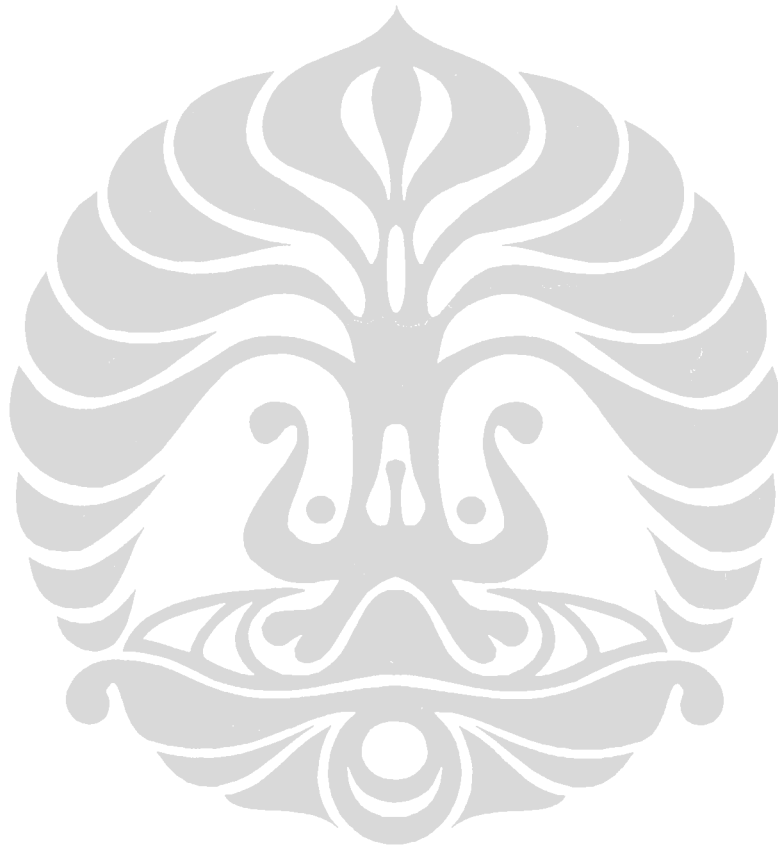


Jenis Bahan Makanan	Sering (n)	Kadang-kadang (n)	Tidak Pernah (n)
KH			
Nasi	100	73	0
Roti	90	81	2
Mie/Bihun	98	71	4
Protein Hewani			
Daging	146	25	2
Ayam	162	11	0
Ikan	125	42	6
Hati (sapi/ayam)			
Telur	142	26	5
Susu	127	44	2
Es Krim	108	65	0
Keju	106	58	9
Protein Nabati			
Tempe	118	46	9
Tahu	122	42	9
Kacang-kacangan	73	45	55
Lemak			
Ayam KFC/CFC	70	100	3
Hamburger	63	99	11
Pizza	55	114	4
Martabak (telor/manis)	65	102	6
Coklat	93	78	2
Makanan/Minuman Lainnya			
Sirup	99	63	11
Coca cola, Fanta, Sprite, Pocari	112	53	8

Sweet			
Gorengan	18	142	13
Sayuran	112	51	10
Buah-buahan	115	56	2
Bakso/Mie Ayam	114	57	2
Siomay	97	66	10



**FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS INDONESIA**



**KUESIONER PENELITIAN
HUBUNGAN ANTARA STATUS GIZI, GENETIK, MEDIA
MASSA, DAN AKTIVITAS OLAHRAGA DENGAN STATUS
MENARCHE SISWI DI SMP ISLAM AL-AZHAR
RAWAMANGUN, JAKARTA TIMUR**

Pengantar

Menarche atau menstruasi pertama adalah darah yang pertama kali keluar dari vagina yang dialami oleh remaja putri. Menarche adalah sebuah tanda dimana seorang remaja putri beranjak menjadi dewasa. Di dunia, menurut survei yang sudah diteliti umur menarche semakin menurun yang salah satunya disebabkan oleh karena membaiknya status gizi pada seorang remaja. Dengan semakin menurunnya usia menarche pada remaja putri saat ini, maka akan bisa berdampak pada membaiknya keadaan gizi seorang remaja putri. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui usia haid/menstruasi pertama (menarche), status gizi, genetik (usia menarche ibu), keterpaparan media massa, dan aktivitas olahraga pada siswi kelas 1 & 2 SMP Islam Al-Azhar Rawamangun, Jakarta

Timur.

Jawablah pertanyaan-pertanyaan dengan jujur dan secermat mungkin dan data yang diisi dalam lembar kuesioner ini akan dijaga kerahasiaannya. Terima kasih atas partisipasi adik-adik dalam penelitian ini.

