



Informed Consent

Persetujuan Menjadi Responden

Salam sejahtera,

Perkenalkan nama saya Alivia Aruva, mahasiswa S1 reguler tahun 2016 Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan Universitas Esa Unggul. Saya bermaksud untuk melakukan penelitian mengenai **Persepsi tubuh, gangguan makan, pengetahuan gizi dan aktivitas fisik terhadap status gizi pada Pramugari**. Penelitian ini dilakukan sebagai tahap akhir dalam penyelesaian studi di Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan, Universitas Esa Unggul. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada hubungannya antara persepsi tubuh, gangguan makan, pengetahuan gizi dan aktivitas fisik terhadap status gizi pramugari. Adapun manfaat yang diperoleh oleh responden, yaitu dapat meningkatkan wawasan dan pengetahuan tentang pramugari, persepsi tubuh, gangguan makan, pengetahuan gizi, aktivitas fisik dan status gizi.

Besar harapan saya Ibu bersedia untuk menjadi responden dalam penelitian ini dengan menjawab pertanyaan yang ada dalam kuisisioner. Semua tindakan yang dilakukan tidak menyebabkan efek samping terhadap responden. Segala jawaban dan data yang Ibu berikan selama proses pengambilan data dalam penelitian ini akan dirahasiakan dan hanya digunakan untuk kepentingan akademik. Apabila bersedia mengikuti penelitian ini, Ibu dipersilahkan untuk mendatangi data dibawah ini :

No Urut Responden :

Nama :

Alamat :

Dengan ini, saya bersedia menjadi responden dalam penelitian ini.

Responden

Formulir Data Responden

A. Identitas Responden

Nama:		[A1]
Usia:		[A2]
Tanggal Lahir:		[A3]
Alamat:		[A4]
Pendidikan Terakhir:		[A5]

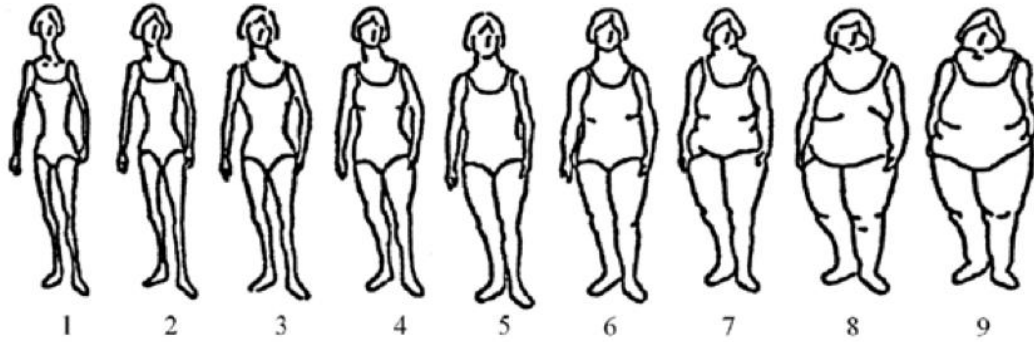
B. Antropometri

Berat badan		[B1]
Tinggi badan		[B2]
IMT		[B3]
Status Gizi		[B4]

Kuesioner Body Image

FIGURE RATING SCALE

Siluet bentuk tubuh metode *Figure Rating Scale* (FRS)



PILIH LAH NOMOR PADA GAMBAR BERDASARKAN JENIS KELAMIN ANDA UNTUK MENJAWAB PERTANYAAN DIBAWAH INI.

1. Menurut anda, berdasarkan gambar diatas, bentuk tubuh nomor berapa yang mencerminkan **bentuk tubuh anda saat ini?**.....[C1]
2. Menurut anda, berdasarkan gambar diatas, bentuk tubuh nomor berapa yang menunjukkan **bentuk tubuh ideal yang anda inginkan?**[C2]
3. Menurut anda, berdasarkan gambar diatas, bentuk tubuh nomor berapa yang menunjukkan **bentuk tubuh kurus?**.....[C3]
4. Menurut anda, berdasarkan gambar diatas, bentuk tubuh nomor berapa yang menunjukkan **bentuk tubuh gemuk?**.....[C4]
5. Menurut anda, berdasarkan gambar diatas, bentuk tubuh nomor berapa yang menunjukkan **bentuk tubuh yang paling menarik?**.....[C5]
6. Menurut anda, berdasarkan gambar diatas, bentuk tubuh nomor berapa yang mencerminkan **bentuk tubuh sehat?**.....[C6]
7. Menurut anda, berdasarkan gambar diatas, bentuk tubuh nomor berapa yang mencerminkan **bentuk tubuh yang tidak sehat?**.....[C7]
8. Menurut anda, berdasarkan gambar diatas, bentuk tubuh nomor berapa yang menunjukkan **bentuk tubuh yang diharapkan keluarga?**.....[C8]

