

## LEMBAR PERSETUJUAN MENJADI SAMPEL PENELITIAN

Hubungan Asupan Energi, Zat Gizi, Cairan, Status Gizi, Kebugaran dan Tingkat Nyeri Cedera Atlet Senam

Saya yang bernama di bawah ini:

Nama : Nabila Tri Hutami

NIM : 201432019

Adalah mahasiswa program studi ilmu gizi Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan Esa Unggul yang melakukan penelitian dengan tujuan mengetahui hubungan tingkat nyeri pada atlet senam yang mengalami cedera terhadap asupan energi, zat gizi makro, kalsium, besi, vitamin D, cairan, status gizi, dan kebugaran di Gedung Olahraga Senam Raden Inten Jakarta Timur.

Saya mengharapkan kesediaan saudara untuk berpartisipasi dalam penelitian ini, yaitu dengan menjawab pertanyaan yang akan saya ajukan atau wawancara mengenai asupan energi, makro, mikro (kalsium, besi, vitamin D, dan cairan), status gizi, kebugaran, dan tingkat nyeri pada cedera. Penelitian ini bersifat sukarela, sehingga saudara bebas untuk menolak jika tidak bersedia menjadi sampel tanpa ada sanksi apapun. Semua informasi yang saudara berikan akan dirahasiakan dan hanya akan dipergunakan dalam penelitian ini.

Jika saudara bersedia menjadi sampel dalam penelitian ini, saudara dipersilahkan menandatangani formulir ini.

Nama :

No. Hp :

Usia : Tahun

Jakarta, 2018

(.....)

**FORMULIR KARAKTERISTIK SAMPEL**

FORMULIR IDENTITAS RESPONDEN

Kode Responden :

Kelas :

Alamat :

Jenis Kelamin :

Tanggal Lahir :

Tanggal Pengukuran :

Umur :

Atlet Senam :

Lama Latihan :

**FORMULIR PENGUKURAN STATUS GIZI**

DATA ANTROPOMETRI

Tinggi Badan :

Berat Badan :

IMT/U =	Indeks Massa Tubuh menurut Umur: < -3 SD > = -2 SD s/d < -2 SD > = -2 SD s/d < = 2 SD > 2 SD s/d < = 3 SD > 3 SD
---------	---

**FORMULIR *FOOD RECALL* 3 X 24 JAM**

Waktu Makan	Nama Makanan	Bahan Makanan	Banyaknya	
			URT	Gram

**FORMULIR *FOOD RECALL* ASUPAN CAIRAN 3 X 24 JAM**

Waktu Makan	Nama Minuman	Bahan Minuman	Banyaknya	
			URT	MI
03.00-04.00				
04.00-05.00				
05.00-06.00				
06.00-07.00				
07.00-08.00				
08.00-09.00				
09.00-10.00				
10.00-11.00				
11.00-12.00				
12.00-13.00				
13.00-14.00				
14.00-15.00				
15.00-16.00				
16.00-17.00				
17.00-18.00				
18.00-19.00				
19.00-20.00				
20.00-21.00				
21.00-22.00				
22.00-23.00				

**FORMULIR PENDATAAN HASIL *BLEEP TEST***

No	Nama	Atlet Senam	Skor VO <sub>2</sub> max
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			
9			
10			
11			
12			
13			
14			
15			
16			
17			
18			
19			
20			

Tabel Skor VO<sup>2</sup>Max Lari Multi Tahap (*Bleep Test*)


Level	Shuttle	VO <sup>2</sup> Max
4	2	26.8
4	4	27.6
4	6	28.3
4	9	29.5
5	2	30.2
5	4	31
5	6	31.8
5	9	32.9
6	2	33.6
6	4	34.3
6	6	35
6	8	35.7
6	10	36.4
7	2	37.1
7	4	37.8
7	6	38.5
7	8	39.2
7	10	39.9
8	2	40.5
8	4	41.1
8	6	41.8
8	8	42.4
8	11	43.3
9	2	43.9
9	4	44.5
9	6	45.2
9	8	45.8
9	11	46.8

Level	Shuttle	VO <sup>2</sup> Max
10	2	47.4
10	4	48
10	6	48.7
10	8	49.3
10	11	50.2
11	2	50.8
11	4	51.4
11	6	51.9
11	8	52.5
11	10	53.1
11	12	53.7
12	2	54.3
12	4	54.8
12	6	55.4
12	8	56
12	10	56.5
12	12	57.1
13	2	57.6
13	4	58.2
13	6	58.7
13	8	59.3
13	10	59.8
13	13	60.6
14	2	61.1
14	4	61.7
14	6	62.2
14	8	62.7
14	10	63.2

Level	Shuttle	VO <sup>2</sup> Max
14	13	64
15	2	64.6
15	4	65.1
15	6	65.6
15	8	66.2
15	10	66.7
15	13	67.5
16	2	68
16	4	68.5
16	6	69
16	8	69.5
16	10	69.9
16	12	70.5
16	14	70.9
17	2	71.4
17	4	71.9
17	6	72.4
17	8	72.9
17	10	73.4
17	12	73.9
17	14	74.4
18	2	74.8
18	4	75.3
18	6	75.8
18	8	76.2
18	10	76.7
18	12	77.2
18	15	77.9

