
2. Pada rentangan tahapan terdapat 5 (lima) tahapan
3. Berilah tanda cek [] pada kolom sesuai dengan pendapat Anda sesuai dengan keadaan yang sebenarnya
4. Jawaban yang diberikan pada kolom skala penilaian disediakan dengan skala penilaian:
 - SS = Sangat Setuju
 - S = Setuju
 - RG = Ragu-ragu
 - TS = Tidak Setuju
 - STS = Sangat Tidak Setuju
5. Terimakasih atas kesediaannya untuk berkenan melakukan pengujian dan mengisi lembar evaluasi ini.

Usability Satisfaction Questionnaires

No	Hasil yang diharapkan	Ketercapaian				
		SS	S	RG	TS	STS
1.	Secara keseluruhan, saya merasa puas dengan kemudahan Chatbot ini	✓				
2.	Cara penggunaan Chatbot simple	✓				
3.	Saya merasa nyaman menggunakan Chatbot ini	✓				
4.	Chatbot sangat mudah dipelajari	✓				
5.	Informasi yang diberikan Chatbot ini sangat jelas	✓				
6.	Mudah untuk menemukan informasi yang saya butuhkan	✓				
7.	Informasi yang diberikan Chatbot ini mudah dipahami	✓				
8.	Tampilan Chatbot ini memudahkan	✓				
9.	Saya suka menggunakan tampilan Chatbot semacam ini	✓				
10.	Secara keseluruhan, saya puas dengan Chatbot ini	✓				

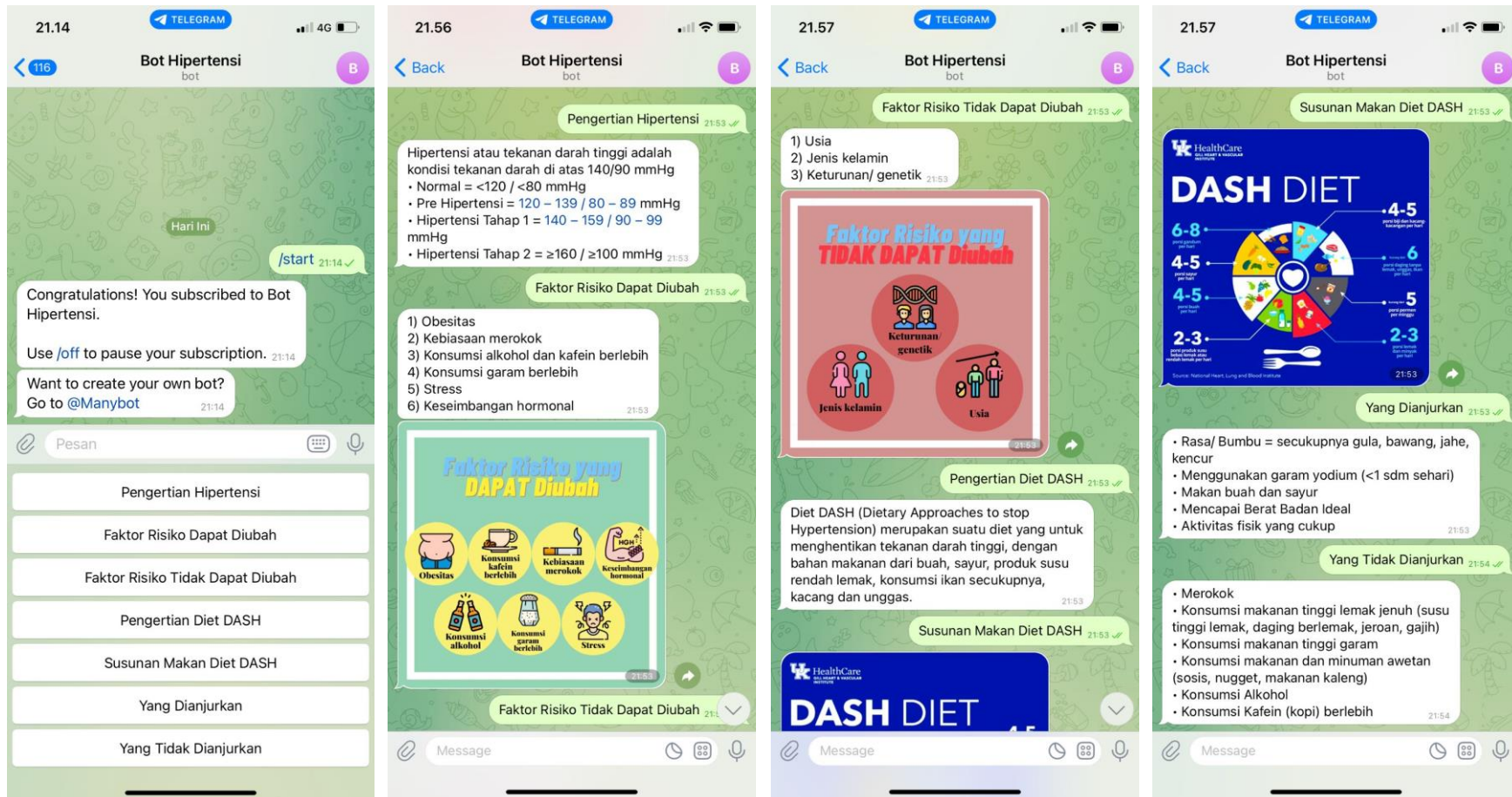
Saran : Bot ini sangat mudah digunakan dan penjelasan & cara Bot mudah dipahami, semoga banyak orang yg mengetahui Bot ini sehingga Telegram dpt menjadi Media Edukasi. Langkah lebih baik jika Bot ini dpt menjelaskn lebih banyak lagi tentang diet dash.
Atas perhatian dan kerja sama dalam penelitian ini saya ucapkan terimakasih.