9. Menurut anda, berdasarkan gambar diatas, bentuk tubuh nomor berapa yang menunjukkan **bentuk tubuh yang diharapkan teman?**.....[C9]

10. Menurut anda, berdasarkan gambar diatas, bentuk tubuh nomor berapa yang menunjukkan **bentuk tubuh yang anda diharapkan?**.....[C10]

JAWABLAH BERDASARKAN GAMBAR LAWAN JENIS

11. Menurut anda, berdasarkan gambar diatas, bentuk tubuh nomor berapa yang menunjukkan **bentuk tubuh yang paling menarik lawan jenis?**.....[C11]

Kuesioner Gangguan Makan
Eating Attitude Test-26

No.	Pernyataan	Selalu	Sangat Sering	Sering	Kadang-Kadang	Jarang	Tidak Pernah
1.	Saya takut menjadi gemuk						
2.	Saya menghindari makan ketika lapar						
3.	Saya kecanduan dengan makanan						
4.	Saya pernah makan terlalu banyak dan merasa tidak dapat berhenti						
5.	Saya memotong makanan menjadi potongan kecil-kecil						
6.	Saya mengetahui jumlah kalori yang saya makan						

7.	Saya menghindari makanan dengan karbohidrat tinggi (seperti roti, nasi, kentang)						
8.	Saya merasa orang lain lebih suka jika saya makan lebih banyak						
9.	Saya memuntahkan makanan setelah makan						
10.	Saya merasa sangat bersalah/menyesal setelah makan						
11.	Saya memiliki keinginan untuk menjadi lebih kurus						
12.	Saat berolahraga saya terlalu memikirkan						

	tentang berapa kalori yang terbakar						
13.	Orang lain mengatakan saya terlalu kurus						
14.	Saya berpikir bahwa saya memiliki banyak lemak ditubuh saya						
15.	Saya makan lebih lama dibanding orang lain						
16.	Saya menghindari makanan yang mengandung gula						
17.	Saya memakan makanan khusus diet						
18.	Saya merasa bahwa makanan mengontrol hidup saya						
19.	Saya merestriksi /menahan diri						

	saya saat makan						
20.	Saya merasa orang lain memaksa saya untuk makan						
21.	Saya menghabiskan banyak waktu memikirkan makanan						
22.	Saya merasa tidak nyaman setelah makan makanan manis						
23.	Saya melakukan diet						
24.	Saya suka saat kondisi perut saya kosong						
25.	Saya merasa ingin memuntahkan makanan sehabis makan						
26.	Saya menikmati jenis-jenis						

makanan baru							
--------------	--	--	--	--	--	--	--

Kuesioner Pengetahuan Gizi

No.	Pengetahuan Gizi	Jawaban	
		Benar	Salah
1.	Kebiasaan minum teh bersamaan dengan makan dapat mempercepat penyerapan zat besi dalam tubuh.		
2.	Makanan tinggi vitamin B12 dapat memicu terjadinya kekurangan darah pada perempuan dewasa		
3.	Persepsi tubuh adalah bagaimana seseorang memandang tubuhnya sendiri		
4.	Persepsi tubuh seseorang tidak dipengaruhi teman sebaya, media dan keluarga		
5.	Cara terbaik untuk mendapatkan berat badan ideal adalah makan dengan porsi sedikit dan tidak berolahraga		
6.	Puding, kue kering dan roti lebih menyehatkan dibandingkan gandum, singkong dan nasi		
7.	Lauk pauk merupakan kelompok makanan yang berfungsi sebagai sumber energi utama		
8.	Daging merah dan hati ayam dapat membantu penyerapan zat besi di dalam tubuh		
9.	Kurang baiknya persepsi tubuh lebih sering terjadi pada perempuan dewasa dibandingkan laki-laki dewasa		

No.	Pengetahuan Gizi	Jawaban	
		Benar	Salah
10.	Daun singkong dan bayam merupakan makanan penambah darah yang berasal dari nabati		

Kuesioner Aktivitas Fisik

International Physical Activity Questionnaire-Short Form

Pertanyaan di bawah ini adalah pertanyaan seputar aktivitas fisik yang Anda lakukan selama **7 hari terakhir**. Jawablah setiap pertanyaan di bawah ini meskipun Anda merasa bahwa Anda bukanlah orang yang aktif. Pikirkan tentang aktivitas fisik yang Anda lakukan di tempat kerja, di rumah dan halaman, untuk bergerak dari satu tempat ke tempat lain, dan pada waktu luang untuk rekreasi atau berolahraga.

