

LAMPIRAN
ETHICAL CLEARANCE



KOMISI ETIK PENELITIAN KESEHATAN (KEPK)
FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS DIPONEGORO
DAN RSUP dr KARIADI SEMARANG
Sekretariat : Kantor Dekanat FK Undip Lt.3
Jl. Dr. Soetomo 18. Semarang 50231
Telp/Fax. 024-8318350



ETHICAL CLEARANCE
No.156 /EC/FK-RSDK/2014

Komisi Etik Penelitian Kesehatan Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro/ RSUP Dr. Kariadi Semarang, setelah membaca dan menelaah Usulan Penelitian dengan judul :

**HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DAN ASUPAN ENERGI TERHADAP MASSA
LEMAK TUBUH DAN LINGKAR PINGGANG PADA MAHASISWA
FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS DIPONEGORO**

Peneliti Utama : Daniel D. Ranggadwipa
Pembimbing : dr. Etisa Adi Murbawani, M.Si.Med,Sp.GK
Penelitian : Dilaksanakan di Fakultas Kedokteran Undip Semarang

Setuju untuk dilaksanakan, dengan memperhatikan prinsip-prinsip yang dinyatakan dalam Deklarasi Helsinki 1975, yang diamended di Seoul 2008 dan Pedoman Nasional Etik Penelitian Kesehatan (PNEPK) Departemen Kesehatan RI 2011

Peneliti harus melampirkan 2 kopi lembar Informed consent yang telah disetujui dan ditandatangani oleh peserta penelitian pada laporan penelitian.

Peneliti diwajibkan menyerahkan :

- Laporan kemajuan penelitian (clinical Trial)
- Laporan kejadian efek samping jika ada
- Laporan ke KEPK jika penelitian sudah selesai & dilampiri Abstrak Penelitian

Semarang, 10 APR 2014

Komisi Etik Penelitian Kesehatan
Fakultas Kedokteran Undip-RSUP Dr. Kariadi
Sekretaris

Dr.dr.Selamat Budjitrno, M.Si.Med,Sp.B,Sp.B(K),Onk,FICS
NIP. 197108072 008121 001

LAMPIRAN

FORMULIR INFORMED CONSENT

Adik-adik mahasiswa yang saya sayangi, terima kasih atas kesediaannya menjadi responden penelitian ini, yang berjudul “Hubungan Aktivitas Fisik dan Asupan Energi terhadap Massa Lemak Tubuh dan Lingkar Pinggang pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro Semarang”. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan aktivitas fisik dan asupan gizi terhadap massa lemak tubuh dan lingkar pinggang. Adapun manfaat dari penelitian ini adalah mengetahui besar faktor resiko yang dialami oleh mahasiswa fakultas kedokteran terkait dengan obesitas.

Dalam penelitian ini, saya memohon kesediaan adik-adik sekalian untuk diwawancarai dan diukur massa lemak dan lingkar pinggang. Hasil penelitian ini akan saya rahasiakan dari pihak-pihak yang tidak berkepentingan. Bila ada hal-hal yang ingin ditanyakan lebih lanjut mengenai penelitian ini, adik-adik dapat menghubungi saya, Daniel D. Ranggadwipa (082221505064).

Setelah mendapatkan penjelasan secara rinci dan memahami prosedur penelitian ini maupun risiko yang akan timbul, saya bersedia berpartisipasi sebagai responden dalam penelitian “Hubungan Aktivitas Fisik dan Asupan Gizi terhadap Massa Lemak Tubuh dan Lingkar Pinggang pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro Semarang”.

Semarang, 2014

Responden

Saksi

Peneliti

(.....)

(.....)

Daniel D. R

LAMPIRAN
KUESIONER IDENTITAS

Kode responden :

Tanggal Pengambilan data :

A. IDENTITAS SAMPEL

1. Nama lengkap :

2. Tanggal lahir :

3. Usia :

4. Jenis kelamin :

5. Alamat :

6. No . Telp / HP :

B. STATUS KESEHATAN

1. Berat badan :

2. Tinggi badan :

3. Apakah bapak/ibu mempunyai riwayat penyakit ? Kalau ada sebutkan!

LAMPIRAN

GLOBAL PHYSICAL ACTIVITY QUESTIONNAIRE (GPAQ)