Level	Shuttle	VO <sup>2</sup> Max
19	2	78.3
19	4	78.8
19	6	79.2
19	8	79.7
19	10	80.2
19	12	80.6
19	15	81.3
20	2	81.8
20	4	82.2
20	6	82.6
20	8	83
20	10	83.5
20	12	83.9
20	14	84.3
20	16	84.8
21	2	85.2
21	4	85.6
21	6	86.1
21	8	86.5
21	10	86.9
21	12	87.4
21	14	87.8
21	16	88.2

**FORMULIR VAS (*VISUAL ANALOGUE SCALE*)**

Nama	Assessment			Skala VAS	Diagnosa
	Merasakan sakit: (Ya/Tidak). Kalau jawaban “Ya”, saat sedang apa:	Berapa lama	Cara Jatuh/terbentur		
					



Uji Univariat Atlet Senam di Gedung Olahraga Senam Raden Inten Jakarta Timur

Statistik		jenis kelamin	umur	jenis olahraga	asupan energi	asupan protein	asupan lemak	asupan karbohidrat	asupan kalsium	asupan besi	asupan vitamin D	asupan air	status gizi	kebugaran	insiden cedera
N	Valid	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20
	Missing	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Std. Error of Mean		,09934	,46396	,18173	127,14982	6,66296	10,35459	24,29829	118,15069	1,80906	3,93292	168,62651	,17725	,99706	7,27975
Median		2,0000	12,5000	2,0000	4775,4000	175,1500	193,5000	567,5000	3041,6500	22,8000	21,4500	3937,5000	-,8600	43,4100	48,7500
Minimum		1,00	10,00	1,00	4088,70	141,50	128,50	410,70	2034,30	14,00	4,70	2250,00	-,244	29,90	,00
Maximum		2,00	18,00	3,00	5918,90	269,00	292,30	821,30	4064,70	45,30	61,80	5000,00	,22	48,02	82,90

## Uji Bivariat Asupan Energi dengan Insiden Cedera

<b>Correlations</b>				
			asupan energi	insiden cedera
Spearman's rho	asupan energi	Correlation Coefficient	1,000	,328
		Sig. (2-tailed)	.	,157
		N	20	20
	insiden cedera	Correlation Coefficient	,328	1,000
		Sig. (2-tailed)	,157	.
		N	20	20

## Uji Bivariat Asupan Protein dengan Insiden Cedera

<b>Correlations</b>				
			insiden cedera	asupan protein
Spearman's rho	insiden cedera	Correlation Coefficient	1,000	,210
		Sig. (2-tailed)	.	,373
		N	20	20
	asupan protein	Correlation Coefficient	,210	1,000
		Sig. (2-tailed)	,373	.
		N	20	20

## Uji Bivariat Asupan Lemak dengan Insiden Cedera

<b>Correlations</b>				
			insiden cedera	asupan lemak
Spearman's rho	insiden cedera	Correlation Coefficient	1,000	,024
		Sig. (2-tailed)	.	,921
		N	20	20
	asupan lemak	Correlation Coefficient	,024	1,000
		Sig. (2-tailed)	,921	.
		N	20	20

## Uji Bivariat Asupan Karbohidrat dengan Insiden Cedera

<b>Correlations</b>				
			insiden cedera	asupan karbohidrat
Spearman's rho	insiden cedera	Correlation Coefficient	1,000	,279
		Sig. (2-tailed)	.	,234
		N	20	20
	asupan karbohidrat	Correlation Coefficient	,279	1,000
		Sig. (2-tailed)	,234	.
		N	20	20

## Uji Bivariat Asupan Kalsium dengan Insiden Cedera

<b>Correlations</b>				
			insiden cedera	asupan kalsium
Spearman's rho	insiden cedera	Correlation Coefficient	1,000	-,037
		Sig. (2-tailed)	.	,876
		N	20	20
	asupan kalsium	Correlation Coefficient	-,037	1,000
		Sig. (2-tailed)	,876	.
		N	20	20

## Uji Bivariat Asupan Besi dengan Insiden Cedera

<b>Correlations</b>				
			insiden cedera	asupan besi
Spearman's rho	insiden cedera	Correlation Coefficient	1,000	-,051
		Sig. (2-tailed)	.	,831
		N	20	20
	asupan besi	Correlation Coefficient	-,051	1,000
		Sig. (2-tailed)	,831	.
		N	20	20

## Uji Bivariat Asupan Vitamin D dengan Insiden Cedera

<b>Correlations</b>				
			insiden cedera	asupan vitamin D
Spearman's rho	insiden cedera	Correlation Coefficient	1,000	,145
		Sig. (2-tailed)	.	,542
		N	20	20
	asupan vitamin D	Correlation Coefficient	,145	1,000
		Sig. (2-tailed)	,542	.
		N	20	20