**Anni Kartika Putri
NPM. 1005000157**

A. Biodata Siswi:

Nomor Responden (Diisi oleh peneliti) :
Nama Siswi :
Tempat/Tanggal Lahir :
Kelas :
Tanggal Pengisian Kuesioner :
Nomor Telp Rumah atau Handphone :
Alamat Lengkap :

B. Biodata Orang Tua Siswi:

Beri tanda silang (X) tepat pada nomor di salah satu pilihan jawaban adik dibawah ini.
misalnya:

1. Tingkat pendidikan	Tingkat pendidikan <u>Ibu:</u>
<u>Avah:</u>	
1. SD sederajat	1. SD sederajat
2. SMP sederajat	2. SMP sederajat
3. SMA sederajat	

4. Akademi/Perguruan Tinggi	3. SMA sederajat
2. Pekerjaan Ayah :	4. Akademi/Perguruan Tinggi
1. Direktur/manager	Pekerjaan Ibu :
2. Pegawai Negeri	1. Direktur/manager
3. Dokter (Umum/Spesialis)	2. Pegawai Negeri
4. Wiraswasta, sebutkan bidang usahanya:	3. Dokter (Umum/Spesialis)
.....	4. Wiraswasta, sebutkan bidang usahanya:
99. Lain-lain, sebutkan:
.....	5. Ibu Rumah Tangga
.....	99. Lain-lain, sebutkan:
.....

--	-------

C. Penilaian Status Gizi (diisi oleh peneliti dan tim peneliti)

1. Berat Badan : kg
 2. Tinggi Badan : cm

D. Status Menarche

1. Apakah adik sudah mengalami haid/menstruasi?

1. Sudah
 2. Belum (langsung ke pertanyaan bagian E)

2. Jika sudah, pada saat umur berapa haid/menstruasi pertama kali datang?

..... tahun
 (misalnya: 9 tahun)

(Beri tanda silang (X) tepat pada nomor di salah satu jawaban dibawah ini)

E. Keterpaparan Terhadap Media Massa

1. Apakah adik suka menonton televisi?

1. Ya
 2. Tidak

2. Jika ya, berapa lama adik menonton televisi dalam sehari?

sebutkan jam

3. Acara televisi apakah yang paling adik sukai? (pilih satu jawaban yang paling disukai)

1. Sinetron atau film remaja/orang dewasa
2. Film anak-anak
3. Berita
4. Hiburan
99. Lain-lain, Sebutkan.

4. Apakah adik menonton televisi setelah jam 9 malam?

1. Ya
2. Tidak
3. Kadang-kadang

5. Jika adik sering atau kadang-kadang menonton televisi setelah jam 9 malam, berapa kali biasanya adik menonton setelah jam 9 dalam seminggu?

Sebutkan. kali

6. Acara apa yang adik sukai tonton setelah jam 9 malam? (jawaban boleh lebih dari 1)

1. Sinetron atau film remaja/orang dewasa atau film Barat
2. Film anak-anak
3. Berita
4. Hiburan
5. Acara Horror
99. Lain-lain, Sebutkan.

7. Apakah adik pernah menonton blue film atau film porno? (walaupun hanya sebentar atau 1x nonton)

1. Ya
2. Tidak

8. Pernahkan adik menonton acara televisi/film/VCD/DVD untuk orang dewasa? (walaupun hanya sebentar atau 1x nonton)

(misalnya: The Readers, American Pie, 40 days and 40 night, 300, Mr. Broke, Crank, Warkop DKI, ML, Kawin Kontrak, XL, Basah)

1. Ya
2. Tidak (jika tidak, lanjut ke pertanyaan bagian E no. 9)

9. Jika adik pernah menonton acara televisi/film/VCD/DVD untuk orang dewasa, dimana adik menonton acara tersebut? (jawaban boleh lebih dari 1)

1. Rumah sendiri
2. Rumah teman
3. Bioskop
99. Lain-lain, sebutkan.
-

10. Apakah adik suka membaca buku cerita/majalah?

1. Ya
2. Tidak

11. Jika adik suka membaca, jenis buku cerita/majalah apa yang sering adik baca? (pilih satu saja yang lebih sering dibaca)

1. Novel remaja
2. Buku anak-anak
3. Buku cerita tentang binatang
4. Buku cerita tentang pahlawan
99. Lain-lain, sebutkan.
-

12. Dari majalah atau tabloid di bawah ini, majalah/tabloid manakah yang sering adik baca? (jawaban boleh lebih dari 1)

1. Aneka Yess
2. Fantasi
3. Gadis
4. Cosmogirl
5. Hai
6. Gaul
7. Go Girl
8. Gita Cinta
99. Lain-lain, sebutkan.
-

F. Aktivitas Siswi

1. Apakah adik suka berolahraga baik intrakurikuler maupun ekstrakurikuler?

1. Ya
2. Tidak (kalau jawaban tidak, langsung ke pertanyaan bagian F no.6)

2. Adik melakukan olahraga secara?

1. teratur atau rutin
2. kadang-kadang (kalau jawaban kadang-kadang langsung ke pertanyaan bagian F no.4)

3. Sejak kapan adik berolahraga secara rutin?

.....
(contoh: semenjak sd)

4. Berapa kali dalam seminggu adik berolahraga?

1. 1-2 kali seminggu
2. 3-5 kali seminggu
3. 6-7 kali seminggu

5. Berapa lama waktu yang adik gunakan setiap kali berolahraga?

1. kurang dari 30 menit
2. tepat 30 menit
3. lebih dari 30 menit

6. Jenis olahraga apa yang biasa adik lakukan?

(jawaban boleh lebih dari satu)

1. senam
2. permainan seperti: basket, volley, bulu tangkis, dll
3. renang
4. jogging
99. Lain-lain, sebutkan.....