Gunungkidul,
Pengguna



Lampiran 13. Gambar Media

Chatbot Telegram



E-Leaflet Kemenkes

Hipertensi

Tekanan Darah Tinggi

THE SILENT KILLER

Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah suatu keadaan dimana tekanan darah berada di atas 140 mmHg, dan atau tekanan darah di atas 90 mmHg. Sering disebut The Silent Killer karena sering tanpa keluhan.

HIPERTENSI

Faktor Risiko Hipertensi

Risiko yang tidak dapat dimodifikasi

- Usia
- Jenis Kelamin
- Sejarah Keluarga (Genetik)

Risiko yang dapat dimodifikasi

- Kelebihan Berat Badan
- Merokok
- Minum alkohol berlebihan
- Diet Tinggi Lemak
- Konsumsi Garam Berlebih
- Stres
- Konsumsi Alkohol Berlebih
- Obesitas dan lain-lain

Atur Pola Makan Anda dengan :

Gula

Batasi konsumsi gula <math>< 10 \text{ gram}</math> (4 sdm per hari)

Garam

- Batasi garam <math>< 5 \text{ gram}</math> (1 sendok teh) per hari
- Kurangi garam saat memasak
- Batasi makanan instan dan cepat saji

Protein dan Lemak

- Berhati-hatilah dengan lemak dan minyak peragi (<math>< 3 \text{ sendok}</math> makan per hari)
- Makan ikan setidaknya 3 kali per minggu

Buah-Buahan dan Sayuran

3 porsi (100-150 gram) buah-buahan dan sayuran per hari (1 porsi setara dengan 1 buah jeruk, apel, mangga, pisang atau 2 sendok sayur sayur yang sudah dikupas)

TIPS MENGONTROL HIPERTENSI

1. Berhenti merokok dan jauhi rokok
2. Kurangi konsumsi alkohol
3. Lakukan olahraga yang teratur
4. Hindari stres yang berlebihan
5. Pantau tekanan darah secara teratur
6. Pantau kadar gula darah
7. Diet rendah lemak dan rendah garam
8. Berhenti makan makanan instan
9. Berhenti makan makanan cepat saji

