Lampiran 1. ***Informed Consent***

LEMBAR PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini,

Nama : Rafika Silvana

NIM : 2015-32-201

Adalah mahasiswa semester akhir di Jurusan Ilmu Gizi Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan Universitas Esa Unggul yang melakukan penelitian denganjudul :

"HUBUNGAN KEBIASAAN SARAPAN, AKTIVITAS FISIK DAN STATUS GIZI TERHADAP PRESTASI BELAJAR DI SDN MARGHAYU XIV BEKASI

Subjek dalam penelitian ini merupakan anak sekolah yang sedang belajar di kelas 4 dan 5. Siswa/i terpilih sebagai responden dalam penelitian saya sesuai dengan kriteria yang telah ditentukan. Aktifitas yang akan dilakukan meliputi:

1. Wawancara untuk pengisian formulir karakteristik responden dan keluarga, formulir kebiasaan sarapan, formulir FFQ (*Food Frequency Questionnaire)* dan *formulir recall 24 jam* yaitu aktivitas fisik dengan menggunakan *PAL (Physical Activity Level.*
2. Pengukuran Antropometri (IMT) meliputi pengukuran berat badan dan pengukuran tinggi badan dengan menggunakan *microtoise.*

Manfaat bagi Siswa/i terlibat dalam penelitian ini adalah memberikan pengetahuan atau mendapatkan informasi tentang manfaat sarapan, asupan pola makan dalam, status gizi (IMT) serta aktivitas fisik yang dilakukan.

Setelah memahami berbagai hal menyangkut penelitian ini, diharapkan Siswa/i dapat mengisi lembar persetujuan keikutsertaan dalam penelitian yang telah disiapkan. Keikutsertaan siswa/i dalam pengisian kuesioner ini bersifat sukarela tanpa paksaan dan bila tidak berkenan dapat menolak atau sewaktu-waktu dapat mengundurkan diri tanpa sanksi apapun. Sebagai tanda terima kasih atas partisipasi siswa/i akan diberika souvenir pad akhir penelitian.

PROGRAM STUDI ILMU GIZI
FAKULTAS ILMU-ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS ESA UNGGUL

Assalamualaikum Wr.Wb

Saya mahasiswa Universitas Esa Unggul Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan akan mengadakan gizi mengenai Penelitian Mengenai "Hubungan Kebiasaan Sarapan, Aktivitas Fisik, dan Status Gizi Terhadap Prestasi Belajar Di SDN Margahayu XIV Bekasi Tahun 2017.

LEMBAR PERSETUJUAN

Dalam rangka kegiatan penelitian gizi ini, saya mohon dengan kerendahan hati agar adik bersedia meluangkan waktu untuk mengisi beberapa pertanyaan dan dapat berpartisipasi sebagai subjek penelitian. Jawaban yang lengkap dan jujur akan membantu hasil penelitian ini dengan sempurna. Saya bersedia menjadi responden dalam penelitian yang dilakukan oleh Rafika Silvana, Program Studi Ilmu Gizi, Universitas Esa Unggul. Berikut adalah identitas saya :

Nama :
Alamat :
No Hp :

Dengan demikian saya buat dengan sebenarnya tanpa tekanan dari pihak manapun

Bekasi,

Responden

(.....)

Lampiran 2. Karakteristik Responden

PROGRAM STUDI ILMU GIZI
FAKULTAS ILMU-ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS ESA UNGGUL

A. Karakteristik Responden

I. Data Identitas Responden		
1.	Nama	
2.	Kelas	
3.	Tempat Tanggal Lahir	
4.	Umur	
5.	Jenis Kelamin	
II. Data Antropometri		
1..	Berat Badan	Kg
2.	Tinggi Badan	Cm

III. Karakteristik Orang Tua

Untuk menjawab beberapa pertanyaan di bawah ini sesuai dengan keadaan yang sebenarnya dan untuk menjawab pertanyaan ini dapat dilakukan dengan cara **melingkari** nomor jawaban yang sesuai dengan keadaan sebenarnya. Terimakasih.

1.	Nama Ayah : Ibu :		
2	Pekerjaan Ayah : Ibu :	Ayah : 1. PNS 2. Abri 3. Wiraswasta 4. Karyawan 5. Lainya.....	Ibu : 1. PNS 2. Abri 3. Wiraswasta 4. Karyawan 5. Lainnya.....
3	Pendidikan terakhir Ayah : Ibu	Ayah : 1. Tidak tamat 2. SD 3. SMP 4. SMA 5. Perguruan Tinggi	Ibu : 1. Tidak tamat 2. SD 3. SMP 4. SMA 5. Perguruan Tinggi

4.	Usia Ayah : Ibu :	
5.	Pendapat Total Keluarga	1. < Rp 1.000.000 2. Rp 1.000.000 – Rp 4.000.000 3. > Rp 4.000.000
6.	Jumlah Anggota Keluarga	

Lampiran 3. Kuesioner Kebiasaan Sarapan

PROGRAM STUDI ILMU GIZI

FAKULTAS ILMU-ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS ESA UNGGUL

B. Kebiasaan sarapan

Lingkari pada jawaban yang kamu lakukan

No	Pertanyaan	No	Pertanyaan
B1	Apakah kamu sarapan ? a. Ya b. Tidak	B4	Dimana kamu melakukan sarapan pagi? a. Dirumah b. Diperjalanan c. Di sekolah
B2	Berapa kali kamu melakukan sarapan pagi dalam seminggu terakhir ? a. Tidak pernah b. Jarang (1x/minggu) c. Sering (3-5 kali seminggu) d. Selalu	B5	Jika tidak, Alasan apa yang biasanya menyebabkan kamu melewatkan sarapan pagi ? a. Tidak ada selera makan b. Tidak sempat (telat bangun) c. Tidak merasa lapar d. Tidak ada makanan dirumah e. Tidak ada yang menyiapkan sarapan
B3.	Jam berapa kamu biasanya melakukan sarapan pagi ? a. 05.00-05.59 b. 06.00-06.59 c. 07.00-07.59 d. 08.00-09.00	B6	Apa yang kamu rasakan saat kamu melewatkan atau tidak sarapan pagi sebelum berangkat sekolah ? a. Merasa lapar b. Mengantuk c. Lesu, lemah, letih d. Sulit menangkap pelajaran e. Biasa saja

