

Lampiran 1. Ethical Clearance

57



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN  
THE MINISTRY OF EDUCATION AND CULTURE  
FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS BRAWIJAYA  
FACULTY OF MEDICINE UNIVERSITY OF BRAWIJAYA  
KOMISI ETIK PENELITIAN KESEHATAN  
HEALTH RESEARCH ETHICS COMMITTEE  
Jalan Veteran Malang – 65145  
Telp./ Fax. (62) 341 - 553930

KETERANGAN KELAIKAN ETIK  
("ETHICAL CLEARANCE")

No. 503 / EC / KEPK / 09 / 2014

KOMISI ETIK PENELITIAN KESEHATAN FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS BRAWIJAYA, SETELAH MEMPELAJARI DENGAN SEKSAMA RANCANGAN PENELITIAN YANG DIUSULKAN, DENGAN INI MENYATAKAN BAHWA PENELITIAN DENGAN

**JUDUL** : Lemak Tubuh, Aktifitas Fisik dan Konsumsi Zat Gizi dalam Kaitannya dengan Profil Tekanan Darah

**PENELITI UTAMA** : Nia Novita Wirawan, MSc

**ANGGOTA** :  
Widya Rahmawati, SGz, MGizi Rohanda Putragama  
Dr. dr. Sri Andarini, MKes Kalina Ratnadewi  
Anggun Rindang Cempaka, Safira Ainum  
SGz, Dietisien Ayu Antika Putri  
Ilmia Fahmi, SGz, Dietisien Desi Ayunintyas  
Humairatunnisa Dear Asita  
Sarah Edwina Rezki Dian Nur Ariani  
Yeniar Alifa Istiqomah Firdausi Ayu Fitriani  
Eva Sujiati Kurnia Tamida Adila Habsari  
Diah Rezky Btari Nurdina Marini Sari  
Karina Mutia Santi Adisti Dyah Permataningtyas  
Rizti Medisa Aqsari Dwira Rahima  
Nurulita Aida Rahmasari Ambar Pratiwi  
Rani Intan Prastika Novita Sari  
Olivia Barzelina Lupi Nurkalifah  
Maulidiar Rachma Savitri Maharani Budiman  
Asria R. Lino Putry Prada Mayangsari  
Putri Kusumawardhani Hilga Tiara Dewi  
Erika Damayanti Alef Ayodhya Rahma  
Andris Christian H.W. Yuznia Sari Andhika Putri  
Gagah Mukti

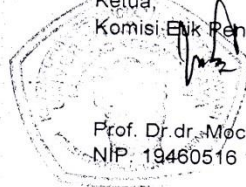
**UNIT / LEMBAGA** : Jurusan Gizi Fakultas Kedokteran Universitas Brawijaya Malang

**TEMPAT PENELITIAN** : Kota Malang

DINYATAKAN LAIK ETIK.

Malang, 30 SEP 2014

Ketua,  
Komisi Etik Penelitian Kesehatan



Prof. Dr. dr. Moch. Istiadjid ES, SpS, SpBS, M.Hum  
NIP. 19460516 197111 1 001

**Catatan :**

Keterangan Laik Etik Ini Berlaku 1 (Satu) Tahun Sejak Tanggal Dikeluarkan Pada Akhir Penelitian, Laporan Pelaksanaan Penelitian Harus Diserahkan Kepada KEPK-FKUB Dalam Bentuk Soft Copy. Jika Ada Perubahan Protokol Dan / Atau Perpanjangan Penelitian, Harus Mengajukan Kembali Permohonan Kajian Etik Penelitian (Amandemen Protokol).

repository.ub.ac.id

58

**Lampiran 2. Pernyataan Keaslian Tulisan**

**PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN**

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Nurulita Aida Rahmasari

NIM : 115070301111011

Jurusan : Ilmu Gizi

Fakultas Kedokteran Universitas Brawijaya Malang

menyatakan dengan sebenarnya bahwa Tugas Akhir yang saya tulis ini benar – benar hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambilalihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya. Apabila di kemudian hari terbukti bahwa Tugas Akhir ini adalah hasil jiplakan maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Malang, Desember 2014

Yang membuat pernyataan,

Nurulita Aida Rahmasari

NIM. 115070301111011

### Lampiran 3. Formulir Lembar Persetujuan

#### Lemak Tubuh, Aktifitas Fisik dan Konsumsi Zat Gizi dalam Kaitannya dengan Profile Tekanan Darah

**Peneliti:** Nia NW, MSc., Widya R, M.Gizi., Ilmia Fahmi, Diet, Anggun RC, Diet., Humairatunnisa, Sarah ER, Yeniar AI, Eva SK, Diah RB, Karina MS, Rizti MA, Nurulita AR, Rani IP, Olivia B, Maulidiar R, Asria RL, Putri K, Erika D, Andris CHW, Gagah MW, Rohanda P, Kalina R, Safira A, Ayu AP, Desi A, Dear A, Dian NA, Firdausi AF, Tamida AH, Nurdina MS, Adisti DP, Dwira R, Ambar P, Novita S, Lupi N, Savitri MB, Putri PM, Hilga TD, Alef AR, Yuznia SAP

Jurusan Gizi, Fak. Kedokteran, Universitas Brawijaya, Jl. Veteran, Malang, Jawa Timur

#### LEMBAR INFORMASI UNTUK RESPONDEN

Yth. Ibu ..... (nama)

Jurusan Gizi Fak. Kedokteran, Universitas Brawijaya, Malang sedang melaksanakan penelitian "Lemak Tubuh aktifitas fisik dan konsumsi zat gizi dalam kaitannya dengan profile tekanan darah" pada orang dewasa sehat usia 18-44 tahun, tidak hamil, tidak menderita penyakit Diabetes Mellitus dan penyakit Ginjal di Kota Malang.