7. Apakah adik mengikuti kegiatan ekstrakurikuler olahraga baik disekolah maupun diluar sekolah?

1. Ya
2. Tidak

8. Kalau Ya, sebutkan jenis kegiatan ekstrakurikuler olahraga apa yang adik ikuti dalam seminggu?

1.berapa kali dalam seminggu.....
2.berapa kali dalam seminggu.....
3.berapa kali dalam seminggu.....

Nama Siswi :

Kelas :

**FREKUENSI KONSUMSI SUMBER ENERGI / ZAT TENAGA (KARBOHIDRAT),
SUMBER ZAT PEMBANGUN (PROTEIN), DAN LEMAK**

Berilah tanda silang (X) sesuai kebiasaan adik dalam mengonsumsi (memakan) bahan makanan (pangan) di bawah ini:

NO	JENIS BAHAN MAKANAN	3 x per hari	2 x per hari	1 x per hari	4-5 x per minggu	2-3 x per minggu	1 x per minggu	3 x per bulan	2 x per bulan	1 x per bulan	Tidak Pernah
A	Sumber Energi										
1	Nasi										
2	Roti										
3	Mie / Bihun										

B	Sumber Protein (Hewani)										
1	Daging										
2	Ayam (jenis unggas)										
3	Ikan										
4	Hati (sapi/ayam)										
5	Telur										
6	Susu										
7	Es krim										
8	Keju										

C	Sumber Protein (Nabati)										
1	Tempe										
2	Tahu										
3	Kacang-kacangan (hijau/merah)										
NO	JENIS BAHAN MAKANAN	3 x per hari	2 x per hari	1 x per hari	4-5 x per minggu	2-3 x per minggu	1 x per minggu	3 x per bulan	2 x per bulan	1 x per bulan	Tidak Pernah
D	Sumber Lemak										
1	Ayam KFC/CFC										
2	Hamburger/Hotdog										
3	Pizza										
4	Martabak (telor/manis)										

5	Coklat										
E	Makanan/Minuman lainnya										
1	Sirup										
2	Coca cola, Fanta, Sprite, Pocari sweat										
3	Gorengan										
4	Sayuran										
5	Buah-buahan										
6	Bakso/Mie Ayam										
7	Siomay										

Terima Kasih



**KUESIONER PENELITIAN
HUBUNGAN ANTARA STATUS GIZI, GENETIK, MEDIA MASSA,
DAN AKTIVITAS OLAHRAGA DENGAN STATUS MENARCHE
SISWI DI SMP ISLAM AL-AZHAR, RAWAMANGUN
JAKARTA TIMUR**

Pengantar

Menarche atau menstruasi pertama adalah darah yang pertama kali keluar dari vagina yang dialami oleh remaja putri. Menarche adalah sebuah tanda dimana seorang remaja putri beranjak dewasa dan sudah siap menjadi seorang wanita dewasa. Bersamaan dengan dimulainya menarche pada remaja putri, maka terjadi pula perubahan pada organ-organ tubuh yang ada dan keinginan untuk mengetahui seks lebih jauh.

Dengan semakin menurunnya usia menarche pada remaja putri saat ini, maka akan semakin mudah dampak negatif yang terjadi bagi remaja putri untuk terjadi, sebagai contoh kehamilan diluar pernikahan dengan usia yang terlalu dini. Beberapa hasil studi yang sudah ada diketahui bahwa adanya korelasi (hubungan) antara usia menarche ibu (genetik) dengan usia menarche anak perempuannya. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui usia haid/menstruasi pertama (menarche), status gizi, genetik (usia menarche ibu), keterpaparan media massa, dan aktivitas olahraga pada siswi kelas 1 & 2 SMP Islam Al-Azhar Rawamangun, Jakarta Timur.

Saya mohon ibu untuk bersedia memberitahukan pada saat usia berapa ibu mendapatkan menarche. Data yang ibu berikan akan dijaga kerahasiaannya oleh peneliti. Terima kasih atas partisipasi ibu dalam penelitian ini.

**Kepala SMP Islam Al-Azhar
Rawamangun**

**Anni Kartika Putri
1005000157**

Hidayat Saputra

Hubungan antara..., Anni Kartika Putri, FKM UI, 2009

Nomor Responden (Diisi oleh peneliti) :
Nama Ibu :
Nama Siswi :
Tempat/Tanggal Lahir Siswi :
Kelas Siswi :
Tanggal Pengisian Kuesioner :
Alamat Ibu atau Siswi :

Pada saat umur berapa Ibu haid/menstruasi pertama kali?

(.....tahun,.....bulan)

misalnya: 12 tahun, 1 bulan atau
12 tahun

Terima Kasih