

## LAMPIRAN

@Hak cipta milik IPB University

IPB University



Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.



## UNIVERSITAS AHMAD DAHLAN

### KOMITE ETIK PENELITIAN (KEP UAD)

Jl. Prof. Dr. Soepomo, S. H, Yogyakarta Telp (0274) 563515, Ekstension 3310.

#### Surat Persetujuan Etik (*Ethical Approval*) Untuk Penelitian yang Mengikutsertakan Manusia sebagai Subjek Penelitian

PERSETUJUAN ETIK (*ETHICAL APPROVAL*)  
Nomor: REC-UAD/01/02/12-2025/492

Yang bertanda tangan di bawah ini, Ketua Komite Etik Penelitian Universitas Ahmad Dahlan, setelah dilaksanakan pembahasan dan penilaian, dengan ini memutuskan protokol penelitian yang berjudul: **"Hubungan Durasi Screen Time Konten Makanan dan Kebiasaan Snacking dengan Asupan Zat Gizi di SMK Yasbam Kota Bogor"**

yang mengikutsertakan manusia sebagai subjek penelitian, yang diajukan oleh:

Ketua Peneliti: **Dr. Ir. Ikeu Ekayanti, M.Kes.**

Anggota: **Tria Sri Mulyani**

dapat disetujui pelaksanaannya. Persetujuan ini berlaku selama 1(satu) tahun setelah *Ethical Approval* dikeluarkan.

Pada akhir penelitian, laporan pelaksanaan penelitian harus diserahkan kepada KEP UAD. Jika ada perubahan protokol dan/atau perpanjangan penelitian, harus mengajukan kembali permohonan kajian etik penelitian (amandemen protokol).

Yogyakarta, 10 Januari 2026  
Komite Etik Penelitian  
Universitas Ahmad Dahlan,



dr. Nurul Qomariyah, M.Med., Ed

## Lampiran 2 Lembar penjelasan sebelum persetujuan (*informed consent*)

### Informed Consent

#### Mendapatkan Persetujuan Setelah Penjelasan: Informasi esensial untuk calon peserta penelitian (WHO-CIOMS 2016)

|                            |                                                                                                                                   |
|----------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Judul Penelitian           | : Hubungan Durasi <i>Screen time</i> Konten Makanan dan Kebiasaan <i>Snacking</i> dengan Asupan Zat Gizi di SMK Yasbam Kota Bogor |
| Jenis Penelitian           | : Observasional                                                                                                                   |
| Nama Peneliti              | : Tria Sri Mulyani                                                                                                                |
| Alamat Peneliti            | : Perumahan Bogor Alam Asri Blok E No. 11, Ciapus, Ciomas, Kab. Bogor                                                             |
| Lokasi (Tempat) Penelitian | : SMK Yasbam Kota Bogor                                                                                                           |

Sebelum meminta persetujuan individu untuk berpartisipasi dalam penelitian, peneliti harus memberikan informasi berikut, dalam bahasa atau bentuk komunikasi lain yang dapat dipahami individu (Lihat Pedoman 9):

1. Tujuan penelitian, metode, prosedur yang harus dilakukan oleh peneliti dan peserta, dan penjelasan tentang bagaimana penelitian berbeda dengan perawatan medis rutin (Pedoman 9);

Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi hubungan durasi waktu layar konten makanan dan kebiasaan ngemil dengan asupan zat gizi dan tingkat kecukupan gizi subjek.

Penelitian ini akan dilaksanakan selama 30 menit. Selama waktu tersebut, anda akan diminta mengisi beberapa kuesioner yang diisi secara mandiri dan yang ditanyakan langsung oleh peneliti. Kuesioner mengenai identitas responden, kebiasaan ngemil kuesioner frekuensi makanan semi kuantitatif, dan kuesioner durasi waktu layar konten makanan akan anda isi secara mandiri dengan pengawasan peneliti. Selain itu, peneliti juga akan menanyakan secara langsung kepada anda untuk mengisi kuesioner ingatan makanan 2x24 jam.

2. Bahwa individu diundang untuk berpartisipasi dalam penelitian, alasan untuk mempertimbangkan individu yang sesuai untuk penelitian, dan partisipasi tersebut bersifat sukarela (Pedoman 9);

Indonesia merupakan salah satu negara dengan sebagian besar penduduknya adalah pengguna telepon genggam. Salah satu kelompok pengguna telepon genggam tertinggi adalah kelompok remaja usia 13–18 tahun. Penggunaan telepon genggam yang disertai akses internet memberikan dampak yang buruk jika durasinya berlebihan yakni peningkatan risiko obesitas. Salah satu konten yang sering ditonton adalah konten makanan. Perilaku makan berupa perilaku

makan eksternal yakni rangsangan dari luar seperti foto atau video makanan berkaitan erat dengan intensitas penggunaan gawai yang tinggi. Konsumsi makanan spontan atau perilaku ngemil sebagai bentuk respon emosional dapat dipicu oleh emosi positif saat menyaksikan konten makanan.

