

LAMPIRAN

Lampiran 1. Lembar Persetujuan Penelitian (*Informed Consent*)

LEMBAR PERSETUJUAN PENELITIAN (*INFORMED CONSENT*)

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama :
 Alamat :
 Jenis Kelamin :
 Umur :
 No. Hp :

Setelah memperoleh penjelasan sepenuhnya, menyadari, memahami, dan mengerti, bahwa penelitian ini tidak akan berakibat buruk/ negatif terhadap saya, maka bersama ini saya bersedia menjadi responden dalam penelitian yang dilakukan oleh:

Nama : Safira Amalia Suratno
 No. Hp : 087746208622
 Institusi : Universitas Islam Sultan Agung
 Judul : Hubungan antara Tingkat Aktivitas Fisik dan Asupan Lemak dengan Massa Lemak Tubuh: Studi pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sultan Agung (UNISSULA) Semarang.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dalam keadaan sadar dan tanpa paksaan dari pihakmanapun serta untuk dipergunakan sebagaimana mestinya

.....,

Hormat saya,

(Nama)

*untuk peneliti

LEMBAR PERSETUJUAN PENELITIAN (*INFORMED CONSENT*)

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama :
 Alamat :
 Jenis Kelamin :
 Umur :
 No. Hp :

Setelah memperoleh penjelasan sepenuhnya, menyadari, memahami, dan mengerti, bahwa penelitian ini tidak akan berakibat buruk/ negatif terhadap saya, maka bersama ini saya bersedia menjadi responden dalam penelitian yang dilakukan oleh:

Nama : Safira Amalia Suratno
 No. Hp : 087746208622
 Institusi : Universitas Islam Sultan Agung
 Judul : Hubungan antara Tingkat Aktivitas Fisik dan Asupan Lemak dengan Massa Lemak Tubuh: Studi pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sultan Agung (UNISSULA) Semarang.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dalam keadaan sadar dan tanpa paksaan dari pihakmanapun serta untuk dipergunakan sebagaimana mestinya

.....,

Hormat saya,

(Nama)

*untuk responden

Lampiran 2. IPAQ-SF

INTERNATIONAL PHYSICAL ACTIVITY QUESTIONNAIRE (IPAQ)

Kami tertarik untuk mencari tahu tentang jenis aktivitas fisik yang dilakukan seseorang yang merupakan bagian dari kehidupan sehari-hari mereka. Pertanyaan dibawah ini akan menanyakan tentang waktu yang Anda habiskan aktif secara fisik dalam 7 hari terakhir. Harap jawab setiap pertanyaan meskipun Anda tidak menganggap diri Anda sebagai orang yang aktif. Harap pikirkan tentang aktivitas yang Anda lakukan, seperti melakukan pekerjaan rumah dan pekerjaan Anda, untuk pergi dari satu tempat ke tempat lain, dan sebagai cadangan Anda waktu untuk rekreasi, latihan fisik atau olah raga.

Pikirkan tentang semua aktivitas berat yang Anda lakukan dalam 7 hari terakhir. Aktivitas fisik Berat mengacu pada aktivitas yang membutuhkan upaya fisik yang keras dan membuat Anda bernapas jauh lebih sulit dari biasanya. Pikirkan hanya tentang aktivitas fisik yang Anda lakukan setidaknya 10 menit setiap kali.

1. Selama 7 hari terakhir, berapa hari Anda melakukan latihan fisik yang berat seperti aktivitas seperti angkat berat, menggali, aerobik, atau bersepeda cepat?
 _____ hari per minggu
 Tidak ada aktivitas fisik yang berat **Lanjut ke pertanyaan no.3**
2. Berapa banyak waktu yang biasanya Anda habiskan untuk melakukan aktivitas fisik yang berat pada salah satu hari-hari tersebut?
 _____ jam per hari
 _____ menit per hari
 Tidak tahu/ tidak yakin

Pikirkan tentang semua aktivitas sedang yang Anda lakukan dalam 7 hari terakhir. Aktivitas sedang mengacu pada aktivitas yang membutuhkan upaya fisik sedang dan membuat Anda bernapas agak lebih keras dari biasanya. Pikirkan hanya tentang aktivitas fisik yang Anda lakukan selama setidaknya 10 menit setiap kali.

3. Selama 7 hari terakhir, berapa hari Anda melakukan fisik sedang aktivitas seperti membawa beban ringan, bersepeda dengan kecepatan teratur, atau tenis ganda? Tidak termasuk jalan kaki.

_____ hari per minggu

Tidak ada aktivitas fisik sedang **Lanjut ke pertanyaan no.5**

4. Berapa banyak waktu yang biasanya Anda habiskan untuk melakukan aktivitas fisik sedang pada hari-hari tersebut?

_____ jam per hari

_____ menit per hari

Tidak tahu/ tidak yakin

Pikirkan tentang waktu yang Anda habiskan untuk berjalan dalam 7 hari terakhir. Ini termasuk di tempat kerja dan di rumah, berjalan kaki untuk bepergian dari satu tempat ke tempat lain, dan jalan kaki lainnya yang telah Anda lakukan semata-mata untuk rekreasi, olahraga, olah raga, atau rekreasi.