Sebagai informasi, dalam penelitian ini, berikut ini adalah hal-hal yang akan dijalani oleh ibu :

1. Diwawancarai mengenai riwayat penyakit
2. Diukur berat badannya dengan cara menimbang dengan timbangan injak digital
3. Diukur tinggi badannya dengan cara berdiri tegak menggunakan alat microtoise
4. Ibu akan diukur tebal lemak tubuh pada bagian lengan atas depan dan belakang, belakang tulang belikat, atas tulang panggul, dan bagian perut.
5. Diukur lingkar pinggang dan lengan dengan menggunakan metlin
6. Diwawancarai terkait dengan makanan dan minuman yang dikonsumsi dalam 24-jam terakhir sebanyak 2 kali untuk mendapatkan rata-rata asupan zat gizi Natrium, Kalium, Magnesium, Kalsium, Serat dan Lemak.
7. Diukur jumlah makanan dan minuman yang dimakan dalam satu hari dengan cara menimbang makanan dan minuman sebelum dan sesudah dikonsumsi
8. Diwawancarai terkait dengan jenis, frekuensi dan lama waktu yang diperlukan dalam kegiatan sehari.

Perlu Ibu ketahui bahwa semua pengukuran pada penelitian ini tidak dipungut biaya apapun, dan informasi yang kami peroleh akan dipelakukan secara rahasia. Identitas Ibu tidak akan dipublikasikan. Peran serta Ibu dalam penelitian ini bersifat sukarela. Ibu dapat mengundurkan diri dari penelitian ini setiap saat.

Partisipasi Ibu akan memberikan informasi yang berharga mengenai faktor apa yang dominan mempengaruhi tekanan darah. Hasil penelitian ini akan memberikan sumbangan ilmu dan pengetahuan serta menjadi landasan dalam memberikan intervensi yang tepat untuk mencegah terjadinya penyakit hipertensi ataupun memberikan asuhan gizi yang tepat pada penderita hipertensi sehingga kejadian yang lebih parah dapat dicegah.

Bila Ibu menyetujui keikutsertaan dalam penelitian ini, kami harapkan Ibu menanda tangani lembar persetujuan dan mengembalikannya segera kepada tim kami.

Apabila ada pertanyaan lebih lanjut mengenai penelitian ini, Ibu dapat menghubungi no telepon +0812 967 4654 atau e-mail: nia\_wirawan.fk@ub.ac.id

Terima kasih atas perhatian dan partisipasi Ibu.

Hormat kami,

Nia N Wirawan, MSc  
Ketua Tim Peneliti

**Lemak Tubuh, Aktifitas Fisik dan Konsumsi Zat Gizi dalam Kaitannya dengan Profile Tekanan Darah**

*Peneliti: Nia NW, MSc., Widya R, M.Gizi., Ilmia Fahmi, Diet, Anggun RC, Diet., Humairatunnisa, Sarah ER, Yeniar AI, Eva SK, Diah RB, Karina MS, Rizti MA, Nurulita AR, Rani IP, Olivia B, Maulidiar R, Asria RL, Putri K, Erika D, Andris CHW, Gagah MW, Rohanda P, Kalina R, Safira A, Ayu AP, Desi A, Dear A, Dian NA, Firdausi AF, Tamida AH, Nurdina MS, Adisti DP, Dwira R, Ambar P, Novita S, Lupi N, Savitri MB, Putri PM, Hilga TD, Alef AR, Yuznia SAP*

Jurusan Gizi, Fak. Kedokteran, Universitas Brawijaya, Jl. Veteran, Malang, Jawa Timur

**LEMBAR PERSETUJUAN**

Setelah mendengar dan membaca penjelasan mengenai tujuan dan manfaat dari penelitian diatas, maka yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama :  
Alamat :

Menyatakan bahwa secara saya sukarela **SETUJU / TIDAK SETUJU** untuk mengikuti penelitian yang berjudul: "Lemak Tubuh, Aktifitas Fisik dan Konsumsi Zat Gizi dalam Kaitannya dengan Profile Tekanan Darah

Saya mengerti bahwa jika masih memerlukan penjelasan, saya akan mendapatkan jawaban dari peneliti Nia N Wirawan, MSc atau dari anggota tim peneliti lain.

Dengan menandatangani formulir ini, saya setuju ikut dalam penelitian ini.

