

### Lampiran 3 Lembar Informasi dan *Informed Consent*

#### **Formulir Pernyataan Persetujuan Keikutsertaan**

Bismillahirrahmanirrahim.

Assalamualaikum Wr. Wb. Perkenalkan saya adalah Arienda Cahyani mahasiswa yang berasal dari Fakultas Kedokteran Universitas Islam Bandung (UNISBA) yang sedang melakukan penelitian untuk mengetahui "**Hubungan Kebiasaan Sarapan dengan Perubahan Indeks Massa Tubuh Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Islam Bandung Angkatan 2018**" mengundang Anda untuk berpartisipasi dalam penelitian ini, keikutsertaan Anda dalam penelitian ini bersifat sukarela, jadi Anda dapat memutuskan untuk berpartisipasi atau tidak.

#### **Petunjuk Pengisian**

- Isilah formulir identitas responden dengan lengkap
- Membaca dan memahami lembar informasi penelitian
- Mengisi lembar pernyataan persetujuan keikutsertaan penelitian
- Tanda bintang menunjukkan pernyataan yang wajib diisi

1. Identitas Responden\*

2. Tanggal Pengisian\*

Contoh : 15 desember 2012

3. NPM (5 angka terakhir ex. 16037)\*

4. Umur\*

### 5. Jenis Kelamin\*

*Tandai satu oval saja*

Laki-laki

Perempuan

## Lembar Informasi Penelitian

### Tujuan Penelitian:

Untuk mengetahui hubungan kebiasaan sarapan dengan perubahan indeks massa tubuh

### Waktu Penelitian:

Penelitian akan dilakukan Mei 2019-Juni 2019

### Mengapa Subjek Terpilih:

1. Masih aktif kuliah
2. Berumur 18-22 tahun tidak diet atau merokok
3. Tidak memiliki penyakit kronis, seperti diabetes melitus, infeksi saluran cerna, TBC
4. Tidak sedang menjalankan olahraga rutin

### Tata Cara/Prosedur:

1. Membaca dan memahami lembar informasi penelitian
2. Mengisi surat pernyataan persetujuan keikutsertaan penelitian
3. Mengisi formulir penelitian yaitu form *food recall* 24 jam yang akan dibagikan 3 hari dalam seminggu
4. Melakukan pengukuran berat badan dan tinggi badan pada awal bulan dan akhir bulan dibantu oleh peneliti

### Risiko dan Ketidaknyamanan:

Ketidaknyamanan karena akan mengganggu waktu responden untuk mengisi formulir

### Manfaat :

Manfaat subjek penelitian adalah meningkatkan kesadaran dan pengetahuan tentang pentingnya sarapan pada mahasiswa

Manfaat akademik adalah sebagai data dasar kesehatan mahasiswa baru Fakultas Kedokteran UNISBA

Manfaat umum adalah mengetahui hubungan kebiasaan sarapan dengan perubahan indeks massa tubuh. Apabila hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan, maka dapat dilakukan untuk sarapan teratur.

**Kerahasiaan Data:**

Peneliti hanya menggunakan nama inisial subjek penelitian pada hasil data penelitian sehingga kerahasiaan data terjaga.

**Perkiraan Jumlah Subjek yang Akan Diikutsertakan:**

73 Orang

**Kesukarelaan:**

Penelitian ini didasari dengan kesukarelaan yaitu subjek penelitian berhak memutuskan keikutsertaan pada penelitian ini

**Subjek Dapat Dikeluarkan/Mengundurkan Diri dari Keikutsertaan dalam**

**Penelitian:**

Subjek penelitian dapat mengundurkan diri setelah pemberitahuan terlebih dahulu kepada peneliti

**Kemungkinan Pembiayaan dari Perusahaan Asuransi Kesehatan atau**

**Peneliti:**

“Tidak ada asuransi yang diberikan kepada subjek dalam penelitian ini”

**Pertanyaan:**

Arienda Cahyani (085222029697)

