

Lampiran 1



PENJELASAN PENELITIAN



Saya Fitrianita Wulandari, mahasiswi Universitas Esa Unggul jurusan Ilmu Gizi yang sedang melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh Pemberian Konseling Gizi Dan Program Latihan Terhadap Komposisi Tubuh Pada Member Evonutrition Di Jakarta Pusat Tahun 2017”.

Tujuan penelitian ini adalah Untuk mengetahui pengaruh pemberian konseling gizi dan program latihan terhadap komposisi tubuh pada member Evonutrition di Jakarta Pusat tahun 2017. Manfaat dari penelitian saya, Memberikan informasi kepada masyarakat pada umumnya bahwa pemberian konseling gizi dan program latihan memiliki banyak manfaat dalam kehidupan sehari-hari misalnya seperti dalam mempertahankan berat badan dan menurunkan berat badan, menurunkan komposisi tubuh seperti persen lemak tubuh dan lemak visceral, mencegah terjadinya PTM berupa penyakit kardiovaskular seperti diabetes mellitus, penyakit jantung koroner dan hipertensi.

Saya berharap kesediaan ibu/bapak untuk berpartisipasi dalam penelitian ini, dimana penelitian ini tidak akan memberikan dampak yang membahayakan bagi ibu/bapak. Jika bersedia, maka saya akan melakukan pengukuran antropometri khususnya pengukuran persen lemak tubuh. selanjutnya saya akan memberikan konseling gizi sebanyak 1x dalam seminggu selama 12 minggu. Konseling gizi yang diberikan melalui aplikasi online yaitu *whatsapp*. Program latihan yang diberikan yaitu *High Intensity Interval Training* (HIIT) sebanyak 4x dalam seminggu selama 12 minggu dengan durasi 1x latihan yaitu 60 menit, program latihan diberikan dengan bimbingan pelatih profesional.

Partisipasi ibu/bapak dalam penelitian ini bersifat sukarela, sehingga ibu/bapak bebas untuk mengundurkan diri disetiap saat tanpa sanksi apapun. Semua informasi yang ibu/bapak berikan akan dirahasiakan dan hanya akan dipergunakan dalam penelitian ini. Sebagai tanda terima kasih, saya akan memberikan cindramata diakhir penelitian kepada bapak/ibu yang berpartisipasi. Melalui penjelasan ini, saya sangat mengharapkan partisipasi ibu/bapak untuk turut bersedia menjadi responden dalam penelitian ini. Atas ketersediaan dan partisipasinya, saya ucapkan terima kasih. Jika ada hal-hal yang kurang jelas dapat menghubungi saya.

Nama : Fitrianita Wulandari

Alamat : Jl. H. Sanusi Taming, Rt 01 Rw 002 Kel. Duri Kepa Kec. Kebon Jeruk, Jakarta Barat

No Hp : 081585115069

Lampiran 2

Inform consent :

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama :

Umur :

Alamat :

Saya telah membaca dan memahami penjelasan dari peneliti mengenai penelitian yang berjudul ***“Pengaruh Pemberian Konseling Gizi Dan Program Latihan Terhadap Komposisi Tubuh Pada Member Evonutrition Di Jakarta Pusat Tahun 2017”***

Saya yakin bahwa peneliti akan menjaga kerahasiaan identitas dan jawaban saya sebagai responden. Oleh karena itu, saya menyatakan secara sukarela berpartisipasi dalam penelitian ini dan akan memberikan informasi yang sejujur-jujurnya

Jakarta,Desember 2017

Tanda tangan Responden

(Nama :)