

Lampiran 2. Kuesioner Penelitian



**UNIVERSITAS INDONESIA
KUESIONER PENELITIAN
HUBUNGAN ANTARA KARAKTERISTIK, PENGETAHUAN, SIKAP DAN
FAKTOR LINGKUNGAN TERHADAP PERILAKU MAKAN BERDASARKAN
PEDOMAN UMUM GIZI SEIMBANG (PUGS) PADA ATLET REMAJA DI
GELORA BUNG KARNO SENAYAN JAKARTA TAHUN 2009**

Selamat Pagi / Siang / Sore

Perkenalkan saya **ARIA NOVITASARI** Mahasiswa Progran S-1 Gizi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Indonesia. Bermaksud melakukan penelitian mengenai **HUBUNGAN ANTARA KARAKTERISTIK, PENGETAHUAN, SIKAP DAN FAKTOR LINGKUNGAN TERHADAP PERILAKU MAKAN BERDASARKAN PEDOMAN UMUM GIZI SEIMBANG (PUGS) PADA ATLET REMAJA DI GELORA BUNG KARNO SENAYAN JAKARTA TAHUN 2009.**

Kami berharap Saudara bersedia untuk menjadi responden dalam penelitian ini. Saudara mendapat kesempatan untuk bertanya tentang peran serta dalam penelitian ini dan berhak untuk berhenti dari penelitian ini dengan alasan apapun dan tidak perlu untuk menjelaskan alasan mengundurkan diri.

Semua informasi yang Saudara berikan terjamin kerahasiaannya.

Setelah Saudara membaca maksud dan tahapan penelitian diatas, maka saya mohon untuk mengisi nama dan tanda tangan dibawah ini sebagai persetujuan.

Dengan ini saya bersedia mengikuti penelitian ini dan bersedia mengisi lembar kuesioner yang telah disediakan dibawah ini.

Tertanda,

(.....)

Setelah menandatangani pernyataan tersebut diatas, saya mohon kesediaan Saudara untuk menjawab pertanyaan-pertanyaan dibawah ini dengan jujur, tanpa bantuan orang lain dan sesuai dengan keadaan yang sebenarnya. Tandai jawaban Saudara dengan **MELINGKARI ANGKA** dari jawaban yang dipilih dan mengisi titik-titik bilamana diperlukan.

Bila ada hal yang ingin ditanyakan, anda dapat menghubungi **ARIA NOVITASARI (08161610671)**

IR. IDENTITAS RESPONDEN			
IR1	Nama Lengkap		
			Diisi Oleh Petugas
IR2	Nama Klub		[]
IR3	Cabang Olahraga	1. Renang 2. Loncat Indah 3. Polo Air 4. Basket 5. Tenis 6. Renang indah	
IR4	Jenis Kelamin	1. Laki-laki 2. Perempuan	[]
IR5	Tanggal Lahir	Tanggal ____ Bulan ____ Tahun _____	[] - [] - []
IR6	Agama	1. Islam 2. Kristen Protestan 3. Kristen Katolik 4. Budha 5. Hindu 6. Lainnya, sebutkan	[]
IR7	Pendidikan Saudara sekarang	1. Tidak sekolah 2. SD Kelas : 3. SMP Kelas : 4. SMU Kelas : 5. Diploma I Semester : 6. Diploma III Semester : 7. Sarjana S-1 Semester : 8. Lainnya, sebutkan	[]
IR8	Pendidikan Ayah	1. Tidak Sekolah 2. Tidak Tamat SD 3. Tamat SD 4. Tamat SLTP 5. Tamat SLTA 6. Tamat Akademi D1/D3 7. Tamat Perguruan Tinggi S1 / S2 / S3	[]
IR9	Pendidikan Ibu	1. Tidak Sekolah 2. Tidak Tamat SD 3. Tamat SD 4. Tamat SLTP 5. Tamat SLTA 6. Tamat Akademi D1 / D3 7. Tamat Perguruan Tinggi S1/ S2 / S3	[]
IR10	Pekerjaan Ayah	1. Tidak bekerja 2. TNI / Polri 3. PNS 4. Pegawai swasta 5. Wiraswasta 6. Lainnya.....	[]
IR11	Pekerjaan Ibu	1. Tidak bekerja 2. TNI / Polri 3. PNS 4. Pegawai swasta 5. Wiraswasta 6. Lainnya.....	[]
IR12	Alamat Rumah		
IR13	No. Telp Rumah / HP		

