

Lampiran 1

Kode		
------	--	--

Formulir Karakteristik Peserta Senam Diabetes RS Husada

Nama :

Usia :

Jenis Kelamin :

No Telp :

Tanggal wawancara :

Hasil Pengecekan Gula Darah

Nilai HbA1c
....

Petugas:

Lampiran 2

Kode		
------	--	--

Formulir Food Recall 24 Jam

Nama :

Umur :

Kode Sampel :

Tanggal Wawancara :...../...../.....(Hari ke-.....)

No.	Waktu Makan	Nama Masakan	Bahan Makanan	Berat (gr)	Keterangan

Petugas :

Lampiran 3

FORMULIR KUESIONER FREKUENSI PANGAN

(FOOD FREQUENCY QUESTIONER)

Nama : L/P

Tanggal lahir:.....

Berilah tanda check list (√) pada kolom yang sesuai dengan kebiasaan konsumsi makanan (dalam satu bulan terakhir)

No	Bahan makanan	>1x/hr	1x/hr	4- 6x/mg	1- 3x/mg	1- 3x/bln	Tidak pernah	Ukuran Rumah Tangga
1	Makanan pokok							
	Beras/nasi							
	Mie							
	Kentang							
	Singkong/ubi							
	Roti putih							
	cereal							
	Havermut							
	Jagung							
	Lainnya,							

	sebutkan.....							
2	Ikan dan hasil olahannya							
	Ikan segar							
	Ikan asin							
	Udang dan lainnya, sebutkan							
3	Daging, telur, dan hasil olahannya							
	Daging sapi							
	Daging kambing							
	Daging ayam							

No	Bahan makanan	>1x/hr	1x/hr	4-6x/mg	1-3x/mg	1-3x/bln	Tidak pernah	Ukuran Rumah Tangga
	Telur ayam							
	Nugget							
	Sosis							
	Lainnya,sebutkan.....							
4	Kacang-kacangan dan hasil olahannya							
	Kacang hijau							
	Kacang tanah							

	Tahu							
	Tempe							
	Lainnya, sebutkan.....							
5	Sayur-sayuran							
	Bayam							
	Kangkung							
	Daun singkong							
	Sawi hijau							
	Kol							
	Kembang kol							
	Brokoli							
	Timun							
	Kacang panjang							
	Buncis							
	Lainnya, sebutkan.....							
6	Buah-buahan							
	Jeruk							
	Pepaya							
	Apel							
	Pisang							
	Mangga							
	Lainnya, sebutkan.....							
7	Susu dan hasil							

	olahannya							
	Yoghurt							
	Keju							
	Ice cream							
	Lainnya, sebutkan.....							