

# **LAMPIRAN**

Lampiran 1 Surat *Ethical Clearance*



**DEWAN PENEGAKAN KODE ETIK UNIVERSITAS ESA UNGGUL  
KOMISI ETIK PENELITIAN  
Jl. Arjuna Utara No.9 Kebon Jeruk Jakarta Barat 11510  
Telp. 021-5674223 email: dpke@esaunggul.ac.id**

Nomor : 0306-20.287/DPKE-KEP/FINAL-EA/UEU/IX/2020

**KETERANGAN LOLOS KAJI ETIK  
ETHICAL APPROVAL**

Komisi Etik Penelitian Universitas Esa Unggul dalam upaya melindungi hak asasi dan kesejahteraan subyek penelitian kesehatan, telah mengkaji dengan teliti protokol berjudul:

**FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN STATUS HIDRASI ATLET RENANG KLUB  
MILENIUM AQUATIK CIKINI**

Peneliti Utama : Risma Ramadhanti  
Pembimbing : Mury Kuswari, S.Pd., M.Gizi  
Nama Institusi : Universitas Esa Unggul

dan telah menyetujui protokol tersebut di atas.

Jakarta, 28 September 2020

Ketua



Dr. Rokiah Kusumapradja, SKM., MHA

\* *Ethical approval* berlaku satu tahun dari tanggal persetujuan.

\*\* Peneliti berkewajiban

1. Menjaga kerahasiaan identitas subyek penelitian
2. Memberitahukan status penelitian apabila:
  - a. Setelah masa berlakunya keterangan lolos kaji etik, penelitian masih belum selesai, dalam hal ini *ethical approval* harus diperpanjang
  - b. Penelitian berhenti di tengah jalan
3. Melaporkan kejadian **serius yang tidak diinginkan** (*serious adverse events*).
4. Peneliti **tidak boleh melakukan tindakan** apapun pada subyek sebelum penelitian lolos kaji etik dan *informed consent*.

Lampiran 2 Dokumentasi





Lampiran 3 Output SPSS

**UJI UNIVARIAT**  
**Statistics**

Jenis Kelamin

N	Valid	39
	Missing	0

**Jenis Kelamin**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Laki-Laki	25	64.1	64.1	64.1
	Perempuan	14	35.9	35.9	100.0
Total		39	100.0	100.0	

**Statistics**

Usia

N	Valid	39
	Missing	0
Mean		14.69
Median		15.00
Std. Deviation		1.764
Minimum		10
Maximum		18

**kelompok usia responden**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	remaja awal	17	43.6	43.6	43.6
	remaja tengah	15	38.5	38.5	82.1
	remaja akhir	7	17.9	17.9	100.0
Total		39	100.0	100.0	

**Statistics**

Berat badan

N	Valid	39
	Missing	0
Mean		57.356
Median		57.300
Std. Deviation		10.3136
Minimum		34.6
Maximum		81.6

**Statistics**

Tinggi badan

N	Valid	39
	Missing	0
Mean		162.741
Median		164.500
Std. Deviation		9.2442
Minimum		142.0
Maximum		182.0

**Statistics**

persen lemak tubuh perempuan

N	Valid	15
	Missing	24
Mean		28.3867
Std. Deviation		6.30101
Minimum		16.70
Maximum		41.90

**Statistics**

persen lemak tubuh laki-laki

N	Valid	24
	Missing	15
Mean		19.9958
Std. Deviation		5.01896
Minimum		10.00
Maximum		30.60

**Statistics**

Asupan cairan

N	Valid	39
	Missing	0
Mean		3954.4913
Std. Deviation		1146.79803
Minimum		2260.81
Maximum		7527.88

**Statistics**

Aktivitas Fisik

N	Valid	39
	Missing	0
Mean		1.6822
Std. Deviation		.17870
Minimum		1.40
Maximum		2.17

**aktivitas\_fisik**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Ringan	22	56.4	56.4	56.4
	Sedang	15	38.5	38.5	94.9
	Berat	2	5.1	5.1	100.0
Total		39	100.0	100.0	

