

LAMPIRAN 1



PEMERINTAH PROVINSI BALI DINAS PENANAMAN MODAL DAN PELAYANAN TERPADU SATU PINTU

Jalan Raya Puputan, Niti Mandala Denpasar 80235
Telp./Fax (0381) 243804/256905
website: www.dpmptsp.baliprov.go.id e-mail: dpmptsp@baliprov.go.id

Nomor : 070/00172/DPMPSTP-B/2018
Lampiran : -
Perihal : Rekomendasi

Kepada
Yth: Walikota Denpasar
cq. Kepala Badan Kesbang Pol
Kota Denpasar
di -
Tempat

i. Dasar

1. Peraturan Gubernur Bali Nomor 32 Tahun 2017 Tanggal 25 April 2017 Tentang Tentang Penyelenggaraan Pelayanan Terpadu Satu Pintu dan Peraturan Gubernur Bali Nomor 36 Tahun 2017 Tanggal 26 April 2017 Tentang Tata Cara/Prosedur Penerbitan Perizinan dan NonPerizinan pada Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu.
2. Surat Permohonan dari DIREKTUR POLTEKKES DENPASAR Nomor PP.04.03/031/0034/2018, tanggal 05 Januari 2018, Perihal Permohonan Izin Penelitian.

ii. Setelah mempelajari dan meneliti rencana kegiatan yang diajukan, maka dapat diberikan Rekomendasi kepada:

Nama : NI PUTU EKA BUANA SUARI
Pekerjaan : Mahasiswa
Alamat : Jl. TK Blok V No.32 Denpasar
Judul/bidang : PERBEDAAN KOMPOSISI TUBUH DAN KEBUGARAN FISIK PADA REMAJA PUTRI YANG MENGIKUTI EKSTRAKURIKULER MENARI DAN OLAHRAGA DI SMAN 5 DENPASAR
Lokasi Penelitian : SMAN 5 DENPASAR
Jumlah Peserta : 1 Orang
Lama Penelitian : 6 Bulan (05 Jan 2018 s/d 31 Jul 2018)

iii. Dalam melakukan kegiatan agar yang bersangkutan mematuhi ketentuan sebagai berikut:

- a. Sebelum melakukan kegiatan agar melaporkan kedatangannya kepada Bupati/Walikota setempat atau pejabat yang berwenang
- b. Tidak dibenarkan melakukan kegiatan yang tidak ada kaitannya dengan bidang/judul Penelitian. Apabila melanggar ketentuan Rekomendasi/Ijin akan dicabut/dihentikan segala kegiatannya.
- c. Mentaati segala ketentuan perundang-undangan yang berlaku serta mengindahkan adat istiadat dan budaya setempat.
- d. Apabila masa berlaku Rekomendasi/Ijin ini telah berakhir, sedangkan pelaksanaan kegiatan belum selesai, maka perpanjangan Rekomendasi/Ijin agar ditujukan kepada instansi pemohon.
- e. Menyerahkan hasil kegiatan kepada Pemerintah Provinsi Bali, melalui Kepala Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Provinsi Bali dan Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Provinsi Bali



Denpasar, 12 Januari 2018

a.n. GUBERNUR BALI



Tembusan kepada Yth.:

1. Kepala Badan Kesbangpol Provinsi Bali
2. Yang Bersangkutan

**IZIN INI TIDAK
DIPUNGUT BIAYA**

LAMPIRAN 2



PEMERINTAH KOTA DENPASAR
BADAN KESATUAN BANGSA DAN POLITIK
JALAN BELITON No.1 TELEPON 234648 DENPASAR
www.denpasarkota.go.id email: kesbangpol@denpasarkota.go.id