## Uji Bivariat Asupan Air dengan Insiden Cedera

<b>Correlations</b>				
			insiden cedera	asupan air
Spearman's rho	insiden cedera	Correlation Coefficient	1,000	-,202
		Sig. (2-tailed)	.	,394
		N	20	20
	asupan air	Correlation Coefficient	-,202	1,000
		Sig. (2-tailed)	,394	.
		N	20	20

## Uji Bivariat Status Gizi dengan Insiden Cedera

<b>Correlations</b>				
			insiden cedera	status gizi
Spearman's rho	insiden cedera	Correlation Coefficient	1,000	,238
		Sig. (2-tailed)	.	,313
		N	20	20
	status gizi	Correlation Coefficient	,238	1,000
		Sig. (2-tailed)	,313	.
		N	20	20

## Uji Bivariat Kebugaran dengan Insiden Cedera

<b>Correlations</b>				
			insiden cedera	kebugaran
Spearman's rho	insiden cedera	Correlation Coefficient	1,000	,038
		Sig. (2-tailed)	.	,874
		N	20	20
	kebugaran	Correlation Coefficient	,038	1,000
		Sig. (2-tailed)	,874	.
		N	20	20



Nomor : 64/GIZI/FIKES/ESAUNGGUL/I/2019  
Perihal : Permohonan Izin Penelitian  
Lampiran : -

Jakarta, 10 Januari 2019

Kepada Yth.

Kepala Pusat Pelatihan Olahraga Pelajar Provinsi DKI Jakarta

Jl. Harsono RM, Pasar Minggu RT 09/RW 07 Ragunan, Kota Jakarta Selatan

Dengan hormat,

Sehubungan dengan pelaksanaan tugas akhir (skripsi) mahasiswa Program studi Ilmu Gizi Universitas Esa Unggul maka bersama ini kami mengajukan permohonan kepada Bapak/Ibu untuk dapat memberikan izin penelitian kepada mahasiswa kami di instansi yang Bapak/Ibu pimpin.

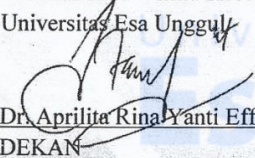
Adapun nama mahasiswa dan judul penelitiannya ialah sebagai berikut:

Nama	Nim	No Tlp	Judul Skripsi
Ayu Ghalda Afifah	201432073	085861690749	Hubungan Pengetahuan Hidrasi, Status Hidrasi, Komposisi Tubuh, Kadar Hemoglobin dan Kebugaran Atlet Senam Di GOR Raden Inten Jakarta Timur
Nabila Tri Hutami	201432019	082310565106	Determinan Insiden Cedera Pada Atlet Senam Di GOR Raden Inten Jakarta Timur










Demikian surat ini kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasamanya kami ucapkan terima kasih.

Fakultas Ilmu – Ilmu Kesehatan

Universitas Esa Unggul

  
Dr. Aprilita Rina Yanti Eff., M.Biomed. Apt.  
DEKAN

## ABSENSI RESPONDEN PENELITIAN

No	Nama Panjang	Atlet Senam	TTD
1	Nayla	Ritmik	
2	AFIFAH KAHLA	Ritmik	
3	SALWA AULIA	Ritmik	
4	Aliifa NABILA	Ritmik	
5	Raras Embun	Ritmik	
6	Alvira Ratri P.	Ritmik	
7	Valentina	Ritmik	
8	Thalia E.	Ritmik	
9	Joseph	Artistik Putra	
10	Divo	Artistik Putra	
11	M. Rizky	Artistik Putra	
12	M. Adi	Artistik Putra	
13	Marcus Toshii	Artistik Putra	
14	Alaiza	Artistik Putri	
15	Dylanov	Artistik Putri	
16	Ameera	Artistik Putri	
17	Alga	Artistik Putri	
18	twizy	Artistik Putri	
19	Nadia	Artistik Putri	
20	Trihalia	Artistik Putri	

DOKUMENTASI PENELITIAN



Gambar 1. Pemeriksaan Fisik Pada Fisioterapi



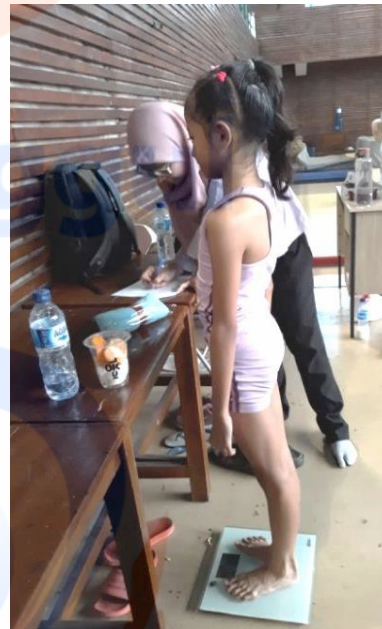
Gambar 2. Menanyakan Recall



Gambar 3. Menanyakan Recall



Gambar 4. Pengukuran Tinggi Badan



Gambar 5. Pengukuran Berat Badan