Jenis Aktivitas	Jenis Kegiatan	Contoh Aktivitas
Aktivitas ringan	75% dari waktu yang digunakan adalah untuk duduk atau berdiri dan 25% untuk kegiatan berdiri dan berpindah	Duduk, berdiri, mencuci piring, memasak, menyetrika, bermain musik, menonton tv, mengemudikan kendaraan, berjalan perlahan
Aktivitas sedang	40% dari waktu yang digunakan adalah untuk duduk atau berdiri dan 60% adalah untuk kegiatan kerja khusus dalam bidang pekerjaannya	Menggosok lantai, mencuci mobil, menanam tanaman, bersepeda pergi pulang beraktivitas, berjalan sedang dan cepat, bowling, golf, berkuda, bermain tenis meja, berenang, voli.
Aktivitas berat	25% dari waktu yang digunakan adalah untuk duduk atau berdiri dan 75% adalah untuk kegiatan kerja khusus dalam bidang pekerjaannya	Membawa barang berat, berkebun, bersepeda (16-22km/jam), bermain sepak bola, bermain basket, gym angkat berat, berlari

Aktivitas fisik		
Kode	Pertanyaan	Jawaban
Aktivitas saat belajar / bekerja (Aktivitas termasuk kegiatan belajar, latihan, aktivitas rumah tangga, dll)		
P1	Apakah aktivitas sehari-hari Anda, termasuk aktivitas berat (seperti membawa beban berat, menggali atau pekerjaan konstruksi lain) ?	1. Ya 2. Tidak (langsung ke P4)
P2	Berapa hari dalam seminggu Anda melakukan aktivitas berat ?	hari
P3	Berapa lama dalam sehari biasanya Anda melakukan aktivitas berat ?	Jam menit
P4	Apakah aktivitas sehari-hari Anda termasuk aktivitas sedang yang menyebabkan peningkatan nafas dan denyut nadi, seperti mengangkat beban ringan dan jalan sedang (minimal 10 menit secara kontinyu) ?	1. Ya 2. Tidak (langsung ke P7)
P5	Berapa hari dalam seminggu Anda melakukan aktivitas sedang ?	hari
P6	Berapa lama dalam sehari biasanya Anda melakukan aktivitas sedang ?	Jam menit

Perjalanan ke dan dari tempat aktivitas Perjalanan ke tempat aktivitas, berbelanja, beribadah diluar, dll)		
P7	Apakah Anda berjalan kaki atau bersepeda untuk pergi ke suatu tempat minimal 10 menit kontinyu ?	1. Ya 2. Tidak (langsung ke P10)
P8	Berapa hari dalam seminggu Anda berjalan kaki atau bersepeda untuk pergi ke suatu tempat?	hari
P9	Berapa lama dalam sehari biasanya Anda berjalan kaki atau bersepeda untuk pergi ke suatu tempat?	Jam menit

Aktivitas rekreasi (Olaraga, fitness, dan rekreasi lainnya)		
P10	Apakah Anda melakukan olahraga, fitness, atau rekreasi yang berat seperti lari, sepak bola atau rekreasi lainnya yang mengakibatkan peningkatan nafas dan denyut nadi secara besar (minimal dalam 10 menit secara kontinyu)?	1. Ya 2. Tidak (langsung ke P13)
P11	Berapa hari dalam seminggu biasanya anda melakukan olahraga, fitness, atau rekreasi yang tergolong berat ?	hari
P12	Berapa lama dalam sehari biasanya anda melakukan olahraga, fitness, atau rekreasi yang tergolong berat ?	Jam menit
P13	Apakah Anda melakukan olahraga, fitness, atau rekreasi yang tergolong sedang seperti berjalan cepat, bersepeda, berenang, voli yang mengakibatkan peningkatan nafas dan denyut nadi (minimal dalam 10 menit secara kontinyu)?	1. Ya 2. Tidak (langsung ke P16)
P14	Berapa hari dalam seminggu biasanya anda melakukan olahraga, fitness, atau rekreasi lainnya yang tergolong sedang ?	hari
P15	Berapa lama dalam sehari biasanya anda melakukan olahraga, fitness, atau rekreasi yang tergolong sedang ?	Jam menit

Aktivitas menetap (Sedentary behavior) Aktivitaas yang tidak memerlukan banyak gerak seperti duduk saat bekerja, duduk saat di kendaraan, menonton televisi, atau berbaring, KECUALI tidur		
P16	Berapa lama Anda duduk atau berbaring dalam sehari ?	Jam menit

Frequencies

Jenis kelamin

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Laki-laki	10	35.7	35.7	35.7
	Perempuan	18	64.3	64.3	100.0
	Total	28	100.0	100.0	

Aktivitas Fisik

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	5	17.9	17.9	17.9
	Sedang	21	75.0	75.0	92.9
	Tinggi	2	7.1	7.1	100.0
	Total	28	100.0	100.0	

Descriptives

Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Umur	28	16	19	18.29	.763
BMI	28	16.51	28.56	22.1881	3.35849
Valid N (listwise)	28				

