

KUESIONER PENELITIAN

No. Responden :

Tanggal :

Jawablah daftar pertanyaan di bawah ini dengan sebenar-benarnya dan diberi tanda (x) jika jawaban tersebut anda anggap benar.

A. IDENTITAS RESPONDEN

1. Nama :
2. Jenis Kelamin :
3. Alamat :
4. Usia : tahun
5. Status Responden : DM / Tidak DM (Coret salah satu)

B. Faktor Genetik

6. Apakah anda mempunyai saudara yang menderita penyakit DM tipe II / kencing manis (Bapak, ibu, kakak dan adik kandung, kakek atau nenek)?
 - a. Ya
 - b. Tidak

C. Obesitas (IMT)

7. Berat badan saat terdiagnosa penyakit DM tipe II? kg
8. Tinggi badan saat terdiagnosa penyakit DM tipe II?cm

D. Merokok

9. Apakah anda merokok?
 - a. Ya
 - b. Tidak
10. Berapa batang rata-rata rokok yang dihisap per-hari?
 - a. 1-10 batang per hari
 - b. 11-24 batang per hari
 - c. ≥ 25 batang per hari

E. Aktivitas Fisik

Tabel 1.1 Klasifikasi aktivitas *Global Physical Activity* GPAQ (2016)

Jenis Aktivitas	Contoh Aktivitas
Aktivitas/kerja ringan	Duduk, berdiri, mencuci piring, memasak, menyetrikan, bermain musik, menonton tv, mengemudikan kendaraan, berjalan perlahan.
Aktivitas/kerja sedang	Mengepel lantai, mencuci mobil, menanam tanaman, bersepeda pergi pulang beraktivitas, berjalan sedang dan cepat, bowling, golf, berkuda, bermain tenis meja, berenang, voley,
Aktivitas/kerja berat	Membawa barang berat, berkebun, bersepeda (16-22 km/jam), bermain sepak bola, bermain basket, gym angkat berat, berlari.

Tabel 1.2 Kuesioner Aktivitas Fisik *Global Physical Activity* GPAQ (2016)

Pertanyaan		Responden	Kode
A. Aktivitas saat bekerja (aktivitas termasuk belajar, tugas administrasi, aktivitas rumah tangga, dll)			
1	Apakah dalam pekerjaan sehari – hari Bapak/Ibu, melakukan aktivitas fisik/kerja berat minimal 10 menit per hari?	1. Ya (Lanjut ke no 2) 2. Tidak (Lanjut ke no 4)	P1
2	Berapa hari dalam seminggu Bapak/Ibu melakukan aktivitas fisik/kerja berat ? Hari	P2
3	Berapa lama dalam 1 hari, Bapak/Ibu melakukan aktivitas fisik/kerja berat ? Jam ,Menit	P3
4	Apakah dalam pekerjaan Bapak/Ibu, memerlukan aktivitas fisik/kerja sedang , minimal 10 menit per hari?	1. Ya 2. Tidak (Lanjut ke no 7)	P4
5	Berapa hari dalam seminggu Bapak/Ibu melakukan fisik/kerja sedang ? Hari	P5
6	Berapa lama dalam 1 hari biasanya Bapak/Ibu melakukan fisik/kerja sedang ? Jam ,Menit	P6

B. Perjalanan dari tempat ke tempat lainnya (Perjalanan ke tempat kerja, belanja, ke supermarket,dll) dengan menggunakan sepeda atau berjalan kaki			
7	Apakah Bapak/Ibu berjalan kaki atau bersepeda, minimal 10 menit setiap harinya untuk pergi ke suatu tempat?	1. Ya	P7
		2. Tidak (Lanjut ke no 10)	
8	Berapa hari dalam seminggu Bapak/Ibu berjalan kaki atau bersepeda (minimal 10 menit) untuk pergi ke suatu tempat? Hari	P8
9	Berapa lama dalam 1 hari biasanya Bapak/Ibu berjalan kaki atau bersepeda untuk pergi ke suatu tempat? Jam ,Menit	P9
C. Aktivitas Rekreasi (Olahraga, Fitness, dan Rekreasi lainnya)			
10	Apakah Bapak/Ibu melakukan olahraga, fitness atau rekreasi yang merupakan aktivitas fisik berat minimal 10 menit per hari?	1. Ya	P10
		2. Tidak (Lanjut ke no 13)	
11	Berapa hari dalam seminggu biasanya Bapak/Ibu melakukan olahraga , fitness, atau rekreasi yang merupakan aktivitas fisik berat ? Hari	P11
12	Berapa lama Bapak/Ibu melakukan olahraga, fitness atau rekreasi yang merupakan aktivitas fisik berat dalam 1 hari ? Jam ,Menit	P12
13	Apakah Bapak/Ibu melakukan olahraga, fitness, atau rekreasi yang tergolong sedang seperti: berjalan cepat, bersepeda kecepatan dibawah 16 km/jam, berenang, voli, mengepel lantai yang merupakan aktivitas sedang minimal 10 menit per hari ?	1. Ya	P13
		2. Tidak (Lanjutke no 16)	
14	Berapa hari dalam seminggu, Bapak/Ibu melakukan olahraga, fitnes, atau rekreasi yang tergolong sedang seperti: berjalan cepat, bersepeda kecepatan dibawah 16 km/jam, berenang, voli, mengepel lantai ? Hari	P14

15	Berapa lama Bapak/Ibu melakukan olahraga, fitness atau rekreasi yang tergolong sedang seperti: berjalan cepat, bersepeda kecepatan dibawah 16 km/jam, berenang, voli, mengepel lantai dalam 1 hari ? Jam,Menit	P15
D. Tidak banyak bergerak (aktivitas yang tidak memerlukan banyak gerak seperti duduk			
16	Berapa lama Bapak/Ibu duduk ? Jam,Menit	P16