Nomor : 070/082/BKBP
Lampiran : -
Perihal : **Rekomendasi Penelitian**

Kepada
Yth. Kepala SMA Negeri 5 Denpasar
di-

Denpasar

I. Dasar:

1. Peraturan Menteri Dalam Negeri Republik Indonesia Nomor 7 Tahun 2014 tentang Perubahan atas Peraturan Menteri Dalam Negeri Republik Indonesia Nomor 64 Tahun 2011 tentang Pedoman Penerbitan Rekomendasi Penelitian.
2. Peraturan Daerah Kota Denpasar Nomor 8 Tahun 2016 tentang Pembentukan dan Susunan Perangkat Daerah (Lembaran Daerah Kota Denpasar Tahun 2016 Nomor 8, Tambahan Lembaran Daerah Kota Denpasar Nomor 8).
3. Peraturan Walikota Denpasar Nomor 43 Tahun 2016 tentang Kedudukan, Susunan Organisasi, Tugas dan Fungsi Serta Tata Kerja Sekretariat Daerah, Staf Ahli, Sekretariat Dewan Perwakilan Daerah, Inspektorat, Badan Daerah dan Rumah Sakit Umum Daerah Kota Denpasar (Berita Daerah Kota Denpasar Tahun 2016 Nomor 43)
4. Peraturan Walikota Denpasar Nomor 13 Tahun 2017 Tentang Uraian Tugas Jabatan Pada Sekretariat Daerah, Staf Ahli, Sekretariat Dewan Perwakilan Rakyat Daerah Inspektorat, Badan Daerah dan Rumah Sakit Daerah.

II. Memperhatikan:

Surat Rekomendasi Ijin Penelitian dari Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Provinsi Bali Nomor: 070/00172/DPMPSTP/2017, tanggal 05 Januari 2018, perihal: Rekomendasi Ijin Penelitian

III. Setelah Mempelajari dan Meneliti Rencana Kegiatan yang diajukan, maka Walikota Denpasar memberikan Rekomendasi kepada:

Nama : **Ni Putu Eka Buana Suari**
Alamat : Jalan TK Bilok Nomor 32. Denpasar
Status Peneliti : Mahasiswa
Judul Penelitian : Perbedaan Komposisi Tubuh dan Kebugaran Fisik pada Remaja Putri yang Mengikuti Ekstrakurikuler Menari dan Olahraga di SMA Negeri 5 Denpasar
Lokasi Penelitian : SMA Negeri 5 Denpasar
Tujuan Penelitian : Ijin Penelitian
Bidang Peneliti : Kesehatan
Jumlah Peserta : 1 Orang
Lama Penelitian : 6 Bulan (Januari 2018 s/d Juli 2018)

IV. Dalam Melakukan Kegiatan agar yang bersangkutan mematuhi ketentuan sebagai berikut:

1. Sebelum mengadakan penelitian/kerja praktek agar melapor kepada Atasan/Kepala Instansi bersangkutan.
2. Selesai mengadakan penelitian melapor kembali kepada Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Kota Denpasar.
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 di cabut 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, 29 Januari 2018

Walikota Denpasar
Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan
Politik Kota Denpasar
Sekretaris



Virawan, S.Sos., M.Si
NIP. 19650101 198602 1 014

Tembusan disampaikan :

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

LAMPIRAN 3



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-dennasar.ac.id

PERSETUJUAN ETIK /

ETHICAL APPROVAL

Nomor : LB.02.03/EA/KEPK/ 0014 /2018

Yang bertandatangan di bawah ini Ketua Komisi Etik Penelitian Kesehatan Poltekkes Denpasar, setelah dilaksanakan pembahasan dan penilaian, dengan ini memutuskan protokol penelitian yang berjudul :

PERBEDAAN KOMPOSISI TUBUH DAN KEBUGARAN FISIK PADA REMAJA PUTRI YANG MENGIKUTI EKSTRAKURIKULER MENARI DAN OLAHRAGA DI SMA N 5 DENPASAR

yang mengikutsertakan manusia sebagai subyek penelitian, dengan Ketua Pelaksana/Peneliti Utama :