....., 2014

Menyetujui  
Peserta Penelitian

.....  
Nama

**Lampiran 4. General Questionnaire**

**Digit 1:** Kelurahan (1=Kd Kandang, 2=Lesanpuro, 3= Madyopuro, 4= Cemoro Kandang, 5= Buring, 6= Wonokoyo, 7= Arjowinangun)

**Digit 2-4:** Kode Responden

**Digit 5:** Kode Status Hipertensi: 1) Hipertensi 2) Tidak Hipertensi

--	--	--	--	--



**KUESIONER “Lemak Tubuh, Aktifitas Fisik dan Konsumsi Zat Gizi dalam Kaitannya dengan Profile Tekanan Darah”**

Peneliti: *Nia NW, M.Sc, Widya R, M.Gizi, Ilmia Fahmi, Diet, Anggun RC, Diet, Humairatunnisa, Sarah ER, Yeniar AI, Eva SK, Diah RB, Karima MS, Rizti MA, Nurulita AR, Rani IP, Olivia B, Maulidiar R, Asria RL, Putri K, Erika D, Andris CHW, Gagah MW, Rohanda P, Kalina R, Safira A, Ayu AP, Desi A, Dian NA, Firdausi AF, Tamida AH, Nurdina MS, Adisti DP, Dwira R, Ambar P, Novita S, Lupi N, Savitri MB, Putri PM, Hilga TD, Alef AR, Yuznia SAP*

**Jurusan Gizi, FKUB, Jl. Veteran, Malang, Jawa Timur**

**KETERANGAN PENGUMPUL DATA**

1.	Nama Pengumpul Data	1.Asria RI 2.Humairatunnisa 3.Tamida AH 4.Dian NA 33. Sarah Edwina 34. Dear Asita 35. Maulidiar Rachma 36. Diah Rezky B 37. Adisty Dyah 38. Alef Ayodhya 39. Hilga Tiara 40. Eva Sujjati 41. Yuznia Sari	21. Ayu AP 22. Kalina R 23. Putri K 24. Erika D 25. Savitri MB 26. Lupi N 27. Ambar P 28. Safira A 29. Novita S 30. Putry PM 31. Dwira R 32. Desi A	<input type="checkbox"/>
2.	Tanggal Pengumpulan Data	<input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/>		

**DATA DASAR**

3.	Nama			
4.	Alamat	Jl.	No.	
		RT	RW	Desa/Kelurahan
		Telp/HP.		
5.	Tanggal lahir/usia	<input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> / ..... tahun <input type="text"/> <input type="text"/>		
		01. 18-34 tahun 02. 35-44 tahun		
6.	Suku Ayah	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>		
		01. Jawa 02. Madura 03. Madura+Madura 04. Jawa+Madura 05. Sumatra 77. Lainnya: .....		



7.	Suku Ibu	01. Jawa 02. Madura 03. Madura+Madura 04. Jawa+Madura 05. Sumatra 77. Lainnya: .....	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
8.	Pendidikan (Lulus)	01. Tidak sekolah/Tidak Lulus SD 02. SD 03. SMP 04. SMA 05. Perguruan Tinggi	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
9.	Pekerjaan	01. Tidak bekerja 02. Pedagang 03. PNS 04. Buruh 77. Lainnya: .....	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>

DATA AKTIVITAS FISIK			
Ibu, kami akan menanyakan informasi tentang aktivitas fisik yang Ibu lakukan. Silahkan Ibu mengingat-ingat kembali aktivitas fisik yang Ibu lakukan dalam 7 hari terakhir.			
BAGIAN 1: AKTIVITAS FISIK TERKAIT PEKERJAAN			
10.	Apakah Ibu memiliki pekerjaan atau aktivitas di luar rumah?	0) Ya 0) Tidak ( <i>lompat ke Bag.2</i> )	<input type="checkbox"/>
11.	Dalam 7 hari terakhir, berapa hari Ibu melakukan pekerjaan berat seperti mengangkat barang berat (>15 jkg), memanjat, menaiki tangga, sebagai bagian dari pekerjaan, yang dilakukan lebih dari 10 menit sehari?	..... hari/minggu 66) Tidak melakukan pekerjaan berat → <i>langsung ke pertanyaan no 39</i>  *Jenis pekerjaan berat yang dilakukan adalah.....	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
12.	Berapa lama Ibu melakukan pekerjaan berat?	..... jam per hari, <i>atau</i> ..... menit per hari (di-entry-kan dalam satuan menit)	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
13.	Sekali lagi, silahkan Ibu mengingat kembali pekerjaan yang Ibu lakukan. Dalam 7 hari terakhir, berapa hari Ibu melakukan pekerjaan sedang seperti membawa beban sedang (±10 kg) sebagai bagian dari pekerjaan?	..... hari/minggu 66) Tidak melakukan pekerjaan sedang <i>langsung ke pertanyaan no 41</i>  *Jenis pekerjaan berat yang dilakukan adalah.....	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
14.	Berapa lama Ibu melakukan pekerjaan sedang?	..... jam per hari, <i>atau</i> ..... menit per hari (di-entry-kan dalam satuan menit)	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
15.	Dalam 7 hari terakhir, berapa hari Ibu berjalan kaki lebih dari 10 menit sebagai bagian dari pekerjaan? <i>Tidak termasuk berjalan dari dan ke tempat bekerja.</i>	..... hari/minggu 66) Tidak berjalan lebih dari 10 menit sebagai bagian dari pekerjaan → <i>langsung ke pertanyaan Bagian 2.</i>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
16.	Berapa lama Ibu berjalan sebagai bagian dari pekerjaan?	..... jam per hari, <i>atau</i> ..... menit per hari (di-entry-kan dalam menit)	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>

