



# LAMPIRAN

## Lampiran 1

### Surat *Ethical Approval*

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA**  
**BADAN PENGEMBANGAN DAN PEMBERDAYAAN SDM KESEHATAN**  
**POLITEKNIK KESEHATAN DENPASAR**  
**KOMISI ETIK PENELITIAN KESEHATAN (KEPK)**

Alamat : Jl. Sanitasi No 1 Sidakarya Denpasar Selatan  
Telp : (0361) 710447 FAX : (0361) 710448  
Website: [www.poltekkes-denpasar.ac.id](http://www.poltekkes-denpasar.ac.id)

---

Nomor : LB.02.01/KEPK/ 303 /2018  
Lampiran : 1 (satu) lembar  
Perihal : Penyerahan *Ethical Approval*

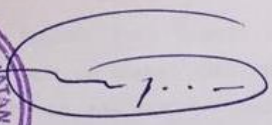
Kepada Yth :  
KETUT OKI ARIANI  
di-  
Tempat


Dengan hormat,  
Bersama ini kami menyerahkan Persetujuan Etik/*Ethical Approval* Nomor :  
LB.02.03/EA/KEPK/0295/2018 tertanggal 19 Nopember 2018.  
Hal-hal yang perlu diperhatikan :

1. Setelah selesai penelitian wajib menyerahkan 1 (satu) copy hasil penelitiannya.
2. Jika ada perubahan yang menyangkut dengan hal penelitian tersebut mohon melaporkan ke Komisi Etik Penelitian Kesehatan Poltekkes Denpasar.

Demikian kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasamanya kami ucapkan terima kasih.

Denpasar, 19 Nopember 2018  
Komisi Etik Penelitian Kesehatan (KEPK) Poltekkes  
Denpasar

  
I Dewa Putu Gede Putra Yasa, S.Kp. M.Kep. Sp.MB  
NIP. 197108141994021001



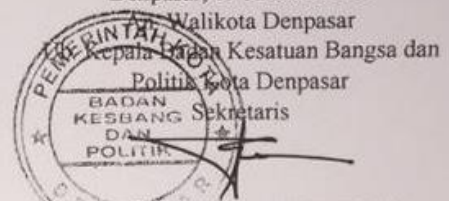
Tembusan Yth :  
1. Arsip



3. Menyerahkan 1 (satu) exemplar hasil penelitian tersebut kepada Pemerintah Kota Denpasar (Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Kota Denpasar)
4. Dilarang melakukan kegiatan diluar dari pada kegiatan tujuan yang telah ditetapkan dan pelanggaran terhadap ketentuan di atas, ijin ini akan dicabut dan menghentikan segala kegiatannya.
5. Para Peneliti, Survey, Study Perbandingan, KKN, KKL, mentaati dan menghormati ketentuan yang berlaku di Daerah setempat.

Demikian Rekomendasi ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Denpasar, 09 Januari 2019



**I Wawan Wirawan, S.Sos, M.Si**  
NIP. 196501011986021014

Tembusan disampaikan :

1. Walikota Denpasar (sebagai laporan)
2. Kepala Dinas Pendidikan Kepemudaan dan Olahraga
3. Yang Bersangkutan
4. Arsip

### Lampiran 3

#### Perhitungan Sampel dan Besar Sampel

Diketahui :

Total populasi yang ada di SMPN 7,8,9,10 Denpasar yaitu 720 orang siswi.

$$N = 720$$

E = error level yang digunakan yaitu 10% atau 0,1

$$\begin{aligned}n &= \frac{N}{1+Ne^2} \\n &= \frac{720}{1+720(0,1)^2} \\n &= \frac{720}{1+720(0,01)} \\n &= \frac{720}{1+7,2} \\n &= \frac{720}{8,2} \\n &= 87,8 \\n &= 88 \text{ orang siswi}\end{aligned}$$

Untuk menghindari terjadinya kesalahan dalam pengambilan sampel maka jumlah sampel ditambahkan 10% sehingga besar sampel dalam penelitian yang akan dilakukan yaitu 97 orang siswi. Untuk sampel masing-masing sekolah ditentukan dengan cara proporsional menggunakan rumus dibawah dan jumlah sampel masing-masing sekolah juga disesuaikan dengan sampel yang disediakan oleh pihak masing-masing sekolah tempat penelitian :

$$n1 = \frac{N1}{N} \times n$$

keterangan :

n1 : besar sampel tiap kelas yang diteliti

N1 : jumlah populasi tiap kelas yang diteliti

N : jumlah populasi dari sekolah yang diteliti

n : besar sampel yang diteliti

#### SMPN 7 Denpasar

$$n1 = \frac{N1}{N} \times n$$

$$n1 = \frac{195}{720} \times 88 = 23,8 = 24 \text{ siswa putri}$$

#### SMPN 8 Denpasar

$$n1 = \frac{N1}{N} \times n$$

$$n1 = \frac{158}{720} \times 88 = 19,3 = 19$$

Untuk menyesuaikan jumlah sampel dan jumlah siswa yang disediakan sekolah maka jumlah sampel yang akan diambil di SMPN 7 Denpasar yaitu 21 orang siswi putri .