Explore

Descriptives

			Statistic	Std. Error
Asupan.E	Mean		1298.25	18.199
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	1260.91	
		Upper Bound	1335.59	
	5% Trimmed Mean		1302.27	
	Median		1305.50	
	Variance		9273.972	
	Std. Deviation		96.301	
	Minimum		1021	
	Maximum		1480	
	Range		459	
	Interquartile Range		94	
	Skewness		-.570	.441
	Kurtosis		1.496	.858
	Massa lemak	Mean		26.804
95% Confidence Interval for Mean		Lower Bound	23.444	
		Upper Bound	30.163	
5% Trimmed Mean			27.035	
Median			26.200	
Variance			75.048	
Std. Deviation			8.6630	
Minimum			5.2	
Maximum			42.5	
Range			37.3	
Interquartile Range			13.6	
Skewness			-.305	.441
Kurtosis			-.042	.858
Lingkar pinggang		Mean		71.89
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	69.18	
		Upper Bound	74.60	
	5% Trimmed Mean		72.08	
	Median		72.50	
	Variance		48.840	
	Std. Deviation		6.989	
	Minimum		58	
	Maximum		83	
	Range		25	
	Interquartile Range		12	
	Skewness		-.497	.441
	Kurtosis		-.502	.858

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Asupan.E	.141	28	.163	.954	28	.248
Massa lemak	.087	28	.200*	.979	28	.814
Lingkar pinggang	.128	28	.200*	.954	28	.247

*. This is a lower bound of the true significance.

a. Lilliefors Significance Correction

Correlations

Correlations

		Asupan.E	Massa lemak	Lingkar pinggang
Asupan.E	Pearson Correlation	1	.253	.348
	Sig. (2-tailed)		.195	.070
	N	28	28	28
Massa lemak	Pearson Correlation	.253	1	.681**
	Sig. (2-tailed)	.195		.000
	N	28	28	28
Lingkar pinggang	Pearson Correlation	.348	.681**	1
	Sig. (2-tailed)	.070	.000	
	N	28	28	28

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

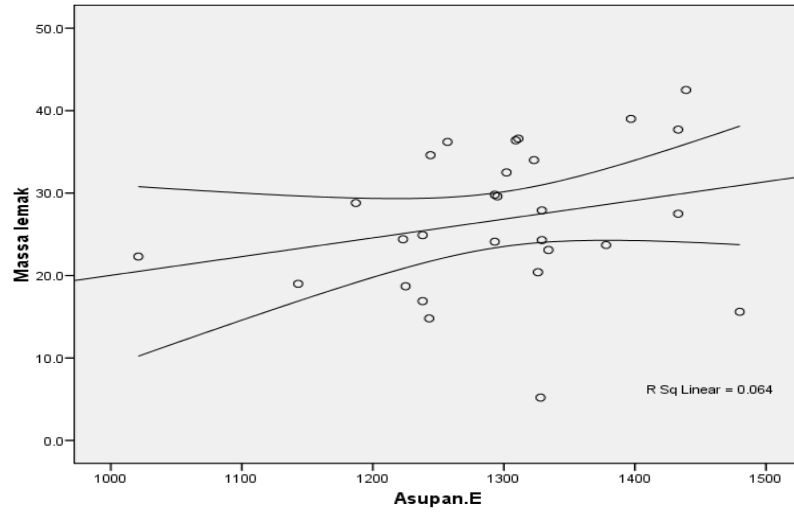
Nonparametric Correlations

Correlations

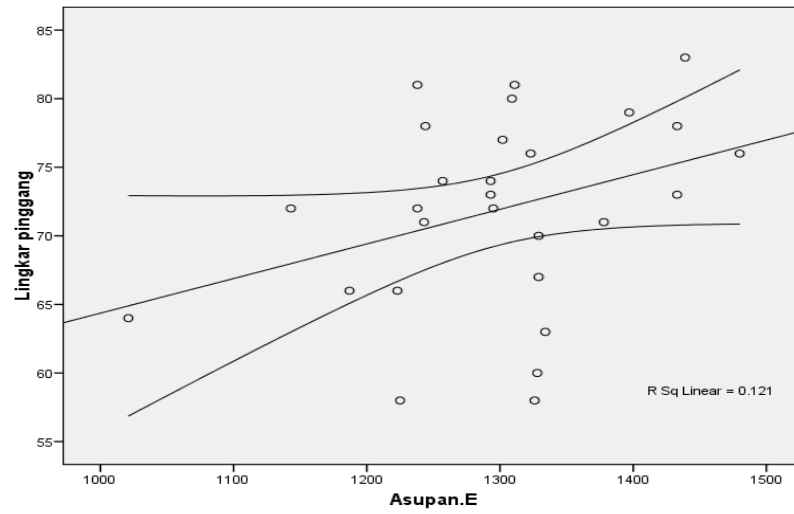
			Aktiv itas Fisik	Massa lemak	Lingkar pinggang
Spearman's rho	Aktiv itas Fisik	Correlation Coefficient	1.000	-.661**	-.621**
		Sig. (2-tailed)	.	.000	.000
		N	28	28	28
	Massa lemak	Correlation Coefficient	-.661**	1.000	.716**
		Sig. (2-tailed)	.000	.	.000
		N	28	28	28
	Lingkar pinggang	Correlation Coefficient	-.621**	.716**	1.000
		Sig. (2-tailed)	.000	.000	.
		N	28	28	28