**Lembar Pernyataan Persetujuan Keikutsertaan (Informed Consent)**

Saya telah membaca atau memperoleh penjelasan, sepenuhnya menyadari, mengerti, dan memahami tentang tujuan, manfaat, dan risiko yang mungkin timbul dalam penelitian, serta telah diberi kesempatan untuk bertanya dan telah dijawab dengan memuaskan. Juga sewaktu-waktu dapat mengundurkan diri dari keikutsertaannya. Saya dengan sukarela memilih untuk ikut serta dalam penelitian ini tanpa tekanan atau paksaan dari siapapun maka Saya:\*

*Tandai satu oval saja*

Setuju ikut dalam penelitian ini

Tidak setuju ikut dalam penelitian ini

## Lampiran 4 Formulir Penelitian dan Formulir *Food Recall* 24 jam

### Formulir Penelitian 2019

Jawaban yang anda isi tidak akan disebarluaskan sebagai data individu melainkan publikasi sebagai data agregat (hasil penelitian). Isilah form ini sesuai dengan keadaan sebenarnya, karena tidak akan ada evaluasi individu di akhir penelitian ini namun akan menjadi sumbangan ilmu kesehatan yang berguna dan insyaaAllah akan menjadi amal jariyah responden kelak.

**\*Wajib**

#### Identitas

1. NPM (5 angka terakhir ex.16037)\*

2. Umur\*

3. Jenis Kelamin\*

*Tandai satu oval saja*

Laki-laki

Perempuan

4. Telepon/Hp\*

#### Kebiasaan Merokok

5. Status Merokok\*

*Tandai satu oval saja*

Ya

Tidak

#### Diet Tertentu

6. Diet(Pola makan tertentu)\*

*Tandai satu oval saja*

Ya

Tidak

7. Nama diet (bila menjawab ya)

8. Tanggal Pengisian\*

Contoh : 15 desember 2012

### **Kebiasaan Olahraga**

Bagian ini diisi satu kali setiap bulan di pengambilan pertama, tidak perlu diisi setiap kali pengambilan data

9. Olahraga rutin\*

rutin artinya memiliki jadwal, minimal 1 minggu 1 kali.  
*Tandai satu oval saja.*

Ya

Tidak

10. Jenis olahraga yang dilakukan

bila olahraga rutin menjawab ya  
Centang semua yang sesuai.

gym (fitness)

jogging

bela diri

sepeda

zumba

senam

apps (mis: youtube, spartan,dll)

Yoga

Yang lain :

11. Jumlah kali olahraga/minggu

bila olahraga rutin menjawab ya. Tulis angka saja

### **Olahraga hari ini**

12. Olahraga hari ini\*

*Tandai satu oval saja*

Ya

Tidak

13. Jenis olahraga yang dilakukan

bila olahraga hari ini menjawab ya  
Centang semua yang sesuai.

gym (fitness)

jogging

bela diri

sepeda

zumba

senam

apps (mis: youtube, spartan,dll)

Yoga

Yang lain :

14. Jumlah waktu berolahraga

bila olahraga hari ini menjawab ya. Misal: 30 menit atau 1 jam

#### **Penyakit lain**

15. Penyakit yang dialami saat ini\*

*Tandai satu oval saja.*

Tidak ada

Infeksi saluran cerna

Tuberkulosis

Diabetes melitus

Yang lain :

#### ***Food Recall 24 Jam***

#### **Petunjuk Pengisian Formulir**

- Isilah formulir identitas responden dengan lengkap.
- Isilah formulir *Food Recall 24 hours* selama 3 hari dalam seminggu (Rabu, Sabtu, dan Minggu) dengan menulis semua jenis makanan dan minuman beserta banyaknya makanan dan minuman sesuai dengan anda konsumsi.
- Partisipasi anda dalam mengisi formulir penelitian ini dengan sejujur-jujurnya akan sangat membantu saya dalam penyusunan skripsi.