#### SMPN 9 Denpasar

$$n1 = \frac{N1}{N} \times n$$

$$n1 = \frac{180}{720} \times 88 = 22$$

Untuk menyesuaikan jumlah sampel dan jumlah siswa yang disediakan sekolah maka jumlah sampel yang akan diambil di SMPN 9 Denpasar yaitu 23 orang siswi putri ..

#### SMPN 10 Denpasar

$$n1 = \frac{N1}{N} \times n$$

$$n1 = \frac{190}{720} \times 88 = 23,2 = 23$$

Untuk menyesuaikan jumlah sampel dan jumlah siswa yang disediakan sekolah maka jumlah sampel yang akan diambil di SMPN 10 Denpasar yaitu 29 orang siswi putri.

**Lampiran 4**  
**Persetujuan Setelah Penjelasan**  
**(Informed Consent)**  
**Sebagai Peserta Penelitian**

Yang terhormat Bapak/Ibu/Saudara/Adik, kami meminta kesediannya untuk berpartisipasi dalam penelitian ini. Keikutsertaan dari penelitian ini bersifat sukarela/tidak memaksa. Mohon untuk dibaca penjelasan dibawah dengan seksama dan disilahkan bertanya bila ada yang belum dimengerti.

Judul	Hubungan Antara Tingkat Pengetahuan, Konsumsi Energi Dan Konsumsi Serat Dengan Status <i>Overweight</i> Pada Remaja Putri Di Kota Denpasar
PenelitiUtama	Ketut Oki Ariani
Institusi	Politeknik Kesehatan Denpasar
Peneliti Lain	-
Lokasi Penelitian	SMPN 7, 8, 9, 10 Denpasar
Sumber pendanaan	Swadana

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara tingkat pengetahuan, konsumsi energi dan konsumsi serat dengan status *overweight* pada remaja putri di Kota Denpasar. Jumlah peserta sebanyak 97 orang dengan syarat yaitu :

- 1) Kriteria Inklusi
  - a. Remaja putri kelas VIII
  - b. Remaja putri berusia 13-15 tahun
  - c. Bersedia dilakukan wawancara dan masih bisa berkomunikasi dengan lancar dan baik serta berada di tempat dilaksanakan penelitian
  - d. Bisa dilakukan pengukuran tinggi dan berat badan menggunakan timbangan injak digital dan mikrotoise
- 2) Kriteria Ekslusi
  - a. Remaja putri kelas VII dan IX
  - b. Remaja putri yang tidak berusia 13-15 tahun
  - c. Tidak hadir di tempat penelitian

d. Tidak bersedia dilakukan wawancara dan masih bisa berkomunikasi dengan lancar dan baik serta tidak berada ditempat dilaksanakannya penelitian

Peserta akan diukur berat dan tinggi badannya lalu diwawancara mengenai tingkat pengetahuan tentang gizi dengan menjawab kuisisioner yang diajukan oleh enumerator serta tingkat konsumsi energi dan tingkat konsumsi serat yang dibantu dengan menggunakan form *food recall* yang diajukan oleh enumerator, dimana waktu yang habiskan dalam wawancara  $\pm 40$  menit. Pengambilan data dilakukan 2 kali selama penelitian.

Kepesertaan dalam penelitian ini tidak memberikan manfaat secara langsung kepada peserta penelitian, tetapi dapat memberi gambaran informasi yang lebih banyak tentang pengetahuan konsumsi zat gizi dan hal yang berkaitan dengan kejadian *overweight* pada remaja putri.

Atas kesediaan berpartisipasi dalam penelitian ini maka akan diberikan imbalan sebagai pengganti waktu yang diluangkan untuk penelitian ini. Peneliti menjamin kerahasiaan semua data peserta penelitian ini dengan menyimpannya dengan baik dan hanya digunakan untuk kepentingan penelitian.