Anda diminta berpartisipasi sebagai subjek karena merupakan remaja yang berada pada rentang usia 13–18 tahun, memiliki telepon genggam, dan sedang tidak menjalankan diet tertentu.

Bila anda setuju untuk berpartisipasi dalam penelitian ini, anda diminta untuk menandatangani dan menuliskan tanggal pada lembar konfirmasi persetujuan untuk berpartisipasi sebagai responden dalam penelitian ini.

3. Bahwa individu bebas untuk menolak untuk berpartisipasi dan bebas untuk menarik diri dari penelitian kapan saja tanpa penalti atau kehilangan imbalan yang berhak ia dapatkan (Pedoman 9);

Jika anda memutuskan untuk tidak berpartisipasi maka hal ini tidak akan mempengaruhi apapun. Keikutsertaan anda pada penelitian ini bersifat sukarela. Anda memiliki hak penuh untuk mengundurkan diri atau menyatakan batal untuk berpartisipasi kapan saja.

4. Lama waktu yang diharapkan dari partisipasi individu (termasuk jumlah dan lama kunjungan ke pusat penelitian dan jumlah waktu yang diperlukan) dan kemungkinan penghentian penelitian atau partisipasi individu di dalamnya;

Penelitian ini akan dilaksanakan selama kurang lebih 30 menit, dimana anda akan diminta mengisi 3 kuesioner yakni kuesioner identitas responden yang membutuhkan waktu kurang lebih 5 menit, kuesioner kebiasaan ngemil yang membutuhkan waktu kurang lebih 10 menit, dan kuesioner durasi waktu layar konten makanan yang membutuhkan waktu kurang lebih 5 menit. Ketiga kuesioner tersebut diisi secara mandiri oleh anda dengan pengawasan peneliti. Selain itu, anda juga akan diminta mengisi kuesioner ingatan makanan 2x24 jam yang akan ditanyakan langsung oleh peneliti yang membutuhkan waktu 10 menit.

5. Apakah uang atau bentuk barang material lainnya akan diberikan sebagai imbalan atas partisipasi individu. Jika demikian, jenis dan jumlahnya, dan bahwa waktu yang dihabiskan untuk penelitian dan ketidaknyamanan lainnya yang dihasilkan dari partisipasi belajar akan diberi kompensasi yang tepat, Moneter atau non-moneter (Pedoman 13);

Dengan berpartisipasi dalam penelitian ini, anda dapat berperan penting untuk meningkatkan pengetahuan gizi pada remaja khususnya mengenai kebiasaan makan yang baik. Dengan demikian, secara tidak langsung anda menurunkan risiko kelebihan gizi anda sendiri.

Partisipasi anda dalam penelitian ini akan diberikan *reward* berupa alat tulis yakni buku catatan kecil.

6. Bahwa, setelah selesainya penelitian ini, peserta akan diberitahu tentang hasil penelitian secara umum, jika mereka menginginkannya;

Hasil analisis durasi waktu layar konten makanan, kebiasaan ngemil, dan tingkat kecukupan gizi anda akan diberikan secara pribadi melalui nomor telepon yang tertera pada kuesioner identitas responden atau langsung melalui narahubung peneliti.

7. Bahwa setiap peserta selama atau setelah studi atau pengumpulan data biologis dan data terkait kesehatan mereka akan mendapat informasi dan data yang menyelamatkan jiwa dan data klinis penting lainnya tentang masalah kesehatan penting yang relevan (lihat juga Pedoman 11);

Semua data atau informasi dari pengisian setiap kuesioner akan diberikan kepada anda.

8. Temuan yang tidak diminta/diharapkan akan diungkapkan jika terjadi (Pedoman 11);

Hasil analisis tambahan yang diperoleh dari pengisian kuesioner akan disampaikan kepada anda sebagai subjek penelitian.

9. Bahwa peserta memiliki hak untuk mengakses data klinis mereka yang relevan yang diperoleh selama studi mengenai permintaan (kecuali komite etik riset telah menyetujui sementara atau permanen, data tidak boleh diungkapkan. Dalam hal mana peserta harus diberitahu, dan diberikan, alasannya)

Anda memiliki hak untuk mengakses data anda sebagai subjek penelitian.