<b>BAGIAN 2: PERJALANAN</b>			
17.	Dalam 7 hari terakhir, berapa hari Ibu melakukan perjalanan dengan kendaraan bermotor seperti sepeda motor, mobil, angkot, dll?	..... hari/minggu 66) Tidak melakukan perjalanan dengan kendaraan bermotor <i>langsung ke pertanyaan no 45.</i>	<input type="text"/> <input type="text"/>
18.	Berapa lama waktu yang Ibu habiskan untuk melakukan perjalanan dengan menggunakan kendaraan bermotor?	..... jam per hari, <i>atau</i> ..... menit per hari (di-entry-kan dalam satuan menit)	<input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/>
19.	Dalam 7 hari terakhir, berapa hari Ibu bersepeda selama 10 menit atau lebih untuk pergi dari 1 tempat ke tempat yang lain?	..... hari/minggu 66) Tidak bersepeda lebih dari 10 menit → <i>langsung ke pertanyaan no 47.</i>	<input type="text"/> <input type="text"/>
20.	Berapa lama waktu yang Ibu habiskan untuk bersepeda?	..... jam per hari, <i>atau</i> ..... menit per hari (di-entry-kan dalam satuan menit)	<input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/>
21.	Dalam 7 hari terakhir, berapa hari Ibu berjalan selama 10 menit atau lebih untuk pergi dari 1 tempat ke tempat yang lain?	..... hari/minggu 66) Tidak berjalan lebih dari 10 menit → <i>langsung ke pertanyaan no 49.</i>	<input type="text"/> <input type="text"/>
22.	Berapa lama waktu yang Ibu habiskan untuk berjalan kaki?	..... jam per hari, <i>atau</i> ..... menit per hari (di-entry-kan dalam satuan menit)	<input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/>
<b>BAGIAN 3: PEKERJAAN RUMAH TANGGA</b>			
Pertanyaan untuk bagian 3 ini adalah tentang aktivitas fisik yang Ibu lakukan untuk melakukan pekerjaan rumah tangga, termasuk membersihkan rumah, berkebun, dll.			
23.	Dalam 7 hari terakhir, berapa hari Ibu melakukan pekerjaan rumah berat seperti memotong kayu, mengangkat benda berat (10 kg), yang dilakkan selama 10 menit atau lebih?	..... hari/minggu 66) Tidak melakukan pekerjaan berat <i>langsung ke pertanyaan no 51.</i> *Jenis pekerjaan berat yang dilakukan adalah.....	<input type="text"/> <input type="text"/>
24.	Berapa lama waktu yang Ibu perlukan untuk melakukan pekerjaan rumah tangga berat tadi?	..... jam per hari, <i>atau</i> ..... menit per hari (di-entry-kan dalam satuan menit)	<input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/>
25.	Dalam 7 hari terakhir, berapa hari Ibu melakukan pekerjaan rumah sedang seperti menyapu halaman, menyiangi rumput, mengangkat beban sedang ( $\pm 10$ kg), dll yang dilakukan selama 10 menit atau lebih?	..... hari/minggu 66) Tidak melakukan pekerjaan sedang <i>langsung ke pertanyaan no 53.</i> *Jenis pekerjaan berat yang dilakukan adalah.....	<input type="text"/> <input type="text"/>
26.	Berapa lama waktu yang Ibu perlukan untuk melakukan pekerjaan rumah tangga sedang tadi?	..... jam per hari, <i>atau</i> ..... menit per hari (di-entry-kan dalam satuan menit)	<input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/>
27.	Dalam 7 hari terakhir, berapa hari Ibu melakukan pekerjaan rumah sedang yang dilakukan di dalam rumah seperti menyapu	..... hari/minggu 66) Tidak melakukan pekerjaan sedang	<input type="text"/> <input type="text"/>

	lantai, mengepel, mencuci baju dengan tangan, membersihkan jendela, memasak, mengasuh anak, yang dilakukan selama 10 menit atau lebih?	<i>langsung ke pertanyaan Bagian 4.</i> *Jenis pekerjaan berat yang dilakukan adalah.....	
28.	Berapa lama waktu yang Ibu perlukan untuk melakukan pekerjaan rumah tangga sedang tadi?	..... jam per hari, <i>atau</i> ..... menit per hari (di-entry-kan dalam satuan menit)	<input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/>

