

No.Responden

Tanggal



FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS INDONESIA

KUESIONER PENELITIAN

Hubungan antara Konsumsi Suplemen Vitamin dan Mineral, serta Minuman Energi dengan Kebugaran Jasmani pada Atlet Cabang Olahraga Akuatik di Stadion Renang Gelora Bung Karno Senayan, Jakarta Tahun 2009

Pengantar

Dengan hormat,

Saya, mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia Program S-1 Kesehatan Masyarakat Peminatan Gizi memohon bantuan Saudara untuk mengisi kuesioner penelitian ini.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara konsumsi suplemen vitamin dan mineral, serta minuman energi dengan kebugaran jasmani pada atlet cabang olahraga akuatik yang berlatih di stadion renang Gelora Bung Karno Senayan, Jakarta tahun 2009.

Kerahasiaan jawaban Saudara akan dijaga. Atas bantuan dan kejujuran Saudara dalam mengisi kuesioner ini, saya mengucapkan terima kasih.

Data Peneliti

Nama : Yosefin Hanna
Alamat : Taman Titian Indah Blok I3 No 17
Bekasi Barat
Telp. : 0856 806 6039/(021) 94843472

No.Responden

- 4. Membantu metabolisme tubuh
- 5. Lain-lain, sebutkan _____
- 99. Tidak tahu

11. Di bawah ini yang termasuk sumber protein adalah:
- 1. Ikan, daging sapi, tahu
 - 2. Mangga, rambutan, pepaya
 - 3. Nasi, jagung, roti
 - 4. Minyak goreng, mentega
 - 99. Tidak tahu

12. Fungsi dari protein adalah:
- 1. Sumber energi utama
 - 2. Sebagai zat pembangun tubuh
 - 3. Membantu metabolisme tubuh
 - 4. Lain-lain, sebutkan _____
 - 99. Tidak tahu

13. Di bawah ini yang termasuk sumber vitamin dan mineral adalah:
- 1. Jeruk, mangga, pepaya
 - 2. Nasi, roti
 - 3. Minyak goreng, mentega
 - 99. Tidak tahu

14. Fungsi dari vitamin dan mineral adalah:
- 1. Membantu metabolisme tubuh
 - 2. Sumber energi utama
 - 3. Sebagai zat pembangun
 - 4. Lain-lain, sebutkan _____
 - 99. Tidak tahu

IV. Pengetahuan tentang Suplemen Vitamin dan Mineral

15. Apakah Saudara tahu apa yang dimaksud dengan antioksidan?
- 1. Ya, sebutkan _____
 - 2. Tidak (**lanjut ke nomor 18**)

16. Vitamin di bawah ini yang termasuk antioksidan adalah:
- (jawaban boleh lebih dari satu)**
- 1. vitamin A
 - 2. vitamin B
 - 3. vitamin C
 - 4. vitamin E
 - 99. Tidak tahu

17. Bahan makanan di bawah ini yang paling banyak mengandung antioksidan adalah:
- 1. Nasi
 - 2. Buah-buahan dan sayuran
 - 3. Ikan
 - 99. Tidak tahu

18. Apakah Saudara tahu apa yang dimaksud dengan suplemen vitamin dan mineral?
- 1. Tahu, sebutkan _____
 - 2. Tidak tahu (**lanjut ke nomor 20**)

No.Responden

19. Yang dimaksud dengan suplemen vitamin dan mineral adalah:

(jawaban boleh lebih dari satu)

1. Kapsul yang mengandung vitamin dan mineral
2. Tablet yang mengandung vitamin dan mineral
3. Cairan yang mengandung vitamin dan mineral

20. Orang-orang yang biasanya membutuhkan suplemen vitamin dan mineral adalah:

1. Wanita hamil
2. Orang lanjut usia
3. Vegetarian
4. Perokok berat
5. Olahragawan/atlet
6. Alkoholik
7. Lain-lain, sebutkan _____
99. Tidak tahu

21. Menurut Saudara, apakah manfaat dari suplemen vitamin dan mineral?

1. Untuk mengobati penyakit
2. Untuk melengkapi makanan sehari-sehari yang kurang mencukupi
3. Untuk mengganti makanan
4. Untuk menjaga kesehatan
5. Lain-lain, sebutkan _____
99. Tidak tahu

V. Pengetahuan tentang minuman energi

22. Apakah Saudara tahu apa yang dimaksud dengan minuman energi?

1. Tahu, sebutkan _____
2. Tidak tahu **(lanjut ke nomor 24)**

23. Yang dimaksud dengan minuman energi adalah:

(jawaban boleh lebih dari satu)

1. Minuman untuk menambah energi
2. Minuman kesehatan yang mengandung vitamin dan mineral
99. Tidak tahu

24. Menurut Saudara, manfaat dari minuman energi adalah:

1. Meningkatkan stamina tubuh
2. Mengurangi rasa lapar
3. Melancarkan pencernaan
4. Lain-lain, sebutkan _____
99. Tidak tahu

25. Orang-orang yang biasanya membutuhkan minuman energi adalah:

(jawaban boleh lebih dari satu)

1. Olahragawan/atlet
2. Pekerja berat
3. Orang lanjut usia
4. Perokok berat
5. Wanita hamil
6. Lain-lain, sebutkan _____
99. Tidak tahu

No.Responden

VI. Konsumsi suplemen vitamin dan mineral

26. Apakah Saudara mengkonsumsi suplemen?

1. Ya
2. Tidak (**lanjut ke nomor 28**)

27. Bila Ya, isilah tabel di bawah ini dengan jenis suplemen vitamin/multivitamin atau mineral/multimineral yang biasa Saudara konsumsi beserta frekuensinya. (**Berikan tanda check (√) pada kolom frekuensi dan tuliskan lama mengkonsumsi**)

No	Nama/merk suplemen	Frekuensi konsumsi			Lama mengkonsumsi	Dosis
		Dalam hari	Dalam minggu	Dalam bulan		
1.	Contoh: Vitacimin	√			6 bulan	1 tablet
2.						
3.						
4.						
5.						

VII. Konsumsi minuman energi

28. Apakah Saudara mengkonsumsi minuman energi?

1. Ya
2. Tidak

29. Bila Ya, isilah tabel di bawah ini dengan jenis minuman energi yang biasa Saudara konsumsi beserta frekuensinya. (**Berikan tanda check (√) pada kolom frekuensi dan tuliskan lama mengkonsumsi**)

No	Nama/merk suplemen	Frekuensi konsumsi			Lama mengkonsumsi	Jumlah (botol/sachet)
		Dalam hari	Dalam minggu	Dalam bulan		
1.	Contoh: Extra joss		√		1 tahun	7 sachet
2.						
3.						
4.						
5.						