

Lampiran 1

PENJELASAN SEBELUM PENELITIAN

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

Saya Ade Borgias Aliandu mahasiswa Program Studi Ilmu Gizi Universitas Esa Unggul. Saat ini saya sedang melakukan penelitian mengenai **“Hubungan Asupan Protein, Zat Besi, Vitamin C dan Pengetahuan Gizi Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri di SMP Negeri 191 Tahun 2018”**. Penelitian ini merupakan salah satu kegiatan dalam menyelesaikan tugas akhir di Universitas Esa Unggul. Tujuan penelitian ini untuk menambah wawasan remaja putri tentang hubungan asupan protein, zat besi, vitamin C dan pengetahuan gizi dengan kejadian anemia. Untuk keperluan tersebut saya juga mengharapkan partisipasi saudara/i untuk menjadi responden dalam penelitian ini dan bersedia untuk diambil darahnya dalam pengecekan kadar hemoglobin, menjawab pertanyaan peneliti dengan jujur. Identitas pribadi dan semua informasi yang saudara/i berikan akan dirahasiakan dan hanya akan digunakan untuk keperluan penelitian ini. Bagi saudara/i yang bersedia menjadi responden dalam penelitian ini akan diberikan souvenir.

Penelitian ini meliputi (1) Asupan protein, zat besi, dan vitamin C, peneliti melakukan wawancara dengan menggunakan *semi quantitative food frequency questionnaire* (SQ FFQ) dan responden harus menjawab dengan jujur. (2) Pengetahuan gizi, peneliti akan memberikan 16 pertanyaan mengenai gizi, dan responden harus menjawabnya tanpa melihat jawaban responden lainnya. (3) Peneliti bersama dengan tenaga kesehatan untuk mengambil darah dengan metode *easy touch GCHb* meter untuk melakukan pemeriksaan kadar hemoglobin.

Partisipasi saudara/i dalam penelitian ini bersifat sukarela sehingga saudara/i bebas untuk mengundurkan diri tanpa ada sanksi apapun. Jika saudara/i bersedia, silahkan menandatangani lembar persetujuan di bawah ini sebagai bukti kesukarelaan saudara/i. Terimakasih atas partisipasinya dalam penelitian ini. Apabila ada kekurangan dikemudian hari, maka saya bersedia dihubungi kembali untuk dimintai informasi lebih lanjut. (*Contact Person* : 082266266976).

Lampiran 2

LEMBAR PERSETUJUAN

Dengan ini saya bersedia untuk menjadi responden yang akan diambil darahnya dan mengisi kuesioner penelitian ini dengan jawaban yang sebenar-benarnya dan apabila ada kekurangan dikemudian hari, maka saya bersedia dihubungi kembali untuk dimintai informasi lebih lanjut. (*Contact Person* : 082266266976)

Jakarta, 2018

Peneliti

Responden

(Ade Borgias Aliandu)

(.....)

Lampiran 3

IDENTITAS RESPONDEN

No. Responden	<input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/>	
Hari/ Tanggal/.....	
A. Identitas Responden		Diisi Peneliti
Nama	
Usiatahun	
Tempat/ Tgl. Lahir/.....	
Alamat	
No. Hp	
Sudah mengalami haid	A. Ya B. Tidak	[] []
B. Pemeriksaan Kadar Hemoglobin		
Kadar Hemoglobingr/dl	

3	<i>Lauk nabati</i>												
	Tempe												
	Tahu												
	Kacang hijau												
	Kacang tanah												
4	<i>Sayur-sayuran</i>												
	Bayam												
	Kangkung												
	Daun singkong												
	Labu siam												
	Kacang panjang												
	Wortel												
	Sawi												
	Brokoli												
	Kol												
	Buncis												
	Tomat												

5	Buah-buahan												
	Melon												
	Semangka												
	Jeruk												
	Mangga												
	Alpukat												
	Pepaya												
	Salak												
	Pisang												
	Nanas												
	Jambu biji												
	Jambu air												
	Anggur												
6	Lain-lain												
	Gula												
	Sirup												
	Teh												
	Kopi												
	Minyak kelapa												
	Kecap												

7	Serba Serbi												
	Biskuit												
	Susu indomilk												
	Ciki-ciki												
	Keripik												
	Potato												
	Garry snack												
	Nabati												
	Kacang kulit												
	Kuaci												
	Nutrisari												
	Mizone												
	Sari kacang hijau												
	Floridina												
	Pocari sweat												
	You C1000												

Sumber : Modifikasi Widya, 2017.

Lampiran 5

KUESIONER PENGETAHUAN GIZI

Petunjuk pengisian : Berikan tanda centang (√) pada pilihan benar atau salah. Jika menurut anda pernyataan berikut benar, maka anda dapat memberi tanda (√) pada kolom benar, dan jika menurut anda pernyataan berikut salah, maka anda dapat memberi tanda (√) pada kolom salah.

Nama : Hari/Tanggal :

No. Responden :

	Pengetahuan Gizi	Benar	Salah	Diisi Peneliti
1.	Salah satu faktor utama yang menyebabkan anemia gizi adalah rusaknya sel darah merah			[]
2.	Kekurangan zat besi merupakan penyebab utama anemia.			[]
3.	Tanda-tanda gejala anemia yang dapat dilihat adalah lelah, letih, lesu, lalai dan lunglai			[]
4.	Kehilangan nafsu makan, mual, dan muntah buak adalah gejala anemia atau kurang darah.			[]
5.	Teh dan kopi sangat banyak mengandung vitamin C.			[]
6.	Vitamin C dapat menghambat penyerapan zat besi di dalam usus.			[]
7.	Jambu biji memiliki kandungan vitamin C yang tinggi.			[]
8.	Dengan makan sayur saja tidak akan tercukupi kebutuhan zat gizi bagi tubuh			[]
9.	Kacang-kacangan memiliki kandungan protein yang tinggi.			[]
10.	Remaja putri lebih rentan terkena anemia karena perempuan mengalami menstruasi.			[]
11.	Makanan teratur adalah upaya untuk mencegah kurang darah (anemia)			[]
12.	Makanan sumber zat besi atau makanan penambah darah yang berasal dari nabati adalah tahu dan tempe.			[]
13.	Makanan sumber zat besi atau makanan penambah darah yang berasal dari hewani adalah hati ayam dan daging sapi.			[]
14.	Buah jeruk dapat membantu penyerapan zat besi.			[]
15.	Nasi merupakan sumber utama zat besi.			[]
16.	Lauk hewani dapat menghambat penyerapan zat besi.			[]