10. Rasa sakit dan ketidaknyamanan akibat intervensi eksperimental, risiko dan bahaya yang diketahui, terhadap individu (atau orang lain) yang terkait dengan partisipasi dalam penelitian ini. Termasuk risiko terhadap kesehatan atau kesejahteraan kerabat langsung peserta (Pedoman 4);

Sebagai subjek dalam penelitian ini, anda akan mengisi 3 kuesioner secara mandiri dan 2 kuesioner yang ditanyakan secara langsung oleh peneliti. Proses ini akan membutuhkan waktu anda selama kurang lebih 30 menit. Sehingga penelitian ini tidak menimbulkan rasa sakit dan efek samping apapun.

11. Manfaat klinis potensial, jika ada, karena berpartisipasi dalam penelitian ini (Pedoman 4 dan 9);

Penelitian ini tidak melakukan prosedur klinis tertentu, sehingga tidak terdapat manfaat klinis yang potensial.

12. Manfaat yang diharapkan dari penelitian kepada masyarakat atau masyarakat luas, atau kontribusi terhadap pengetahuan ilmiah (Pedoman 1);

enelitian terkait durasi waktu layar yang secara spesifik pada konten makanan dan kebiasaan ngemil serta kaitannya dengan asupan zat gizi masih sangat terbatas. Khususnya pada subjek siswa-siswi SMK Yasbam Kota Bogor. Hasil penelitian ini diharapkan memberikan informasi yang berharga bagi kemajuan pengetahuan gizi di Indonesia.

13. Bagaimana transisi ke perawatan setelah penelitian disusun dan sampai sejauh mana mereka akan dapat menerima intervensi studi pasca uji coba yang bermanfaat dan apakah mereka akan diharapkan untuk membayarnya (Pedoman 6 dan 9);

Penelitian ini bersifat observasional, sehingga tidak memerlukan pembayaran apapun.

14. Risiko menerima intervensi yang tidak terdaftar jika mereka menerima akses lanjutan terhadap intervensi studi sebelum persetujuan peraturan (Pedoman 6);

Tidak ada intervensi.

15. Intervensi atau pengobatan alternatif yang tersedia saat ini;

Tidak ada intervensi.

16. Informasi baru yang mungkin terungkap, baik dari penelitian itu sendiri atau sumber lainnya (Pedoman 9);

Penelitian terkait durasi waktu layar yang secara spesifik pada konten makanan dan kebiasaan ngemil serta kaitannya dengan asupan zat gizi di SMK Yasbam Kota Bogor masih sangat terbatas. Hasil penelitian ini memberikan gambaran terkait rata-rata durasi waktu layar konten makanan, pola konsumsi pangan dan tingkat kecukupan gizi pada remaja. Sehingga hasil penelitian ini memiliki novelty dalam bidang ilmu gizi.

17. Ketentuan yang akan dibuat untuk memastikan penghormatan terhadap privasi peserta, dan untuk kerahasiaan catatan yang mungkin dapat mengidentifikasi peserta (Pedoman 11 dan 22);

Semua informasi bersifat rahasia. Subjek dalam bentuk anonim.

18. Batasan, legal atau lainnya, terhadap kemampuan peneliti untuk menjaga kerahasiaan aman, dan kemungkinan konsekuensi dari pelanggaran kerahasiaan (Pedoman 12 dan 22);

Semua data akan dirahasiakan.

19. Sponsor penelitian, afiliasi institusional para peneliti, dan sifat dan sumber pendanaan untuk penelitian, dan, jika ada, konflik kepentingan peneliti, lembaga

penelitian dan komite etika penelitian dan bagaimana konflik ini akan terjadi. Dikelola (Pedoman 9 dan 25);

Tidak ada sponsor dan tidak ada konflik kepentingan.

20. Apakah peneliti hanya sebagai peneliti atau selain peneliti juga dokter peserta (Guideline 9);

Sebagai peneliti.

21. Kejelasan tingkat tanggung jawab peneliti untuk memberikan perawatan bagi kebutuhan kesehatan peserta selama dan setelah penelitian (Pedoman 6);

Penelitian ini tidak menimbulkan rasa sakit dan efek samping apapun, sehingga tidak memerlukan perawatan kesehatan tertentu.

22. Bahwa pengobatan dan rehabilitasi akan diberikan secara gratis untuk jenis cedera terkait penelitian tertentu atau untuk komplikasi yang terkait dengan penelitian, sifat dan durasi perawatan tersebut, nama layanan medis atau organisasi yang akan memberikan perawatan. Selain itu, apakah ada ketidakpastian mengenai pendanaan perawatan tersebut (Pedoman 14);

Tidak ada intervensi pada penelitian ini.