**Statistics**

Z-Score

N	Valid	39
	Missing	0
Mean		.5082
Std. Deviation		.75844
Minimum		-.98
Maximum		2.00

**Status\_Gizi**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Normal	27	69.2	69.2	69.2
	Gemuk	12	30.8	30.8	100.0
	Total	39	100.0	100.0	

**Statistics**

Berat Jenis Urine

N	Valid	39
	Missing	0
Mean		1.02077
Std. Deviation		.008155
Minimum		1.005
Maximum		1.030

**Status\_hidrasi**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sedang	20	51.3	51.3	51.3
	Ringan	17	43.6	43.6	94.9
	Terhidrasi dengan baik	2	5.1	5.1	100.0
Total		39	100.0	100.0	

**UJI BIVARIAT**

**Correlations**

		Asupan cairan	Berat Jenis Urine
Asupan cairan	Pearson Correlation	1	.108
	Sig. (2-tailed)		.514
	N	39	39
Berat Jenis Urine	Pearson Correlation	.108	1
	Sig. (2-tailed)	.514	
	N	39	39

**Correlations**

		Aktivitas Fisik	Berat Jenis Urine
Aktivitas Fisik	Pearson Correlation	1	.144
	Sig. (2-tailed)		.383
	N	39	39
Berat Jenis Urine	Pearson Correlation	.144	1
	Sig. (2-tailed)	.383	
	N	39	39

**Correlations**

		Z-Score	Berat Jenis Urine
Z-Score	Pearson Correlation	1	.092
	Sig. (2-tailed)		.576
	N	39	39
Berat Jenis Urine	Pearson Correlation	.092	1
	Sig. (2-tailed)	.576	
	N	39	39



Lampiran 4 Surat *Inform Consent* Penelitian

No. Responden

--	--	--

**INFORM CONSENT PENELITIAN****“Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Status Hidrasi Atlet Renang Klub Millennium Aquatic Cikini”****Program Studi S1 Ilmu Gizi Fakultas Ilmu-ilmu Kesehatan  
Universitas Esa Unggul****LEMBAR PERSETUJUAN RESPONDEN**

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional* dimana data dependen yakni status hidrasi serta data independen yakni asupan cairan, status gizi, dan aktivitas fisik yang diambil secara bersamaan dalam kurun waktu yang sama. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi dan menganalisis karakteristik responden (usia, jenis kelamin, persen lemak tubuh), asupan cairan, status gizi, aktivitas fisik dan status hidrasi di Klub Millennium Aquatic Cikini.

Pada penelitian ini akan dilakukan wawancara dan observasi mengenai asupan cairan, asupan makanan, aktivitas fisik, pengambilan urin, serta pengukuran antropometri dimana responden dalam penelitian ini adalah atlet renang di Klub Millenium Cikini yang sesuai dengan kriteria. Responden akan diminta untuk mengisi angket karakteristik responden, wawancara *food recall 2x24hours*, aktivitas fisik *2x24hours*, serta pengukuran antropometri yang akan dilakukan oleh enumerator yang berasal dari mahasiswa Gizi Esa Unggul semester 7 dan 9.

Pengambilan data ini tidak akan menimbulkan kerugian dan risiko apapun bagi atlet. Kerahasiaan data akan tetap terjaga dan hanya akan digunakan untuk kepentingan penelitian saja. Partisipasi responden bersifat sukarela tanpa paksaan apapun dan responden berhak menolak atau mengundurkan diri jika tidak bersedia. Apabila terdapat kerugian atau hal-hal yang kurang jelas dapat menghubungi *contact person* :

Nama peneliti : Risma Ramadhanti  
No. Hp : 085811826634  
Alamat : Jl. G1 Slipi Rt 09/03 No.41 Jakarta Barat

Jakarta, 04 September 2020

Risma Ramadhanti

Lampiran 5 Surat Persetujuan Responden

No. Responden

--	--	--

---

**NASKAH PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN**

Saya Risma Ramadhantibmahasiswa Gizi Fakultas Ilmu-ilmu Kesehatan Universitas Esa Unggul sedang melakukan penelitian tentang "Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Status Hidrasi Atlet Renang Klub Millennium Aquatic Cikini" oleh karena itu saya memohon kesediaan waktu saudara untuk mengisi kuesioner karakteristik responden, melakukan wawancara *food recall 2x24hours*, aktivitas fisik dan pengukuran antropometri.