B7. Isilah salah satu baris yang tertera pada tabel berikut ini sesuai dengan **jenis menu** yang biasa adik konsumsi pada saat sarapan

No	Kelompok Pangan	Jenis Makanan
1	Makana pokok	
2	Makana pokok + lauk hewani	
3	Makanan pokok + lauk nabati	
4	Makanan pokok + lauk hewani + lauk nabati	
5	Makana pokok + lauk hewani + sayur	
6	Makanan pokok + lauk nabati + sayur	
7	Makanan pokok + lauk hewani + lauk nabati + sayur	

Lampiran 4. Recall Aktivitas Fisik (Hari Biasa)

PROGRAM STUDI ILMU GIZI

FAKULTAS ILMU-ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS ESA UNGGUL

FORMULIR *RECALL* 24JAM AKTIVITAS FISIK *(PAL)*

Hari/Tanggal : No Responden :

Hari-ke :

Waktu 24 jam	Lama Aktivitas (menit)											
	5	10	15	20	25	30	35	40	45	50	55	60
05.00 (Pagi)												
06.00												
07.00												
08.00												
09.00												
10.00												
11.00												
12.00												
13.00												
14.00												

Waktu 24 jam	Lama Aktivitas (menit)											
	5	10	15	20	25	30	35	40	45	50	55	60
15.00												
16.00												
17.00												
18.00												
19.00		,										
20.00												
21.00												
22.00												
23.00												
24.00												
01.00												
02.00												
03.00												
04.00												

Lampiran 5. Recall Aktivitas Fisik (Hari Libur)

PROGRAM STUDI ILMU GIZI

FAKULTAS ILMU-ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS ESA UNGGUL

FORMULIR *RECALL* 24JAM AKTIVITAS FISIK *(PAL)*

Hari/Tanggal : No Responden :

Hari-ke :

Waktu 24 jam	Lama Aktivitas (menit)											
	5	10	15	20	25	30	35	40	45	50	55	60
05.00 (Pagi)												
06.00												
07.00												
08.00												
09.00												
10.00												
11.00												
12.00												
13.00												
14.00												

Waktu 24 jam	Lama Aktivitas (menit)											
	5	10	15	20	25	30	35	40	45	50	55	60
15.00												
16.00												
17.00												
18.00												
19.00		,										
20.00												
21.00												
22.00												
23.00												
24.00												
01.00												
02.00												
03.00												
04.00												

PROGRAM STUDI ILMU GIZI

FAKULTAS ILMU-ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS ESA UNGGUL

FOOD FREQUENCY QUESTIONAIRE

- Isi kolom FFQ dengan tanda x sesuai dengan jenis pangan yang kamu makan

No	Jenis Pangan	Kategori								
		1 kali / hari	>1 kali / hari	1-3 kali seminggu	4- 6 kali seminggu	Setiap hari	bulan	Tahun	Tidak pernah	Keterangan
1	**Makanan Pokok**									
	Nasi									
	Roti									
	Kentang									
	Mi									
	Singkong/ubi									
	Bihun									
	Jagung									
	Lainnya...									
	Lainnya...									

No	Jenis Pangan	Kategori								
		1 kali / hari	>1 kali / hari	1-3 kali seminggu	4- 6 kali seminggu	Setiap hari	bulan	Tahun	Tidak pernah	Keterangan
2	**Kacang- kacangan dan hasil olahannya**									
	Kacang hijau									
	Kacang tanah									
	Tempe									
	Tahu									
	Oncom									
	Lainnya ...									
	Lainnya ...									
3	**Daging, Telur dan hasil olahannya**									
	Daging sapi									
	Daging ayam									
	Daging kambing									
	Telur ayam									
	Lainnya ...									
	Lainnya ...									
4	**Ikan dan makan laut lainnya**									
	Ikan segar									
	Udang									
	Cumi									

No	Jenis Pangan	Kategori								
		1 kali / hari	>1 kali / hari	1-3 kali seminggu	4- 6 kali seminggu	Setiap hari	bulan	Tahun	Tidak pernah	Keterangan
	Lainnya ...									
	Lainnya ...									
5	**Sayur-sayuran**									
	Bayam									
	Kangkung									
	Wortel									
	Kacang panjang									
	Timun									
	Buncis									
	Daun singkong									
	Sawi hijau									
	Lainnya ...									
	Lainnya ...									
6	**Buah-buahan**									
	Pisang									
	Jeruk									
	Mangga									
	Pepaya									
	Apel									

No	Jenis Pangan	Kategori								
		1 kali / hari	>1 kali / hari	1-3 kali seminggu	4- 6 kali seminggu	Setiap hari	bulan	Tahun	Tidak pernah	Keterangan
	Alpukat									
	Lainnya ...									
	Lainnya ...									
7	**Susu dan hasil olahannya**									
	Susu									
	Keju									
	Lainnya ...									
	Lainnya ...									
8	Lemak dan Minyak									
	M. Kelapa Sawit									
	Santan									
	Mentega									
	Lainnya....									
	Lainnya....									