Komplikasi HIPERTENSI

Penyakit jantung, Penyakit Ginjal, Stroke, Retinopati (kerusakan retina), Penyakit pembuluh darah tepi, Gangguan saraf, Gangguan serebri (otak)

Cara Mengukur Tekanan Darah 1

1. Menyiapkan pasien untuk duduk 3-5 menit sebelum dilakukan pengukuran TD.

2. Pastikan Betasol Digital sebelum melakukan pengukuran.

3. Pastikan betasol dalam keadaan tenang & tidak bergetar sebelum pengukuran.

4. Pastikan betasol benar-benar sudah terpasang dengan benar.

5. Pastikan betasol benar-benar sudah terpasang dengan benar.

6. Pastikan betasol benar-benar sudah terpasang dengan benar.

Cara Mengukur Tekanan Darah 2

1. Melakukan pengukuran TD sebanyak 2 (dua) kali, berjarak 1-2 menit, untuk memastikan pembacaan yang akurat.

2. Jika terdapat perbedaan yang signifikan antara kedua pengukuran, lakukan pengukuran ketiga.

3. Lakukan pengukuran TD dengan benar sebagai berikut:

- 1. Pasien duduk tenang dan rileks.
- 2. Pastikan betasol benar-benar sudah terpasang dengan benar.
- 3. Pastikan betasol benar-benar sudah terpasang dengan benar.
- 4. Pastikan betasol benar-benar sudah terpasang dengan benar.

Pencegahan Hipertensi

GERAKAN

Bergeraklah setiap hari dengan melakukan aktivitas fisik yang teratur.

1. Lakukan aktivitas fisik yang teratur.

2. Lakukan aktivitas fisik yang teratur.

3. Lakukan aktivitas fisik yang teratur.

Kendalikan HIPERTENSI dengan PATUH

Periksakan kesehatan secara rutin dan ikuti anjuran dokter.

Angkat penyakit dengan pengobatan yang tepat dan teratur.

Tetap diet dengan gizi seimbang.

Untuk mencegah komplikasi, lakukan pemeriksaan kesehatan secara teratur.

Hindari asap rokok, alkohol dan zat berbahaya lainnya.

MODIFIKASI Dietary Approaches To Stop Hypertension (DASH) 1 dari 3

Bahan Makanan	Porsi Harian	Ukuran Rumah Tangga
Biji-Bijian/ sereal/ utuh (whole grains)	7-8 peneruk	- 1 iris/lembar roti - 1/2 gelas sereal kering - 1/2 gelas nasi, pasta, atau sereal & serat
Sayuran	4-5 peneruk	- 1 gelas sayuran berdaun (mentah) - 1/2 gelas sayuran matang - 3/4 gelas jus sayuran
Buah dan jus	4-5 peneruk	- 1 potong sedang buah segar - 1/4 gelas buah kering - 1/2 mangkuk buah segar/ buah frozen/ buah kaleng - 3/4 gelas jus buah

Daftar Rujukan makanan di atas berdasarkan 2000 kkal/hari

MODIFIKASI Dietary Approaches To Stop Hypertension (DASH) 2 dari 3

Bahan Makanan	Porsi Harian	Ukuran Rumah Tangga
Susu tanpa/rendah lemak dan produk olahannya	2-3 peneruk	1 gelas susu, 1 gelas yogurt, atau 1 potong keju (<math>< 45 \text{ g}</math>)
Paging tanpa lemak, unggas dan ikan	≤ 2 peneruk	- 2 potong daging matang, unggas, atau ikan - 1 butir putih telur*
Kacang-kacangan, seeds (biji-bijian) dan potong-potongan	1/2 - 1 peneruk	- 1/2 gelas kacang-kacangan, 1/2 gelas atau 2 sdm seeds, - 2 sendok makan selai kacang, - 1/2 gelas kedelai atau kacang potong matang