5. Selama 7 hari terakhir, berapa hari Anda berjalan kaki setidaknya selama 10 menit pada suatu waktu?

_____ hari per minggu

Tidak berjalan **Lanjut ke pertanyaan no.7**

6. Berapa lama waktu yang biasanya Anda habiskan untuk berjalan pada salah satu hari tersebut?

_____ jam per hari

_____ menit per hari

Tidak tahu/ tidak yakin

Pertanyaan terakhir adalah tentang waktu yang Anda habiskan untuk duduk di hari kerja selama 7 hari terakhir hari. Sertakan waktu yang dihabiskan di tempat kerja, di rumah, saat melakukan pekerjaan kursus dan selama waktu senggang waktu. Ini mungkin termasuk waktu yang dihabiskan untuk duduk di meja, mengunjungi teman, membaca, atau duduk atau berbaring untuk menonton televisi.

7. Selama 7 hari terakhir, berapa banyak waktu yang Anda habiskan untuk duduk pada hari kerja?

_____ jam per hari

_____ menit per hari

Tidak tahu/ tidak yakin

Kuesioner ini berakhir, terima kasih telah berpartisipasi.



Lampiran 3. Food Frequency Questionnaire (FFQ)

Hari/ tanggal :

Nama :

NIM :

FOOD FREQUENCY QUESTIONNAIRE (FFQ)

Berilah tanda centang (√) pada frekuensi makan pada setiap jenis makanan yang menurut Anda paling mendekati dengan kebiasaan Anda dalam sebulan terakhir.

Grup	No	Bahan Makanan	Hari		Minggu			1-3x/ bulan	Tidak Pernah
			>1x	1x	4-6x	2-3x	1x		
Makanan Pokok	1	Bihun							
	2	Havernut							
	3	Biskuit							
	4	Jagung segar							
	5	Kentang							
	6	Kentang hitam							
	7	Roti							
	8	Singkong							
	9	Sukun							
	10	Talas							
	11	Tape beras ketan							
	12	Mie basah							
	13	Mie kering							
	14	Beras putih							
	15	Beras merah							
	16	Beras ketan putih							
	17	Beras ketan hitam							
	18	Tape singkong							
	19	Tepung beras							
	20	Tepung terigu							
	21	Tepung jagung							
	22	Tepung sagu							
Lauk Hewani	1	Daging sapi							
	2	Hati sapi							
	3	Daging ayam							

	4	Hati ayam							
	5	Ikan asin							
	6	Ikan kering							
	7	Sosis							
	8	Kornet							
	9	Cumi-cumi							
	10	Kepiting							
	11	Udang							
	12	Kerang							
	13	Kembung							
	14	Lele							
	15	Mujair							
	16	Cakalang							
	17	Lamuru							
	18	Ikan mas							
	19	Selar							
	20	Banyar							
	21	Kakap							
	22	Bandeng							
	23	Belut							
	24	Telur ayam							
	25	Telur itik							
	26	Telur puyuh							
Lauk Nabati	1	Kacang hijau							
	2	Kacang kedelai							
	3	Kacang merah							
	4	Kacang mete							
	5	Kacang tanah							
	6	Tahu							
	7	Tempe							
	8	Petai							
Sayur-sayuran Golongan A	1	Gambas							
	2	Selada							
	3	Jamur kuping							
	4	Lobak							
	5	Oyong							
	6	Ketimun							
	7	Daun bawang							
	8	Labu air							
	9	Selada air							
Sayur-sayuran Golongan	1	Bayam							
	2	Daun kecipir							
	3	Daun Papaya							

B	4	Sawi								
	5	Terong								
	6	Labu siam								
	7	Wortel								
	8	Kol								
	9	Labu waluh								
	10	Brokoli								
	11	Buncis								
	12	Daun kacang panjang								
	13	Pare								
	14	Rebung								
	Sayur-sayuran Golongan C	1	Bayam merah							
		2	Daun singkong							
		3	Daun katuk							
4		Daun melinjo								
5		Nangka muda								
Buah-buahan	1	Alpukat								
	2	Apel malang								
	3	Dukuh								
	4	Jambu air								
	5	Jambu bol								
	6	Jeruk garut								
	7	Kedondong								
	8	Mangga								
	9	Melon								
	10	Markisa								
	11	Papaya								
	12	Rambutan								
	13	Salak								
	14	Sirsak								
	15	Apel merah								
	16	Belimbing								
	17	Durian								
	18	Jambu biji								
	19	Jeruk bali								
	20	Jeruk nipis								
	21	Kurma								
	22	Manggis								
	23	Nanas								
	24	Pir								
	25	Pisang								
	26	Sawo								