Ingat kembali semua aktivitas fisik berat yang telah Anda lakukan selama **7 hari terakhir**. Aktivitas fisik berat adalah aktivitas yang memerlukan kerja keras dan menyebabkan Anda bernafas jauh lebih cepat daripada biasanya. Pikirkan aktivitas fisik yang telah Anda lakukan selama sekurang-kurangnya 10 menit pada suatu waktu.

1. Selama **7 hari terakhir**, berapa harikah Anda melakukan **aktivitas fisik berat** seperti mengangkat beban berat, menggali, senam aerobik, atau bersepeda cepat?

_____ **hari per minggu**

Tidak ada aktivitas fisik berat → Lanjutkan ke pertanyaan no.3

2. Berapa lama waktu yang biasa Anda gunakan untuk melakukan **aktivitas fisik berat** tersebut?

_____ **jam per hari**

_____ **menit per hari**

Tidak tahu/tidak pasti

Ingat kembali semua **aktivitas fisik moderat (sedang)** yang telah Anda lakukan selama **7 hari terakhir**. Aktivitas fisik moderat adalah aktivitas yang memerlukan

kerja fisik sedang dan menyebabkan Anda bernafas agak lebih cepat daripada biasanya. Pikirkan aktivitas fisik yang telah Anda lakukan selama sekurang-kurangnya 10 menit pada suatu waktu.

3. Selama **7 hari terakhir**, berapa harikah Anda melakukan **aktivitas fisik moderat** seperti mengangkat beban ringan, bersepeda santai atau bermain tenis berpasangan? Ini **tidak termasuk berjalan kaki**

_____ **hari perminggu**

Tidak ada aktivitas fisik berat → Lanjutkan ke pertanyaan no.5

4. Berapa lama waktu yang biasa Anda gunakan untuk melakukan **aktivitas fisik moderat** tersebut?

_____ **jam per hari**

_____ **menit per hari**

Tidak tahu/tidak pasti

Ingat kembali tentang waktu yang Anda gunakan untuk **berjalan kaki** dalam **7 hari terakhir**, termasuk berjalan kaki di tempat kerja, di rumah, berjalan kaki dari satu tempat ke tempat lain, dan berjalan kaki semata-mata untuk rekreasi, olahraga atau mengisi waktu luang.

5. Selama **7 hari terakhir**, berapa harikah Anda telah berjalan kaki selama sekurang-kurangnya 10 menit?

_____ **hari perminggu**

Tidak ada aktivitas fisik berat → Lanjutkan ke pertanyaan no.7

6. Berapa lama waktu yang biasa Anda gunakan untuk **berjalan kaki** dalam satu hari?

_____ **jam per hari**

_____ **menit per hari**

Tidak tahu/tidak pasti

Pertanyaan terakhir adalah mengenai waktu yang Anda gunakan untuk **duduk dalam sehari** selama **7 hari terakhir**. Termasuk waktu yang digunakan duduk di tempat kerja, di rumah, saat belajar dan selama waktu luang. Waktu ini juga

termasuk waktu yang digunakan duduk di kursi, duduk saat mengunjungi teman-teman, membaca atau berbaring sambil menonton televisi.