*Diet karena telur mengandung tinggi kolesterol, batasi asupan kuning telur: tidak lebih dari 4 butir/ minggu

Daftar Rujukan makanan di atas berdasarkan 2000 kkal/hari

MODIFIKASI Dietary Approaches To Stop Hypertension (DASH) 3 dari 3

Bahan Makanan	Porsi Harian	Ukuran Rumah Tangga
Lemak dan minyak	2-3 peneruk	- 1 sendok teh margarin - 1 sendok teh minyak sayur - 1 sendok makan mayonaisse rendah lemak/ salad dressing
Sweets dan gula	5 peneruk/ minggu	1 sendok makan gula pasir 1 sendok makan jelly atau selai 1/2 gelas sorbet, gelatin 1 gelas lemonade
Garam	1 peneruk	1 sendok teh kecil

Daftar Rujukan makanan di atas berdasarkan 2000 kkal/hari

Lampiran 14. Hasil Analisis Uji Validitas dan Reliabilitas Kuesioner

Uji Validitas Kuesioner

		Correlations									
		Item_1	Item_2	Item_3	Item_4	Item_5	Item_6	Item_7	Item_8	Item_9	Skor_Total
Item_1	Pearson Correlation	1	.473**	-.131	-.112	.308	.557**	-.083	.415*	.199	.406*
	Sig. (2-tailed)		.008	.489	.556	.098	.001	.663	.023	.293	.026
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Item_2	Pearson Correlation	.473**	1	-.069	-.237	.207	.196	.088	.351	.223	.383*
	Sig. (2-tailed)	.008		.716	.208	.272	.299	.645	.057	.237	.037
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Item_3	Pearson Correlation	-.131	-.069	1	.213	.373*	-.236	.253	.063	.756**	.595**
	Sig. (2-tailed)	.489	.716		.258	.042	.210	.177	.740	.000	.001
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Item_4	Pearson Correlation	-.112	-.237	.213	1	.148	.050	.337	.135	.191	.427*
	Sig. (2-tailed)	.556	.208	.258		.436	.792	.069	.477	.311	.019
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Item_5	Pearson Correlation	.308	.207	.373*	.148	1	.302	.337	-.067	.494**	.670**
	Sig. (2-tailed)	.098	.272	.042	.436		.105	.069	.723	.006	.000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Item_6	Pearson Correlation	.557**	.196	-.236	.050	.302	1	-.149	.447*	.134	.370*
	Sig. (2-tailed)	.001	.299	.210	.792	.105		.432	.013	.481	.044
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Item_7	Pearson Correlation	-.083	.088	.253	.337	.337	-.149	1	-.200	.299	.449*

	Sig. (2-tailed)	.663	.645	.177	.069	.069	.432		.289	.109	.013
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
	Pearson Correlation	.415*	.351	.063	.135	-.067	.447*	-.200	1	.478**	.497**
Item_8	Sig. (2-tailed)	.023	.057	.740	.477	.723	.013	.289		.008	.005
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
	Pearson Correlation	.199	.223	.756**	.191	.494**	.134	.299	.478**	1	.859**
Item_9	Sig. (2-tailed)	.293	.237	.000	.311	.006	.481	.109	.008		.000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
	Pearson Correlation	.406*	.383*	.595**	.427*	.670**	.370*	.449*	.497**	.859**	1
Skor_Total	Sig. (2-tailed)	.026	.037	.001	.019	.000	.044	.013	.005	.000	
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30

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

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

Uji Reliabilitas Kuesioner

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	30	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	30	100.0

a. Listwise deletion based on all variabels in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.677	9

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Item_1	61.00	333.448	.321	.666
Item_2	62.00	320.000	.212	.677
Item_3	64.00	273.103	.392	.643
Item_4	63.33	305.747	.205	.686
Item_5	63.33	264.368	.503	.614
Item_6	61.67	324.713	.220	.674
Item_7	62.33	308.161	.268	.668
Item_8	62.33	301.264	.323	.657
Item_9	65.33	218.851	.756	.633