23. Dengan cara apa, dan oleh organisasi apa, peserta atau keluarga peserta atau orang-orang yang menjadi tanggungan akan diberi kompensasi atas kecacatan atau kematian akibat luka tersebut (atau perlu jelas bahwa tidak ada rencana untuk memberikan kompensasi semacam itu) (Pedoman 14) ;

Tidak ada intervensi dan tidak ada kompensasi.

24. Apakah atau tidak, di negara tempat calon peserta diundang untuk berpartisipasi dalam penelitian, hak atas kompensasi dijamin secara hukum;

Ada.

25. Bahwa komite etika penelitian telah menyetujui protokol penelitian (Pedoman 23);

Ya, subjek dapat menghubungi Komite Etik Penelitian Universitas Ahmad Dahlan Yogyakarta.

26. Bahwa mereka akan diinformasikan dalam kasus pelanggaran protokol dan bagaimana keselamatan dan kesejahteraan mereka akan terlindungi dalam kasus seperti itu (Pedoman 23).

Ya, laporan akan disampaikan kepada Komite Etik Penelitian Universitas Ahmad Dahlan Yogyakarta.

Dalam kasus tertentu, sebelum meminta persetujuan individu untuk berpartisipasi dalam penelitian, peneliti harus memberikan informasi berikut, dalam bahasa atau bentuk komunikasi lain yang dapat dipahami individu:

@Hak cipta milik IPB University

1. Untuk percobaan terkontrol, penjelasan tentang fitur rancangan penelitian (misalnya randomisasi, atau tersamar ganda), bahwa peserta tidak akan diberi tahu tentang perlakuan yang ditugaskan sampai penelitian selesai dan samaran sudah dibuka;
2. Apakah semua informasi penting diungkapkan dan, jika tidak, bahwa mereka diminta untuk setuju untuk menerima informasi yang tidak lengkap dan informasi lengkap akan diberikan sebelum hasil studi dianalisis dan peserta diberi kemungkinan untuk menarik data mereka yang dikumpulkan di bawah studi ini ( Pedoman 10);
3. Kebijakan sehubungan dengan penggunaan hasil tes genetik dan informasi genetik keluarga, dan tindakan pencegahan untuk mencegah pengungkapan hasil uji genetik peserta terhadap keluarga dekat atau kepada orang lain (misalnya perusahaan asuransi atau pengusaha) tanpa Persetujuan peserta (Pedoman 11);
4. Kemungkinan penelitian menggunakan, langsung atau sekunder, catatan medis peserta dan spesimen biologi yang diambil dalam perawatan klinis;
5. Untuk pengumpulan, penyimpanan dan penggunaan bahan biologi dan data terkait kesehatan, informed consent yang luas akan diperoleh, yang harus menentukan: tujuan biobank, kondisi dan lama penyimpanan; Aturan akses ke biobank; Cara donor dapat menghubungi kustodian biobank dan dapat tetap mendapat informasi tentang penggunaan masa depan; Penggunaan bahan yang dapat diperkirakan, terlepas dari studi yang sudah benar-benar didefinisikan atau diperluas ke sejumlah keseluruhan atau sebagian tidak terdefinisi; Tujuan yang dimaksudkan untuk penggunaan tersebut, baik untuk penelitian, dasar atau penerapan, atau juga untuk tujuan komersial, dan apakah peserta akan menerima keuntungan moneter atau lainnya dari pengembangan produk komersial yang dikembangkan dari spesimen biologisnya; Kemungkinan temuan yang tidak diminta dan bagaimana penanganannya; Pengamanan yang akan diambil untuk melindungi kerahasiaan serta keterbatasan mereka, apakah direncanakan bahwa spesimen biologi yang dikumpulkan dalam penelitian akan hancur pada kesimpulannya, dan jika tidak, rincian tentang penyimpanan mereka (di mana, bagaimana, untuk berapa lama , dan disposisi nal) dan kemungkinan penggunaan masa depan, bahwa peserta memiliki hak untuk memutuskan penggunaan masa depan tersebut, menolak penyimpanan, dan menghancurkan materi yang tersimpan (Pedoman 11 dan 12);
6. Bila wanita usia subur berpartisipasi dalam penelitian terkait kesehatan, informasi tentang kemungkinan risiko, jika mereka hamil selama penelitian, untuk diri mereka sendiri (termasuk kesuburan di masa depan), kehamilan mereka, janin mereka, dan keturunan masa depan mereka; Dan jaminan akses terhadap tes kehamilan, metode kontrasepsi yang efektif dan aman, aborsi legal sebelum terpapar intervensi teratogenik atau mutagenik potensial. Bila kontrasepsi yang efektif dan / atau aborsi yang aman tidak tersedia dan tempat

studi alternatif tidak layak dilakukan, para wanita harus diberi informasi tentang:

- risiko kehamilan yang tidak diinginkan;
  - Dasar hukum untuk melakukan aborsi;
  - Mengurangi bahaya akibat aborsi yang tidak aman dan komplikasi selanjutnya;
  - Kalau kehamilan diteruskan/tidak dihentikan, jaminan tindak lanjut untuk kesehatan mereka sendiri dan kesehatan bayi dan anak dan informasi yang kesulitan untuk menentukan sebab bila ada kasus kelainan janin atau bayi (Pedoman 18 dan 19 );
7. Ketika mengenai wanita hamil dan menyusui, risiko partisipasi dalam penelitian terkait kesehatan untuk diri mereka sendiri, kehamilan mereka, janin mereka, dan keturunan masa depan mereka, apa yang telah dilakukan untuk memaksimalkan potensi keuntungan individual dan meminimalkan risiko, bukti mengenai risiko dapat tidak diketahui atau kontroversial, dan seringkali sulit untuk menentukan sebab kasus kelainan janin atau bayi (Pedoman 4 dan 19);
  8. Ketika mengenai korban bencana yang sebagian besar berada di bawah tekanan, perbedaan antara penelitian dan bantuan kemanusiaan (Pedoman 20); dan
  9. Ketika penelitian dilakukan di lingkungan online dan menggunakan alat online atau digital yang mungkin melibatkan kelompok rentan, informasi tentang kontrol privasi dan keamanan yang akan digunakan untuk melindungi data mereka; Dan keterbatasan tindakan yang digunakan dan risiko yang mungkin ada meskipun ada pengamanan (Pedoman 22).



## INFORMED CONSENT (PERNYATAAN PERSETUJUAN IKUT PENELITIAN)

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama :  
Umur :  
Jenis Kelamin :  
Pekerjaan :  
Alamat :

Telah mendapat keterangan secara terinci dan jelas mengenai :

1. Penelitian yang berjudul “Hubungan Durasi *Screen time* Konten Makanan dan Kebiasaan *Snacking* dengan Asupan Zat Gizi di SMK Yasbam Kota Bogor”
2. Perlakuan yang akan diterapkan pada subyek
3. Manfaat ikut sebagai subyek penelitian
4. Bahaya yang akan timbul
5. Prosedur Penelitian
6. Persetujuan perizinan tempat penelitian
7. Hak keamanan dan privasi

dan prosedur penelitian mendapat kesempatan mengajukan pertanyaan mengenai segala sesuatu yang berhubungan dengan penelitian tersebut. Oleh karena itu saya bersedia/tidak bersedia\*) secara sukarela untuk menjadi subyek penelitian dengan penuh kesadaran serta tanpa keterpaksaan.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya tanpa tekanan dari pihak manapun.

| TandaTangan Partisipan |  | Tanggal |  |
|------------------------|--|---------|--|
|                        |  |         |  |

Nama saksi :

| Tanda Tangan saksi* |  | Tanggal |  |
|---------------------|--|---------|--|
|                     |  |         |  |

**Saya telah menjelaskan penelitian kepada partisipan** yang bertandatangan diatas, dan saya yakin bahwa partisipan tersebut paham tentang tujuan, proses, dan efek yang mungkin terjadi jika dia ikut terlibat dalam penelitian ini.

Nama peneliti :

| Tanda Tangan Peneliti |  | Tanggal |  |
|-----------------------|--|---------|--|
|                       |  |         |  |

Nb : semua pihak yang menandatangani formulir persetujuan ini harus memberi tanggal pada tanda tangannya. \*) Dibutuhkan jika diperlukan, seperti pada kasus buta huruf.

