

Lampiran 1. Form Informed Consent

Judul Penelitian :

HUBUNGAN ANTARA CITRA TUBUH, PENDAPATAN KELUARGA, PENGETAHUAN GIZI, PERILAKU MAKAN DENGAN ASUPAN KALSIUM PADA SISWI SMPN 11 DEPOK

Setelah mendapatkan penjelasan secara rinci dan memahami penelitian ini, saya bersedia berpartisipasi menjadi responden dalam penelitian yang dilakukan oleh Neti Salmia, Program Studi Ilmu Gizi, Universitas Esa Unggul. Berikut adalah identitas saya :

Tanggal Pengukuran :

Nama :

Alamat :

Telepon/HP :

Dengan demikian pernyataan ini kami buat dengan sesungguhnya tanpa ada paksaan dari siapapun.

Depok, 2013

Responden

(.....)

Lampiran 2. Form Informed Consent

HUBUNGAN ANTARA CITRA TUBUH, PENDAPATAN KELUARGA, PENGETAHUAN GIZI, PERILAKU MAKAN DENGAN ASUPAN KALSIMUM PADA SISWI SMPN 11 DEPOK

Dengan hormat,

Sehubungan dengan kegiatan penelitian yang saya lakukan mengenai hubungan antara citra tubuh, pendapatan keluarga pengetahuan gizi dengan asupan kalsium pada siswi smp, maka saya sebagai peneliti mohon kesediaan saudara untuk berpartisipasi menjadi responden dalam kegiatan penelitian ini.

Informasi, jawaban dan hasil pemeriksaan yang berkaitan dengan keadaan kesehatan saudara akan dijaga kerahasiaannya dan hanya digunakan untuk kepentingan penelitian ini. Oleh karena itu diharapkan saudara menjawab pertanyaan yang ada di kuesioner sesuai dengan keadaan saudara yang sebenarnya. Dengan demikian informasi ini saya sampaikan, saya ucapkan terima kasih

Peneliti

Neti Salmia

Lampiran 3. Data Identitas Responden

HUBUNGAN ANTARA CITRA TUBUH, PENDAPATAN KELUARGA, PENGETAHUAN GIZI, PERILAKU MAKAN DENGAN ASUPAN KALSIMUM PADA SISWI SMPN 11 DEPOK

I. Data Identitas Responden	
Tanggal pengukuran	
Nomor induk siswi	
1. Tanggal lahir	
2. Usia	
3. Kelas	
4. Alamat	
5. No Hp	
II. Data Antropometri	
Berat badan	__ , __ kg
Tinggi badan	___ , __ cm
III. Karakteristik Orang Tua	
1. Nama: a. Ayah b. Ibu	
2. Pekerjaan : a. Ayah b. Ibu	
3. Tingkat dan lama (tahun) menempuh pendidikan a. Ayah <input type="text"/> b. Ibu <input type="text"/>	a. Tidak pernah sekolah b. SD/MI c. SMP/MTs d. SMU/MA e. Akademi f. Universitas
4. Jumlah anggota keluarga yang ada dirumah	<input type="text"/>

Lampiran 4. Data Karakteristik Orang Tua

HUBUNGAN ANTARA CITRA TUBUH, PENDAPATAN KELUARGA, PENGETAHUAN GIZI, PERILAKU MAKAN DENGAN ASUPAN KALSIMUM PADA SISWI SMPN 11 DEPOK

Data ini hanya digunakan untuk keperluan penelitian sehingga kerahasiannya terjaga dari pihak manapun termasuk pihak sekolah. Mohon untuk mengisi kuesioner dibawah ini dengan lengkap dan benar.