A. KETERPAPARAN MEDIA PUGS			
A1	Sebelum anda mengisi kuesioner saat ini, apakah anda pernah melihat, menerima ataupun membaca pesan Pedoman Umum Gizi Seimbang (PUGS) ?	1. Pernah 2. Tidak pernah → (langsung ke pertanyaan B)	[]
A2	Jika pernah, berapa banyak sumber media yang anda ketahui mengenai Pedoman Umum Gizi Seimbang (PUGS) tersebut ? (jawaban boleh lebih dari satu)	1. Koran 2. Majalah 3. Buku 4. Leaflet 5. Brosur 6. Poster 7. Televisi 8. Radio 9. Internet 10. Guru 11. Teman 12. Orang tua 13. Pelatih 14. Petugas kesehatan 15. Lainnya, sebutkan	[] [] [] [] [] [] [] [] [] [] [] [] [] [] []

B. PELATIH			
B1	Apakah anda pernah makan bersama pelatih anda...	1. Ya 2. Tidak pernah (langsung ke B3)	[]
B2	Saat membeli makanan bersama pelatih, siapa yang menentukan jenis makanan yang akan dimakan...	1. Diri sendiri 2. Pelatih	[]
B3	Apakah pelatih anda pernah memberikan saran tentang makanan yang akan anda makan...	1. Ya 2. Tidak pernah	[]
B4	Apa yang sering di sampaikan oleh pelatih anda tentang makanan bergizi seimbang : (jawaban boleh lebih dari satu)	1..... 2..... 3..... 4.....	

C. TEMAN SEBAYA			
C1	Dengan siapa anda paling sering membeli makanan	1. Teman 2. Sendiri 3. Orang tua 4. Saudara/kakak/adik	[]
C2	Saat membeli makanan bersama teman, apakah jenis makanan yang dibeli sama :	1. Ya 2. Tidak pernah	[]
C3	Saat membeli makanan bersama teman, siapa yang menentukan jenis makanan yang dibeli :	1. Diri sendiri 2. Teman	[]

F. PENGETAHUAN PUGS			
F1	Ada berapa isi pesan dalam Pedoman Umum Gizi Seimbang (PUGS) :	1. 13 Pesan 2. 14 Pesan 3. 15 Pesan 99. Tidak tahu	[]
F2	Makanan yang beraneka ragam terdiri dari...	1. Nasi, sayuran, buah-buahan, lauk nabati, lauk hewani 2. Nasi, sayuran, lauk nabati, buah-buahan, susu 3. Nasi, sayuran, lauk nabati, lauk hewani, susu 99. Tidak tahu	[]
F3	Menurut anda, sebaiknya berapa kali kita harus makan sayur setiap hari...	1. 1x sehari 2. 2x sehari 3. 3x sehari 99. Tidak tahu	[]
F4	Menurut anda, sebaiknya berapa kali kita harus makan buah setiap hari...	1. 1x sehari 2. 2x sehari 3. 3x sehari 99. Tidak tahu	[]

F5	Menurut anda, terpenuhiya gizi bagi atlet remaja ditandai dengan...	1. Badan yang langsing 2. Badan yang gemuk 3. Berat badan normal 99. Tidak tahu	[]
F6	Kelompok makanan berikut ini dapat dijadikan sumber tenaga yaitu...	1. Roti, mie, singkong, nasi, bihun 2. Singkong, nasi, bihun, telur, ikan 3. Roti, nasi, bihun, daging, telur 99. Tidak tahu	[]
F7	Konsumsi makanan sumber energi yang melebihi kebutuhan secara terus menerus akan menyebabkan...	1. Berat badan berlebih 2. Kurang gizi 3. Stamina meningkat 99. Tidak tahu	[]
F8	Fungsi utama karbohidrat adalah....	1. Sumber energi bagi tubuh 2. Pembentuk sel darah merah 3. Menjaga kesehatan 99. Tidak tahu	[]
F9	Makanan sumber karbohidrat komplek antara lain...	1. Sagu, pisang, madu 2. Ubi, pisang, nasi 3. Nasi, kentang, gula 99. Tidak tahu	[]
F10	Anjuran konsumsi gula sehari-hari sebanyak...	1. 3-4 sendok makan 2. 5-6 sendok makan 3. 7-8 sendok makan 99. Tidak tahu	[]
F11	Konsumsi minyak sehari-hari sebaiknya menggunakan minyak...	1. Lemak jenuh 2. Hewani 3. Nabati 99. Tidak tahu	[]
F12	Jika seseorang mengkonsumsi lemak dan minyak secara berlebihan akan mengakibatkan....	1. Kebutuhan zat gizi yang lain tidak terpenuhi 2. Kebutuhan zat gizi yang lain tercukupi oleh lemak dan minyak 3. Kebutuhan zat gizi lain tidak berpengaruh 99. Tidak tahu	[]