## Lampiran 3 Lembar identitas subjek

|                          |   |                                                                                                                                                                                                                     |
|--------------------------|---|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Nama                     | : | .....                                                                                                                                                                                                               |
| Usia                     | : | .....                                                                                                                                                                                                               |
| Jenis kelamin            | : | <input type="checkbox"/> Laki-laki<br><input type="checkbox"/> Perempuan                                                                                                                                            |
| Nomor <i>handphone</i>   | : | .....                                                                                                                                                                                                               |
| Besar keluarga           | : | <input type="checkbox"/> ≤ 4 orang<br><input type="checkbox"/> 5–6 orang<br><input type="checkbox"/> > 6 orang                                                                                                      |
| Pendidikan terakhir ayah | : | <input type="checkbox"/> Tidak sekolah<br><input type="checkbox"/> SD/ sederajat<br><input type="checkbox"/> SMP/ sederajat<br><input type="checkbox"/> SMA/ sederajat<br><input type="checkbox"/> Perguruan tinggi |
| Pendidikan terakhir ibu  | : | <input type="checkbox"/> Tidak sekolah<br><input type="checkbox"/> SD/ sederajat<br><input type="checkbox"/> SMP/ sederajat<br><input type="checkbox"/> SMA/ sederajat<br><input type="checkbox"/> Perguruan tinggi |
| Pendapatan orang tua     | : | <input type="checkbox"/> < Rp5.000.000/bulan<br><input type="checkbox"/> Rp5.000.000/bulan<br><input type="checkbox"/> > Rp5.000.000/bulan                                                                          |
| Jumlah uang saku         | : | <input type="checkbox"/> < Rp10.000/hari<br><input type="checkbox"/> ≥ Rp10.000/hari                                                                                                                                |
| Pengeluaran pangan       | : | <input type="checkbox"/> < Rp500.000/bulan<br><input type="checkbox"/> Rp500.000–Rp900.000/bulan<br><input type="checkbox"/> > Rp900.000/bulan                                                                      |

@Hak cipta milik IPB University

IPB University



Lampiran 4 24-hour food recall weekday

Nama subjek :

Hari, tanggal :

| Waktu Makan   | Nama Makanan | Bahan Makanan | URT | Berat (gram) |
|---------------|--------------|---------------|-----|--------------|
| Makan pagi    |              |               |     |              |
| Selingan pagi |              |               |     |              |
| Makan siang   |              |               |     |              |
| Selingan sore |              |               |     |              |
| Makan malam   |              |               |     |              |
|               |              |               |     |              |

@Hak cipta milik IPB University

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang  
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :  
a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah  
b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.  
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

Lampiran 5 24-hour food recall weekend

Nama subjek :  
Hari, tanggal :

| Waktu Makan   | Nama Makanan | Bahan Makanan | URT | Berat (gram) |
|---------------|--------------|---------------|-----|--------------|
| Makan pagi    |              |               |     |              |
|               |              |               |     |              |
| Selingan pagi |              |               |     |              |
|               |              |               |     |              |
| Makan siang   |              |               |     |              |
|               |              |               |     |              |
| Selingan sore |              |               |     |              |
|               |              |               |     |              |
| Makan malam   |              |               |     |              |
|               |              |               |     |              |

@Hak cipta milik IPB University



Lampiran 6 Kuesioner SQ-FFQ

| No | Jenis Makanan/Minuman                                      | Frekuensi<br>*Pilih salah satu |                         | Jumlah |                 |
|----|------------------------------------------------------------|--------------------------------|-------------------------|--------|-----------------|
|    |                                                            | Per hari<br>(kali)             | Per<br>minggu<br>(kali) | URT    | Berat<br>(gram) |
| 1. | Minuman manis dan atau bersoda/sejenisnya                  |                                |                         |        |                 |
|    | Susu sapi kemasan                                          |                                |                         |        |                 |
|    | Teh manis (teh celup, teh kotak, teh sosro, teh poci, dll) |                                |                         |        |                 |
|    | Kopi                                                       |                                |                         |        |                 |
|    | Sirup                                                      |                                |                         |        |                 |
|    | Jus buah (Buah asli diblender)                             |                                |                         |        |                 |
|    | Sari buah (Buavita, Pulpy, dll)                            |                                |                         |        |                 |
|    | Soft drink (Coca-cola, sprite, fanta, dll)                 |                                |                         |        |                 |
|    | Minuman isotonic (You C-1000, pocari sweat, isoplus, dll)  |                                |                         |        |                 |
|    | Energy drink (extrajoss, kukubima, dll)                    |                                |                         |        |                 |
|    | Minuman bubuk (nutrisari, pop ice, milo, dll)              |                                |                         |        |                 |
|    | Milkshake                                                  |                                |                         |        |                 |
|    | Es krim/es serut                                           |                                |                         |        |                 |
|    | Thai tea/matcha                                            |                                |                         |        |                 |
|    | Es kelapa                                                  |                                |                         |        |                 |
|    | Es kul-kul                                                 |                                |                         |        |                 |
| 2. | Camilan                                                    |                                |                         |        |                 |
|    | Pisang goreng                                              |                                |                         |        |                 |
|    | Kornet                                                     |                                |                         |        |                 |
|    | Bakpao                                                     |                                |                         |        |                 |
|    | Piscok                                                     |                                |                         |        |                 |
|    | Molen                                                      |                                |                         |        |                 |
|    | Chicken pop                                                |                                |                         |        |                 |
|    | Lumpia                                                     |                                |                         |        |                 |
|    | Martabak (manis/telur)                                     |                                |                         |        |                 |
|    | Donat                                                      |                                |                         |        |                 |
|    | Lemper                                                     |                                |                         |        |                 |
|    | Risoles                                                    |                                |                         |        |                 |
|    | Bakwan                                                     |                                |                         |        |                 |
|    | Tempe mendoan                                              |                                |                         |        |                 |

