

LAMPIRAN 1

LEMBAR PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN PENELITIAN HUBUNGAN ASUPAN SERAT, ASUPAN CAIRAN DAN AKTIVITAS FISIK DENGAN KEJADIAN KONSTIPASI PADA LANSIA VEGETARIAN DI PUSDIKLAT BUDDHIS MAITREYAWIRA

Saya yang bertanda tangan dibawah ini,

Nama : Irma Sari siregar

NIM :2014-32-197

Adalah mahasiswa jurusan ilmu gizi Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan Universitas Esa Unggul yang melakukan penelitian dengan tujuan mengetahui “Hubungan Asupan Serat, Asupan Cairan Dan Aktivitas Fisik Dengan Kejadian Konstipasi Pada Lansia Vegetarian Di Pusdiklat Buddhis Maitreyawira”.

Saya mengharapkan kesediaan saudara untuk berpartisipasi dalam penelitian ini, yaitu dengan menjawab pertanyaan dengan apa adanya. Partisipasi saudara dalam penelitian ini bersifat sukarela, sehingga saudara bebas untuk menolak jika tidak bersedia menjadi responden tanpa ada sanksi apapun. Semua informasi yang saudara berikan akan dirahasiakan dan hanya akan dipergunakan dalam penelitian ini.

Jika saudara bersedia menjadi responden dalam penelitian, saudara dipersilakan menandatangani formulir ini.

Nama :

Tanggal :

Usia :

Tanda tangan,

Lampiran 2

Kuesioner Kejadian Konstipasi

Nama :

Umur :

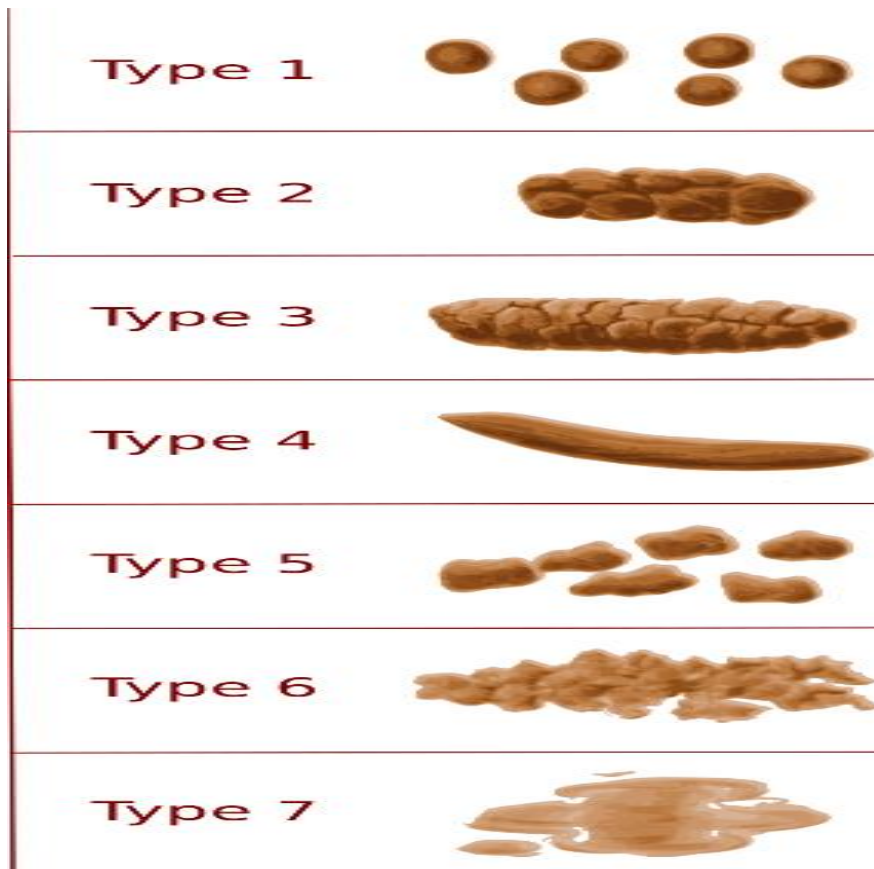
Jenis Kelamin :

No	Pertanyaan	Ya	Tidak
1	Saya belum buang air besar selama 2 hari atau lebih		
2	Saya merasa perut begah, penuh dan tidak nyaman		
3	Saya susah buang air besar hingga mengejan sampai bisa buang air besar		
4	Saat buang air besar tinja saya lebih keras dari biasanya		
5	Tinja saya seperti batu kerikil dengan jumlah tinja yang sedikit		
6	Saya merasakan nyeri ketika buang air besar		
7	Saya tidak merasa lega selama buang air besar		

Sumber: Raissa, 2012 dan Najmah, 2015

Lampiran 3
Karakteristik Feses

Bristol Stool Chart



(Bash, 2015)

Keterangan:

1. Feses berbentuk seperti gumpalan keras yang terpisah, menyerupai bentuk kacang-kacangan (Sulit untuk dikeluarkan)
2. Feses berbentuk seperti sosis tetapi bergumpal-gumpal
3. Feses bebrbentuk seperti sosis tetapi terdapat retakan pada permukaannya
4. Feses berbentuk sosis atau pisang yang dikupas kulitnya, halus dan lembut
5. Feses berbentuk seperti gumpalan dengan potongan yang jelas dan lembut
6. Feses lunak dengan batas yang tidak jelas, seperti bubur
7. Feses seperti air

	Minuman:				
Selingan	Makanan: Minuman:				

Sumber: Supriasa (2008).

Lampiran 6

AKTIVITAS FISIK 1X24 JAM

Nama :
Umur :
Jenis kelamin :
Tanggal wawancara :

Waktu 24 jam	Lama Aktivitas (menit)											
	5	10	15	20	25	30	35	40	45	50	55	60
05.00 (Pagi)												
06.00												
07.00												
08.00												
09.00												
10.00												
11.00												
12.00												
13.00												
14.00												
15.00												

16.00												
17.00												
18.00												
19.00												
20.00												
21.00												
22.00												
23.00												
24.00												
01.00												
02.00												
03.00												
04.00												

Sumber: Angraini (2014).