

LAMPIRAN 1

LEMBAR PERSETUJUAN PENGAMBILAN SAMPEL

Saya Regina Theodora Yoshe, mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara hendak melakukan penelitian yang berjudul “PEMETAAN STATUS GIZI BERDASARKAN INDEKS MASSA TUBUH DAN KOMPOSISI TUBUH PADA MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS TARUMANAGARA ANGKATAN 2015 DAN 2016”, dengan tujuan untuk diketahuinya pemetaan status gizi berdasarkan indeks massa tubuh (IMT) dan komposisi tubuh. Penelitian ini bermanfaat bagi subjek penelitian sebagai pengetahuan, serta dapat menjadi rujukan bagi penelitian selanjutnya.

Penelitian berupa pengukuran komposisi tubuh dengan menggunakan metode *Bioelectrical Impedance Analysis*. Pemeriksaan digunakan elektroda yang dilekatkan pada tubuh kemudian dialiri tegangan listrik rendah. Sebelum pengambilan data subjek penelitian diwajibkan melepaskan semua benda logam, tidak melakukan aktivitas yang berat sebelumnya, tidak mengonsumsi alkohol atau kafein dalam jumlah banyak, dan buang air kecil terlebih dahulu, serta mengisi kuesioner *Food Frequency*, *Food Recall 24 Hour*, *Physical Activity Level (PAL) Questionnaire*. Penelitian ini tidak bersifat memaksa dan tidak dipungut biaya dalam bentuk apapun.

Lembar Persetujuan (*Informed Consent*)

FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS TARUMANAGARA

SURAT PERSETUJUAN MENJADI SUBJEK PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini,

Nama :

NIM :

Jenis Kelamin :

Usia :

Nomor telepon:

Setelah mendapat keterangan dan penjelasan, serta mengerti manfaat penelitian di bawah ini yang berjudul :

**“PEMETAAN STATUS GIZI BERDASARKAN INDEKS MASSA TUBUH
DAN KOMPOSISI TUBUH PADA MAHASISWA FAKULTAS
KEDOKTERAN UNIVERSITAS TARUMANAGARA ANGKATAN 2015
DAN 2016 ”**

Menyatakan dengan sukarela menyetujui untuk ikut serta dalam penelitian tersebut, dan berhak untuk membatalkan persetujuan ini jika saya merasa dirugikan dalam bentuk apapun

Jakarta,..... 2018

Mengetahui,

Menyetujui,

Regina Theodora Yoshe

(.....)

NIM : 405150119

LAMPIRAN 2

Food Frequency Questionnaire

Bahan Makanan	>1x/hr	1x/hr	4-6x/ mgg	1-3x/ mgg	1-3x/ bln	Tidak pernah
Makanan pokok						
Beras/Nasi						
Cereal						
Havermout						
Jagung						
Kentang						
Mie						
Roti tawar						
Singkong / Ubi						
Lainnya, sebutkan						
Ikan dan hasil olahannya						
Ikan segar						
Ikan asin						
Udang						
Lainnya sebutkan						

Daging, telur, dan hasil olahannya						
Daging sapi						
Daging kambing						
Daging babi						
Daging ayam						
Telur ayam						
Nugget						
Sosis						
Lainnya, sebutkan						
Kacang dan hasil olahannya						
Kacang hijau						
Kacang tanah						
Kacang kedelai						
Tahu						
Tempe						
Oncom						
Lainnya, sebutkan						
Sayur mayur						
Bayam						
Kangkung						
Kacang panjang						

Lainnya, sebutkan						
Buah						
Pisang						
Jeruk						
Apel						
Mangga						
Lainnya, sebutkan						

LAMPIRAN 3

Food Recall 24 Hour

Ukuran rumah tangga :

- 1 bh : 1 buah (kecil, sedang, besar)
- 1 ptg : 1 potong (kecil, sedang, besar)
- 1 iris
- 1 mgk : 1 mangkok (kecil, besar)
- 1 ck : 1 cangkir
- 1 gls : 1 gelas
- 1 btr : 1 butir
- 1 bj : 1 biji
- 1 btg : 1 batang
- 1 bks : 1 bungkus
- 1 sdm : 1 sendok makan
- 1 sdt : 1 sendok teh

**ISILAH BERDASARKAN MAKANAN YANG
DIKONSUMSI DALAM 24 JAM TERAKHIR**

Waktu & Jenis Makanan	Bahan Makanan	Jumlah	
		URT	Berat (gr)
Makan Pagi:			
Selingan Siang:			
Makan Siang:			
Selingan Sore:			
Makan Malam:			

LAMPIRAN 4

Physical Activity Level (PAL) Questionnaire

Contoh:

Jenis Aktivitas	Durasi (menit; dalam sehari)	Berapa kali per minggu
Aktivitas dalam posisi duduk (belajar, bermain komputer, game, HP, dll)	300 menit	5x
Membereskan rumah	60 menit	2x
Jalan santai	30 menit	7x
Jalan cepat	30 menit	7x
Jogging	60 menit	4x
Berenang	-	-
Bersepeda	-	-
Lain-lain,		

Jenis Aktivitas	Durasi (menit; dalam sehari)	Berapa kali per minggu
Aktivitas dalam posisi duduk (belajar, bermain komputer, game, HP, dll)		
Membereskan rumah		
Jalan santai		
Jalan cepat		
Jogging		
Berenang		
Bersepeda		
Lain-lain,		

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

A. Data Pribadi

1. Nama : Regina Theodora Yoshe
2. NIM : 405150119
3. Jenis Kelamin : Perempuan
4. Tempat Tanggal Lahir : Jakarta, 28 April 1997
5. Agama : Katolik
6. Status : Belum menikah
7. Pendidikan Terakhir : SMA
8. Alamat : Jln. Pluit Selatan VII No. 11A,
Pluit, Jakarta Utara
9. HP : 081280341676

B. Riwayat Pendidikan

1. 2004 – 2010 : SD IPEKA Pluit
2. 2010 – 2013 : SMP IPEKA Pluit
3. 2013 – 2015 : SMA IPEKA Pluit

C. Pengalaman Organisasi

1. Anggota UMRC (Unit Medis Reaksi Cepat) Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara 2016/2017
2. Badan Pengurus Harian BEM (Badan Eksekutif Mahasiswa) Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara bidang pendidikan periode 2016/2017