Data identitas keluarga		
Nama ayah / ibu :		
Jumlah anggota keluarga :		
Pekerjaan ayah/ibu:		
Rata-rata penghasilan keluarga perbulan	a. Ayah : Rp...../bulan b. Ibu : Rp...../bulan c. Anggota keluarga lain: Rp...../bulan	
Pengeluaran keluarga (pengeluaran apa saja yang dilakukan oleh anggota keluarga dalam satu bulan ini?)	Total Rp...../bulan	
Pengeluaran untuk non pangan	1. Listrik Rp...../bulan 2. Telepon Rp...../bulan 3. Pam Rp...../bulan 4. Sandang Rp...../bulan 5. Pendidikan Rp...../bulan 6. Kebutuhan rumah tangga non pangan (misal: sabun, pasta gigi dll) Rp...../bulan 7. Transportasi (misal: bensin) Rp...../bulan	Rp...../bulan
Pengeluaran untuk pangan	Rp...../bulan	
Pengeluaran untuk kesehatan	Rp...../bulan	
Pengeluaran untuk rekreasi	Rp...../bulan	
Lain – lain misal: zakat, sumbangan, dsb... sebutkan	Rp...../bulan	

Lampiran 5. Kuesioner Food Recall 24 Jam

Tanggal Pengukuran :

Nama Responden :

Hari ke :

Waktu makan	Nama masakan	Bahan makanan		
		Jenis	Banyaknya	
			URT	Gram
Pagi / Jam				
Siang / Jam				
Malam / Jam				

Lampiran 6. Kuesioner Food Frekuensi

Tanggal Pengukuran :

Nama Responden :

Petunjuk Pengisian

1. Tuliskan frekuensi makanan dan bahan makanan berikut ini sesuai dengan kebiasaan makan Saudara (1 kali/hari, 3 kali/bulan, dsb). Tidak perlu mengisi semua kolom frekuensi tetapi pilih salah satu yang paling sesuai dengan kebiasaan makan Saudara.
2. Jika tidak pernah mengonsumsi, berikan tanda checklist (√) pada kolom tidak pernah.

Contoh Pengisian

1. Bila Saudara dalam 3 bulan terakhir mengonsumsi susu bubuk satu hari dua kali, maka tulis 2 kali pada kolom hari
2. Jika Saudara mengonsumsi yoghurt lima kali dalam seminggu, makan tulis 5 kali pada kolom minggu
3. Jika Saudara tidak pernah mengonsumsi sarden (kaleng), maka beri tanda checklist pada kolom tidak pernah

No	Nama Bahan Makanan	Merk	Frekuensi per				Jumlah rata-rata yang dikonsumsi
			Hari (.....kali)	Minggu (.....kali)	Bulan (.....kali)	Tidak pernah	
1	Susu bubuk		2 kali				1 gelas
2	Sarden (kaleng)					√	
3	Yoghurt			5 kali			100 ml

Keterangan:

- 1 sendok makan (sdm)
- 1 sendok teh (sdt)
- 1 gelas (gls)
- 1 potong besar
- 1 potong kecil
- 1 buah sedang

- 1 batang
- 1 bungkus

Kuesioner Food Frekuensi

No	Nama Bahan Makanan	Merk	Frekuensi per				Jumlah rata-rata yang dikonsumsi
			Hari (.....kali)	Minggu (.....kali)	Bulan (.....kali)	Tidak pernah	
Sumber Tinggi Kalsium							
1	Susu bubuk						
2	Susu cair						
3	Susu kental manis						
4	Keju						
5	Yoghurt						
6	Es krim susu						
7	Susu kedelai						
8	Sarden (kaleng)						
9	Ikan teri kaleng						
10	Tahu						
11	Tempe						
12	Bayam						
13	Sawi						
14	Daun singkong						
Membantu Absorpsi Kalsium							
15	Pisang						
16	Peer						
17	Alpukat						
18	Margarin						
19	Hati						

Menghambat Absorpsi Kalsium							
20	Teh						
21	Kopi						
22	Minuman bersoda (Fanta, Coca Cola, Sprite, dll)						
23	Minuman beralkohol (Bir, Wine, dll)						

Lampiran 7. Kuesioner Citra Tubuh

Kami bermaksud mengetahui bagaimana anda menilai penampilan anda dalam jangka waktu empat minggu terakhir. Bacalah pertanyaan-pertanyaan berikut dan jawablah semua pertanyaan (jangan sampai ada yang terlewatkan) dengan memberikan checklist (√) pada nomor sesuai jawaban anda.