G. SIKAP PUGS						
Berilah jawaban dengan memberi tanda silang pada kolom yang dipilih						
Keterangan :						
		SS = Sangat setuju	S = Setuju	TS = Tidak setuju	STS = Sangat tidak setuju	
	Pernyataan	SS (1)	S (2)	TS (3)	STS (4)	Diisi Oleh Petugas
G1	Setiap hari saya harus makan makanan yang beraneka ragam					[]
G2	Bila berat badan saya normal, artinya kebutuhan energi saya sudah tercukupi					[]
G3	Makanan sumber karbohidrat harus dibatasi konsumsinya sekitar 50-60% dari kebutuhan energi					[]
G4	Konsumsi lemak dan minyak yang berlebihan tidak akan mengurangi konsumsi makanan lain					[]
G5	Saya tidak akan makan makanan yang tidak digarami dengan garam beryodium					[]
G6	Tidak makan pagi merupakan masalah yang akan mengganggu kesehatan saya					[]
G7	Saya akan minum ketika saya merasa haus saja					[]
G8	Kebiasaan minum minuman beralkohol tidak akan merusak fungsi hati saya					[]
G9	Makanan yang sudah dimasak lebih baik ditutup agar tidak dihindangi lalat					[]
G10	Saya akan selalu membaca label dalam makanan kemasan walaupun saya pernah membeli makanan tersebut					[]
G11	Setiap hari saya akan rajin berolahraga walaupun bukan saatnya latihan					[]
G12	Untuk membentuk otot, saya akan makan telur sebanyak mungkin tanpa makanan lainnya					[]

H. PERILAKU MAKAN BERDASARKAN PUGS			Diisi Oleh Petugas
H1	Untuk menjaga berat badan normal, anda selalu memperhatikan penambahan berat badan secara berkala...	1. Selalu 2. Kadang-kadang 3. Tidak rutin 4. Tidak pernah	[]
H2	Agar tidak menderita anemia, anda mengkonsumsi...	1. Protein nabati (tempe, tahu, kacang-kacangan) 2. Sayuran hijau 3. Protein hewani (ikan, daging, telur dll) 4. Buah-buahan	[]
H3	Yang anda lakukan untuk meningkatkan konsentrasi saat berlatih....	1. Sarapan pagi 2. Minum susu 3. Tidak makan apa-apa 4. Hanya konsentrasi	[]
H4	Berapa gelas air minum yang biasa anda konsumsi setiap hari...	1. Tidak tahu 2. Minum air 8 gelas sehari 3. Minum air setiap haus saja 4. Tidak melakukan apa-apa	[]
H5	Seberapa sering anda mengkonsumsi alkohol...	1. Setiap hari 2. 1X seminggu 3. Tidak pernah 4. Setiap tahun baru	[]
H6	Konsumsi gula murni yang berlebihan dapat mengakibatkan..	1. Gigi rusak 2. Darah tinggi 3. Ginjal rusak 4. Diabetes	[]
H7	Seberapa sering anda melakukan sarapan pagi...	1. Tidak pernah 2. Tidak tentu 3. Seminggu sekali 4. Setiap hari	[]