Lampiran 4. Data Hasil Penelitian

NO	JK	BB	ENERGI			LEMAK			Lemak p. BB (%)	Lemak, BB (kg) (M)	Asam lemak, (% dari total lemak)	Asam lemak, (% dari total kalori)	USIA	RIWAYAT PENYAKIT	TB	BMI	PERSENTASE LEMAK					
			Asupan, kcal/bayi	KEBUTUHAN, kcal/bayi	TOTAL Intake/BB (%)	Asupan, g/bayi	KEBUTUHAN, g/bayi	TOTAL Intake/BB (%)									BB	Fat	Visceral Fat	BMI	BM	Body Age
1	Laki-laki	83	865.7	2036.3	43	22.2	69.1	32	0.2675	89.8	0.1026	10.26	20	Tipeus	173	27.7	83.6	26.5	11	27.9	1810	42
2	Laki-laki	90	808.6	2036.3	40	28.1	69.1	41	0.3122	112.4	0.1380	13.80	20		172.5	30.24	90.1	0.296	14	30.3	1893	47
3	Perempuan	50	2041.7	2036.3	100	64	69.1	93	1.2810	256	0.1254	12.54	18		154	21.08	50.8	0.25	3	21.4	1148	22
4	Perempuan	46	1661.1	2036.3	82	52.9	69.1	77	1.1500	211.6	0.1274	12.72	18		154.4	19.06	45.8	0.276	2	19.2	1060	18
5	Perempuan	50	893.7	2036.3	44	33.4	69.1	48	0.6690	133.8	0.1405	14.05	19		149	22.5	50.9	0.233	4	22.9	1121	28
6	Laki-laki	56	2475.5	2036.3	122	79.7	69.1	115	1.4212	318.8	0.1288	12.90	19		168	19.8	55.8	0.344	3	19.8	1412	18
7	Laki-laki	50	1669.9	2036.3	77	32.5	69.1	47	0.6500	130	0.0828	8.28	19		173.5	16.9	50.3	0.184	1	17.1	1312	18
8	Perempuan	53	1141.3	2036.3	56	31.9	69.1	46	0.6019	127.6	0.1118	11.18	19		154	22.5	53.4	0.309	4	22.5	1166	28
9	Perempuan	55	1001.4	2036.3	49	31.7	69.1	46	0.5764	126.8	0.1264	12.64	18		156	22.6	55.5	0.287	3	22.8	1208	27
10	Perempuan	48	2031.3	2036.3	100	66.2	69.1	86	1.3702	294.8	0.1304	13.04	18		154	20.25	48.1	0.205	2	20.3	1123	18
11	Laki-laki	57	1855.6	2036.3	91	63.4	69.1	92	1.1123	253.8	0.1367	13.67	18		160	22.4	57.4	0.189	6	22.4	1417	24
12	Perempuan	51	1574.2	2036.3	77	53.4	69.1	77	1.0471	213.6	0.1367	13.68	18		158.5	19.8	51.5	0.275	2	20.1	1145	21
13	Perempuan	42	841.1	2036.3	41	19	69.1	28	0.4234	78	0.0804	8.04	19		153	17.94	42.9	0.282	1	18.3	1013	18
14	Laki-laki	71	949.3	2036.3	47	28	69.1	41	0.3944	112	0.1180	11.80	18		170.5	24.4	71.8	0.167	7	24.7	1674	29
15	Laki-laki	119	1096.6	2036.3	83	52.2	69.1	76	0.4387	208.8	0.1231	12.31	18		169	41.7	119	0.374	17	41.7	2275	60
16	Perempuan	63	1050.7	2036.3	52	20.5	69.1	30	0.3254	82	0.0780	7.80	18		156	25.6	63.4	0.315	6	26.1	1320	34
17	Perempuan	49	1696	2036.3	83	78.3	69.1	113	1.5900	313.2	0.1947	19.48	19		155.5	21.3	49.6	0.324	3	21.3	1093	26
18	Perempuan	47	447.6	2036.3	22	15.9	69.1	23	0.3383	83.8	0.1421	14.21	18		153	20.07	47.4	0.226	2	20.2	1102	18
19	Perempuan	46	373.6	2036.3	18	16.2	69.1	49	0.3387	88	0.1767	17.68	19		152	19.9	46.6	0.273	2	20.2	1072	21
20	Perempuan	40	766.3	2036.3	38	15.5	69.1	22	0.3875	82	0.0809	8.09	19	Maka, Anemia, Hipertensi, Diabetes	153.2	17.1	40.306	0.308	1	17.1	964	18
21	Perempuan	48	995.7	2036.3	49	33.4	69.1	48	0.6958	133.6	0.1342	13.42	18		153	20.6	48.3	0.278	2	20.6	1098	22
22	Perempuan	41	1661.1	2036.3	82	52.9	69.1	77	1.2053	211.6	0.1274	12.74	19		150.5	19.6	44.5	0.202	2	19.6	1062	18
23	Laki-laki	50	1850.7	2036.3	91	68	69.1	98	1.3600	272	0.1470	14.70	18		170.5	17.5	50.7	0.114	1	17.5	1339	18
24	Perempuan	58	1028.5	2036.3	51	31.3	69.1	31	0.3672	85.2	0.0828	8.28	19		159	22.94	58	0.129	6	22.9	1450	22
25	Perempuan	55	2202.5	2036.3	108	89.8	69.1	130	1.6327	359.2	0.1631	16.31	18		148	25.1	56.2	0.35	6	25.7	1191	33
26	Perempuan	41	319.4	2036.3	16	7.3	69.1	11	0.1659	29.2	0.0614	6.14	18		151	19.6	41.8	0.2370	2	19.6	1055	18