@Hak cipta milik IPB University

| No | Jenis Makanan/Minuman  | Frekuensi<br>*Pilih salah satu |                         | Jumlah |                 |
|----|------------------------|--------------------------------|-------------------------|--------|-----------------|
|    |                        | Per hari<br>(kali)             | Per<br>minggu<br>(kali) | URT    | Berat<br>(gram) |
|    | Tahu tepung/tahu bakso |                                |                         |        |                 |
|    | Nugget                 |                                |                         |        |                 |
|    | Sosis (goreng/bakar)   |                                |                         |        |                 |
|    | Keripik                |                                |                         |        |                 |
|    | Biskuit                |                                |                         |        |                 |
|    | Kue kering             |                                |                         |        |                 |
|    | Chiki-chikian          |                                |                         |        |                 |
|    | Wafer                  |                                |                         |        |                 |
|    | Papeda                 |                                |                         |        |                 |
|    | Jelly                  |                                |                         |        |                 |
|    | Crepes                 |                                |                         |        |                 |
|    | Cilor                  |                                |                         |        |                 |
|    | Cireng                 |                                |                         |        |                 |
|    | Cimol                  |                                |                         |        |                 |
|    | Cilok/pentol           |                                |                         |        |                 |
|    | Cirambay               |                                |                         |        |                 |
|    | Cibay                  |                                |                         |        |                 |
|    | Cipak                  |                                |                         |        |                 |
|    | Cicos                  |                                |                         |        |                 |
|    | Bakso aci              |                                |                         |        |                 |
|    | Basreng                |                                |                         |        |                 |
|    | Otak-otak              |                                |                         |        |                 |
|    | Siomay                 |                                |                         |        |                 |
|    | Batagor                |                                |                         |        |                 |
|    | Burger                 |                                |                         |        |                 |
|    | Kebab                  |                                |                         |        |                 |
|    | Roti bakar             |                                |                         |        |                 |
|    | Pempek                 |                                |                         |        |                 |
|    | Cakwe                  |                                |                         |        |                 |
|    | Telur gulung           |                                |                         |        |                 |
|    | Sempol ayam            |                                |                         |        |                 |
|    | Dimsum                 |                                |                         |        |                 |
|    | Permen                 |                                |                         |        |                 |
|    | Kue cubit              |                                |                         |        |                 |
|    | Corndog                |                                |                         |        |                 |
|    | .....                  |                                |                         |        |                 |
| 3. | Makanan sepinggan      |                                |                         |        |                 |
|    | Spaghetti              |                                |                         |        |                 |
|    | Soto                   |                                |                         |        |                 |
|    | Bakso daging           |                                |                         |        |                 |
|    | Mie ayam               |                                |                         |        |                 |
|    | Seblak                 |                                |                         |        |                 |

@Hak cipta milik IPB University

IPB University



- Hak Cipta Dilindungi Undang-undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
    - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
    - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
  2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

| No | Jenis Makanan/Minuman | Frekuensi<br>*Pilih salah satu |                         | Jumlah |                 |
|----|-----------------------|--------------------------------|-------------------------|--------|-----------------|
|    |                       | Per hari<br>(kali)             | Per<br>minggu<br>(kali) | URT    | Berat<br>(gram) |
|    | Gado-gado             |                                |                         |        |                 |
|    | Ketoprak              |                                |                         |        |                 |
|    | Lontong sayur         |                                |                         |        |                 |
|    | Nasi uduk             |                                |                         |        |                 |
|    | .....                 |                                |                         |        |                 |
| 4. | Buah-buahan           |                                |                         |        |                 |
|    | Jambu                 |                                |                         |        |                 |
|    | Pepaya                |                                |                         |        |                 |
|    | Mangga                |                                |                         |        |                 |
|    | Apel                  |                                |                         |        |                 |
|    | Pir                   |                                |                         |        |                 |
|    | Semangka              |                                |                         |        |                 |
|    | Melon                 |                                |                         |        |                 |
|    | Pepaya                |                                |                         |        |                 |
|    | Kelengkeng            |                                |                         |        |                 |
|    | Nanas                 |                                |                         |        |                 |
|    | Pisang                |                                |                         |        |                 |
|    | Anggur                |                                |                         |        |                 |
|    | Jeruk                 |                                |                         |        |                 |
|    | Alpukat               |                                |                         |        |                 |
|    | Salak                 |                                |                         |        |                 |
|    | .....                 |                                |                         |        |                 |