Lampiran 15. Tabel Uji Validitas dan Reliabilitas Kuesioner

No. Resp.	Nomor Soal									Total	Skor Nilai
	1	2	3	4	5	6	7	8	9		
1	10	10	10	10	10	10	10	10	10	90	100
2	10	10	10	10	10	10	10	10	10	90	100
3	10	0	10	10	0	10	0	10	0	50	55.6
4	10	10	0	0	0	10	0	10	0	40	44.4
5	10	10	0	10	0	10	0	10	0	50	55.6
6	10	10	10	10	10	10	10	10	10	90	100
7	0	0	10	10	0	0	10	0	0	30	33.3
8	10	10	10	0	10	10	10	10	10	80	88.9
9	10	10	10	10	10	10	10	10	10	90	100
10	10	10	0	0	0	10	10	10	0	50	55.6
11	10	10	10	0	10	10	0	10	10	70	77.8
12	10	10	10	10	10	10	10	10	10	90	100
13	10	10	0	10	0	10	10	10	0	60	66.7
14	10	10	10	10	10	10	10	10	10	90	100
15	10	10	10	10	10	10	10	10	10	90	100
16	10	10	10	10	10	10	10	10	10	90	100
17	10	0	0	10	10	10	10	0	0	50	55.6
18	10	10	10	10	10	10	10	10	10	90	100
19	10	10	10	10	10	10	10	10	10	90	100
20	10	10	10	10	10	10	10	10	10	90	100
21	10	10	0	10	0	10	10	10	0	60	66.7
22	10	10	10	0	10	10	10	0	0	60	66.7
23	10	10	0	10	10	10	10	10	0	70	77.8
24	10	10	0	0	10	10	0	10	0	50	55.6
25	10	10	10	10	10	10	10	10	10	90	100
26	10	10	0	10	10	10	10	10	0	70	77.8
27	10	10	0	0	10	10	10	0	0	50	55.6
28	10	10	10	0	0	0	10	10	10	60	66.7
29	10	10	10	10	10	0	10	0	0	60	66.7
30	10	0	10	10	10	10	10	10	10	80	88.9
Total	290	260	200	220	220	270	250	250	160		

Lampiran 16. Tabel Pengetahuan Pre-test

Pengetahuan *Pre-test* Kelompok Eksperimen

No. Resp.	Nomer Soal									Jumlah Nilai
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	
1	10	0	0	0	0	10	10	0	0	30
2	10	0	10	10	10	10	10	10	10	80
3	10	10	0	10	10	10	0	0	10	60
4	0	10	10	0	10	10	10	0	10	60
5	10	0	0	0	10	10	10	0	0	40
6	10	10	10	0	0	10	10	0	0	50
7	10	10	10	10	10	10	10	10	0	80
8	0	10	10	10	10	10	10	0	0	60
9	0	10	10	10	10	10	10	10	10	80
10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	90
11	0	0	10	10	10	10	10	10	0	60
12	0	10	0	10	10	10	10	0	0	50
13	10	10	0	10	0	10	10	0	10	60
14	10	0	0	10	10	10	10	0	0	50
15	10	10	10	0	10	10	10	10	10	80
16	0	10	0	0	10	10	10	10	0	50
17	10	10	10	0	10	10	10	10	10	80
18	10	10	0	0	10	10	10	10	10	70
19	10	10	10	10	10	10	10	0	0	70
20	10	0	0	10	10	10	10	0	0	50
21	0	10	10	10	10	10	10	0	10	70
22	10	10	0	0	10	10	10	0	10	60
23	10	10	10	0	10	10	10	0	0	60
24	10	0	10	10	10	10	10	0	0	60
25	10	10	10	10	10	10	10	10	0	80
26	10	10	10	0	10	10	10	0	0	60
27	10	10	10	10	10	10	10	0	0	70
28	10	0	10	0	10	10	10	0	10	60
29	10	10	10	10	10	10	10	10	0	80
30	10	10	0	10	0	0	10	10	10	60
31	10	0	0	10	10	10	10	0	10	60

