

--	--	--	--

Lampiran 1
Lembar Persetujuan Menjadi Responden Penelitian

Saya Dini Damai Bahagiani dengan nomer handphone 082260150264 selaku mahasiswi Universitas Esa Unggul dalam memenuhi tugas akhir akan melakukan penelitian yang berjudul “Perbedaan Aktivitas Fisik, Konsumsi Cairan dan Status Hidrasi Pada Pekerja *Indoor* dan *Outdoor*”. Oleh karena itu saya memohon ketersediaan bapak/ibu untuk untuk diwawancarai mengenai karakteristik, aktivitas fisik, konsumsi cairan dan menampung urin sendiri. Saya akan merahasiakan seluruh informasi yang bapak/ibu berikan. Perlu saya informasikan bahwa keikutsertaan bapak/ibu dalam wawancara ini bersifat sukarela.

Inform Consent :

Setelah saya mendapatkan penjelasan mengenai tujuan dan manfaat studi dalam “perbedaan aktivitas fisik konsumsi cairan dan status hidrasi pada pekerja *indoor* dan *outdoor*”, maka saya:

Nama :

Alamat Lengkap :

No. HP :

Secara sukarela dan tanpa ada paksaan setuju untuk menjadi responden dan diwawancarai dan studi ini.

Jakarta, Juli 2019

Tanda Tangan Responden

Tanda Tangan Peneliti

(Nama :)

(Dini Damai Bahagiani)

--	--	--	--

LAMPIRAN 2
FORMULIR KARAKTERISIK

Kuisisioner Karakteristik :

Kuisisioner ini bertujuan untuk mengetahui karakteristik responden meliputi nama, umur dan jenis pekerjaan. Saya memohon ketersediaan bapak/ibu untuk mengisi dengan benar :

Hari/Tanggal :

Karakteristik Responden :		
1.	Nama Responden	
2.	Umur	
3.	Jenis Kelamin	a. Laki-laki
		b. Perempuan
4.	Jenis Pekerjaan	a. Indoor
		b. Outdoor

--	--	--	--

LAMPIRAN 3
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 4
FORMULIR *RECALL* KONSUMSI CAIRAN 2×24 JAM

Hari ke:

Waktu	Menu Makanan	Banyaknya		Jenis Minuman	Kemasan (Merk)	mL
		URT	Gram			
Pagi						
Selingan						
Siang						
Selingan						
Malam						
Selingan						

<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
----------------------	----------------------	----------------------	----------------------

LAMPIRAN 5
FORMULIR STATUS HIDRASI 2×24 JAM

Nama :

Umur :

WAKTU	HASIL TES DIPSTICK	STATUS HIDRASI
Hari ke-1		
Hari ke-2		

6. Uji Normalitas

a. Shapiro Wilk

Tests of Normality

Kelompok		Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
		Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Umur Responden	Indoor	.185	28	.015	.932	28	.069
	Outdoor	.131	33	.160	.920	33	.018
Aktivitas Fisik	Indoor	.089	28	.200*	.966	28	.468
	Outdoor	.116	33	.200*	.974	33	.589
Konsumsi Cairan	Indoor	.099	28	.200*	.973	28	.664
	Outdoor	.128	33	.187	.934	33	.045
Status Hidrasi	Indoor	.201	28	.005	.907	28	.017
	Outdoor	.192	33	.003	.853	33	.000

a. Lilliefors Significance Correction

*. This is a lower bound of the true significance.

7. Uji Homogenitas

Test of Homogeneity of Variances

	Levene Statistic	df1	df2	Sig.
Aktivitas Fisik	.301	1	59	.586
Konsumsi Cairan	3.143	1	59	.081
Status Hidrasi	1.073	1	59	.304

8. Uji Univariat

a. Indoor

Statistics

		Umur Responden	Jenis Kelamin	Kelompok	Aktivitas Fisik	Konsumsi Cairan	Status Hidrasi
N	Valid	28	28	28	28	28	28
	Missing	0	0	0	0	0	0
Mean		29.61	1.46	1.00	1.4807	1095.1200	1.02089
Std. Error of Mean		1.187	.096	.000	.01198	35.17601	.001152
Median		28.50	1.00	1.00	1.4750	1080.0800	1.02000
Std. Deviation		6.280	.508	.000	.06342	186.13396	.006094
Minimum		19	1	1	1.37	633.16	1.010
Maximum		40	2	1	1.64	1420.69	1.030

b. Outdoor

Statistics

		Umur Responden	Jenis Kelamin	Kelompok	Aktivitas Fisik	Konsumsi Cairan	Status Hidrasi
N	Valid	33	33	33	33	33	33
	Missing	0	0	0	0	0	0
Mean		31.42	1.24	2.00	1.9761	1794.6688	1.02288
Std. Error of Mean		1.163	.076	.000	.01252	22.94718	.001251
Median		32.00	1.00	2.00	1.9700	1793.4400	1.02500
Std. Deviation		6.680	.435	.000	.07193	131.82152	.007184
Minimum		20	1	2	1.83	1607.35	1.005
Maximum		40	2	2	2.13	2091.76	1.030

9. Uji Bivariat

a. Uji *Independent Sampel T-test*

Group Statistics

	Kelompok	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Aktivitas Fisik	Indoor	28	1.4807	.06342	.01198
	Outdoor	33	1.9761	.07193	.01252
Konsumsi Cairan	Indoor	28	1.0951E3	186.13396	35.17601
	Outdoor	33	1.7947E3	131.82152	22.94718

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
Aktivitas Fisik	Equal variances assumed	.301	.586	-28.281	59	.000	-.49535	.01752	-.53039	-.46030
	Equal variances not assumed			-28.578	58.901	.000	-.49535	.01733	-.53003	-.46066
Konsumsi Cairan	Equal variances assumed	3.143	.081	-17.124	59	.000	-699.54879	40.85210	-781.29366	-617.80392
	Equal variances not assumed			-16.656	47.597	.000	-699.54879	41.99911	-784.01212	-615.08546

b. Uji *Mann Whitney*

Ranks

	Kelompok	N	Mean Rank	Sum of Ranks
Status Hidrasi	Indoor	28	27.46	769.00
	Outdoor	33	34.00	1122.00
	Total	61		

Test Statistics^a

	Status Hidrasi
Mann-Whitney U	363.000
Wilcoxon W	769.000
Z	-1.477
Asymp. Sig. (2-tailed)	.140

a. Grouping Variable: Kelompok

10. Dokumentasi *Indoor*



Gambar 1. Penjelasan dan Pengisian *Recall*



Gambar 2. Pengisian *Inform Consent*



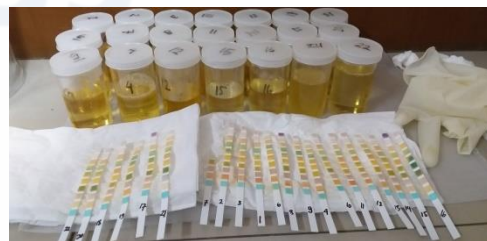
Gambar 3. Pemberian Urin Responden



Gambar 4. Pemberian Urin Responden



Gambar 5. Pengukuran BJU



Gambar 6. Urin dan *Dipstick* Kelompok *indoor*

11. Dokumentasi *Outdoor*



Gambar 1. Penjelasan Penelitian



Gambar 2. Penjelasan Penelitian



Gambar 3. Pengecekan Kuisisioner



Gambar 4. Pemberian Tabung Urin



Gambar 5. Pengukuran BJU



Gambar 6. Pengukuran BJU