NI PUTU EKA BUANA SARI

LAIK ETIK. Persetujuan ini berlaku sejak tanggal ditetapkan sampai dengan batas waktu pelaksanaan penelitian seperti tertera dalam protokol dengan masa maksimum selama 1 (satu) tahun

Pada akhir penelitian, peneliti menyerahkan laporan akhir kepada KEPK-Poltekkes Denpasar. Dalam pelaksanaan penelitian, jika ada perubahan dan/atau perpanjangan penelitian, harus mengajukan kembali permohonan kaji etik penelitian (amandemen protokol)

Denpasar, 27 Pebruari 2018

Ketua,



Putra Yasa, S.Kp., M.Kep.Sp.MB.

LAMPIRAN 4



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

Nomor : LB.02.01/KEPK/ 037 /2018
Lampiran : 2 (dua) lembar
Perihal : Penyerahan *Ethical Approval*

Kepada Yth :
NI PUTU EKA BUANA SARI

di- Tempat

Dengan hormat,

Bersama ini kami menyerahkan Persetujuan Etik/*Ethical Approval* Nomor : LB.02.03/EA/KEPK/0014/2018 tertanggal 27 Pebruari 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, 5 Maret 2018

Komisi Etik Penelitian Kesehatan (KEPK)

Poltekkes Denpasar



Gede Putra Yasa, S.Kp.M.Kep.Sp.MB

NIP. 197108141994021001

Tembusan Yth :
1. Arsip

LAMPIRAN 5
PERSETUJUAN SETELAH PENJELASAN
(INFORMED CONSENT)
SEBAGAI PESERTA PENELITIAN

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

Judul	Perbedaan Komposisi Tubuh Dan Kebugaran Fisik Pada Remaja Putri Yang Mengikuti Ekstrakurikuler Menari dan Olahraga di SMAN 5 Denpasar
Peneliti Utama	Ni Putu Eka Buana Suari
Institusi	Politeknik Kesehatan Denpasar Jurusan Gizi
Peneliti Lain	7 orang enumerator
Lokasi Penelitian	SMAN 5 Denpasar
Sumber pendanaan	Swadana Mahasiswa

Penelitian ini bertujuan untuk Mengetahui perbedaan Kebugaran Fisik dan Komposisi Tubuh pada remaja putri yang mengikuti Ekstrakurikuler Menari dan Olahraga di SMAN 5 Denpasar. Jumlah peserta sebanyak 98 orang dengan syaratnya yaitu sudah mengikuti ekstrakurikuler Menari dan Olahraga minimal selama 6 bulan, Ekstrakurikuler Menari yang dimaksud adalah Tari Tradisional dan Tari Modern, Ekstrakurikuler Olahraga yang dimaksud adalah Olahraga Basket, Volley, Taekwondo, Silat, Bulu tangkis, Softball, Berumur 16 - 18 tahun, peserta akan diwawancarai dengan bantuan kuisioner, pengukuran antropometri , mengukur VO^2_{max} dengan menggunakan metode bleep test, pengukuran ini dilakukan oleh peneliti dibantu enumerator. Kepesertaan dalam penelitian ini tidak secara langsung memberikan manfaat kepada peserta penelitian. Tetapi dapat memberi gambaran informasi yang lebih banyak tentang status gizi dan tingkat kebugaran sampel. Mungkin awal saat pengukuran kebugaran akan menimbulkan rasa lelah pada sampel. Risiko yang dapat terjadi pada sampel seperti dehidrasi, jatuh, keseleo. Bagi peserta akan mengetahui status gizi, tingkat kebugaran dan peranan gizi dalam memperbaiki status gizi dan tingkat kebugaran.

Atas kesedian berpartisipasi dalam penelitian ini maka akan diberikan imbalan sebagai pengganti waktu yang diluangkan untuk penelitian ini. Kompensasi lain yaitu peneliti akan menanggung biaya perawatan yang diberikan selama menjadi peserta 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 pengobatan 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 ditandatangani 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 : Ni Putu Eka Buana Suari , No Hp : 089606737594.