16. Sarapan (05.00-09.00)\*

Makan sahur apabila masuk di bulan ramadhan

Ya

Tidak

17. Jika Ya, Menu Makanan (beserta ukurannya) ex: Telur 1 butir, Nasi 5 sendok makan, Daging sapi 1 potong (potong kecil, sedang, besar), tempe 2 potong sedang, Ikan kecil 1 ekor. Boleh juga ditulis dalam bentuk snack (roti 1 buah, donat 1 buah, atau snack lainnya), Jika tidak, isi dengan kata tidak.\*

18. Jika Ya, Menu Minuman (beserta ukurannya, dalam ukuran aqua gelas 240 ml) ex: susu 1 gelas, air putih 4 gelas, teh 1 gelas, atau minuman berasa lainnya seperti thai tea 2 gelas. Jika tidak, isi dengan kata tidak.\*

19. Selingan Pagi (10.00-11.00)\*

*Tandai satu oval saja.*

Ya

Tidak

20. Jika Ya, Menu Makanan (beserta ukurannya) ex: Telur 1 butir, Nasi 5 sendok makan, Daging sapi 1 potong (potong kecil, sedang, besar), tempe 2 potong sedang, Ikan kecil 1 ekor. Boleh juga ditulis dalam bentuk snack (roti 1 buah, donat 1 buah, atau snack lainnya), Jika tidak, isi dengan kata tidak.\*

21. Jika Ya, Menu Minuman (beserta ukurannya, dalam ukuran aqua gelas 240 ml) ex: susu 1 gelas, air putih 4 gelas, teh 1 gelas, atau minuman berasa lainnya seperti thai tea 2 gelas. Jika tidak, isi dengan kata tidak.\*

22. Makan Siang-Sore (12.00 - 17.00)\*

*Tandai satu oval saja.*

Ya

Tidak

23. Jika Ya, Menu Makanan (beserta ukurannya) ex: Telur 1 butir, Nasi 5 sendok makan, Daging sapi 1 potong (potong kecil, sedang, besar), tempe 2 potong sedang, Ikan kecil 1 ekor. Boleh juga ditulis dalam bentuk snack (roti 1 buah, donat 1 buah, atau snack lainnya), Jika tidak, isi dengan kata tidak.\*

24. Jika Ya, Menu Minuman (beserta ukurannya, dalam ukuran aqua gelas 240 ml) ex: susu 1 gelas, air putih 4 gelas, teh 1 gelas, atau minuman berasa lainnya seperti thai tea 2 gelas. Jika tidak, isi dengan kata tidak.\*

25. Makan Malam (18.00- Sebelum Tidur)\*

*Tandai satu oval saja.*

Ya

Tidak

26. Jika Ya, Menu Makanan (beserta ukurannya) ex: Telur 1 butir, Nasi 5 sendok makan, Daging sapi 1 potong (potong kecil, sedang, besar), tempe 2 potong sedang, Ikan kecil 1 ekor. Boleh juga ditulis dalam bentuk snack (roti 1 buah, donat 1 buah, atau snack lainnya), Jika tidak, isi dengan kata tidak.\*

27. Jika Ya, Menu Minuman (beserta ukurannya, dalam ukuran aqua gelas 240 ml) ex: susu 1 gelas, air putih 4 gelas, teh 1 gelas, atau minuman berasa lainnya seperti thai tea 2 gelas. Jika tidak, isi dengan kata tidak.\*

## Lampiran 5 Hasil Data Responden

No.	Jenis Kelamin	Kebiasaan Sarapan	Frekuensi Sarapan	Jenis Sarapan	Kalori Sarapan Selama 2 bulan	IMT	Kategori IMT	Perubahan Kategori IMT
1.	L	1	1	2	449,42	20,03	2	1
2.	P	0	0	2	581,47	23,27	2	1
3.	P	0	0	2	547,35	23,72	2	1
4.	L	0	0	2	444,12	33,43	4	1
5.	P	0	0	2	316,10	23,15	2	1
6.	P	0	0	2	470,77	23,20	2	1
7.	P	1	0	2	357,70	30,00	4	0
8.	P	0	0	2	505,97	21,13	2	1
9.	P	0	1	2	468,50	23,35	2	1
10.	P	0	0	2	459,74	26,23	3	1
11.	P	1	1	2	432,14	21,13	2	1
12.	P	1	0	2	445,82	38,00	4	1
13.	P	0	1	2	631,63	23,18	2	1
14.	P	1	1	2	525,42	18,38	1	1
15.	P	1	0	0	0	26,85	4	0
16.	L	0	0	2	443,92	20,25	2	1
17.	L	1	1	2	641,52	18,70	2	1
18.	P	1	1	2	432,76	24,63	2	1
19.	P	1	1	2	288,76	28,28	4	1
20.	P	0	0	2	529,50	19,53	2	1
21.	P	1	1	2	449,52	19,30	2	1
22.	L	0	0	2	449,50	22,70	2	1
23.	L	1	1	2	560,97	17,23	4	1
24.	P	1	1	2	479,596	21,70	1	1
25.	P	0	1	2	369,47	24,88	2	1
26.	P	0	0	2	559,82	16,57	2	0
27.	L	1	1	2	458,64	35,00	4	1
28.	P	0	0	2	423,51	23,63	2	1
29.	P	1	1	2	339,64	19,43	2	0
30.	P	0	0	2	627,15	21,88	2	1
31.	P	0	0	2	248,77	24,35	2	1
32.	P	0	0	0	0	25,98	2	0
33.	L	1	1	2	500,46	22,88	3	1
34.	P	0	0	0	0	27,32	2	1
35.	P	1	1	2	401,26	20,82	4	0
36.	P	0	0	2	375	19,62	2	1
37.	P	1	1	2	428,12	21,13	2	1
38.	P	0	1	2	227,65	21,33	2	1
39.	P	0	0	2	331,24	26,25	2	1
40.	P	0	1	2	478,93	31,70	4	1
41.	P	0	1	2	312,82	18,75	4	1

