

Lampiran 1**PERBEDAAN ASUPAN ENERGI, ASUPAN ZAT GIZI MAKRO, ASUPAN CAIRAN
STATUS HIDRASI DAN STRES PADA IBU MENYUSUI ASI EKSKLUSIF DAN SUSU
FORMULA DI PUSKESMAS KECAMATAN GROGOL PETAMBURAN**

**Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan
Universitas Esa Unggul (UEU)
Jl. Arjuna Utara No. 9 Kebon Jeruk, Jakarta Barat 11510**

LEMBAR PENJELASAN PENELITIAN

Kepada Yth,
Ibu/Saudari Calon Responden
di Tempat

Dengan Hormat,
Saya yang bertanda tangan dibawah ini :
Nama : Vincensia Ravika Siwi
NIM : 201532032

Saya adalah mahasiswa Universitas Esa Unggul yang saat ini sedang melakukan pengambilan data untuk mengetahui perbedaan asupan energi, asupan zat gizi makro, asupan cairan, status hidrasi dan stress pada ibu menyusui ASI eksklusif dan susu formula di Puskesmas Kecamatan Grogol Petamburan. Kegiatan ini dilakukan untuk memenuhi tugas akhir (Skripsi) dari penelitian mengenai penelitian yang berjudul **“Perbedaan Stres, Asupan Energi, Asupan Zat Gizi Makro, Asupan Cairan dan Status Hidrasi pada Ibu Menyusui ASI Eksklusif dan Susu Formula di Puskesmas Kecamatan Grogol Petamburan”**

Partisipasi dari Ibu/Saudari tidak akan mengakibatkan kerugian apapun karena informasi yang diberikan dijamin kerahasiaannya. Apabila Ibu/Saudari calon bersedia, dimohon untuk menandatangani lembar persetujuan yang terlampir dalam lembaran ini. Atas perhatian serta kesediaan Ibu/Saudari , saya ucapkan terima kasih.

Jakarta, 2019

Peneliti

Vincensia Ravika Siwi

Lampiran 2**LEMBAR PENJELASAN PENELITIAN**

Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif, menggunakan rancangan penelitian observasional deskriptif dengan pendekatan desain *cross sectional* yaitu penelitian yang bertujuan untuk membandingkan perbedaan nilai atau data variabel satu dengan variabel yang lain.

Penelitian ini akan diberikan angket yang terdiri dari lembar penjelasan, *inform consent*, data karakteristik ibu, stres dan *form recall* 2 × 24 jam serta pengambilan sampel urin sendiri oleh responden. Responden penelitian ini adalah ibu yang memiliki anak usia 0-6 bulan yang sedang menyusui ASI atau dengan susu formula sesuai dengan kriteria.

Manfaat penelitian ini bagi responden adalah memberikan tambahan pengetahuan pada ibu tentang penting asupan energi, asupan zat gizi makro, dan asupan cairan. Pemberian ASI secara eksklusif selama 6 bulan dan keadaan status hidrasi pada ibu menyusui.

Partisipasi ibu/saudari bersifat sukarela tanpa paksaan dan bila tidak berkenan dapat menolak atau sewaktu-waktu dapat mengundurkan diri tanpa sanksi apapun. Sebagai informasi dan hasil pemeriksaan yang berkaitan dengan privasi akan dijaga kerahasiaannya. Semua data tidak akan dihubungkan dengan identitas.

Informasi tambahan

Subjek penelitian dapat menanyakan semua hal yang berkaitan dengan penelitian ini dan dapat menghubungi peneliti :

Vincensia Ravika Siwi (Mahasiswi Universitas Esa Unggul)

Email : vincensiaravikasiwi@gmail.com

No.Hp : 08999116367

Lampiran 3

**LEMBAR PERSETUJUAN SEBAGAI RESPONDEN (*INFORM CONSENT*)
PERBEDAAN ASUPAN ENERGI, ASUPAN ZAT GIZI MAKRO, ASUPAN CAIRAN
STATUS HIDRASI DAN STRES PADA IBU MENYUSUI ASI EKSKLUSIF DAN SUSU
FORMULA DI PUSKESMAS KECAMATAN GROGOL PETAMBURAN**

**Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan
Universitas Esa Unggul (UEU)
Jl. Arjuna Utara No. 9 Kebon Jeruk, Jakarta Barat 11510**

LEMBAR PERSETUJUAN SEBAGAI RESPONDEN

Saya adalah mahasiswa Reguler Universitas Esa Unggul yang saat ini sedang melakukan penelitian tentang perbedaan asupan energi, asupan zat gizi makro, asupan cairan, status hidrasi dan stres pada ibu menyusui ASI eksklusif dan susu formula sebagai syarat untuk memperoleh gelar sarjana gizi. Oleh karena itu saya memohon kesediaan waktu ibu untuk mengisi kuesioner mengenai karakteristik responden, tingkat stres, asupan makanan, asupan cairan dan menampung urin sendiri. Saya akan merahasiakan seluruh informasi yang ibu berikan. Perlu saya informasikan bahwa keikutsertaan ibu dalam pengisian kuesioner ini bersifat sukarela.