27	Perempuan	46	2469.5	2036.3	121	85.8	69.1	124	1.8652	343.2	0.1380	13.80	18	Anemia, Malaria	155	18.1	46.2	0.271	2	19.2	1068	18
28	Perempuan	48	1475.6	2036.3	72	54.5	69.1	79	1.1354	218	0.1477	14.77	18		162.5	18.2	49	0.253	1	18.6	1121	18
29	Perempuan	59	280.3	2036.3	14	8.4	69.1	12	0.1424	33.6	0.1166	11.66	20	Flu	155	24.5	64.1	0.327	6	25.6	1282	35
30	Laki-laki	67.5	938.3	2036.3	46	16.2	69.1	24	0.3480	84.8	0.0691	6.91	19		168	24.1	68.1	0.218	7	24.1	1583	31
31	Laki-laki	93	918.5	2036.3	45	33.7	69.1	49	0.3624	134.8	0.1468	14.68	18		166	33.74	94	0.323	17	34.1	1931	50
32	Perempuan	46	675.2	2036.3	33	33.6	69.1	49	0.7304	134.4	0.1991	19.91	17	Maka, Diu, Tipes	150.5	20.3	48	0.246	-	21.2	1104	-
33	Perempuan	65	973.3	2036.3	48	30.9	69.1	45	0.4754	123.8	0.1270	12.70	19		155.5	26.6	64.3	0.343	6	26.6	1320	37
34	Laki-laki	51	674.7	2036.3	33	17.4	69.1	25	0.3412	89.6	0.1032	10.32	18		155.5	21.08	51.7	0.087	5	21.4	1355	18
35	Perempuan	50	1187.1	2036.3	58	32.8	69.1	48	0.6560	131.2	0.1105	11.05	18	Shingles, Anemia	148	23.6	51.7	0.277	4	23.6	1150	26
36	Perempuan	53	1172.3	2036.3	58	44.2	69.1	64	0.8340	179.8	0.1508	15.08	18		153.5	22.28	53.4	0.307	4	22.7	1167	27
37	Perempuan	70	4463.8	2036.3	219	143	69.1	207	2.0429	672	0.1281	12.81	17		152	30.29	70.4	0.335	-	30.5	1414	-
38	Perempuan	51	1812.6	2036.3	79	32.6	69.1	47	0.6392	130.4	0.0809	8.09	19	Diu	156.5	20.61	51.2	0.234	2	20.9	1162	21
39	Perempuan	47	823.3	2036.3	40	25.9	69.1	38	0.5511	103.6	0.1258	12.58	18		148	21.45	47.6	0.266	3	21.7	1089	22
40	Perempuan	41	810.6	2036.3	40	32.6	69.1	47	0.7951	130.4	0.1591	15.91	19		154	17.2	41.4	0.195	1	17.5	1014	-
41	Laki-laki	66	996	2036.3	49	20.4	69.1	30	0.3091	81.8	0.0819	8.19	18		166	23.95	66.6	0.225	7	24.1	1553	30
42	Perempuan	60.5	1991	2036.3	9	4.7	69.1	7	0.0777	18.8	0.0989	9.89	19		148	27.6	61.6	0.34	7	27.9	1269	37
43	Perempuan	37	1587.2	2036.3	78	45.1	69.1	65	1.2189	180.4	0.1137	11.38	18		148.5	16.9	37.9	0.146	1	17.2	969	18
44	Perempuan	57	1055.1	2036.3	51	32.2	69.1	47	0.5689	120.8	0.1284	12.84	19		152	24.6	57.6	0.312	5	24.9	1229	32
45	Perempuan	44	1137	2036.3	56	35.6	69.1	52	0.8091	142.4	0.1252	12.52	18		159.5	17.4	44.9	0.224	1	17.6	1064	18
46	Perempuan	40	282.3	2036.3	14	6	69.1	9	0.1509	24	0.0850	8.50	17		152.5	17.24	41.1	0.228	-	17.7	999	-
47	Perempuan	42	1781.2	2036.3	87	45.8	69.1	66	1.0905	183.2	0.1029	10.29	18		152	17.9	42.3	0.225	1	18.3	1019	18
48	Perempuan	49	1477.5	2036.3	73	37.4	69.1	54	0.7833	148.6	0.1013	10.13	18	Shingles, Diu, Malaria	158	19.67	49.4	0.269	2	19.8	112	19
49	Perempuan	49	1661.6	2036.3	82	45	69.1	65	0.9184	180	0.1083	10.83	18		150.5	21.78	49.4	0.235	3	21.8	1111	21
50	Perempuan	53	1520.9	2036.3	75	33.3	69.1	48	0.6283	133.2	0.0876	8.76	19	Diu	156	21.77	54	0.295	3	22.2	1182	27
51	Perempuan	87	1353.3	2036.3	66	46.2	69.1	67	0.5310	184.8	0.1366	13.67	18	Tipes	149.8	38.76	87.2	0.353	24	39.8	1794	51
53	Laki-laki	66	1268.7	2036.3	62	50.6	69.1	73	0.7967	202.4	0.1595	15.95	20		166.3	23.8	65.9	0.182	7	23.8	1558	29
54	Laki-laki	63	757.5	2036.3	37	33.7	69.1	49	0.5389	124.8	0.1780	17.80	18		173	21.04	63.5	0.178	4	21.2	1532	22
55	Laki-laki	87	1188.4	2036.3	58	36.1	69.1	57	0.4149	144.4	0.1215	12.15	19	Diu	172.5	20.1	87.7	0.282	12	20.5	1864	45

