

LAMPIRAN

Lampiran 1 : Formulir Frekuensi Sampel

Lampiran 5. Formulir Frekuensi Makanan

Formulir Frekuensi Makanan

Kode : 018
 Nama Responden : Muhammad Alfa
 Umur/Jenis Kelamin : 18 laki-laki
 Tanggal pengisian : 23 Desember 2023

BAHAN MAKANAN	FREKUENSI						PENGOLAHAN YANG PALING SERING DILAKUKAN
	A (50) Setiap Kali Makan	B (25) 1 kali sehari atau 4-6 kali/minggu	C (15) 3 kali/minggu	D (10) Kurang dari 3 kali/minggu atau 1-2 x/minggu	E (1) Kurang dari 1 kali/minggu	F (0) Tidak pernah dikonsumsi	
1. Makanan Pokok							
a. Beras/Nasi	✓						Pokok setiap makan bisa sambar 4-5x sehari
b. Mie				✓			
c. Kentang					✓		
d. Singkong/Ubi				✓	✓		
e. Roti Putih					✓		
f. Cereal						✓	
g. Havermut						✓	
h. Jagung						✓	
i.							
j.							
Lauk Hewani							
a. Ikan segar			✓				
b. Ikan asin							
c. Udang							

43

d. Daging sapi		✓				
e. Daging kambing			✓			
f. Daging ayam		✓				
g. Telur ayam		✓				
h. Nugget			✓			
i. Sosis		✓				
j.						
k.						
3. Kacang-kacangan dan Olahannya						
a. Kacang Hijau					✓	
b. Kacang Tanah					✓	
c. Tahu				✓		
d. Tempe				✓		
e.						
f.						
4. Sayur – sayuran						
a. Bayam					✓	
b. Kangkung					✓	
c. Daun Singkong				✓		
d. Sawi Hijau						✓
e. Wortel				✓		
f. Kembang Kol						✓
g. Brokoli					✓	
h. Timun					✓	
i. Kacang panjang					✓	
j. Buncis						✓
k.						
l.						
5. Buah – buahan						
a. Jeruk					✓	
b. Pepaya					✓	
c. Apel					✓	

Pisang				✓			
Mangga					✓		
.....							
.....							
Susu dan Hasil							
hannya							
a. Susu sapi	✓						
b. Susu kemasan	✓						
c. Susu kental manis					✓		
d. Susu bubuk			✓				
e. Yoghurt					✓		
f. Keju			✓				
g. Ice cream	✓						
Makanan/Jajanan/							
Snack							
a. Hamburger	✓						
b. Pizza	✓						
c. Fried Chicken				✓			
d. Spagheti				✓			
e. French Fries				✓			
f. Donat		✓					
g. Bakso	✓						
h. Siomay					✓		
i. Batagor						✓	
j. Pempek						✓	
k. Roti					✓		
l. Cake						✓	
m. Pudding							✓
n. Coklat							✓
o.							
p.							
Soft Drink							
a. Coca-cola				✓			

b. Fanta							
c. Sprite					✓		
d. Pepsi					✓		
e. Pop Ice					✓		
f. <u>Tejus</u>			✓				
g.			✓				
g. Suplemen/Jamu							
a. Kratingdeng							✓
b. Kukubima Energi						✓	
c. Extra jos							✓
d.							✓
KODE	KRITERIA		URAIAN FREKUENSI				SKOR
A	Sering sekali dikonsumsi		Setiap kali makan				50
B	Sering dikonsumsi		1 kali sehari atau 4-6 kali/minggu				25
C	Biasa dikonsumsi		3 kali/minggu				15
D	Kadang-kadang dikonsumsi		Kurang dari 3 kali/minggu atau 1-2 x/minggu				10
E	Jarang dikonsumsi		Kurang dari 1 kali/minggu				1
F	Tidak pernah dikonsumsi		Tidak pernah dikonsumsi				0

Pengumpul Data

Effe Amelia G.