**BAGIAN 4: AKTIVITAS FISIK YANG DILAKUKAN UNTUK KEGIATAN OLAH RAGA, REKREASI DAN MENGISI WAKTU LUANG**

29.	Tidak termasuk berjalan yang tadi sudah dicatat. Dalam 7 hari terakhir, berapa hari Ibu berjalan kaki selama 10 menit atau lebih untuk mengisi waktu luang?	..... hari/minggu 66) Tidak berjalan untuk mengisi waktu luang <i>langsung ke pertanyaan no 57.</i>	<input type="text"/> <input type="text"/>
30.	Berapa lama Ibu berjalan kaki untuk mengisi waktu luang?	..... jam per hari, <i>atau</i> ..... menit per hari (di-entry-kan dalam satuan menit)	<input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/>
31.	Dalam 7 hari terakhir, berapa hari Ibu melakukan olah raga berat untuk mengisi waktu luang, seperti senam aerobic, lari, bersepeda cepat, berenang cepat, yang dilakukan selama 10 menit atau lebih?	..... hari/minggu 66) Tidak melakukan olah raga untuk mengisi waktu luang → <i>langsung ke pertanyaan no 59.</i>	<input type="text"/> <input type="text"/>
32.	Berapa lama Ibu melakukan olah raga berat?	..... jam per hari, <i>atau</i> ..... menit per hari (di-entry-kan dalam satuan menit)	<input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/>
33.	Dalam 7 hari terakhir, berapa hari Ibu melakukan olah raga sedang untuk mengisi waktu luang, seperti bersepeda, berenang, tenis, yang dilakukan selama 10 menit atau lebih?	..... hari/minggu 66) Tidak melakukan olah raga untuk mengisi waktu luang → <i>langsung ke Bagian 5.</i>	<input type="text"/> <input type="text"/>
34.	Berapa lama Ibu melakukan olah raga sedang?	..... jam per hari, <i>atau</i> ..... menit per hari (di-entry-kan dalam satuan menit)	<input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/>

**BAGIAN 5: DUDUK UNTUK MENGISI WAKTU LUANG**

35.	Dalam 7 hari terakhir, pada saat hari kerja (Senin-Sabtu), berapa lama waktu yang Ibu habiskan untuk duduk-duduk, sambil mengobrol dengan keluarga/teman, atau sambil menonton TV, membaca, dll?	..... jam per hari, <i>atau</i> ..... menit per hari (di-entry-kan dalam satuan menit)	<input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/>
36.	Dalam 7 hari terakhir, pada saat hari libur (Minggu), berapa lama waktu yang Ibu habiskan untuk duduk-duduk, sambil mengobrol dengan keluarga/teman, atau sambil menonton TV, membaca, dll?	..... jam per hari, <i>atau</i> ..... menit per hari (di-entry-kan dalam satuan menit)	<input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/>

**Akhir dari Pertanyaan tentang Aktivitas Fisik.  
Terima kasih atas kesediaan ibu untuk berpartisipasi.**





**Lampiran 5. Formulir *Weighed Food Record***

**Digit 1:** Kelurahan (1=Kd Kandang, 2=Lesanpuro, 3= Madyopuro, 4= Cemoro Kandang, 5= Buring, 6= Wonokoyo, 7= Arjowinangun)  
**Digit 2-4:** Kode Responden  
**Digit 5:** Kode Status Hipertensi: 1) Hipertensi 2) Tidak Hipertensi

--	--	--	--	--

**FORMULIR *WEIGHED FOOD RECORD***

Nama Responden : \_\_\_\_\_ Tanggal : \_\_\_\_\_

Pewawancara : \_\_\_\_\_ Hari ke : \_\_\_\_\_

Kondisi kesehatan saat wawancara: Seperti biasa/kurang sehat\* (coret yang tidak perlu)

WAKTU MAKAN (JAM)	NAMA MASAKAN/MENU	BAHAN MAKANAN	CARA PEMASAKAN/ BELI	MEREK	BERAT (G)

Jangan lupa dicatat semua konsumsi komponen termasuk: saus, kecap, garam, permen, rokok, dll.

1. Pada hari ini, apakah ada Suplemen/multi vitamin yang dikonsumsi:
  - 1) Ya                    2) Tidak
2. Jika Ya, apa merknya?.....
3. Berapa yang dikonsumsi dalam sehari?.....
4. Apa kandungannya?
  - a. ....
  - b. ....
  - c. ....
5. Apakah hari ini sedang mengkonsumsi obat?
6. Jika Ya, apa jenisnya?
  - a. ....
  - b. ....
  - c. ....
7. Apa kandungannya?
  - a. ....
  - b. ....
  - c. ....