57	Depositar	48	939	2036,3	46	26,3	69,3	38	0,5438	104,6	0,1112	11,12	18	-	156,5	19,5	48,5	0,223	2	19,8	1122	18
58	Lokaliyati	67	1017,3	2036,3	50	23,6	69,3	34	0,3322	94,4	0,0528	9,28	18		166,5	24,1	67,1	0,212	7	24,2	1569	30
59	Lokaliyati	82	1215,5	2036,3	60	26,5	69,3	38	0,3232	106	0,0872	8,72	18		160	35	90,1	0,324	19	35	1866	49
60	Lokaliyati	57	647,9	2036,3	32	15,5	69,3	22	0,2719	62	0,0687	6,87	18		162	21,5	57,1	0,179	6	22,3	145	23
62	Lokaliyati	85	1281,2	2036,3	63	25,7	69,3	37	0,3034	102,8	0,0802	8,02	18	Agoda	166	30,8	86,2	0,255	14	31,3	1857	43
63	Depositar	53	626,5	2036,3	31	16,8	69,3	24	0,3170	67,2	0,1058	10,57	19	Agoda	158	21,23	53,9	0,305	5	21,6	1321	26
64	Lokaliyati	84	617,7	2036,3	30	9,3	69,3	13	0,1107	17,2	0,0602	6,02	18		169	29,4	84,4	0,261	12	29,6	1824	42
65	Lokaliyati	65	1167,9	2036,3	67	33,5	69,3	49	0,5154	134	0,0980	9,80	19		166,5	23,6	65,4	0,177	7	23,6	1557	27
66	Depositar	55	728,4	2036,3	36	13,5	69,3	20	0,2455	24	0,0741	7,41	19		161	21,21	55,4	0,275	3	21,4	1213	25
67	Depositar	52	719,7	2036,3	35	23,1	69,3	34	0,4442	62,4	0,1284	12,84	19		148,5	23,58	52,4	0,25	7	23,8	1306	22
68	Depositar	52	977,4	2036,3	48	51,6	69,3	75	0,9923	206,4	0,2112	21,12	18		154	21,7	51,7	0,246	3	21,8	1164	22
69	Lokaliyati	61	725,6	2036,3	36	20,4	69,3	30	0,3344	81,6	0,1109	11,09	19		165	22,2	61,4	0,132	6	22,6	1510	22
70	Depositar	62	1088,6	2036,3	51	26,6	69,3	39	0,4290	106,4	0,0977	9,77	18	Agoda	157,5	25,2	62,6	0,296	5	25,2	1318	32
71	Depositar	64	1497,7	2036,3	72	33,2	69,3	48	0,5188	132,8	0,0910	9,10	18		156	26,3	64,8	0,296	6	26,6	1353	33
72	Depositar	65	1171	2036,3	58	31,8	69,3	46	0,4892	127,2	0,1086	10,87	18		151,5	28,1	64,8	0,367	8	28,2	1314	39
73	Depositar	58	1195,1	2036,3	69	28,8	69,3	42	0,4966	115,2	0,0826	8,27	18		157	23,53	58,3	0,362	7	27	1217	35
74	Depositar	57	1194,7	2036,3	59	35,4	69,3	51	0,6211	141,6	0,1185	11,85	18		154	24,03	57,3	0,269	4	24,2	1331	30
75	Depositar	57	892,4	2036,3	44	18,4	69,3	27	0,3228	73,6	0,0825	8,25	18	Smarts	163	21,45	57,1	0,291	3	21,5	1234	26
76	Lokaliyati	66	1180,3	2036,3	58	36,0	69,3	53	0,5591	147,6	0,1221	12,21	19		165	22,4	66,8	0,179	7	24,5	1579	29
77	Depositar	52	1171,3	2036,3	58	37,6	69,3	54	0,7231	150,4	0,1284	12,84	19		147,5	23,7	51,8	0,333	4	23,8	1130	30
78	Depositar	67	1366	2036,3	67	44,9	69,3	65	0,6701	179,6	0,1315	13,15	19	Makur, Uda	155,5	27,7	68,7	0,365	8	28,4	1374	40
80	Depositar	41	1413,3	2036,3	70	48,1	69,3	70	1,1732	192,4	0,1399	13,60	18	Agoda	153	17,51	42,1	0,262	1	18	1006	16
81	Depositar	40	1536,5	2036,3	75	49,5	69,3	72	1,2375	198	0,1289	12,90	18		153,5	16,97	40,6	0,28	1	17,2	979	18
82	Depositar	39	2281,9	2036,3	112	69,6	69,3	101	1,7897	279,2	0,1224	12,24	18		149	17,56	39,4	0,249	1	17,7	966	
83	Lokaliyati	42	1042,3	2036,3	51	27,4	69,3	40	0,6324	109,6	0,1052	10,52	18		165,5	15,4	42,9	0,189	1	15,7	1188	18
84	Depositar	51	935	2036,3	46	29,2	69,3	42	0,5735	116,8	0,1249	12,50	19		153	21,78	52	0,268	3	22,2	1160	25
85	Lokaliyati	77	1939,6	2036,3	95	64,6	69,3	94	0,8390	258,4	0,1332	13,32	18		170	26,6	76,6	0,242	9	26,5	1711	
86	Lokaliyati	56	566,7	2036,3	28	23,1	69,3	32	0,3946	68,4	0,1280	12,80	19	Therun	166,5	20,2	56,3	0,106	4	20,3	1437	18

87	Depositar	49	854,7	2036,3	42	30,8	69,3	45	0,6286	123,2	0,1441	14,41	19		158,5	19,1	49,1	0,264	2	19,3	1118	19
88	Depositar	76	821,6	2036,3	40	14,7	69,3	21	0,1934	58,8	0,0716	7,16	19		153,5	32,04	76	0,381	32	32,3	1475	45
89	Lokaliyati	60	1143,8	2036,3	56	42,7	69,3	62	0,7117	170,6	0,1483	14,83	20		163,8	22,7	39,9	0,189	7	23,21	1457	26
90	Depositar	47	1058,3	2036,3	52	43,9	69,3	64	0,9140	178,6	0,1609	16,00	17	Makur	150,5	20,8	47,8	0,299	-	21,1	1080	-
91	Lokaliyati	58	1043,5	2036,3	51	29,4	69,3	43	0,5069	117,6	0,1127	11,27	18		165,5	21,3	58,1	0,148	5	21,3	1447	20
92	Depositar	66	619,7	2036,3	36	18,4	69,3	27	0,2788	73,6	0,1188	11,88	19		157	26,8	66,3	0,16	6	26,9	1365	36
93	Lokaliyati	55	1205,7	2036,3	59	31,8	69,3	46	0,5782	127,2	0,1055	10,55	19		165	20,2	55,7	0,075	4	20,5	1416	18
94	Lokaliyati	66	1055,4	2036,3	52	28,4	69,3	41	0,4303	113,6	0,1076	10,76	18		166,5	23,8	66,7	0,232	7	24,1	1553	30
95	Lokaliyati	62	583,9	2036,3	29	18,3	69,3	26	0,2952	73,2	0,1254	12,54	18		167,5	22,2	62,5	0,198	5	22,3	1501	25
96	Depositar	47	581,1	2036,3	29	9,5	69,3	14	0,2031	38	0,0854	8,54	18	Makur, Uda	157,5	18,7	46,7	0,219	1	18,8	1004	18
97	Depositar	46	651,9	2036,3	32	18,6	69,3	27	0,4043	74,4	0,1141	11,41	19		145	21,87	46,4	0,238	3	22,1	1046	26
98	Depositar	75	1110,8	2036,3	55	35,4	69,3	51	0,4720	141,6	0,1275	12,75	20		159	29,6	75,5	0,367	9	29,9	1478	44