Lampiran 2. Naskah Penjelasan Sebelum Persetujuan Penelitian (PSP)

NASKAH PENJELASAN SEBELUM PERSETUJUAN PENELITIAN

Saya, Fitri Amalia Ghofar dari prodi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Malang akan melakukan penelitian yang berjudul “Hubungan Kebiasaan Konsumsi *Fast food* Asupan Lemak Dan Serat Terhadap Kejadian *Overweight* Pada Remaja”. Penelitian ini dilakukan di Madrasah Bertaraf Internasional (MBI) Amanatul Ummah. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kebiasaan konsumsi *Fast food* terhadap kejadian *Overweight* pada remaja di Madrasah Bertaraf Internasional (MBI) Amanatul Ummah. Peneliti mengajak pasien ikut serta dalam penelitian ini. Penelitian ini membutuhkan 27 subyek penelitian dengan jangka waktu keikutsertaan 1 hari. Setelah 1 hari subyek telah melakukan semua prosedur penelitian, maka penelitian dikatakan selesai.

A. Keikutsertaan untuk Ikut Penelitian

Anda bebas memilih keikutsertaan dalam penelitian ini tanpa ada paksaan.

B. Prosedur Penelitian

Apabila anda bersedia berpasryisipasi dalam penelitian ini anda diminta menandatangani lembar persetujuan di rangkap dua, satu untuk anda simpan dan satu untuk peneliti. Prosedur selanjutnya adalah :

1. Anda akan diukur tinggi badan serta ditimbang berat badan untuk melihat status gizi.
2. Peneliti akan mengambil data riwayat asupan makan (SQFFQ) melalui wawancara secara langsung selama ± 15 menit.

C. Kewajiban Subjek Penelitian

Sebagai subyek penelitian, saudara/saudari berkewajiban mengikuti aturan atau petunjuk penelitian seperti yang tertulis di atas. Bila ada yang belum jelas, saudara/saudari diperkenankan untuk bertanya lebih lanjut kepada peneliti.

D. Manfaat

Responden yang terlibat dalam penelitian ini akan:

Memperoleh bahan pembelajaran bagi responden untuk lebih memahami rubah pola konsumsi *Fast food* sebagai makanan yang harus dibatasi.

E. Kerahasiaan

Data yang diambil akan dipublikasikan secara terbatas tanpa menyebutkan nama asli dan alamat. Oleh karena itu kerahasiaan responden akan sangat dijaga dalam proses penelitian ini. Data yang diambil akan disimpan selama satu tahun, setelah itu data akan dimusnahkan.

F. Pembiayaan

Semua biaya yang dikeluarkan untuk penelitian ini akan ditanggung oleh peneliti.

G. Informasi tambahan

Saudara/saudari diberi kesempatan untuk menyatakan semua hal yang belum jelas sehubungan dengan penelitian ini. Bila sewaktu-waktu membutuhkan penjelasan lebih lanjut, saudara/saudari dapat menghubungi peneliti pada no. HP 085172311823

Peneliti

Fitri Amalia Ghofar

Lampiran 3. Inform Consent (Lembar Persetujuan)

**PERNYATAAN PERSETUJUAN UNTUK
BERPARTISIPASI DALAM PENELITIAN**

Saya telah mendapatkan penjelasan dengan baik mengenai tujuan dan manfaat dari kegiatan “**HUBUNGAN KEBIASAAN KONSUMSI *FAST FOOD* ASUPAN LEMAK DAN SERAT TERHADAP KEJADIAN *OVERWEIGHT* PADA REMAJA**”.

Saya telah memahami tentang tujuan, prosedur pelaksanaan penelitian yang akan dilaksanakan. Saya mampu dan bersedia menjadi responden sesuai tahapan penelitian yang tertuang dalam penjelasan penelitian dengan detail kegiatan seperti berikut ini.