Lampiran 7 Kuesioner durasi *screen time* konten makanan

| INSTAGRAM             |                                  |               |                       |                                           |                             |                     |
|-----------------------|----------------------------------|---------------|-----------------------|-------------------------------------------|-----------------------------|---------------------|
| Parameter             | Jenis konten yang dilihat        |               |                       |                                           |                             |                     |
|                       | Foto/video ulasan/review makanan | Iklan makanan | Konten <i>mukbang</i> | Foto/video tempat yang menyajikan makanan | Foto/video tutorial memasak | Konten ASMR makanan |
| Durasi (menit/hari)   |                                  |               |                       |                                           |                             |                     |
| Frekuensi (kali/hari) |                                  |               |                       |                                           |                             |                     |

  

| YOUTUBE               |                                  |               |                       |                                           |                             |                     |
|-----------------------|----------------------------------|---------------|-----------------------|-------------------------------------------|-----------------------------|---------------------|
| Parameter             | Jenis konten yang dilihat        |               |                       |                                           |                             |                     |
|                       | Foto/video ulasan/review makanan | Iklan makanan | Konten <i>mukbang</i> | Foto/video tempat yang menyajikan makanan | Foto/video tutorial memasak | Konten ASMR makanan |
| Durasi (menit/hari)   |                                  |               |                       |                                           |                             |                     |
| Frekuensi (kali/hari) |                                  |               |                       |                                           |                             |                     |
|                       |                                  |               |                       |                                           |                             |                     |

| TIKTOK                |                                          |               |                       |                                           |                             |                     |
|-----------------------|------------------------------------------|---------------|-----------------------|-------------------------------------------|-----------------------------|---------------------|
| Parameter             | Jenis konten yang dilihat                |               |                       |                                           |                             |                     |
|                       | Foto/video ulasan/ <i>review</i> makanan | Iklan makanan | Konten <i>mukbang</i> | Foto/video tempat yang menyajikan makanan | Foto/video tutorial memasak | Konten ASMR makanan |
| Durasi (menit/hari)   |                                          |               |                       |                                           |                             |                     |
| Frekuensi (kali/hari) |                                          |               |                       |                                           |                             |                     |

## RIWAYAT HIDUP

Penulis dilahirkan di Garut tanggal 21 Agustus 2003. Penulis merupakan anak ketujuh dari tujuh bersaudara yang lahir dari pasangan Bapak Nana dan Ibu Ida. Penulis memiliki tiga kakak laki-laki bernama Asep Firman Nurjaman, Giri Rusdiana Saputra, dan Rangga Pramudya Alamsyah serta tiga kakak perempuan bernama Rani Herliani, Sumarti Mustika Dewi, dan Karmila Laely Devi. Penulis menyelesaikan pendidikan menengah atas di SMA Negeri 15 Garut dan melanjutkan studi ke perguruan tinggi negeri melalui jalur Seleksi Nasional Masuk Perguruan Tinggi Negeri (SNMPTN) di Program Studi Ilmu Gizi, IPB University. Penulis aktif selama perkuliahan dalam kegiatan kepanitiaan yaitu Staf Kesehatan dan Keselamatan Kerja (K3) Welcome Party: Nutrient 2024. Penulis melaksanakan kegiatan Kuliah Kerja Nyata Tematik Literasi (KKN-T Literasi) IPB pada 22 Juni hingga 1 Agustus 2025 di Kelurahan Nagrikaler, Kecamatan Purwakarta, Kabupaten Purwakarta. Penulis melaksanakan kegiatan Praktik Kerja Lapang Bidang Gizi Masyarakat (PKL GM) pada September hingga Oktober 2025 di Badan Perencanaan Pembangunan Daerah (Bappeda) Kota Bogor yang ditempatkan di Kelurahan Pasir Kuda. Penulis juga melaksanakan Praktik Kerja Lapang Bidang Manajemen Penyelenggaraan Makanan (PKL MPM) dan Praktik Kerja Lapang Bidang Manajemen Asuhan Gizi Klinik (PKL MAGK) pada Januari hingga Maret 2026 di Rumah Sakit Umum Daerah Dr. KH. Idham Chalid Ciawi (RSUD Ciawi).

@Hak cipta milik IPB University

IPB University