H8	Setiap anda membeli makanan yang dikemas, seberapa sering anda membaca labelnya..	1. Tidak pernah 2. Kadang-kadang 3. Ya, selalu 4. Kalau ingat saja	[]
H9	Seberapa sering anda membeli jajanan goreng-gorengan...	1. Tidak pernah 2. Tidak tentu 3. Seminggu sekali 4. Setiap hari	[]
H10	Bagaimana cara anda memperlakukan makanan yang sudah matang...	1. Menyimpannya di kulkas bersama bahan makanan mentah 2. Menutup makanan misalnya dengan tudung saji 4. Hanya diletakkan diatas meja makan 5. Kalau ingat di simpan dalam lemari makan	[]
H11	Selain di tempat latihan (klub olahraga), apakah anda melakukan olahraga lain (selain jam pelajaran olahraga)... Untuk yang masih sekolah termasuk ekstrakurikuler yang diikuti di sekolah dan diluar sekolah.	1. Tidak pernah 2. Kadang-kadang 3. Ya, selalu 4. Kalau ingat saja	[]
H12	Apakah anda selalu berolahraga walaupun tidak sedang ada jadwal latihan..	1. Tidak pernah 2. Kadang-kadang 3. Ya, selalu 4. Kalau ingat saja	[]

SELESAI
-TERIMA KASIH ATAS KERJASAMA ANDA-

Lampiran 3. Ringkasan Hasil Univariat

Tabel Rekapitulasi Hasil Univariat

Variabel	n	%
Umur		
Remaja Awal	52	50,8
Remaja Lanjut	51	49,5
Jenis Kelamin		
Laki-laki	66	64,1
Perempuan	37	35,9
Cabang Olahraga		
Tipe 2	69	67
Tipe 3	34	33
Pendidikan Responden		
Tinggi	64	62,1
Rendah	39	37,9
Pengetahuan PUGS		
Baik	66	64,1
Kurang	37	35,9
Sikap PUGS		
Baik	54	52,4
Kurang	49	47,6
Pengaruh Teman		
Kuat	80	77,7
Lemah	23	22,3
Pengaruh Pelatih		
Kuat	79	76,7
Lemah	24	23,3
Keterpaparan Media		
Pernah Lihat	37	35,6
Tidak Pernah Lihat	66	63,5
Pendidikan Ayah		
Rendah	35	34
Tinggi	68	66
Pendidikan Ibu		
Rendah	43	41,7
Tinggi	60	58,3
Perilaku PUGS		
Baik	68	66
Kurang	35	34

Lampiran 4. Ringkasan Hasil Bivariat

Tabel Rekapitulasi Hasil Bivariat

Variabel Independen	Perilaku PUGS				Total		OR (95% CI)	p Value
	Baik		Kurang		n	%		
	n	%	N	%				
Umur								
Remaja awal	35	67,3	17	32,7	52	100	-	0,944
Remaja Lanjut	33	64,7	18	35,3	52	100		
Cabang Olahraga								
Tipe 2	49	71	20	29	69	100	-	0,192
Tipe 3	19	55,9	15	44,1	34	100		
Jenis Kelamin								
Laki-laki	47	71,2	19	28,8	66	100	-	0,204
Perempuan	21	56,8	16	43,2	37	100		
Pengetahuan*								
Baik	51	77	15	23	66	100	4,000 (1,683-9,507)	0,003
Kurang	17	46	20	54	37	100		
Sikap								
Baik	39	72,2	15	27,8	54	100		
Kurang	29	59,2	20	40,8	49	100	-	0,235
Pengaruh Pelatih								
Kuat	50	63,3	29	36,7	79	100	-	0,415
Lemah	18	75	6	25	24	100		
Pengaruh teman*								
Kuat	48	60	32	40	80	100	0,225 (0,062-0,082)	0,03
Lemah	20	86,9	3	13,1	23	100		
Pendidikan Ayah								
Tinggi	44	64,7	24	35,3	68	100	-	0,863
Rendah	24	68,6	11	31,4	35	100		
Pendidikan Ibu								
Tinggi	40	66,7	20	33,3	60	100	-	1,000
Rendah	28	65,1	15	34,9	43	100		
Keterpaparan Media								
Pernah Lihat	25	67,6	12	32,4	37	100	-	0,975
Tidak Pernah Lihat	43	65,1	23	34,9	66	100		

Keterangan: * bermakna