Tanda tangan Bapak/Ibu/Saudara/Adik dibawah ini menunjukkan bahwa Bapak/Ibu/Saudara/Adik telah 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
Tanggal (wajib diisi): / /

Tanda Tangan dan Nama
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

LAMPIRAN 6

KUISIONER PENGUMPULAN DATA

A. Identitas Sampel

Kode Sampel :
Nama :
Tanggal Lahir :
Kelas :
Alamat :
No Telp :
Ekstrakurikuler yang diikuti :

B. Data Antropometri

Berat Badan :
Tinggi Badan :

C. Kebugaran Fisik

Level / Tingkatan :

D. Data Aktifitas Menari/Olahraga

1. Apakah dasar alasan saudara mengikuti ekstrakurikuler menari/olahraga
 - a. Berdasarkan minat.
 - b. Berdasarkan bakat/prestasi.
 - c. Ditentukan oleh sekolah.
 - d. Lain –lain (.....)
2. Berapa kali dalam seminggu sekolah mengadakan ekstrakurikuler.....kali.
3. Berapa kali dalam seminggu saudara dapat mengikuti Ekstrakurikuler Menari / Olahraga.....
 - a. < 3kali
 - b. 3 – 5kali
 - c. > 5kali
4. Setiap kali mengikuti ekstrakurikuler menari / olahraga berapa menit waktu yang diperlukan.....
 - a. < 20 menit
 - b. 20 – 30 menit
 - c. 30 – 45 menit
 - d. > 45 menit
5. Selama mengikuti ekstrakurikuler apakah ada waktu istirahat jika iya ... menit
6. Apakah yang saudara rasakan setelah latihan ekstrakurikuler yang diikuti
 - a. Lelah.
 - b. Letih.
 - c. Lesu.
 - d. Sakit anggota badan

e. Lain – lain (.....)

7. Selain ekstrakurikuler Menari dan Olahraga yang diikuti di sekolah, apakah kegiatan menari dan olahraga diluar sekolah.....

a. Iya b. Tidak

Sebutkan :.....

8. Jika Iya , berapa menit kegiatan tersebut dilakukan.

Sebutkan :.....

LAMPIRAN 7

Prediksi Nilai VO₂max untuk tes Lari Multi Tahap (Bleep Test)

Tk	Bal	VO ₂ max	Tk	Bal	VO ₂ max	Tk	Bal	VO ₂ max	Tk	Bal	VO ₂ max	Tk	Bal	VO ₂ max	
2	1		7	5	38.15	11	10	53.1	15	8	66.2	18	15	77.9	
	2	20.4		6	38.5		11	53.7		9	66.45		19	1	78.1
	3	20.75		7	38.85		12	53.9		10	66.7		2	78.3	
	4	21.1		8	39.2	12	1	54.1		11	67.05		3	78.55	
	5	21.45		9	39.55		2	54.3		12	67.4		4	78.8	
	6	21.8		10	39.9	3	54.55	13		67.6	5		79		
	7	22.15		8	1	40.2	16	4		54.8	1		67.8	6	79.2
	8	22.5	2		40.5	5		55.1	2	68	7		79.45		
3	1	23.05	3	40.8	6	55.4		3	68.25	8	79.7				
	2	23.6	4	41.1	7	55.7		4	68.5	9	79.95				
	3	23.95	5	41.45	8	56		5	68.75	10	80.2				
	4	24.3	6	41.8	9	56.25		6	69	11	80.4				
	5	24.65	7	42.1	10	56.5		7	69.25	12	80.6				
	6	25	8	42.4	11	57.1		8	69.5	13	80.83				
	7	25.35	9	42.7	12	57.26	9	69.75	14	81					
	8	25.7	10	43	13	1	57.46	10	70	15	81.3				
4	1	26.25	11	43.3		2	57.6	11	70.25	20	1	81.55			
	2	26.8	9	1	43.6	3	57.9	12	70.5		2	81.8			
	3	27.2		2	43.9	4	58.2	13	70.7		3	82			
	4	27.6		3	44.2	5	58.45	14	70.9		4	82.2			
	5	27.95		4	44.5	6	58.7	17	1		71.15	5	82.4		
	6	28.3		5	44.65	7	59		2		71.4	6	82.6		
	7	28.7		6	45.2	8	59.3	3	71.65		7	82.9			
	8	29.1		7	45.55	9	59.55	4	71.9		8	83			
	9	29.5		8	45.9	10	59.8	5	72.15		9	83.25			
5	1	29.85	9	46.2	11	60.2	6	72.4	10	83.5					