**Lampiran 6. Formulir Pencatatan Konsumsi Makanan**

**Digit 1:** Kelurahan (1=Kd Kandang, 2=Lesanpuro, 3= Madyopuro, 4= Cemoro Kandang, 5= Buring, 6= Wonokoyo, 7= Arjowinangun)  
**Digit 2-4:** Kode Responden  
**Digit 5:** Kode Status Hipertensi: 1) Hipertensi 2) Tidak Hipertensi

--	--	--	--	--

**FORMULIR PENCATATAN KONSUMSI MAKANAN (DIISI SENDIRI OLEH RESPONDEN/SUKARELAWAN)**

**(form ini hanya digunakan jika tidak bias dilakukan penimbangan)**

Nama Responden : Tanggal :

Pewawancara : Hari ke :

Kondisi kesehatan saat wawancara: Seperti biasa/kurang sehat\* (*coret yang tidak perlu*)

Tempat makan (rumah, warung, dll)	Waktu	Nama Masakan/ Menu	Bahan Makanan Penyusun	Cara Memasak (digoreng, dikukus, direbus, dgn santan, dll)/Beli	Jumlah	
					URT**	Berat (g)



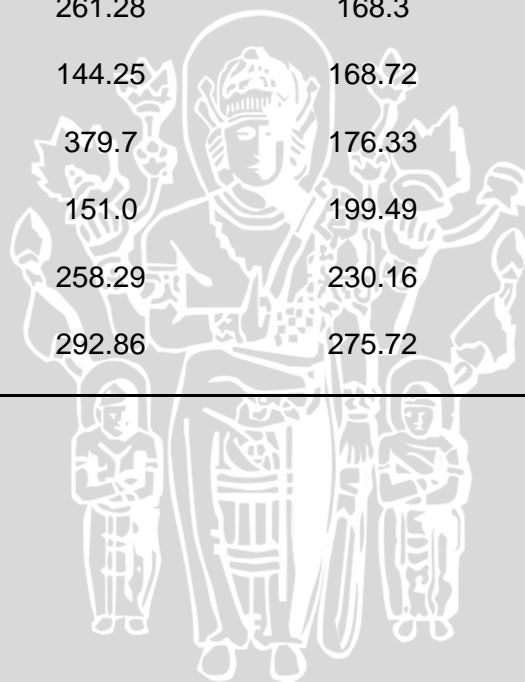
Lampiran 7. Tabel Rekap Data Asupan Karbohidrat dengan Metode WFR

Responden ke-	Asupan Karbohidrat (gram)		
	Weekday	Weekend	Rata-rata
1	173.67	241.9	207.78
2	321.28	230.29	275.78
3	253.71	242.39	248.05
4	205.22	178.98	192.1
5	268.55	240.12	254.33
6	154.45	251.7	203.07
7	313.91	292.25	303.08
8	181.57	91.92	136.74
9	114.26	144.94	129.6
10	159.21	161.79	160.5
11	103.41	154.46	128.93
12	147.51	172.03	159.77
13	184.52	181.1	182.81
14	219.87	245.1	232.48
15	165.6	239.09	202.34
16	166.25	93.84	130.05
17	135.57	173.18	154.37
18	149.65	228.75	189.2
19	116.56	155.85	136.21
20	39.07	35.63	37.35
21	265.71	351.89	308.8
22	187.88	359.9	273.89
23	202.23	201.73	201.98

Responden ke-	Asupan Karbohidrat (gram)		
	Weekday	Weekend	Rata-rata
24	189.83	198.66	194.245
25	241.96	268.2	255.08
26	185.73	158.22	171.97
27	192.75	100.53	146.64
28	108.28	96.29	102.28
29	187.89	126.34	157.11
30	137.3	189.56	163.43
31	224.35	250.82	237.58
32	191.84	101.45	146.64
33	51.64	84.71	68.17
34	180.32	48.42	114.37
35	208.71	200.54	204.62
36	134.02	124.95	129.48
37	154.68	336.68	245.68
38	169.38	145.6	157.49
39	600.6	195.29	397.94
40	144.59	150.09	147.34
41	272.97	220.6	246.79
42	225.44	65.13	145.28
43	69.41	230.7	150.05
44	271.35	147.62	209.48
45	191.04	337.58	264.31
46	172.26	132.73	152.49

Responden ke-	Asupan Karbohidrat (gram)		
	Weekday	Weekend	Rata-rata
47	181.93	110.91	146.42
48	130.95	124.53	127.74
49	121.06	143.48	132.27
50	145.94	121.87	133.91
51	237.99	235.43	236.71
52	134.95	109.45	122.2
53	171.69	173.86	172.77
54	182.15	120.87	151.51
55	188.07	125.51	156.79
56	197.14	217.69	207.41
57	223.9	221.04	222.47
58	260.33	213.08	236.71
59	184.29	192.84	188.56
60	203.16	232.55	217.85
61	82.64	109.41	96.02
62	162.86	142.97	152.91
63	198.85	298.69	248.77
64	138.34	185.42	161.88
65	72.3	87.38	79.84
66	160.58	160.56	160.57
67	85.07	165.12	125.09
68	172.88	144.63	158.75
69	134.57	133.83	134.2

Responden ke-	Asupan Karbohidrat (gram)		
	Weekday	Weekend	Rata-rata
70	314.18	317.21	315.7
71	176.44	177.47	176.96
72	304.46	243.48	273.97
73	151.16	144.02	147.59
74	230.3	156.3	193.3
75	158.49	116.31	137.4
76	261.28	168.3	214.79
77	144.25	168.72	156.48
78	379.7	176.33	278.01
79	151.0	199.49	175.25
80	258.29	230.16	244.23
81	292.86	275.72	284.29