Pengetahuan *Pre-test* Kelompok Kontrol

No. Resp.	Nomer Soal									Jumlah Nilai
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	
1	10	0	10	10	0	10	10	10	10	70
2	10	10	0	10	0	10	10	0	10	60
3	0	10	10	0	10	10	10	10	0	60
4	10	10	10	0	0	10	10	10	0	60
5	10	10	0	10	10	10	10	10	10	80
6	10	0	10	10	10	10	10	0	10	70
7	10	0	10	10	10	10	10	10	0	70
8	10	10	0	10	10	10	10	0	0	60
9	10	0	10	0	10	10	10	0	10	60
10	10	10	10	10	0	10	10	0	0	60
11	10	10	10	0	10	10	10	0	10	70
12	10	10	10	10	10	10	10	0	10	80
13	10	0	10	0	10	10	10	10	0	60
14	10	10	10	0	10	10	10	10	0	70
15	10	0	10	10	0	10	10	10	0	60
16	10	10	10	0	10	10	10	10	10	80
17	10	0	0	10	10	10	10	10	0	60
18	10	10	10	0	10	10	10	0	0	60
19	0	0	10	10	0	10	10	0	0	40
20	10	10	0	0	10	10	10	0	10	60
21	10	10	10	0	0	10	10	10	0	60
22	10	0	10	10	10	10	10	0	0	60
23	10	10	10	0	10	10	10	10	0	70
24	10	0	10	10	10	10	10	10	0	70
25	10	10	10	10	10	10	10	10	10	90
26	10	10	10	10	10	10	10	10	0	80
27	10	10	10	0	10	10	10	0	0	60
28	10	10	10	0	0	10	10	10	10	70
29	10	10	10	0	10	10	10	0	10	70
30	10	10	10	0	10	10	10	0	0	60
31	10	0	10	0	10	10	10	10	10	70

Pengetahuan *Post-test* Kelompok Kontrol

No. Resp.	Nomer Soal									Jumlah Nilai
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	
1	10	10	10	10	10	10	10	10	10	90
2	10	10	10	10	0	10	10	0	10	70
3	10	0	10	0	10	10	10	10	10	70
4	10	10	10	10	10	10	10	10	10	90
5	10	10	10	10	10	10	10	10	10	90
6	10	10	10	10	10	10	10	10	0	80
7	10	10	10	10	10	10	10	10	0	80
8	10	10	10	0	10	10	10	0	0	60
9	10	10	10	0	10	10	10	10	10	80
10	10	10	10	0	0	10	10	0	10	60
11	10	10	10	10	10	10	10	0	10	80
12	10	10	10	10	10	10	10	0	0	70
13	10	10	10	10	10	10	10	10	0	80
14	10	10	10	0	10	10	10	10	10	80
15	10	10	10	10	0	10	10	10	10	80
16	10	10	10	10	10	10	10	10	10	90
17	10	10	10	10	10	10	10	10	0	80
18	10	10	10	10	0	10	10	10	10	80
19	10	10	10	10	0	10	10	0	0	60
20	10	10	10	0	0	10	10	0	10	60
21	10	10	10	10	10	10	10	0	0	70
22	10	10	10	10	10	10	10	0	0	70
23	10	10	10	0	10	10	10	10	0	70
24	10	10	10	10	0	10	10	10	0	70
25	10	10	10	10	10	10	10	10	10	90
26	10	10	10	0	10	10	10	10	10	80
27	10	10	10	0	10	10	10	10	0	70
28	10	10	10	10	10	10	10	10	10	90
29	10	10	10	0	10	10	10	0	10	70
30	10	10	10	10	10	10	10	10	10	90
31	10	10	10	0	10	10	10	10	10	80