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

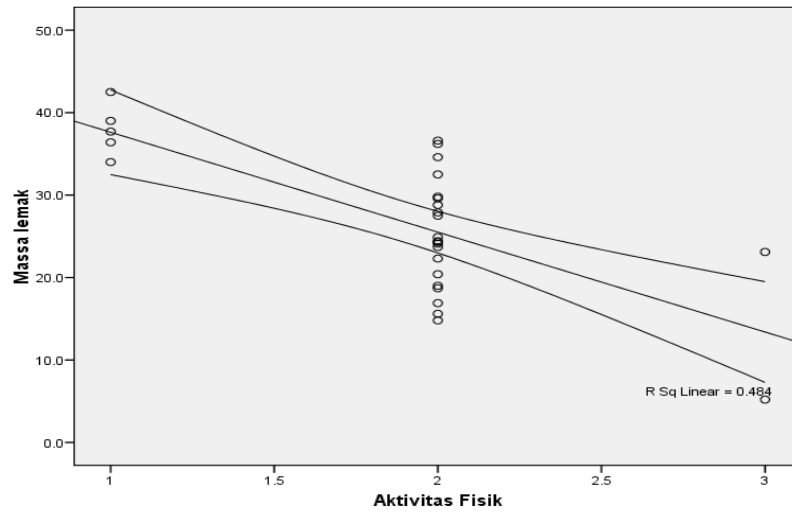
Graph



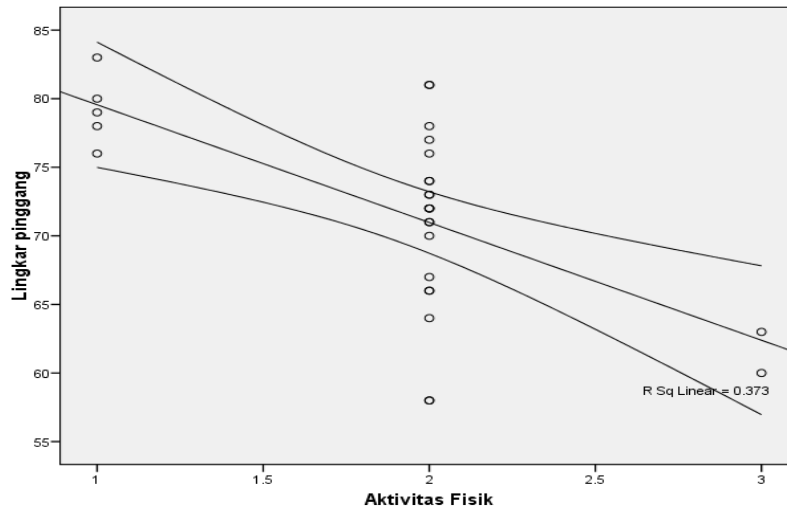
Graph



Graph



Graph



LAMPIRAN
DOKUMENTASI PENELITIAN



BIODATA MAHASISWA

Identitas

Nama : Daniel D. Ranggadwipa
NIM : 22010110130175
Tempat /tanggallahir : Jayapura, 11 Desember 1991
Jenis kelamin : Laki-laki
Alamat : Jl. Nakula raya no. 8 , Semarang
Nomor telepon : 082221505064
Email : daniel.rangga@ymail.com

Riwayat Pendidikan Formal

- | | | |
|-------------|-------------------------------|--------------------|
| 1. SD | : SD Bernadus | Lulus tahun : 2004 |
| 2. SMP | : SMP Domenico Savio Semarang | Lulus tahun : 2007 |
| 3. SMA | : SMAN 3 Semarang | Lulus tahun : 2010 |
| 4. FK UNDIP | | Masuk tahun : 2010 |

Keanggotaan Organisasi

1. PRMK FK Undip tahun 2011 s/d 2013