

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
<b>1</b>	<b>Makanan pokok</b>							
	Beras/nasi							
	Mie							
	Kentang							
	Singkong/ubi							
	Roti putih							
	cereal							
	Havermut							
	Jagung							
	Lainnya,							

	sebutkan.....							
<b>2</b>	<b>Ikan dan hasil olahannya</b>							
	Ikan segar							
	Ikan asin							
	Udang dan lainnya, sebutkan							
<b>3</b>	<b>Daging, telur, dan hasil olahannya</b>							
	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.....							
<b>4</b>	<b>Kacang-kacangan dan hasil olahannya</b>							
	Kacang hijau							
	Kacang tanah							

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

	<b>olahannya</b>							
	Yoghurt							
	Keju							
	Ice cream							
	Lainnya, sebutkan.....							