No.	Kegiatan	Pengambilan Data	Keterangan	Petugas	Terlaksana*)
1	Wawancara	Riwayat asupan makan (SQFFQ)	Data diambil langsung oleh petugas	Peneliti	
2	Pengambilan data status gizi	<ul style="list-style-type: none">• Berat Badan• Tinggi Badan	Data diambil langsung oleh petugas	Peneliti	

*) beri tanda centang (v) jika telah terlaksana

Lampiran 4. Inform Consent (Lembar Persetujuan)

**PERNYATAAN PERSETUJUAN UNTUK
BERPARTISIPASI DALAM PENELITIAN**

Saya, yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama :
Alamat :
Usia :
Jenis kelamin :

Menyatakan bahwa saya telah mendapat penjelasan secara rinci dan telah memahami prosedur penelitian yang akan dilakukan oleh Fitri Amalia Ghofar dengan judul “Hubungan Kebiasaan Konsumsi *Fast food* terhadap Kejadian *Overweight* pada Remaja”. Penelitian ini berlangsung sukarela tanpa paksaan. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Malang, Desember 2023

Menyetujui,

Peneliti

Responden

Fitri Amalia Ghofar
NIM.P17111204060

(.....)

Mengetahui,
Saksi

(.....)

Setelah diberi kesempatan untuk bertanya mengenai kegiatan dari proses penelitian serta peran saya dalam kegiatan ini, dan telah dijawab serta dijelaskan secara memuaskan.

Saya secara sukarela dan sadar bersedia berperan serta dalam kegiatan ini dengan menandatangani Surat Persetujuan Partisipasi Kegiatan.

Malang, Desember 2023

Yang membuat pernyataan Peneliti Peserta penelitian:

(Fitri Amalia Ghofar)

(.....)

NIM. P17111204060

Saksi I

Saksi II

(.....)

(.....)

Lampiran 5. Anggaran dan Jadwal Penelitian

A. Anggaran Penelitian

Tabel 4. Anggaran penelitian

No	Nama Barang	Jumlah	Ket.	Unit Cost (Rp)	Total (Rp)
1	Pencetakan Skripsi	5	pkt	10.000	50.000
2	Kuesioner dan alat tulis	30	ok	5.000	150.000
3	Transport penelitian	5	kl	20.000	100.000
4	Kertas	1	rim	50.000	50.000
5	Tinta printer	1	bh	50.000	50.000
6	Parcel	30	bh	20.000	600.000
TOTAL					1.000.000

B. Jadwal Penelitian

Tabel 5. Jadwal penelitian

No	Agenda Kegiatan	Pelaksanaan Kegiatan 2023-2024 (Bulan)																
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3	4	
1	Tahap Persiapan Penelitian		v	v														
	a. Penyusunan Skripsi	v	v	v	v	v	v	v	v									
	b. Perijinan penelitian							v	v	v								
2	Tahap pelaksanaan												v					
	a. Pengumpulan data												v	v				
	b. Analisis data												v	v				
3	Tahap penyusunan laporan													v	v	v	v	v

Lampiran 6. Hasil Uji Wilcoxon *Overweight* terhadap serat

Ranks

		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Setelah_Penyuluhan	- Negative Ranks	4 ^a	4,50	18,00
Sebelum_Penyuluhan	Positive Ranks	12 ^b	9,85	118,00
	Ties	2 ^c		
	Total	19		

a. Setelah_Penyuluhan < Sebelum_Penyuluhan

b. Setelah_Penyuluhan > Sebelum_Penyuluhan

c. Setelah_Penyuluhan = Sebelum_Penyuluhan

Test Statistics^a

Setelah_Penyuluhan - Sebelum_Penyuluhan	
Z	-2,628 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	,009

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on negative ranks.

