

--	--	--	--	--



**PROGRAM STUDI ILMU GIZI
FAKULTAS ILMU-ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS ESA UNGGUL**

NASKAH PENDAHULUAN PENELITIAN

Saya Siti Choirunnisa mahasiswi Ilmu Gizi Fakultas Ilmu-ilmu Kesehatan Universitas Esa Unggul akan melakukan penelitian di Kepolisian Resort Metro Jakarta Barat dengan judul **“Hubungan Pengetahuan Gizi, Asupan Energi, Asupan Zat Gizi Makro, Asupan Serat, Aktivitas Fisik, dan Persen Lemak Tubuh Terhadap Status Gizi Polisi di Kepolisian Resort Metro Jakarta Barat Tahun 2016”**. Penelitian ini merupakan tahap akhir dalam menyelesaikan studi di Program Studi Ilmu Gizi, Fakultas Ilmu-ilmu Kesehatan, Universitas Esa Unggul.

Penelitian ini mencakup pengambilan 150 data karakteristik responden polisi (nama, tanggal lahir, umur, jenis kelamin, nomor telepon) dengan cara wawancara, data antropometri (berat badan, tinggi badan, dan persen lemak tubuh) dengan cara pengukuran langsung, data asupan (energi, zat gizi makro, serat) serta aktivitas fisik dengan cara wawancara, dan data pengetahuan gizi dengan cara pengisian angket.

Partisipasi Bapak/Ibu dalam penelitian ini bersifat sukarela, Bapak/Ibu bebas menerima atau menolak menjadi responden tanpa sanksi apapun. Semua informasi Bapak/Ibu akan terjamin kerahasiaannya dan data ini hanya akan digunakan untuk proses penelitian.

Atas Partisipasi dan waktunya, saya ucapkan terimakasih.

Hormat Saya,

(Siti Choirunnisa)

No. Responden

--	--	--	--	--

**INFORMED CONSENT
PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN**

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama :

Tempat, tanggal lahir :

Alamat :

No. Hp :

Menyatakan bersedia untuk menjadi responden dan bersedia untuk diukur berat badan, tinggi badan, persen lemak tubuh, diwawancara, dan mengisi angket pada penelitian:

Nama : Siti Choirunnisa

Judul : **Hubungan Antara Pengetahuan Gizi, Asupan Energi, Asupan Zat Gizi Makro, Asupan Serat, Aktivitas Fisik, dan Persen Lemak Tubuh Terhadap Status Gizi Polisi di Kepolisian Resort Metro Jakarta Barat.**

Jakarta,

()

Responden

No. Responden

--	--	--	--	--

Karakteristik Responden

Karakteristik Responden	
No. Responden	
Nama	
Alamat	
Tanggal Lahir	
Umur	
Jenis Kelamin	
No. Tlp/Hp	

Data Antropometri

Pengukuran Antropometri	Pengukuran Ke-1	Pengukuran Ke-2	Rata-rata Pengukuran
Berat Badan			
Tinggi Badan			
Persen Lemak Tubuh			

No. Responden

--	--	--	--	--

KUESIONER KONSUMSI MAKANAN
(FOOD RECALL 24 JAM)

Nama :

Jenis Kelamin :

Tanggal Wawancara :

Pewawancara :

Waktu Makan	Masakan	Bahan Makanan		
	Nama Masakan	Jenis Bahan Makanan	Banyak (Jumlah)	
			URT	Gram

--	--	--	--	--

Pengetahuan Gizi Responden

Jawablah pertanyaan berikut ini dengan melingkari (O) salah satu jawaban yang menurut saudara/i benar.

1. Kelompok makanan di bawah ini yang dapat menggantikan pangan nasi sebagai sumber zat tenaga adalah?
 - a. Singkong, mie, roti, bihun
 - b. Singkong, roti, papaya, jagung
 - c. Roti, bayam, ubi jalar, papaya
2. Di bawah ini bahan makanan yang mengandung protein adalah?
 - a. Ayam, tahu, tempe, oncom
 - b. Ayam, nasi, mie, jagung, ubi, dan roti
 - c. Daging, tempe, tahu, jeruk
3. Di bawah ini penyakit yang dapat ditimbulkan oleh obesitas adalah?
 - a. Diabetes mellitus (kencing manis), hipertensi, jantung
 - b. Insomnia (susah tidur), gangguan kulit, gangguan mata
 - c. Tekanan darah rendah, gangguan pencernaan, gangguan ginjal
4. Gangguan kegemukan dapat dialami oleh?
 - a. Balita, remaja, dan dewasa
 - b. Balita, dan remaja
 - c. Remaja dan dewasa
5. Sumber kalori utama bagi tubuh adalah?
 - a. Karbohidrat
 - b. Lemak dan vitamin
 - c. Protein, vitamin dan mineral
6. konsumsi serat yang dianjurkan adalah?
 - a. 30 gram/hari
 - b. 15 gram/hari
 - c. 10 gram per/hari
7. Yang berperan sebagai fungsi zat tenaga adalah?
 - a. Karbohidrat, serat, vitamin
 - b. Karbohidrat, lemak, protein
 - c. Karbohidrat, vitamin, protein
8. Sumber bahan makanan lemak berfungsi untuk?
 - a. Zat tenaga/energi
 - b. Zat pembangun
 - c. Zat pengatur
9. Zat gizi utama yang dibutuhkan oleh tubuh adalah?
 - a. Karbohidrat, protein, lemak
 - b. Protein, vitamin, dan mineral
 - c. Karbohidrat, vitamin, mineral

--	--	--	--	--

10. Sumber makanan lemak, sebaiknya dikonsumsi sebanyak?
 - a. Seperempat dari kebutuhan energi
 - b. Setengah dari kebutuhan energi
 - c. Sepertiga dari kebutuhan energi
11. Apa yang dimaksud dengan persen lemak tubuh
 - a. Lemak disekitar perut dalam persen
 - b. Semua lemak dalam tubuh dalam persen
 - c. Lemak dibawah kulit dalam persen
12. Apa yang dimaksud dengan aktivitas fisik?
 - a. Kegiatan berolahraga
 - b. Kegiatan mulai dari bangun tidur sampai tidur kembali
 - c. Kegiatan yang selalu mengeluarkan keringat
13. Yang termasuk aktivitas fisik adalah?
 - a. Jalan kaki
 - b. Lari pagi
 - c. a dan b benar

