

NASKAH PENJELASAN

Saya Andini Dhea Fadhilla sebagai mahasiswa Universitas Esa Unggul Jurusan Gizi dengan NIM 201532247 akan melakukan penelitian skripsi di SMPN 16 Jakarta.

Skripsi yang berjudul “Pengaruh Pemberian Media Komik Gizi Seimbang terhadap Perubahan Pengetahuan dan Sikap Pada Remaja Di SMPN 16 Jakarta” sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Gizi, data yang dikumpulkan dari subjek meliputi:

- a. Data identitas subjek meliputi jenis kelamin dan umur
- b. Pengetahuan tentang gizi seimbang
- c. Sikap tentang Gizi seimbang
- d. Data asupan energi dan zat gizi makro

Partisipasi subjek bersifat sukarela tanpa paksaan dan apabila tidak berkenan dapat menolak, atau sewaktu-waktu dapat mengundurkan diri tanpa sanksi apapun.

Hasil wawancara akan dijaga kerahasiaannya dan hanya digunakan untuk pengembangan kebijakan program kesehatan dan pengembangan ilmu pengetahuan.

Atas kesediaan Saudara untuk meluangkan waktu dan memberikan jawaban terhadap pertanyaan yang diberikan, peneliti akan memberikan bingkisan berupa 1 kotak susu sebagai tanda ucapan terima kasih peneliti atas bantuan Saudara dalam penelitian ini.

PERSETUJUAN SETELAH PENJELASAN

Inform Consent

LEMBAR KESEDIAAN DALAM PENELITIAN

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama :

Kelas :

Bersedia untuk diwawancarai dan mengisi kuesioner sehubungan dengan penelitian yang dilakukan oleh Andini Dhea Fadhillla dengan judul :

“Pengaruh Pemberian Media Komik Gizi Seimbang terhadap Perubahan Pengetahuan dan Sikap Pada Remaja Di SMPN 16 Jakarta”

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya tanpa tekanan dari pihak manapun.

Jakarta ,.....,2017

Yang menyatakan,

()

NAMA :
NOMOR URUT :
SEKOLAH :
KELAS :
TANGGAL LAHIR :
JENIS KELAMIN : (P / L)
TANGGAL :

(PRETEST/POSTTEST)* coret salah satu

KUESIONER PENGETAHUAN

Petunjuk :

Jawablah pertanyaan dibawah ini dengan memberikan tanda silang (X) pada jawaban yang kamu anggap benar. Bacalah dengan teliti sebelum menjawab soal.

1. Pesan yang terdapat dalam tumpeng gizi seimbang adalah?
 - a. Membiasakan jajan
 - b. Makan makanan beragam
 - c. Membaca label makanan
 - d. Menghindari konsumsi alkohol
2. Berapa banyak konsumsi protein nabati yang dianjurkan dalam sehari?
 - a. 2-3 porsi
 - b. 2-5 porsi
 - c. 3-8 porsi
 - d. 3-5 porsi
3. Bahan makanan sumber protein nabati adalah?
 - a. Jagung
 - b. Kacang
 - c. Kentang
 - d. Singkong
4. Bahan makanan yang merupakan sumber zat pembangun adalah?
 - a. Buah-buahan

- b. Lauk-pauk
 - c. Makanan pokok
 - d. Sayuran
5. Bahan makanan yang merupakan sumber karbohidrat adalah?
- a. Jagung
 - b. Kedelai
 - c. Telur
 - d. Tahu
6. Berapa banyak konsumsi karbohidrat yang dianjurkan dalam sehari?
- a. 2-3 porsi
 - b. 2-5 porsi
 - c. 3-8 porsi
 - d. 3-5 porsi
7. Fungsi karbohidrat dalam tubuh adalah?
- a. Sumber energi
 - b. Sumber zat pembangun
 - c. Sumber zat pengatur
 - d. Sumber zat pengatur dan pembangun
8. Minum air putih yang dianjurkan dalam sehari sebanyak?
- a. 5 gelas
 - b. 6 gelas
 - c. 7 gelas
 - d. 8 gelas
9. Bahan makanan yang merupakan sumber zat pengatur adalah?
- a. Lauk hewani
 - b. Lauk nabati
 - c. Makanan pokok
 - d. Sayuran
10. Berapa banyak konsumsi buah yang dianjurkan dalam sehari?
- a. 2-3 porsi
 - b. 2-5 porsi
 - c. 3-8 porsi
 - d. 3-5 porsi