Lampiran 8. Tabel Rekap Data BB dan TB

Responden ke-	BB (kg)			TB (cm)		
	BB1	BB2	BB rata-rata	TB1	TB2	TB rata-rata
1	55.9	55.8	55.85	151.2	151.3	151.25
2	45.1	45.1	45.1	144.7	144.8	144.75
3	58.2	58.2	58.2	144.6	144.5	144.55
4	49.7	49.7	49.7	153.9	153.9	153.9
5	72.4	72.5	72.45	151.1	151.2	151.15
6	63.4	63.5	63.45	147.2	147.1	147.15
7	42.7	42.7	42.7	151.4	151.5	151.45
8	38.9	39.0	38.95	153.5	153.5	153.5
9	52.9	52.9	52.9	147.2	147.1	147.15
10	40.5	40.5	40.5	157.2	157.1	157.15
11	53.6	53.6	53.6	144.1	144.1	144.1
12	49.6	49.7	49.65	145.2	145.2	145.2
13	44.7	44.1	44.40	147.7	147.7	147.7
14	58.6	58.6	58.6	147.0	147.0	147.0
15	63.7	63.7	63.7	144.7	144.7	144.7
16	45.1	45.2	45.15	142.3	142.3	142.3
17	60.2	60.1	60.15	153.1	153.2	153.15
18	51.1	51.1	51.1	140.7	140.7	140.7
19	56.9	56.8	56.85	145.4	145.3	145.35
20	73.8	73.9	73.85	149.5	149.4	149.45
21	71.2	71.3	71.25	144.7	144.9	144.8
22	42.8	42.8	42.8	148.5	148.5	148.5
23	44.4	44.4	44.4	149.2	149.2	149.2

Responden ke-	BB			TB		
	BB1	BB2	BB rata-rata	TB1	TB2	TB rata-rata
24	66.9	66.9	66.9	146.9	146.9	146.9
25	46.0	46.0	46.0	151.5	151.4	151.45
26	48.4	48.3	48.35	159.8	159.9	159.85
27	63.2	63.2	63.2	147.4	147.4	147.4
28	71.9	71.9	71.9	149.0	148.9	148.95
29	76.5	76.6	76.55	148.2	148.3	148.25
30	71.2	71.2	71.2	152.9	153.0	152.95
31	61.5	61.5	61.5	156.7	156.8	156.75
32	50.6	50.6	50.6	151.9	151.9	151.9
33	54.4	54.3	54.35	152.3	152.3	152.3
34	64.1	64.1	64.1	150.5	150.4	150.45
35	51.4	51.4	51.4	152.1	152.2	152.15
36	49.8	49.8	49.8	155.5	155.5	155.5
37	79.2	79.2	79.2	150.2	150.3	150.25
38	50.0	49.9	49.95	146.4	146.5	146.45
39	61.8	61.7	61.75	143.5	143.6	143.55
40	53.3	53.4	53.35	141.2	141.3	141.25
41	81.3	81.4	81.35	153.5	153.5	153.5
42	64.1	64.0	64.05	146.0	146.0	146.0
43	49.8	49.7	49.75	153.6	156.4	155.0
44	72.5	72.4	72.45	152.2	152.3	152.25
45	49.1	49.1	49.1	148.8	148.9	148.85
46	55.3	55.3	55.3	151.9	151.9	151.9



Responden ke-	BB			TB		
	BB1	BB2	BB rata-rata	TB1	TB2	TB rata-rata
47	52.4	52.3	52.35	153.7	153.8	153.75
48	65.0	65.1	65.05	151.5	151.4	151.45
49	71.4	71.5	71.45	155.5	155.5	155.5
50	36.8	36.8	36.8	142.1	142.1	142.1
51	52.3	52.3	52.3	148.4	148.4	148.4
52	46.0	46.0	46.0	145.9	145.9	145.9
53	46.0	46.0	46.0	147.5	147.5	147.5
54	46.6	46.6	46.6	137.0	136.0	136.5
55	68.8	68.8	68.8	145.4	145.4	145.4
56	61.6	61.6	61.6	145.7	145.8	145.75
57	50.4	50.4	50.4	153.7	153.6	153.65
58	58.2	58.3	58.25	135.5	135.5	135.5
59	60.1	60.1	60.1	153.2	153.3	153.25
60	44.4	44.4	44.4	154.5	154.5	154.5
61	75.0	75.0	75.0	142.5	142.4	142.45
62	70.7	70.7	70.7	140.5	140.5	140.5
63	50.6	50.6	50.6	148.2	148.3	148.25
64	51.9	51.9	51.9	145.5	145.6	145.55
65	50.9	50.9	50.9	141.8	141.7	141.75
66	46.6	46.6	46.6	142.7	142.6	142.65
67	58.7	58.7	58.7	148.0	148.1	148.05
68	73.5	73.5	73.5	158.3	158.2	158.25
69	47.7	47.7	47.7	143.9	143.8	143.85