7. Selama **7 hari terakhir**, berapa banyak waktu yang Anda gunakan untuk **duduk** dalam satu hari?

_____ **jam per hari**

_____ **menit per hari**

Tidak tahu/tidak pasti

Link Kuesioner *Online Microsoft Form*: <https://bit.ly/2EI6VMu>

Lampiran Output SPSS

Tingkat Persepsi Tubuh Pramugari terhadap Status Gizi Crosstabulation

Tingkat Persepsi Tubuh Pramugari	Persepsi Tubuh	Status Gizi				
			Kurang	Normal	Berlebih	Total
Tingkat Persepsi Tubuh Pramugari	Negatif	Count	6	7	41	54
		% within Tingkat Persepsi Tubuh Pramugari	11.1%	13.0%	75.9%	100.0%
		Count	0	47	1	48
	Positif	% within Tingkat Persepsi Tubuh Pramugari	0.0%	97.9%	2.1%	100.0%
		Count	6	54	42	102
		% within Tingkat Persepsi Tubuh Pramugari	5.9%	52.9%	41.2%	100.0%

Chi-Square Tests						
	Value	df	Asymptotic Significance (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)	Point Probability
Pearson Chi-Square	73.627 ^a	2	.000	.000		
Likelihood Ratio	89.944	2	.000	.000		
Fisher's Exact Test	84.721			.000		
Linear-by-Linear Association	28.617 ^b	1	.000	.000	.000	.000
N of Valid Cases	102					

a. 2 cells (33,3%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 2.82

b. The standardized statistic is -5,349

Tingkat Gangguan Makan Pramugari terhadap Status Gizi Crosstabulation

Tingkat Gangguan Makan Pramugari		Status Gizi			
			Kurang	Normal	Berlebih
Tidak Ada Gangguan Makan Pramugari	Count	1	46	31	78
	% within Tingkat Gangguan Makan Pramugari	1.3%	59.0%	39.7%	100.0%
	Count	5	8	11	24
	% within Tingkat Gangguan Makan Pramugari	20.8%	33.3%	45.8%	100.0%
Total	Count	6	54	42	102
	% within Tingkat Gangguan	5.9%	52.9%	41.2%	100.0%

		Makan Pramugari				
--	--	--------------------	--	--	--	--

Chi-Square Tests						
	Value	df	Asymptotic Significance (2- sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)	Point Probability
Pearson Chi-Square	14.371 ^a	2	.001	.001		
Likelihood Ratio	12.287	2	.002	.002		
Fisher's Exact Test	11.943			.002		
Linear-by- Linear Association	.952 ^b	1	.329	.429	.217	.097
N of Valid Cases	102					

a. 2 cells (33.3%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 1.41

b. The standardized statistic is -.976

Tingkat Pengetahuan Gizi Pramugari terhadap Status Gizi

Tingkat Pengetahuan Gizi Pramugari		Status Gizi			
			Kurang	Normal	Berlebih
Kurang	Count	0	5	1	6
	% within Tingkat Pengetahuan Gizi	0.0%	83.3%	16.7%	100.0%
	Count	6	49	41	96
	% within Tingkat Pengetahuan Gizi	6.3%	51.0%	42.7%	100.0%
Total	Count	6	54	42	102
	% within Tingkat	5.9%	52.9%	41.2%	100.0%

		Pengetahuan Gizi				
--	--	------------------	--	--	--	--

Chi-Square Tests						
	Value	df	Asymptotic Significance (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)	Point Probability
Pearson Chi-Square	2.417 ^a	2	.299	.299		
Likelihood Ratio	2.870	2	.238	.240		
Fisher's Exact Test	1.851			.467		
Linear-by-Linear Association	.633 ^b	1	.426	.485	.324	.201
N of Valid Cases	102					

- a. 3 cells (50.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is .35
- b. The standardized statistic is .796

Tingkat Aktivitas Fisik terhadap Status Gizi

Tingkat Aktivitas Fisik		Status Gizi			
		Kurang	Normal	Berlebih	Total
Rendah	Count	3	20	13	36
	% within Tingkat Aktivitas Fisik	8.3%	55.6%	36.1%	100.0%
	Count	3	27	17	47
	% within Tingkat Aktivitas Fisik	6.4%	57.4%	36.2%	100.0%
Tinggi	Count	0	7	12	19
	% within Tingkat	0.0%	36.8%	63.2%	100.0%

		Aktivitas Fisik				
Total		Count	6	54	42	102
		% within Tingkat Pengetahuan Gizi	5.9%	52.9%	41.2%	100.0%

Chi-Square Tests						
	Value	df	Asymptotic Significance (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)	Point Probability
Pearson Chi-Square	5.402 ^a	4	.248	.248		
Likelihood Ratio	6.289	4	.179	.224		
Fisher's Exact Test	4.840			.283		
Linear-by-Linear Association	3.511 ^b	1	.061	.078	.039	.016
N of Valid Cases	102					

- a. 3 cells (33.3%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 1.12
- b. The standardized statistic is 1.874