11. Bahan makanan yang banyak mengandung vitamin adalah?
 - A. Bayam dan kacang
 - B. Kedelai dan tomat
 - C. Kentang dan jeruk
 - D. Pepaya dan wortel
12. Sayuran dan buah sangat bagus untuk tubuh kita karena berfungsi sebagai?
 - a. Sumber vitamin, mineral dan serat
 - b. Sumber tenaga
 - c. Sumber protein
 - d. Sumber energi
13. Apa akibat jika melewatkan sarapan?
 - a. Menjadi cepat kenyang
 - b. Tidak konsen saat belajar
 - c. Menghindari makan berlebihan
 - d. Hasil belajar memuaskan
14. Berapa kali makan yang dianjurkan dalam sehari?
 - a. 1 kali
 - b. 2 kali
 - c. 3 kali
 - d. 4 kali
15. Apa manfaat membawa bekal ke sekolah?
 - a. Untuk menghindari jajan makanan yang tidak sehat
 - b. Menjadi boros
 - c. Untuk berbagi makanan dengan teman
 - d. Agar tidak pergi ke kantin
16. Mengapa kita harus mengurangi makan makanan cepat saji dan minuman manis?
 - a. Agar uang jajan irit
 - b. Karena makanan cepat saji dan minuman manis mengandung gula, garam dan minyak melebihi kebutuhan kita
 - c. Karena baik untuk kesehatan
 - d. Karena rasanya enak dan gurih
17. Apa akibat dari berat badan kurang/ gizi kurang, kecuali?
 - a. Kecerdasan terganggu

- b. Mudah sakit
- c. Sering tidak masuk sekolah
- d. Tidak mudah mengantuk

18. Berikut ini yang bukan merupakan penyebab berat badan berlebih atau kegemukan adalah?

- a. Kurang aktivitas fisik
- b. Makan berlebihan
- c. Olahraga teratur
- d. Terlalu banyak makan makanan berlemak

19. Yang tidak termasuk aktifitas fisik dibawah ini adalah?

- a. Berbaring
- b. Berkebun
- c. Bermain
- d. Bersepeda

KUESIONER SIKAP

No	Pernyataan/Pertanyaan tentang Sikap Gizi Seimbang	Beri Centang Jawaban yang Benar				Koding (Diisi Petugas)
		Sangat setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju	
P20	Makanan atau minuman bergula atau makan manis tidak perlu banyak					
P21	Sebaiknya makan buah dan sayur setiap hari					
P22	Sebaiknya minum air putih 6 gelas setiap hari					
P23	Makan nasi lebih baik daripada makan roti					
P24	Makan nasi sama baiknya daripada makan ubi/kentang					
P25	Makan sayur bayam/kangkung lebih baik dari kol/kubis					
P26	Makan mentimun lebih baik daripada wortel					
P27	Buah yang murah seperti pisang, nanas, papaya kurang banyak mengandung vitamin					
P28	Makan buah cukup 2 kali					

No	Pernyataan/Pertanyaan tentang Sikap Gizi Seimbang	Beri Centang Jawaban yang Benar				Koding (Diisi Petugas)
		Sangat setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju	
	seminggu					
P29	Ikan asin lebih baik dibanding ikan segar					
P30	Makan ikan laut sama baiknya dengan daging					
P31	Makan ikan menyebabkan cacangan					
P32	Tempe membuat anak menjadi bodoh					
P33	Walaupun sudah minum susu, saya masih perlu makan makan yang lain					
P34	Selalu minum minuman yang bergula baik untuk kesehatan					
P35	Menurut saya, setelah olahraga tidak perlu minum					
P36	Menurut saya, kurang minum air putih dapat membuat sakit					
P37	Olaharaga cukup satu kali seminggu					
P38	Jalan kaki lebih menyehatkan daripada naik kendaraan					
P39	Pisang/ubi/tempe goreng lebih baik daripada snack					
P40	Menurut saya, sarapan membuat lebih mudah konsentrasi dalam belajar					
P41	Makan sayur sebaiknya 2-3 kali sehari					
P42	Menurut saya, makan ikan laut sama baiknya dengan tempe					

Sumber : Respati (2011), Arimurti (2012)

KUESIONER ASUPAN ENERGI DAN ZAT GIZI

KUESIONER FOOD RECALL 24 JAM

Kode Subjek :

Nama Subjek :

Hari Wawancara : 1 / 2 *

Tgl Wawancara :

Nama Petugas :

Nama Supervisor :

Waktu	Hidangan	Bahan Makanan	Berat	Keterangan**
-------	----------	---------------	-------	--------------

Dokumentasi





Universitas
Esa Unggul

Universitas
Esa Unggul