Lampiran 7. Surat Izin Penelitian



KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA

DIREKTORAT JENDERAL TENAGA KESEHATAN POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MALANG

Jl. Besar Ijen No.77C Malang 65112, Telp. (0341) 566075, 571388, Fax. (0341) 556746
Website: <http://www.poltekkes-malang.ac.id> E-mail: direktorat@poltekkes-malang.ac.id



Nomor : DP.02.01/F.XXI.17/ 3350 /2023
Lampiran : -
Perihal : Surat Permohonan Ijin Penelitian

Malang, 08 Desember 2023

Kepada Yth.
Pimpinan Madrasah Bertaraf Internasional (MBI)
Amanatul Ummah
Di
Tempat

Dalam rangka pemenuhan tugas akhir Penyusunan Skripsi, maka bersama ini kami hadapkan Fitri Amalia Ghofar, (NIM.P17111204060) mahasiswa Program Studi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang untuk melaksanakan Izin Penelitian, pada:

Tanggal : 18 sd 22 Desember 2023
Waktu : 08.00 – selesai
Tempat : Madrasah Bertaraf Internasional (MBI)
Amanatul Ummah

Dengan judul :
Hubungan Kebiasaan Konsumsi Fast Food, Asupan Lemak dan Serat terhadap Kejadian Obesitas pada Remaja.

Data yang diambil :
Data IMT Remaja Obesitas

Demikian atas perhatian dan kerjasamanya yang baik kami sampaikan terima kasih



Ketua Jurusan Gizi,
DIREKTORAT JENDERAL
TENAGA KESEHATAN
REPUBLIK INDONESIA
Dr. Fauziah SKM. M.Kes, RD
NIP. 196810181989031001

- Kampus Utama : Jalan Besar Ijen No. 77 c Malang. 65112. Telepon (0341) 566075, 571388
- Kampus I : Jalan Srikoyo No. 106 Jember. Telepon (0331) 486613
- Kampus II : Jalan Ahmad Yani Sumberporong Lawang. Telepon (0341) 427847
- Kampus III : Jalan Dr. Soetomo No. 46 Blitar. Telepon (0342) 801043
- Kampus IV : Jalan KH. Wakhid Hasyim No. 64 B Kediri. Telepon (0354) 773095
- Kampus V : Jalan Dr. Soetomo No. 5 Trenggalek Telp (0355) 791293
- Kampus VI : Jalan Dr. Cipto Mangunkusumo No. 82A Ponorogo Telp (0352) 461792



Lampiran 8. Master Data

No	Nama	Jenis kelamin	Umur thn	BB kg	TB cm	IMT	Makanan Pokok	Susu dan Hasil Olahannya	Makanan/Jajanan/ /Snack	Soft Drink	Lauk Hewani
							(Minggu)				
1.	TR	L	16	75	162	29,77	21	16	16	16	13
2.	DV	P	18	68	153	29,91	20	15	19	19	16
3.	PT	P	18	70	154	29,31	17	16	17	17	11
4.	BA	P	17	73	152	34,63	21	16	21	21	8
5.	MH	L	16	85	177	27,79	21	15	24	24	13
6.	BU	L	18	110	173	36,78	17	16	16	16	16
7.	RT	L	17	83	168	30,14	18	16	19	19	11
8.	MA	L	18	86	161	33,2	21	13	17	17	8
9.	FO	L	17	80	183	27,84	21	16	21	21	16
10.	RI	P	18	105	168	34,75	18	11	24	24	18
11.	AA	P	18	110	173	35,78	16	8	16	16	18
12.	EA	L	17	74	165	26,47	19	16	16	19	17
13.	KO	L	17	98	172	32,2	17	19	19	17	16
14.	AN	P	17	92	180	24,07	21	17	17	21	18
15.	PI	L	17	98	170	30,1	24	21	21	24	17
16.	FA	P	17	105	168	34,75	16	24	24	16	16
17.	AI	P	17	110	173	35,78	19	18	16	19	18
18.	SA	L	17	74	165	26,47	17	12	19	17	18
19.	NA	L	18	98	172	32,2	21	15	17	21	17

Lampiran 9. Dokumentasi