Lampiran 5. Hasil Analisis SPSS

		Statistics										
		MASA LEMAK	JK	USIA	BB	TB	BMI	RIWAYAT PENYAKIT	GDS	ENERGI	AKTIFITAS FISIK	Asupan Lemak (% dari total kalori)
N	Valid	94	94	94	94	94	94	94	94	94	94	94
	Missing	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Mean		263.02	.34	18.44	57.61	158.08	22.70	1.28	88.82	1178.44	1.47	11.92
Std. Deviation		237.006	.476	.681	14.217	7.296	5.212	2.875	19.070	591.504	.699	2.955

		Correlations											Asupan Lemak (% dari total kalori)
		MASA LEMAK	JK	USIA	RIWAYAT PENYAKIT	GDS	BB	TB	BMI	ENERGI	AKTIFITAS FISIK	Asupan Lemak (% dari total kalori)	
Kendall's tau_b	MASA LEMAK	Correlation	1.000	-.362**	.036	.143	-.032	.149 ⁺	-.189**	.300 ⁺	-.032	-.036	-.040
	TUBUH	Coefficient											
		Sig. (2-tailed)		.000	.660	.080	.656	.036	.008	.000	.647	.661	.565
		N	94	94	94	94	94	94	94	94	94	94	94
JENIS KELAMIN	MASA LEMAK	Correlation	-.362**	1.000	.094	-.160	.048	.445 ⁺	.655**	.168 ⁺	-.017	.230 ⁺	-.088
		Coefficient											
		Sig. (2-tailed)	.000	.	.343	.106	.581	.000	.000	.048	.842	.022	.303
		N	94	94	94	94	94	94	94	94	94	94	94
USIA	MASA LEMAK	Correlation	.036	.094	1.000	-.048	-.055	.156	.099	.111	-.169 ⁺	-.099	-.009
		Coefficient											
		Sig. (2-tailed)	.660	.343	.	.612	.509	.059	.230	.176	.039	.301	.909
		N	94	94	94	94	94	94	94	94	94	94	94
RIWAYAT PENYAKIT	MASA LEMAK	Correlation	.143	-.160	-.048	1.000	.053	-.005	.002	.019	-.011	.032	-.056
		Coefficient											
		Sig. (2-tailed)	.080	.106	.612	.	.518	.956	.978	.819	.894	.741	.493
		N	94	94	94	94	94	94	94	94	94	94	94
GDS	MASA LEMAK	Correlation	-.032	.048	-.055	.053	1.00	.032	-.043	.083	-.121	-.009	-.034
		Coefficient					0						
		Sig. (2-tailed)	.656	.581	.509	.518	.	.651	.545	.244	.088	.913	.628
		N	94	94	94	94	94	94	94	94	94	94	94
BERAT BADAN	MASA LEMAK	Correlation	.149 ⁺	.445**	.156	-.005	.032	1.00	.401**	.705 ⁺	-.017	.160	-.103
		Coefficient						0					

	Sig. (2-tailed)	.036	.000	.059	.956	.651	.	.000	.000	.809	.053	.146
	N	94	94	94	94	94	94	94	94	94	94	94
TINGGI BADAN	Correlation	-.189**	.655**	.099	.002	-.043	.401*	1.000	.102	-.006	.057	-.117
	Coefficient						.					
	Sig. (2-tailed)	.008	.000	.230	.978	.545	.000	.	.151	.937	.492	.097
	N	94	94	94	94	94	94	94	94	94	94	94
BMI	Correlation	.300**	.168*	.111	.019	.083	.705*	.102	1.00	-.019	.167*	-.067
	Coefficient						.	0				
	Sig. (2-tailed)	.000	.048	.176	.819	.244	.000	.151	.	.789	.042	.340
	N	94	94	94	94	94	94	94	94	94	94	94
ENERGI	Correlation	-.032	-.017	-.169*	-.011	-.121	-.017	-.006	-.019	1.000	-.007	.110
	Coefficient											
	Sig. (2-tailed)	.647	.842	.039	.894	.088	.809	.937	.789	.	.929	.118
	N	94	94	94	94	94	94	94	94	94	94	94
AKTIFITAS FISIK	Correlation	-.036	.230*	-.099	.032	-.009	.160	.057	.167*	-.007	1.000	.029
	Coefficient											
	Sig. (2-tailed)	.661	.022	.301	.741	.913	.053	.492	.042	.929	.	.721
	N	94	94	94	94	94	94	94	94	94	94	94
Asupan Lemak (% dari total kalori)	Correlation	-.040	-.088	-.009	-.056	-.034	-.103	-.117	-.067	.110	.029	1.000
	Coefficient											
	Sig. (2-tailed)	.565	.303	.909	.493	.628	.146	.097	.340	.118	.721	.
	N	94	94	94	94	94	94	94	94	94	94	94

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

* . Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).