Keterangan:

1 = Tidak pernah

2 = Jarang

3 = Kadang-kadang

4 = Sering

5 = Sangat sering

6 = Selalu

No	Pertanyaan	1	2	3	4	5	6
1	Kamu merasa nyaman dengan bentuk tubuhmu saat ini ?						
2	Kamu merasa khawatir sekali tentang bentuk tubuhmu, sehingga merasa harus melakukan diet?						
3	Kamu berfikir bahwa paha, pinggul, atau pantat kamu terasa terlalu besar dan tidak sesuai dengan tubuhmu yang lain?						
4	Kamu merasa biasa-biasa saja kalau tubuhmu berubah menjadi gemuk?						
5	Kamu merasa nyaman kalau ada bagian tubuhmu yang tidak kencang/kendur?						
6	Kamu merasa kegemukan dalam keadaan kenyang?						
7	Kamu ingin menangis karena menganggap bentuk tubuhmu buruk?						
8	Kamu merasa nyaman saat berlari karena akan membuat bagian tubuhmu menjadi kencang?						
9	Kamu merasa percaya diri saat bersama dengan perempuan lain dengan tubuh yang langsing?						
10	Kamu merasa paham tidak bisa menutup rapat						

	sewaktu kamu duduk?						
11	Kamu merasa akan menjadi gemuk padahal hanya makan sedikit?						
12	Kamu merasa puas dengan bentuk tubuhmu tanpa harus dibanding-bandingkan dengan bentuk tubuh orang lain?						
13	Dengan bentuk tubuhmu saat ini kamu merasa nyaman saat melakukan berbagai aktivitas ?						
14	Dalam keadaan tanpa busana, misalnya sewaktu mandi, pernahkah kamu merasa kegemukan?						
15	Kamu selalu menghindari mengenakan pakaian tertentu yang membuatmu teringat pada bentuk tubuh?						
16	Kamu ingin menyingkirkan bagian tubuh yang kamu rasa berlebih?						
17	Bentuk tubuhmu ideal jadi tidak ada pantangan untuk memakan kue, manisan, coklat dan lainnya?						
18	Kamu merasa nyaman untuk bergaul atau bersosialisasi tanpa harus memikirkan bentuk tubuhmu ?						
19	Kamu merasa bentuk tubuhmu sudah ideal jadi tidak perlu berdiet?						
20	Kamu bangga dengan bentuk tubuhmu?						
21	Kamu merasa khawatir terhadap bentuk tubuhmu sehingga melakukan diet?						
22	Apakah kamu merasa lebih senang dengan bentuk tubuhmu setelah perut kosong, misalnya dipagi hari?						
23	Apakah kamu merasa bahwa bentuk tubuhmu sekarang dikarenakan kurang kontrol diri terhadap pola makan?						
24	Kamu merasa nyaman/biasa saja saat orang lain memperhatikan bentuk tubuhmu?						
25	Apakah kamu merasa tidak adil jika wanita atau pria lain lebih langsing darimu?						
26	Pernahkah kamu muntah agar merasa lebih langsing?						
27	Saat kamu duduk bersama orang lain, apakah kamu						

	merasa mengambil tempat duduk terlalu banyak (misal saat duduk disofa/bus)?						
28	Kamu merasa nyaman pada tiap bagian tubuhmu meski berubah menjadi kendur/tidak kencang?						
29	Kamu sangat bangga dan percaya diri saat melihat bayanganmu (dicermin atau kaca etalase)?						
30	Apakah kamu mencubit/menarik bagian tubuhmu yang kamu rasa banyak timbunan lemak?						
31	Merasa biasa-biasa saja saat orang lain dapat dengan jelas melihat bentuk tubuhmu, misalnya diruang ganti atau kolam renang?						
32	Apakah kamu mengonsumsi obat pencahar/pencuci perut agar merasa lebih langsing?						
33	Selalu merasa nyaman dan percaya diri saat bersama sekelompok orang tanpa memperhatikan bentuk tubuh orang lain?						
34	Apakah kamu merasa khawatir tentang bentuk tubuhmu sehingga ingin melakukan latihan fisik (olahraga/senam)?						