Inform consent :

Setelah saya mendapatkan penjelasan mengenai tujuan dan manfaat studi dalam “Perbedaan Asupan Energi, Asupan Zat Gizi Makro, Asupan Cairan, Status Hidrasi dan Stres pada Ibu Menyusui ASI Eksklusif dan Susu Formula di Puskesmas Kecamatan Grogol Petamburan”, maka saya :

Nama :

Alamat:

No. Hp:

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

Jakarta,

2019

Tanda Tangan Responden

Tanda Tangan Peneliti

Lampiran 4

DATA KARAKTERISTIK RESPONDEN
PERBEDAAN ASUPAN ENERGI, ASUPAN ZAT GIZI MAKRO, ASUPAN CAIRAN
STATUS HIDRASI DAN STRES PADA IBU MENYUSUI ASI EKSKLUSIF DAN SUSU
FORMULA DI PUSKESMAS KECAMATAN GROGOL PETAMBURAN

Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan

Universitas Esa Unggul (UEU)

Jl. Arjuna Utara No. 9 Kebon Jeruk, Jakarta Barat 11510

Kuesioner Karakteristik

Kuesioner ini bertujuan untuk mengetahui karakteristik responden meliputi nama, umur, pekerjaan, paritas ibu dan pendidikan formal terakhir. Saya mohon kesediaan responden untuk menjawab pertanyaan dengan benar.

Hari/Tanggal :
Waktu Pengambilan Data :

A. Karakteristik Responden (Ibu)		
1.	Nama Responden	:
2.	Tanggal Lahir	:/...../.....
3.	Umur	: Tahun
4.	Pendidikan	: 1. Tidak tamat SD 2. Tamat SD 3. Tamat SMP 4. Tamat SMA/SMK 5. Perguruan Tinggi
5.	Pekerjaan	: 1. Ibu Rumah Tangga 2. PNS 3. Karyawan Swasta 4. Wiraswasta 5. Buruh 6. Lainnya
6.	Paritas Ibu	: 1. 1 anak (primipara) 2. 2-5 anak (multipara) 3. >5 anak (grande multipara)
7.	Anak ke	: ... dari ... bersaudara
8.	Telah menyusui	: bulan
19.	Status Hidrasi Ibu	: 1. Terhidrasi dengan baik warna urin 1-3 2. Kurang terhidrasi dengan baik warna urin 4-6 3. Dehidrasi warna urin 7-8

Lampiran 5

B. Pemberian ASI atau Susu Formula			
No.	Pertanyaan	Jawaban	
		Tidak	Ya
1.	Apakah ibu hanya memberikan ASI saja selama 24 jam terakhir kepada bayi? Jika tidak lanjut ke pertanyaan no. 2		
2.	Jika tidak apa ibu memberikan susu formula saja selama 24 jam terakhir kepada bayi?		

TES DASS (Tingkat Stres)
Petunjuk Pengisian

Kuesioner ini terdiri dari berbagai pernyataan yang mungkin sesuai dengan pengalaman Ibu dalam menghadapi situasi hidup sehari-hari. Terdapat empat pilihan jawaban yang disediakan untuk setiap pernyataan yaitu:

- 0 : Tidak sesuai dengan saya sama sekali, atau tidak pernah.
- 1 : Sesuai dengan saya sampai tingkat tertentu, atau kadang kadang.
- 2 : Sesuai dengan saya sampai batas yang dapat dipertimbangkan, atau lumayan sering.
- 3 : Sangat sesuai dengan saya, atau sering sekali.

Selanjutnya, Ibu diminta untuk menjawab dengan cara **memberi tanda silang (X)** pada salah satu kolom yang paling sesuai dengan pengalaman Ibu selama **satu minggu belakangan ini**. Tidak ada jawaban yang benar ataupun salah, karena itu isilah sesuai dengan keadaan diri Ibu yang sesungguhnya, yaitu berdasarkan jawaban pertama yang terlintas dalam pikiran Ibu.

No	PERNYATAAN	0	1	2	3
1	Saya merasa bahwa diri saya menjadi marah karena hal-hal sepele.				
2	Saya cenderung bereaksi berlebihan terhadap suatu situasi.				
3	Saya merasa sulit untuk bersantai.				
4	Saya menemukan diri saya mudah merasa kesal				
5	Saya merasa telah menghabiskan banyak energi untuk merasa cemas.				
6	Saya menemukan diri saya menjadi tidak sabar.				
7	Saya merasa bahwa saya mudah tersinggung.				

No	PERNYATAAN	0	1	2	3
8	Saya merasa sulit untuk beristirahat.				
9	Saya merasa bahwa saya sangat mudah marah.				
10	Saya merasa saya hampir panik.				
11	Saya merasa sulit untuk tenang setelah sesuatu membuat saya kesal.				
12	Saya sulit untuk sabar dalam menghadapi gangguan terhadap hal yang sedang saya lakukan.				
13	Saya sedang merasa gelisah.				
14	Saya tidak dapat memaklumi hal apapun yang menghalangi saya untuk menyelesaikan hal yang sedang saya lakukan.				

Lampiran 6**FORMULIR RECALL 24 JAM**

Hari ke-1

Hari/Tanggal :

Waktu Makan	Nama Makanan	Bahan Makanan	URT	Gram

FORMULIR RECALL 24 JAM

Hari ke-2

Hari/Tanggal :

Waktu Makan	Nama Makanan	Bahan Makanan	URT	Gram