Lampiran 6. Ethical Clearance

**KOMISI BIOETIKA PENELITIAN KEDOKTERAN/KESEHATAN
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG SEMARANG**

Sekretariat : Gedung C Lantai I Fakultas Kedokteran Unissula
Jl. Raya Kaligawe Km 4 Semarang, Telp. 024-6583584, Fax 024-6594366

Ethical Clearance

No. 406/XII/2020/Komisi Bioetik

Komisi Bioetika Penelitian Kedokteran/Kesehatan Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sultan Agung Semarang, setelah melakukan pengkajian atas usulan penelitian yang berjudul :

**HUBUNGAN ANTARA TINGKAT AKTIVITAS FISIK DAN ASUPAN LEMAK
DENGAN MASSA LEMAK TUBUH**

Studi pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sultan Agung (UNISSULA)

Peneliti Utama : Safira Amalia Suratno
Pembimbing : Dr. dr. Hadi Sarosa, M.Kes
dr. Minidian Fasitasari, M.Sc, Sp.GK
Tempat Penelitian : Laboratorium Fisiologi Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sultan Agung Semarang

dengan ini menyatakan bahwa usulan penelitian diatas telah memenuhi prasyarat etik penelitian. Oleh karena itu Komisi Bioetika merekomendasikan agar penelitian ini dapat dilaksanakan dengan mempertimbangkan prinsip-prinsip yang dinyatakan dalam Deklarasi Helsinki dan panduan yang tertuang dalam Pedoman Nasional Etik Penelitian Kesehatan (PNEPK) Departemen Kesehatan RI tahun 2004.

Semarang, 30 Desember 2020

Komisi Bioetika Penelitian Kedokteran/Kesehatan
Fakultas Kedokteran Unissula

Ketua,



(dr. Sofwan Dahlan, Sp.F(K))

Lampiran 7. Surat Ijin Penelitian



YAYASAN BADAN WAKAF SULTAN AGUNG
UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG (UNISSULA)
 Jl. Raya Kaligawe Km.4 Semarang 50112 Telp. (024) 6583584 (8 Sal) Fax.(024) 6582455
 email : informasi@unissula.ac.id web : www.unissula.ac.id

FAKULTAS KEDOKTERAN

Bismillah Membangun Generasi Khaira Ummah

No : 011/ SKRIPSI/SA-K/I/2021

FORM-SA-K-PSPK-078

Lampiran : -

Perihal : Surat Ijin Penelitian

Kepada : Yth. Ka.Prodi PSPK FK Unissula Semarang
 di Tempat

Assalamu'alaikum wr. wb.

Dengan ini kami hadapkan mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sultan Agung (Unissula) Semarang,

Nama : SAFIRA AMALIA SURATNO

NIM : 30101700159

Semester : VII (Tujuh)

Mohon diijinkan untuk melakukan Penelitian / Pengambilan Data di Bagian Prodi PSPK FK Unissula sebagai bahan penulisan **Skripsi dengan judul :**

HUBUNGAN ANTARA TINGKAT AKTIVITAS FISIK DAN ASUPAN LEMAK DENGAN MASSA LEMAK TUBUH

Pembimbing I : Dr.dr. Hadi Sarosa M.Kes.

Pembimbing II : dr. Minidian Fasitasari M.Sc.Sp.GK

Demikian atas bantuan serta kerjasamanya diucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum wr. wb.

Semarang, 11 Januari 2021

Dekan FK Unissula,



Dr.dr. H. Setyo Trisnadi, S.H., Sp.KF.
 NIK 210199049

Lampiran 8. Dokumentasi Penelitian

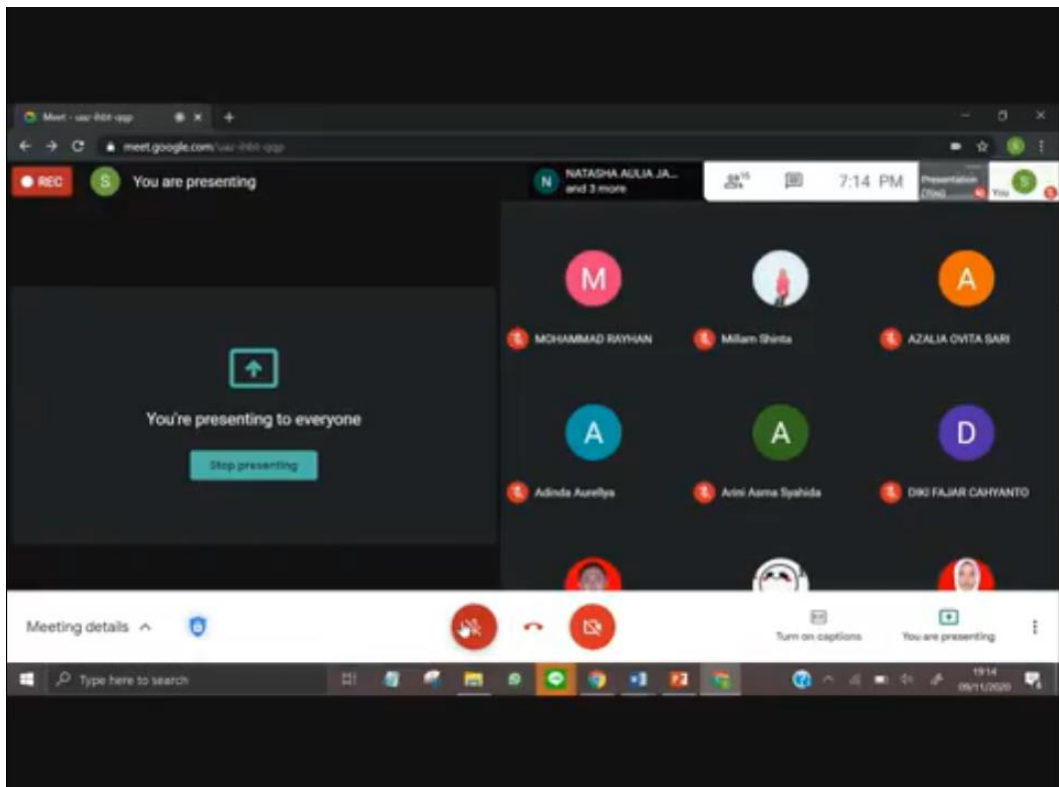
FOOD FREQUENCY QUESTIONNAIRE (FFQ)