	2	30.2		10	46.5		12	60.6		7	72.65		11	83.7
	3	30.6		11	46.8		13	60.76		8	72.9		12	83.9
	4	31	10	1	47.1	14	1	60.92		9	73.15		13	84.1
	5	31.4		2	47.4		2	61.1		10	73.4		14	84.3
	6	31.8		3	47.7		3	61.35		11	73.65		15	84.55
	7	32.17		4	48		4	61.6		12	73.9		16	84.8
	8	32.54		5	48.35		5	61.9		13	74.13	21	1	85
	9	32.9		6	48.7		6	62.2		14	74.35		2	85.2
	1	33.25		7	49		7	62.45	18	1	74.58		3	85.4
6	2	33.6		8	49.3		8	62.7		2	74.8		4	85.6
	3	33.95		9	49.6		9	63		3	75.05		5	85.85
	4	34.3		10	49.9		10	63.3		4	75.3		6	86.1
	5	34.65		11	50.2		11	63.65		5	75.55		7	86.3
	6	35	11	1	50.5		12	64		6	75.8		8	85.5
	7	35.35		2	50.8		13	64.2		7	76		9	86.7
	8	35.7		3	51.1	15	1	64.4		8	76.2		10	86.9
	9	36.05		4	51.4		2	64.6		9	76.45		11	87.15
	10	36.4		5	51.65		3	64.85		10	76.7		12	87.4
7	1	36.75		6	51.9		4	65.1		11	76.95		13	87.6
	2	37.1		7	52.2		5	65.35		12	77.2		14	87.8
	3	37.45		8	52.5		6	65.6		13	77.43		15	88
	4	37.8		9	52.8		7	65.9		14	77.66		16	88.2

Sumber : Evaluasi Kemampuan Fisik Atlet tahun 2005 Pusat Pengembangan Kualitas Jasmani Depdiknas

LAMPIRAN 8

HASIL ANALISIS DATA

Hasil Uji Beda Komposisi Tubuh Ekstrakurikuler Menari dan Olahraga

Group Statistics

ekstra		N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Komposisi tubuh	Menari	48	.0510	1.02740	.14829
	Olahraga	41	.2029	1.41018	.22023

Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
Komposisi tubuh	Equal variances assumed	2.433	.122	-.586	87	.559	-.15189	.25911	-.66689	.36312
	Equal variances not assumed			-.572	71.913	.569	-.15189	.26551	-.68117	.37740

Hasil Uji Beda Kebugaran Fisik Ekstrakurikuler Menari dan Olahraga

Group Statistics

ekstra		N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Uji kebugaran	Menari	48	25.596	1.6029	.2314
	Olahraga	41	27.305	2.4993	.3903

Independent Samples Test

	Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
	F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
								Lower	Upper
ujikebugaran	1.881	.174	-3.894	87	.000	-1.7090	.4389	-2.5814	-.8366
			-3.767	66.101	.000	-1.7090	.4537	-2.6149	-.8031

LAMPIRAN 9
DOKUMENTASI



PENGISIAN FORMULIR PSP DAN PENGUMPULAN DATA



PEMANASAN SEBELUM MENGIKUTI BLEEP TEST



PENGUKURAN BERAT BADAN DAN TINGGI BADAN



PENGUKURAN VO₂MAX DENGAN METODE BLEEP TEST