Kepesertaan Bapak/Ibu/Saudara/Adik pada penelitian ini bersifat sukarela. Bapak/Ibu/Saudara/Adik dapat menolak untuk menjawab pertanyaan yang diajukan pada penelitian atau menghentikan kepesertaan dari penelitian kapan saja tanpa ada sanksi. Keputusan Bapak/Ibu/Saudara/Adik untuk berhenti sebagai peserta penelitian tidak akan mempengaruhi mutu dan akses/kelanjutan proses penelitian yang akan diberikan.

Jika setuju untuk menjadi peserta penelitian ini, Bapak/Ibu/ Saudara/Adik diminta untuk menandatangani formulir 'Persetujuan Setelah Penjelasan (*Informed Consent*) Sebagai \*Peserta Penelitian/ \*Wali' setelah Bapak/Ibu/Saudara/Adik benar-benar memahami tentang penelitian ini. Bapak/Ibu/Saudara/Adik akan diberi Salinan persetujuan yang sudah ditanda tangani ini.

Bila selama berlangsungnya penelitian terdapat perkembangan baru yang dapat mempengaruhi keputusan Bapak/Ibu/Saudara/Adik untuk kelanjutan kepesertaan dalam penelitian, peneliti akan menyampaikan hal ini kepada Bapak/



Ibu/Saudara/ Adik. Bila ada pertanyaan yang perlu disampaikan kepada peneliti, silakan hubungi peneliti :

Ketut Oki Ariani

Mahasiswa Jurusan Gizi Prodi DIV

Hp. 087862262124

Email [oky.ariani@gmail.com](mailto:oky.ariani@gmail.com)

Tanda tangan Bapak/Ibu/Saudara/Adik dibawah ini menunjukkan bahwa Bapak/Ibu/Saudara/Adiktelah membaca, telah memahami dan telah mendapat kesempatan untuk bertanya kepada peneliti tentang penelitian ini dan **menyetujui untuk menjadi peserta \*penelitian/Wali.**

**Peserta/ Subyek Penelitian,**

**Wali,**

\_\_\_\_\_

*Tanda Tangan dan Nama*

\_\_\_\_\_

*Tanda Tangan dan Nama*

*Tanggal (wajib diisi):    /    /*

*Tanggal (wajib diisi):    /    /*

***Hubungan dengan Peserta/ Subyek Penelitian:***

\_\_\_\_\_

***(Wali dibutuhkan bila calon peserta adalah anak < 14 tahun, lansia, tuna grahita, pasien dengan kesadaran kurang – koma)***

**Peneliti**

\_\_\_\_\_

*Tanda Tangan dan Nama*

\_\_\_\_\_

*Tanggal*

***Tanda tangan saksi diperlukan pada formulir Consent ini hanya bila***

*Peserta Penelitian memiliki kemampuan untuk mengambil keputusan, tetapi tidak dapat membaca/ tidak dapat bicara atau buta. Wali dari peserta penelitian tidak dapat membaca/ tidak dapat bicara atau buta. Komisi Etik secara spesifik mengharuskan tanda tangan saksi pada penelitian ini (misalnya untuk penelitian resiko tinggi dan atau prosedur penelitian invasive)*

Catatan:

Saksi harus merupakan keluarga peserta penelitian, tidak boleh anggota tim penelitian.

**Saksi:**

Saya menyatakan bahwa informasi pada formulir penjelasan telah dijelaskan dengan benar dan dimengerti oleh peserta penelitian atau walinya dan persetujuan untuk menjadi peserta penelitian diberikan secara sukarela.

\_\_\_\_\_

*Nama dan Tanda tangan saksi*

\_\_\_\_\_

*Tanggal*

*(Jika tidak diperlukan tanda tangan saksi, bagian tanda tangan saksi ini dibiarkan kosong)*

\* coret yang tidak perlu

## Lampiran 5

### Kuisisioner

#### A. Identitas Sampel

No Sampel :  
Nama :  
Tempat/tgl lahir :  
Umur :  
Jenis Kelamin :  
Agama :  
Kelas :  
Sekolah :  
No Telp/Hp :  
Alamat :  
Berat Badan : kg  
Tinggi Badan : cm  
IMT/U :  $\text{kg/m}^2$   
Tanggal Wawancara :

## Kuisisioner Pengetahuan

### B. Pengetahuan Tentang Konsumsi

Beri tanda silang (X) pada pilihan jawaban yang Anda anggap paling benar.