Berilah tanda centang (✓) pada frekuensi makan pada setiap jenis makanan yang menurut Anda paling mendekati dengan kebiasaan Anda dalam sebulan terakhir.

Grup	No	Bahan Makanan	Hari		Minggu			1-3x/bulan	Tidak Pernah
			>1x	1x	4-6x	2-3x	1x		
Makanan Pokok	1	Bibit		y					
	2	Heremut	y						
	3	Biskuit							
	4	Jagung rebus							
	5	Kentang							
	6	Kentang bitan							
	7	Roti							
	8	Singkong							
	9								

NIM: 40101000112

Grup	No	Bahan Makanan	Hari		Minggu			1-3x/bulan	Tidak Pernah
			>1x	1x	4-6x	2-3x	1x		
Makanan Pokok	1	Bibit					y		
	2	Heremut							
	3	Biskuit							
	4	Jagung rebus							
	5	Kentang							



Lampiran 9. Surat Pengantar Undangan Ujian Hasil Skripsi

	FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG Jl. Raya Kaligawe Km. 4, Semarang 50112, Jawa Tengah	No. Dokumen	FORM-SA-K-PPSK-018
	Form Pengantar Ujian Hasil Penelitian Skripsi	Tgl Berlaku	01 Oktober 2013
		No. Revisi	01
		Halaman	1 dari 1

No : 040/Skripsi-UH/FK/I/2021
 Hal : Pengantar Ujian Hasil Penelitian Skripsi
 Lamp : 1 lembar

Kepada Yth. 1. dr. Nura Eky Vikawati M.Si.Med. (Ketua)
 2. dr. Bambang Sugeng Sp.B (Anggota)
 3. Dr.dr. Hadi Sarosa M.Kes. (Anggota)
 4. dr. Minidian Fasitasari M.Sc.Sp.GK (Anggota)

Penguji Skripsi FK UNISSULA
 di
 Semarang

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Dengan hormat,

Bersama ini kami hadapkan mahasiswa sesuai yang tercantum di bawah ini :

Nama : SAFIRA AMALIA SURATNO
 NIM :30101700159
 Judul Skripsi : HUBUNGAN ANTARA TINGKAT AKTIVITAS FISIK DAN ASUPAN LEMAK
 DENGAN MASSA LEMAK TUBUH

Untuk dapat diuji pada waktu yang telah disepakati oleh mahasiswa ybs dengan ketiga/keempat Penguji.
 Adapun untuk memperlancar pelaksanaan ujian, para penguji dimohon untuk dapat hadir tepat waktu.

Demikian, atas perhatian dan kerjasamanya kami ucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Semarang, 14 Februari 2021
 Ka. Unit Skripsi,



dr. Mohamad Riza, M.Si

	FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG Jl. Raya Kaligawe Km. 4, Semarang 50112, Jawa Tengah	No. Dokumen	FORM-SA-K-PPSK-019
		Tgl Berlaku	01 Oktober 2013
	Surat Keterangan Pelaksanaan Ujian Hasil Penelitian Skripsi	No. Revisi	01
		Halaman	1 dari 1

No. HP Mahasiswa : 087746208622

Yang bertanda tangan di bawah ini, adalah Tim Penguji Skripsi untuk mahasiswa :

Nama	: SAFIRA AMALIA SURATNO
NIM	: 30101700159
Judul Skripsi	: HUBUNGAN ANTARA TINGKAT AKTIVITAS FISIK DAN ASUPAN LEMAK DENGAN MASSA LEMAK TUBUH

Menyatakan persetujuan untuk menguji mahasiswa tersebut, pada :

Hari / Tgl	: Senin, 15 Februari 2021
Pukul	: 19.30
	Shift I (06.30 - 08.10) Shift II (08.10 - 09.50) Shift III (09.50 - 11.30) Shift IV (13.00 - 14.40) Shift V (14.40 - 16.40)
Tempat	:

TIM PENGUJI

1	dr. Nura Eky Vikawati M.Si.Med.
2	dr. Bambang Sugeng Sp.B
3	Dr.dr. Hadi Sarosa M.Kes.
4	dr. Minidian Fasitarsi M.Sc.Sp.GK

Catatan :

1 lembar surat keterangan ini (yang sudah ditandatangani seluruh penguji) diserahkan ke sekretariat pada saat melaporkan waktu ujian yang sudah disepakati (paling lambat 2 hari sebelum ujian). Tanpa itu, ujian bagi mahasiswa ybs **tidak akan dipersiapkan**.