

Lampiran 1. Surat Permohonan Menjadi Responden

PERMOHONAN MENJADI RESPONDEN PENELITIAN

Yth. Saudara/i
Di Tempat

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Hayuningrat Odyssey Saint

NIM : 405150062

Instansi : Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara Jakarta

Sehubungan dengan akan dilaksanakan penelitian berjudul “Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Indeks Massa Tubuh pada Siswa X dan XII IPA SMA Negeri 7 Surakarta periode 2017/2018”, maka peneliti mengharapkan kesediaan saudara/i untuk dapat turut berpartisipasi dan bersedia menjadi responden penelitian. Segala bentuk informasi yang diberikan selama penelitian akan dijaga kerahasiannya. Responden tidak dibebankan biaya apapun selama penelitian. Hasil penelitian hanya digunakan untuk kepentingan akademik.

Demikian surat permohonan ini saya buat dengan sebenar-benarnya. Atas perhatian Saudara/i saya sampaikan terima kasih.

Hormat saya,

Hayuningrat Odyssey Saint

Lampiran 2. Surat Pernyataan Kesiediaan Menjadi Responden

PERNYATAAN KESEDIAAN MENJADI RESPONDEN PENELITIAN (*Informed Consent*)

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama :
Kelas :
Tanggal Lahir:
Umur : tahun bulan
Alamat :

Dengan ini menyatakan bahwa:

1. Saya bersedia dan turut berpartisipasi sebagai **RESPONDEN PENELITIAN** setelah diberikan penjelasan oleh Saudari Hayuningrat Odyssey Saint dari Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara mengenai penelitian berjudul “Hubungan Aktivitas Fisik dengan Indeks Massa Tubuh pada Siswa X dan XII IPA SMA Negeri 7 Surakarta periode 2017/2018” pada tanggal Januari 2018.
2. Saya tidak memiliki ikatan apapun dalam penelitian ini termasuk dengan peneliti. keikutsertaan saya bersifat tanpa paksaan ataupun tekanan, sukarela, dan tidak dibebani dengan biaya penelitian maupun konsekuensi apapun.
3. Bersedia diperiksa dan diwawancarai untuk memberikan keterangan yang diperlukan dalam penelitian ini sebagai bentuk partisipasi sebagai responden penelitian.

Demikian surat pernyataan ini saya buat sebenar-benarnya, dalam keadaan sadar, dan tanpa paksaan. Saya memahami bahwa partisipasi saya memberikan manfaat bagi ilmu pengetahuan dan akan terjaga kerahasiaannya.

Surakarta, ... Januari 2018

Responden

(.....)

Lampiran 3. Lembar Kuesioner

KUESIONER

KODE:

A. IDENTITAS DIRI

Nama :
Jenis Kelamin : L / P (Lingkari salah satu)
Kelas :
Tanggal Lahir :
Suku :
Usia : tahun bulan

B. INDEKS MASSA TUBUH

1.	Berat badan kg
2.	Tinggi Badan m
3.	Indeks Massa Tubuh (kg/m ²)

C. AKTIVITAS FISIK (Berdasarkan Kuesioner IPAQ)

Petunjuk :

1. Tuliskanlah pada kolom yang tersedia frekuensi setiap jenis kegiatan yang dilakukan dalam **hari, minggu, dan satu bulan terakhir**.
2. Tuliskanlah lama waktu (**dalam menit**) yang diperlukan untuk melakukan setiap jenis kegiatan untuk satu kali kegiatan.

Kegiatan	Jenis Kegiatan	Tidak Pernah	Frekuensi kegiatan ¹⁾			Lamanya kegiatan dalam menit ²⁾
			Hari	Minggu	Bulan	
Aktivitas fisik berkaitan dengan penggunaan waktu luang	a. Nonton TV					
	b. Yoga					
	c. Basket					
	d. Bermain HP					
	e. Pilates					
	f. Travelling					
	g. Pergi ke Mall					
	h. Pergi ke pasar					
	i. Pergi ke salon					
	j. Badminton					
	k. Tennis					
l. Lari/ Jogging						

	m. Senam					
	n.					
Aktivitas fisik berkaitan dengan penggunaan transportasi	a. Bersepeda					
	b. Sepeda motor					
	c. Jalan kaki					
	d. Mobil					
	e. Angkot					
	f. Bus/ metromini					
	g. Becak					
	h.					
Aktivitas fisik berkaitan dengan kegiatan di luar rumah	a. Duduk					
	b. Jalan santai					
	c. Jalan cepat					
	d. Menulis/ mengetik					
	e. Membetulkan atap/ plafon					
	f. Memindahkan/ mengangkat beban berat					
	g. Memindahkan/ mengangkat beban ringan					
	h. Melompat					

	i.					
Aktivitas fisik berkaitan dengan kegiatan pekerjaan dan perawatan rumah	a. Mencuci baju					
	b. Mencuci piring					
	c. Menyetrika					
	d. Mengepel lantai					
	e. Berkebun					
	f. Menyapu lantai					
	g. Memasak					
	h. Membersihkan rumah					
	i. Memindahkan barang					
	j. Mencuci mobil/motor					
	k. Menguras bak mandi					
	l. Menyikat WC					
	m. Mencuci kulkas/ perabot					
	n. Menyiram tanaman					
n.						
Aktivitas tidur	a. Tidur siang					
	b. Tidur malam					

Responden

(.....)

Surakarta, Januari 2018
Pewawancara

(Hayuningrat Odyssey Saint)

Lampiran 4. Surat Ijin Penelitian

Lampiran 5. Surat Keterangan Telah Melaksanakan Penelitian

Lampiran 6. Dokumentasi Kegiatan Penelitian





Lampiran 7. Daftar Riwayat Hidup

Nama : Hayuningrat Odyssey Saint
NIM : 405150062
Alamat Asal : Jalan Tentara Pelajar No. 58 RT 002 RW 014,
Kelurahan Bolon, Kecamatan Colomadu, Kabupaten
Karanganyar, Provinsi Jawa Tengah
Tempat, Tanggal Lahir : Solo, 30 Juli 1997
Umur : 20 tahun 10 bulan
Suku : Jawa
Agama : Islam
Riwayat Pendidikan : SD Negeri 1 Singopuran (2008)
SMP Negeri 1 Kartasura (2011)
SMA Negeri 7 Surakarta (2014)
Pengalaman Organisasi : Pramuka (2008 – 2011)
Drum Band (2008 – 2010)