Responden ke-	BB			TB		
	BB1	BB2	BB rata-rata	TB1	TB2	TB rata-rata
70	61.1	61.1	61.1	152.5	152.4	152.45
71	67.6	67.6	67.6	149.5	149.6	149.55
72	65.2	65.2	65.2	149.0	149.1	149.05
73	55.8	55.8	55.8	146.7	149.6	148.15
74	39.5	39.5	39.5	144.2	144.2	144.2
75	56.2	56.2	56.2	142.5	142.6	142.55
76	52.5	52.6	52.55	152.3	152.3	152.3
77	52.6	52.6	52.6	140.5	140.5	140.5
78	68.4	68.5	68.45	158.8	158.8	158.8
79	58.0	57.9	57.95	145.0	145.0	145.0
80	62.8	62.7	62.75	141.9	141.9	141.9
81	48.8	48.8	48.8	144.5	144.4	144.45

**Lampiran 9. Output Hasil Analisis SPSS**

**Distribusi Responden Berdasarkan Kelurahan**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid kedungkandang	12	14.8	14.8	14.8
lesanpuro	12	14.8	14.8	29.6
madyopuro	3	3.7	3.7	33.3
cemorokandang	9	11.1	11.1	44.4
buring	19	23.5	23.5	67.9
wonokoyo	13	16.0	16.0	84.0
arjowinangun	13	16.0	16.0	100.0
Total	81	100.0	100.0	

**Kategori Usia Responden**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 18-34 tahun	46	56.8	56.8	56.8
35-44 tahun	35	43.2	43.2	100.0
Total	81	100.0	100.0	

**Riwayat Overweight Kakek dan Nenek dari Ayah**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid ya	16	19.8	19.8	19.8
tidak	65	80.2	80.2	100.0
Total	81	100.0	100.0	

**Riwayat Overweight Kakek dan Nenek dari Ibu**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid ya	29	35.8	35.8	35.8
tidak	52	64.2	64.2	100.0
Total	81	100.0	100.0	

**Tingkat Pendidikan Responden (Lulus)**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid tidak sekolah	6	7.4	7.4	7.4
SD	45	55.6	55.6	63.0
SMP	15	18.5	18.5	81.5
SMA	14	17.3	17.3	98.8
PT	1	1.2	1.2	100.0
Total	81	100.0	100.0	

**Pekerjaan Responden**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid tidak bekerja	54	66.7	66.7	66.7
pedagang	7	8.6	8.6	75.3
buruh	8	9.9	9.9	85.2
petani	5	6.2	6.2	91.4
wiraswasta	5	6.2	6.2	97.5
guru	1	1.2	1.2	98.8
pegawai swasta	1	1.2	1.2	100.0
Total	81	100.0	100.0	

**IMT Kategori**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Gizi Kurang	3	3.7	3.7	3.7
	Gizi Normal	22	27.2	27.2	30.9
	Gizi Lebih	56	69.1	69.1	100.0
	Total	81	100.0	100.0	

**WFR cut off 77**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Defisit	63	77.8	77.8	77.8
	Cukup	18	22.2	22.2	100.0
	Total	81	100.0	100.0	

**Correlations WFR & IMT**

			WFR cut off 77	IMT kategori
Spearman's rho	WFR cut off 77	Correlation Coefficient	1.000	.047
		Sig. (2-tailed)	.	.675
		N	81	81
	IMT kategori	Correlation Coefficient	.047	1.000
		Sig. (2-tailed)	.675	.
		N	81	81

**IMT kategori \* WFR cut off 77 Crosstabulation**

Count		WFR cut off 77		Total
		Defisit	Cukup	
IMT kategori	Gizi Kurang	3	0	3
	Gizi Normal	17	5	22
	Gizi Lebih	43	13	56
Total		63	18	81



Lampiran 10. Dokumentasi Kegiatan



*Enumerator menanyakan menu yang akan dikonsumsi responden*



*Responden meletakkan makanan yang akan dikonsumsi ke dalam piring untuk ditimbang dalam metode WFR*



*Enumerator membaca angka hasil penimbangan makanan dalam metode WFR*



*Enumerator mencatat hasil penimbangan makanan responden metode WFR*



**Lampiran 11. Biodata Peneliti****BIODATA PENELITI**

Nama : Nurulita Aida Rahmasari  
 Tempat/Tgl. Lahir : Malang/31 Mei 1993  
 Jenis Kelamin : Perempuan  
 Agama : Islam  
 Alamat : Jl. Simpang Sulfat Utara X/12 Malang  
 Mobile Phone : 081334126474  
 Nama Ayah : Ir. Nurul Yakin  
 Nama Ibu : Dra. Anita Sri Puspitaningrum  
 Email : nurulitaaida@gmail.com  
 Riwayat Pendidikan :

Jenjang	Nama Sekolah	Tahun
SD	SDK St. Theresia Ruteng V Flores	1999-2005
SMP	SMP Negeri 20 Malang	2005-2008
SMA	SMA Negeri 1 Malang	2008-2011
PT	Universitas Brawijaya (Gizi Kesehatan)	2011-2015