

Lampiran 1. Lembar Penjelasan Penelitian**KUESIONER PENELITIAN**

**Perbedaan Status Gizi, Asupan Zat Gizi Makro dan Aktivitas Fisik pada
Pekerja Luar dan Dalam Ruangan di Kecamatan Neglasari
Program Studi S1 Ilmu Gizi Reguler Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan
Universitas Esa Unggul
Jl. Arjuna Utara No.9 Kebon Jeruk, Jakarta Barat 11510**

LEMBAR PENJELASAN RESPONDEN

Kepada Yth:

Bapak/ibu di wilayah Jakarta

Dengan hormat,

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Reka Oktavia

NIM : 2015-32-062

No.Hp : 082299154306

Alamat: Perumahan Taman Asri Blok D2/1 RT/RW 006/001 Kelurahan Cipadu Jaya Kecamatan Larangan, Ciledug Tangerang

Penelitian ini merupakan penelitian observasional dengan pendekatan *cross-sectional* dimana data dependen yaitu pekerja luar dan dalam ruangan dan independen yaitu status gizi, asupan zat gizi makro dan aktivitas fisik diambil secara bersamaan. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui perbedaan status gizi, asupan zat gizi makro dan aktivitas fisik pada pekerja luar dan dalam ruangan. Manfaat dari penelitian ini agar dapat memberikan pengetahuan bagi responden betapa pentingnya menjaga asupan dalam sehari-hari sesuai kebutuhan untuk menunjang produktivitas kerja.

Dalam penelitian ini data status gizi akan diperoleh dari pengukuran berat badan menurut umur responden. Data asupan zat gizi makro akan diperoleh dari asupan responden melalui kuesioner *Food Recall* 2x24 jam, responden diminta untuk menjawab dan menjelaskan konsumsi makanan dan minuman apa saja yang dikonsumsi selama dua hari sebelum penelitian berlangsung. Data aktivitas fisik akan diperoleh dari wawancara responden melalui Form aktivitas fisik. Responden penelitian ini adalah pekerja luar dan dalam ruangan di Dinas Lingkungan Hidup Kecamatan Neglasari Kota Tangerang dan masing-masing sesuai dengan kriteria inklusi.

Pengambilan data ini tidak akan menimbulkan kerugian dan bahaya bagi Responden apabila menimbulkan kerugian bisa menghubungi *contact person* yang tercantum diatas. Kerahasiaan data akan tetap terjaga hanya digunakan untuk kepentingan penelitian saja dan orang tua berhak menolak atau mengundurkan diri jika tidak bersedia. Atas perhatiannya saya ucapkan terimakasih. Semoga penelitian ini dapat memberikan manfaat bagi kita semua.

Jakarta, Juli 2019

Reka Oktavia

Lampiran 2. Lembar Persetujuan Responden (*Inform Consent*)

INFORM CONSENT PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama :

Jenis Kelamin :

No Hp :

Alamat :

Saya telah membaca dan memahami penjelasan dari peneliti mengenai peelitiannya dan saya menyatakan bersedia untuk berpartisipasi dalam penelitian yang berjudul “Perbedaan Status Gizi, Asupan Zat Gizi Makro dan Aktivitas Fisik pada Pekerja Luar dan Dalam Ruangan di Kecamatan Neglasari” yang dilakukan oleh Reka Oktavia dari Universitas Esa Unggul Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan Program Studi Ilmu Gizi. Saya yakin data yang diambil akan dijaga kerahasiannya hanya untuk kepentingan penelitian dan akademik.

Demikian surat pernyataan ini saya tanda tangani dalam keadaan sadar dan tanpa paksaan dari pihak manapun karena saya mengetahui bahwa keterangan yang akan saya berikan sangat besar manfaatnya bagi kelanjutan penelitian.

Jakarta, Juli 2019

Tanda tangan Responden

Tanda tangan Enumerator

(.....)

(.....)

No. Responden

--	--	--

Universitas Esa Unggul

Lampiran 3. Lembar Formulir Recall 2x24 jam

FORMULIR *RECALL* 2x24 JAM

Nama :

Hari ke :

Umur :

Kode Sampel :

Waktu	Menu	Bahan Makanan	Banyaknya		Keterangan
			URT	Gram	
Pagi					
Selingan					
Siang					
Selingan					
Malam					

Lampiran 4. Lembar Formulir Aktivitas Fisik

FORMULIR AKTIVITAS FISIK 2×24 JAM

Hari ke:

No	Kegiatan	PAR	Durasi (menit)	PAL
1	Tidur (Siang dan malam)	1		
2	Bekerja (duduk didepan meja, menulis dan mengetik)	1,3		
3	Bekerja (menyapu, membersihkan jalan)	2,75		
4	Berjalan (membawa beban)	5		
5	Mandi, berpakaian, berdandan	2,3		
6	Ibadah	1,5		
7	Makan, minum	1,6		
8	Mengendarai kendaraan	2,4		
9	Kegiatan ringan (duduk diam, menonton TV, <i>chatting</i>)	1,72		
10	Berjalan kaki	2,5		
11	Memasak	2,1		
12	Pekerjaan rumah tangga (bersih-bersih)	2,8		
13	Istirahat (duduk, tidur-tiduran)	1,2		
14				
15				
16				
TOTAL				
PAL/Durasi				

Kategori tingkat aktivitas fisik berdasarkan nilai PAL

Kategori	Nilai PAL
Aktivitas Sangat Ringan	< 1.40
Aktivitas Ringan	1.40- 1.69
Aktivitas Sedang	1.70-1.99
Aktivitas Berat	2.00-2.40

--	--	--

Lampiran 5. Formulir Status Gizi

**PERBEDAAN STATUS GIZI, ASUPAN ZAT GIZI MAKRO DAN
AKTIFITAS FISIK PADA PEKERJA LUAR DAN DALAM RUANGAN
Program Studi S1 Gizi Fakultas Ilmu-ilmu Kesehatan
Universitas Esa Unggul Jl. Arjuna Utara No. 9 Kebon Jeruk, Jakarta Barat**

FORMULIR KARAKTERISTIK, STATUS GIZI (IMT)**I. Identitas Responden**

1. Nama Responden :
2. Jenis Kelamin :
3. Umur :
4. Pendidikan :
5. Alamat :

II. Data Antropometri (IMT)

1. Berat Badan : kg
2. Tinggi Badan : cm
3. IMT : kg/m^2

1. Uji Bivariat

a. *Independent Sampel T-Test*

Group Statistics

Kelompok		N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Status Gizi	Dalam Ruangan	35	24.920	4.6246	.7817
	Luar Ruangan	35	21.633	2.7302	.4615
Protein	Dalam Ruangan	35	61.3886	12.73342	2.15234
	Luar Ruangan	35	53.7014	9.01324	1.52352
Lemak	Dalam Ruangan	35	66.7486	13.72455	2.31987
	Luar Ruangan	35	54.0186	14.18072	2.39698
Aktifitas Fisik	Dalam Ruangan	35	1.6473	.13298	.02248
	Luar Ruangan	35	2.2355	.14679	.02481

Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
Status Gizi	Equal variances assumed	6.743	.012	3.621	68	.001	3.2871	.9078	1.4757	5.0986
	Equal variances not assumed			3.621	55.134	.001	3.2871	.9078	1.4680	5.1062
Protein	Equal variances assumed	1.053	.308	2.915	68	.005	7.68714	2.63698	2.42513	12.94916
	Equal variances not assumed			2.915	61.234	.005	7.68714	2.63698	2.41458	12.95970
Lemak	Equal variances assumed	.792	.377	3.816	68	.000	12.73000	3.33576	6.07359	19.38641
	Equal variances not assumed			3.816	67.927	.000	12.73000	3.33576	6.07346	19.38654

Aktifitas Fisik	Equal variances assumed	4.350	.041	-17.570	68	.000	-.58825	.03348	-.65505	-.52144
	Equal variances not assumed			-17.570	67.347	.000	-.58825	.03348	-.65506	-.52143

b. Mann Whitney

Kelompok		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Kalori	Dalam Ruangan	35	44.60	1561.00
	Luar Ruangan	35	26.40	924.00
	Total	70		
KH	Dalam Ruangan	35	40.54	1419.00
	Luar Ruangan	35	30.46	1066.00
	Total	70		

	Kalori	KH
Mann-Whitney U	294.000	436.000
Wilcoxon W	924.000	1.066E3
Z	-3.741	-2.073
Asymp. Sig. (2-tailed)	.000	.038

a. Grouping Variable: Kelompok

DOKUMENTASI



Gambar 1. Pengisian Data oleh Responden yang Bekerja di Dalam Ruangan



Gambar 2. Pengisian Data oleh Responden yang Bekerja di Dalam Ruangan



Gambar 3. Pengisian Data oleh Responden yang Bekerja di Luar Ruangan



Gambar 4. Pengisian Data oleh Responden yang Bekerja di Luar Ruangan



Gambar 5. Pengukuran Antropometri Responden di Luar Ruangan



Gambar 6. Pengukuran Antropometri Responden di Dalam Ruangan