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama :  
Usia :  
No. Hp :  
Alamat :

Menyatakan bersedia untuk berpartisipasi dalam penelitian ini. Seluruh data yang ada akan dijaga kerahasiaannya hanya untuk kepentingan penelitian dan akademik.

Demikian surat pernyataan ini saya tanda tangani dalam keadaan sadar dan tanpa paksaan dari pihak manapun karena saya mengetahui bahwa keterangan yang akan saya berikan sangat besar manfaatnya bagi kelanjutan penelitian.

Jakarta, 4 September 2020  
Tanda tangan responden

Tanda tangan enumerator

(Nama:.....)

(Nama:.....)

Lampiran 6 Form Angket Karakteristik dan Antropometri

No. Responden

--	--	--

**ANGKET PENELITIAN**

**“Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Status Hidrasi Atlet Renang Klub Millenium Cikini”**

**Program Studi S1 Gizi Fakultas Ilmu-ilmu Kesehatan  
Universitas Esa Unggul**

**Angket karakteristik**

Angket ini bertujuan untuk mengetahui karakteristik responden meliputi nama, usia, alamat, no. telepon/hp, email, pekerjaan dan lama berolahraga. Kami mohon kesediaan responden untuk dapat menjawab pertanyaan dengan tulus dan benar.

“Isilah pertanyaan di bawah ini dengan mengisi kolom yang disediakan atau melingkari pilihan yang tersedia”.

**Hari/Tanggal :**

**Waktu Pengambilan Data :**

<b>Karakteristik Responden</b>	
1.	Nama Responden :.....
2.	Usia :..... Tahun
3.	Alamat :.....
4.	No. Telepon/ HP :.....
5.	Email :.....
6.	Pekerjaan :.....

7.	Lama menjadi atlet	.....
8.	Level atlet (Nasional, Daerah, dll)	.....
<b>Pengukuran Antropometri dan Komposisi Tubuh</b>		
1.	Berat Badan	.....
2.	Tinggi Badan	.....
3.	Indeks Massa Tubuh	.....
4.	Persen Lemak Tubuh:	.....
5.	Massa otot:	.....
6.	Total Body Water:	.....

Lampiran 7 Form Physical Activity Level (PAL)

No. Responden

--	--	--

**LEMBAR AKTIVITAS FISIK**

Waktu	Lama Aktivitas ( menit )												
	5	10	15	20	25	30	35	40	45	50	55	60	
24 jam													
04.00													
05.00													
06.00													

<b>07.00</b>												
<b>08.00</b>												
<b>09.00</b>												
<b>10.00</b>												
<b>11.00</b>												

<b>12.00</b>													
<b>13.00</b>													
<b>14.00</b>													
<b>15.00</b>													
<b>16.00</b>													
<b>17.00</b>													

<b>18.00</b>													
<b>19.00</b>													
<b>20.00</b>													
<b>21.00</b>													
<b>22.00</b>													



<b>23.00</b>													
<b>24.00</b>													
<b>01.00</b>													
<b>02.00</b>													
<b>03.00</b>													

Lampiran 8 Form *Food Recall*

No. Responden

--	--	--

**Tabel Food Recall 24 jam**

**Hari/Tanggal** :

**Nama** :

**Usia** :

<b>Waktu</b>	<b>Menu</b>	<b>Cara Pengolahan</b>	<b>Bahan Makanan</b>	<b>URT</b>	<b>Gram</b>
<b>Sarapan</b>					
<b>Selingan</b>					

<b>Makan Siang</b>					
<b>Selingan</b>					
<b>Makan Malam</b>					

Lampiran 9 Form Status Hidrasi

No. Responden

--	--	--

---

**FORM STATUS HIDRASI**

Nama :  
Umur :  
Jenis Kelamin :  
Waktu pengambilan urine :  
Tanggal Observasi :

<b>Berat Jenis Urin</b>	<b>Keterangan</b>