42.	P	0	0	2	402,82	33,13	2	1
43.	L	0	0	2	320,26	25,95	4	1
44.	P	1	1	2	489,79	19,57	4	1
45.	P	1	0	2	556,50	12,76	2	1
46.	P	0	0	1	89,10	27,00	2	1
47.	P	0	0	2	394,53	22,48	3	1
48.	P	1	1	2	480,59	22,85	2	1
49.	P	1	0	2	413,95	23,48	3	1
50.	P	0	0	2	1121,24	22,15	2	1
51.	P	1	0	2	466,10	18,25	2	1
52.	P	0	0	2	432,48	23,98	1	1
53.	P	0	1	2	477	19,58	2	1
54.	L	1	0	2	337,71	28,83	2	1
55.	P	1	1	2	471,94	22,73	4	1
56.	P	0	0	2	330,62	23,05	2	1
57.	L	0	0	2	634,27	23,83	2	1
58.	P	1	1	2	385	21,67	2	1
59.	P	0	1	2	464,49	26,95	3	0
60.	P	0	1	2	312,90	23,47	2	1
61.	L	1	1	2	638,27	31,32	4	1
62.	P	0	1	2	303,10	22,48	2	1
63.	P	0	1	2	328,93	21,45	2	1
64.	L	1	0	2	361,19	34,83	4	1
65.	P	1	0	2	321,22	19,03	2	1
66.	P	1	1	2	435,81	27,32	3	1
67.	L	0	1	2	407,35	34,85	4	1
68.	L	1	1	2	440,10	32,07	4	1
69.	P	0	1	2	448,43	24,12	2	1
70.	L	0	1	2	621,45	19,18	2	1
71.	L	0	1	2	671	25,52	3	1

## Lampiran 6 Hasil Analisis Data

### Kebiasaan Sarapan

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Tidak	41	57.75	57.75	57.75
Valid Ya	30	42.25	42.25	100.0
Total	71	100.0	100.0	

### Frekuensi Sarapan

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid <4x/minggu	35	49.30	49.30	49.30
Valid ≥4x/minggu	36	50.70	50.70	100.0
Total	71	100.0	100.0	

### Jenis Sarapan

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Tidak Sarapan	3	4.23	4.23	4.23
Valid <i>Snack</i>	1	1.41	1.41	100.0
<i>Meal</i>	67	94.7	94.7	
Total	71	100.0	100.0	

**Kalori Makan Pagi**



## IMT 1 dan IMT 3

Kimt1	Kimt3				
	Kurus	Normal	<i>Overweight</i>	Obesitas	Total
Kurus	2	0	0	0	2
Normal	1	39	0	0	40
<i>Overweight</i>	0	2	3	0	5
Obese	0	0	4	10	14
Total	3	41	7	10	61

## Perubahan IMT

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Tetap	54	88.2	88.2	88.2
Valid Turun	7	11.48	11.48	100.0
Total	61	100.0	100.0	

## Kebiasaan Sarapan \* Perubahan IMT Crosstabulation