Lampiran 8. Kuesioner Pengetahuan Gizi

1. Menurut anda seperti apakah makanan yang bergizi ?
 - a. Makanan yang murah dan mengenyangkan
 - b. Makanan yang mengandung zat-zat yang berfungsi bagi tubuh sebagai sumber tenaga, zat pembangun, dan pengatur
 - c. Makanan cepat saji/instan

2. Menurut anda bagaimanakah makanan yang mengandung gizi seimbang?
 - a. Makanan empat sehat lima sempurna
 - b. Makanan yang terdiri dari nasi dan lauk hewani
 - c. Makanan lengkap yang terdiri dari nasi, lauk, dan sayuran/buah

3. Fungsi zat gizi bagi tubuh kita ?
 - a. Sumber energi untuk aktivitas sehari-hari
 - b. Menjaga kondisi tubuh kita agar tetap sehat
 - c. Mengatur metabolisme tubuh, sumber energi, dan untuk pertumbuhan

4. Zat gizi terdiri dari apa ?
 - a. Karbohidrat, lemak, protein, air, dan vitamin
 - b. Protein, lemak, vitamin, karbohidrat, vitamin dan mineral
 - c. Lemak , karbohidrat, vitamin dan mineral

5. Menurut anda apakah tujuan dari diet ?
 - a. Menurunkan/mempertahankan berat badan
 - b. Mengatur pola makan dan mempertahankan kesehatan
 - c. Mengurangi makanan yang dikonsumsi

6. Menurut anda kebiasaan makan yang baik adalah ?
 - a. Makan sesuai keinginan
 - b. Makan secara teratur
 - c. Makan saat lapar

7. Menurut anda bagaimana frekuensi makan yang baik ?
 - a. 3x makan utama dan selingan diantara waktu makan utama
 - b. 3x makan utama dan selingan sesuai dengan keinginan
 - c. 3x makan utama tanpa selingan

8. Apakah manfaat melakukan pola makan teratur ?
 - a. Tidak mudah lapar
 - b. Berat badan tetap stabil dan tidak mudah sakit
 - c. Berat badan cenderung naik dari waktu ke waktu

9. Apa manfaat zat gizi saat usia remaja ?
 - a. Untuk menghasilkan berat badan ideal

- b. Sebagai zat tenaga untuk aktivitas sehari-hari dan pertumbuhan tubuh
 - c. Untuk mengatur metabolisme tubuh agar tetap sehat
10. Menurut anda apa yang dimaksud berat badan ideal ?
- a. Tinggi langsing
 - b. Tinggi gemuk
 - c. Tinggi sepadan dengan berat badan
11. Diantara hal-hal berikut, yang benar tentang sarapan pagi ?
- a. Meningkatkan berat badan tubuh dan menyebabkan kegemukan
 - b. Memberikan energi untuk otak dan daya tahan tubuh
 - c. Menurunkan konsentrasi karena menyebabkan mengantuk
12. Menurut anda bagaimana pola makan yang baik untuk berdiet bagi orang sehat?
- a. Nasi, lauk, sayuran, dan buah
 - b. Lauk nabati, sayuran, dan buah
 - c. Nasi, lauk hewani, dan sayuran
13. Fungsi vitamin dan mineral bagi tubuh kita ?
- a. Sebagai zat pembangun dan untuk memperbaiki jaringan tubuh
 - b. Sebagai zat pengatur metabolisme tubuh
 - c. Sebagai sumber energi

Lampiran 9. Kuesioner Perilaku Makan

Bacalah pertanyaan-pertanyaan berikut dan jawablah semua pertanyaan (jangan sampai ada yang terlewatkan) dengan memberikan checklist (√) pada nomor sesuai jawaban anda.

Keterangan:

1 = Tidak pernah

2 = Jarang

3 = Kadang-kadang

4 = Sering

5 = Selalu

Pertanyaan	Jawaban				
	1	2	3	4	5
1. Apakah anda melakukan diet ketat selama 4 bulan terakhir, karena merasa tubuh anda semakin gemuk ? Jika pernah berapa kali anda melakukannya?					
2. Apakah anda mengurangi frekuensi makan menjadi 2x atau 1x dalam sehari, agar berat badan anda tetap stabil/turun? Jika ya, berapa kali frekuensi makan anda sehari.....					
3. Apakah anda menghindari makan pagi karena takut gemuk? Jika ya, apa alasannya.....					
4. Apakah anda menghindari makan malam karena takut berat badan akan bertambah?					
5. Apakah anda memuntahkan kembali makanan setelah anda makan?					
6. Apakah anda menghindari makan saat anda lapar?					
7. Apakah anda mengurangi porsi makan menjadi lebih sedikit/menggunakan piring yang kecil saat makan agar tubuh tidak gemuk?					
8. Apakah anda menghindari makan hati tahu atau tempe? Jika ya, alasannya.....					
9. Apakah anda melakukan kontrol terhadap setiap jumlah dan jenis makanan yang anda konsumsi?					
10. Apakah anda menghindari makan daging karena mengandung lemak tinggi ?					
11. Apakah anda menyingkirkan beberapa jenis makanan (misal: daging, hati, jeroan, gajih) dalam diet anda agar berpengaruh pada berat atau bentuk tubuh ?					
12. Apakah anda melakukan pola makan vegetarian untuk membatasi asupan lemak agar tubuh tidak gemuk? Sudah berapa lama.....					
13. Apakah anda mengkonsumsi kacang-kacangan seperti kacang hijau, kacang merah, kacang kedelai ?					
14. Apakah anda sering makan diluar rumah seperti <i>fast food</i> /siap saji bersama teman-teman anda?					
15. Apakah anda makan dengan komposisi yang lengkap (nasi, sayur, lauk hewani dan nabati) ?					

16. Apakah anda makan bersama keluarga dirumah setiap hari?					
17. Apakah anda makan makanan selingan/snack diantara waktu makan utama? Jika tidak, alasannya.....					
18. Apakah anda mengkonsumsi susu?					
19. Apakah anda mengkonsumsi lauk hewani seperti: daging/ikan/ayam/hati/telur disetiap kali makan? Jika tidak, alasannya.....					
20. Apakah anda makan secara teratur ? Jika tidak, alasannya.....					

Lampiran 10. Hasil output SPSS

Frequencies

[DataSet1] D:\netisalmia\SPSS 2608\master data neti 2.sav

Statistics

		usia responDen	Z-score responDen berdasarkan Bmi/age	skor Penilaian citra tUBuh	skor Pengetahuan Gizi	Perilaku_ makan	asupan kalsium responDen
N	Valid	30	30	30	30	30	30
	Missing	0	0	0	0	0	0
Mean	Statistics		-.3487	91.20	85.2000	51.5000	195.8533
Median		15.00	-.3650	88.00	85.0000	54.3750	200.6500
Mode		15	-.67 ^a	66 ^a	85.00	56.25 ^a	116.00 ^a
Std. Deviation		.521	.76651	23.807	9.14783	11.06602	45.68027
Minimum		14	-2.26	66	62.00	30.00	116.00
Maximum		16	2.00	170	100.00	67.50	281.70

a. Multiple modes exist. The smallest value is shown

Correlations

[DataSet1] D:\netisalmia\SPSS\master data neti.sav

Correlations

		skor Penilaian citra tUBuh	asupan kalsium responDen
skor Penilaian Citra tUBuh	Pearson Correlation	1	-.025
	Sig. (2-tailed)		.896
	N	30	30
asupan kalsium responDen	Pearson Correlation	-.025	1
	Sig. (2-tailed)	.896	
	N	30	30

Correlations

		skor Pengetahuan Gizi	Perilaku_makan
skor Pengetahuan Gizi	Pearson Correlation	1	.097
	Sig. (2-tailed)		.610
	N	30	30
Perilaku_makan	Pearson Correlation	.097	1
	Sig. (2-tailed)	.610	
	N	30	30

Correlations

		Perilaku_makan	asupan kalsium responden
Perilaku_makan	Pearson Correlation	1	.142
	Sig. (2-tailed)		.454
	N	30	30
asupan kalsium responden	Pearson Correlation	.142	1
	Sig. (2-tailed)	.454	
	N	30	30

Correlations

		Pendapatan keluarga Perbulan	asupan kalsium responden
Pendapatan keluarga Perbulan	Pearson Correlation	1	.115
	Sig. (2-tailed)		.544
	N	30	30
asupan kalsium responden	Pearson Correlation	.115	1
	Sig. (2-tailed)	.544	
	N	30	30