1. Makanan yang bergizi seimbang terdiri dari ?
  - a. **Nasi, sayuran, buah-buahan, lauk nabati, lauk hewani**
  - b. Nasi, sayuran, lauk nabati, buah-buahan
  - c. Nasi, sayuran, lauk hewani, buah-buahan, susu
  - d. Nasi, sayuran, lauk nabati, lauk hewani, susu
2. Fungsi karbohidrat yaitu sebagai ?
  - a. **Sumber zat tenaga dan sumber energi utama**
  - b. Sumber minyak dan lemak
  - c. Sumber pengganti sel yang rusak
  - d. Penyusun dinding sel
3. Kelompok makanan berikut ini yang dapat dijadikan sebagai sumber karbohidrat adalah ?
  - a. **Roti, mie, singkong, ubi, beras**
  - b. Anggur, jeruk, jambu biji, manggis, mangga
  - c. Daging ayam, daging babi, daging sapi, telur ayam, sosis daging
  - d. Kedelai, tempe, tahu, kacang hijau, kacang merah
4. Menurut Anda, makanan/bahan makanan apakah yang bisa menggantikan nasi sebagai sumber energi?
  - a. **Ubi**
  - b. Pepaya
  - c. Pisang

- d. Mengkudu
5. Dibawah ini yang merupakan sumber dari energi utama yaitu ?
- a. Karbohidrat**
  - b. Lemak
  - c. Protein
  - d. Buah-buahan
6. Kelebihan mengonsumsi karbohidrat akan diubah menjadi lemak dan disimpan di otot. Jika kelebihan mengonsumsi karbohidrat yang berkepanjangan akan menyebabkan ?
- a. Overweight atau kegemukan**
  - b. Anemia atau kekurangan zat besi
  - c. Sembelit atau susah buang air besar
  - d. Osteoporosis atau tulang keropos
7. Cara mencegah kegemukan yaitu ?
- a. Makan makanan dengan gizi seimbang dan olahraga teratur**
  - b. Makan makanan yang sedang populer di masyarakat tanpa memikirkan gizi seimbang
  - c. Makan sesuka hati dan malas beraktivitas
  - d. Makan makanan yang berlemak
8. Menurut anda, manakah makanan di bawah ini yang merupakan sumber protein ?
- a. Daging ayam, telur ayam, tempe**
  - b. Margarin, minyak kelapa sawit, minyak sayur
  - c. Apel, manga, manggis

- d. Nasi, roti, mie
9. Dibawah ini yang merupakan sumber protein hewani yaitu ?
- a. Tempe
  - b. Kacang
  - c. Daging ayam**
  - d. Tahu
10. Apakah fungsi serat ?
- a. Melancarkan pencernaan**
  - b. Membuat badan meriang
  - c. Melancarkan pernafasan
  - d. Menghambat buang air besar
11. Menurut anda, manakah makanan di bawah ini yang merupakan sumber serat?
- a. Alpukat, brokoli, papaya**
  - b. Ayam, ikan, telur
  - c. Roti, singkong, mie
  - d. Ubi, mie, roti
12. Sebaiknya berapa kali kita harus mengonsumsi sayur perhari ?
- a. 1 kali sehari
  - b. 3 kali sehari**
  - c. 3 kali seminggu
  - d. 3 kali sebulan
13. Diantara masalah kesehatan berikut ini, manakah yang terkait dengan rendahnya atau sedikit konsumsi serat ?
- a. Diare

b. Osteoporosis

c. Anemia atau kekurangan zat besi

**d. Sembelit atau susah buang air besar**

14. Makanan yang dapat memperlancar pencernaan yaitu ?

a. Makanan pedas

b. Makanan berminyak

**c. Makanan berserat**

d. Makanan manis

15. Contoh makanan yang baik untuk mengatasi sembelit atau susah buang air besar yaitu ?

**a. Buah pisang**

b. Nasi goreng

c. Mie rebus

d. Chicken nugget

**Form *Food Recall***

**C. Konsumsi Remaja Putri**

Nama :

Form : Recall

Kode :

Hari ke :

No	Waktu Makan	Jenis Makanan	Bahan Makanan	Vol		Ket.
				URT	Gram	

Pengumpul Data :



## Lampiran 6 Dokumentasi



Memberikan Penjelasan Tentang Penelitian di  
SMPN 7 Denpasar



Memberikan Penjelasan Tentang Penelitian di  
SMPN 8 Denpasar



Melakukan Pengukuran Tinggi Badan di  
SMPN 9 Denpasar



Melakukan Pengukuran Tinggi Badan di  
SMPN 10 Denpasar