

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.

- Hak Cipta Dilindungi Undang-undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.
- 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.



KOMITE ETIK PENELITIAN KESEHATAN
HEALTH RESEARCH ETHICS COMMITTEE
POLTEKKES KEMENKES SEMARANG
MINISTRY OF HEALTH, SEMARANG HEALTH POLYTECHNIC

KETERANGAN LAIK ETIK
DESCRIPTION OF ETHICAL APPROVAL
"ETHICAL APPROVAL"

No. 331/EA/F.XXIII.38/2026

Protokol penelitian yang diusulkan oleh :
The research protocol proposed by

Peneliti utama : Veronika Tamba
Principal Investigator

Nama Institusi : IPB University
Name of the Institution

Dengan judul:
Title

**"HUBUNGAN STATUS GIZI, BODY IMAGE, FREKUENSI KONSUMSI FAST FOOD DENGAN
SIKLUS MENSTRUASI MAHASISWI PPKU IPB"**
**"THE RELATIONSHIP BETWEEN NUTRITIONAL STATUS, BODY IMAGE, FREQUENCY OF FAST
FOOD CONSUMPTION, AND MENSTRUAL CYCLE OF PPKU IPB FEMALE STUDENTS"**

Dinyatakan layak etik sesuai 7 (tujuh) Standar WHO 2011, yaitu 1) Nilai Sosial, 2) Nilai Ilmiah, 3) Pemerataan Beban dan Manfaat, 4) Risiko, 5) Bujukan/Eksploitasi, 6) Kerahasiaan dan Privacy, dan 7) Persetujuan Setelah Penjelasan, yang merujuk pada Pedoman CIOMS 2016. Hal ini seperti yang ditunjukkan oleh terpenuhinya indikator setiap standar.

Declared to be ethically appropriate in accordance to 7 (seven) WHO 2011 Standards, 1) Social Values, 2) Scientific Values, 3) Equitable Assessment and Benefits, 4) Risks, 5) Persuasion/Exploitation, 6) Confidentiality and Privacy, and 7) Informed Consent, referring to the 2016 CIOMS Guidelines. This is as indicated by the fulfillment of the indicators of each standard.

Pernyataan Laik Etik ini berlaku selama kurun waktu tanggal 16 Maret 2026 sampai dengan tanggal 16 Maret 2027.

This declaration of ethics applies during the period March 16, 2026 until March 16, 2027.

March 16, 2026
Professor and Chairperson,

Prof. Dr. Runjati, Bdn., M.Mid



Lampiran 2 Naskah Penjelasan Sebelum Persetujuan (PSP)

Judul : Hubungan Status Gizi, *Body Image*, Frekuensi Konsumsi *Fast food*, dengan Siklus Menstruasi Mahasiswi PPKU IPB

Instansi Pelaksana : Departemen Gizi Masyarakat, Fakultas Ekologi Manusia, Institut Pertanian Bogor

Ketua Peneliti : Prof. Dr. Ir. Sri Anna Marliyati, MSi

NASKAH PENJELASAN SEBELUM PERSETUJUAN (PSP)

Pendahuluan

Yth. Saudara/i sekalian

Penelitian ini dilakukan oleh Veronika Tamba dari IPB University dengan judul 'Hubungan Status Gizi, *Body Image*, dan Frekuensi Konsumsi *Fast food* Terhadap Siklus Menstruasi Mahasiswi PPKU IPB University'. Latar belakang penelitian ini didasari oleh banyaknya wanita yang mengalami siklus menstruasi yang tidak teratur terutama di kalangan mahasiswa. Banyak mahasiswa yang mengalami stres oleh tekanan akademik dan tingkat kesibukan yang tinggi menyebabkan konsumsi *fast food* berlebih berdampak pada status gizi buruk yang kemudian mengakibatkan gangguan siklus menstruasi. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan menganalisis hubungan antara status gizi, *body image*, dan frekuensi konsumsi *fast food* terhadap siklus menstruasi.

Tujuan dan manfaat penelitian

Menganalisis hubungan antara status gizi, *body image*, dan frekuensi konsumsi *fast food* dengan siklus menstruasi pada mahasiswi PPKU IPB University. Hasil penelitian ini diharapkan memberikan informasi mengenai faktor risiko siklus menstruasi bagi mahasiswa dan masyarakat sehingga dapat mengatasinya dengan efektif dan benar.

Perlakuan/hal-hal yang akan dialami peserta

Saudari akan menjalani penilaian terhadap tingkat *body image*, pengukuran tinggi badan dan berat badan, diwawancarai mengenai konsumsi makanan dan kebiasaan makanan dengan menjawab pertanyaan yang ada pada kuesioner karakteristik Subjek. Wawancara akan dilaksanakan dengan menggunakan kuesioner FFQ *fast food* dan *Food Recall* 2x24 jam. Penilaian *body image* dilakukan dengan mengisi kuesioner yang terdiri dari 18 pertanyaan menggunakan kuesioner *Body Shape Questionnaire* (BSQ-16a). Pengukuran tinggi dan berat badan dilakukan sebanyak 2 kali yakni pada awal penelitian selama maksimal 5 menit. Wawancara dan pengisian kuesioner akan dilakukan sebanyak 1 kali, yaitu pada saat setelah dilakukan pengukuran tinggi dan berat badan dengan estimasi wawancara dan pengisian kuesioner 40 menit.

Resiko yang mungkin timbul

Penelitian ini menimbulkan resiko berupa jenuh atau bosan akibat pengisian kuesioner FFQ, *Food Recall*, dan BSQ dengan estimasi waktu sekitar 30 menit.

Manfaat

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi bagi mahasiswi dan masyarakat terkait faktor risiko siklus menstruasi. Kesadaran mahasiswi dan masyarakat juga diharapkan meningkat sehingga dapat mengontrol berat badan ideal, *body image*, mengkonsumsi *fast food* secukupnya. Peningkatan pengetahuan dan kontrol faktor risiko diharapkan dapat menurunkan angka kejadian gangguan pada siklus menstruasi.

Hak untuk menolak atau menarik diri dari kegiatan

Keikutsertaan dalam penelitian ini sepenuhnya bersifat sukarela dan tidak merupakan suatu keharusan. Peserta juga diperbolehkan untuk tidak menjawab pertanyaan yang dirasa kurang nyaman. Peneliti sangat menghormati setiap keputusan dan kenyamanan peserta selama proses penelitian berlangsung.

Kerahasiaan data

Semua informasi yang diberikan oleh peserta akan dijaga kerahasiaannya dengan sebaik-baiknya. Data yang dikumpulkan akan disimpan di perangkat pribadi milik peneliti dan hanya dapat diakses oleh tim peneliti. Identitas peserta tidak akan diungkapkan dalam publikasi atau laporan hasil penelitian, sehingga kerahasiaan dan anonimitas peserta tetap terlindungi.

Insentif yang diberikan

Insentif atau imbalan yang akan diberikan kepada Anda untuk mengikuti penelitian ini berbentuk souvenir. Insentif ini tidak dimaksudkan sebagai bentuk paksaan, melainkan penghargaan atas waktu dan kontribusi peserta terhadap keberlangsungan penelitian.

Peneliti yang dapat dihubungi (terkait penelitian)

Jika Anda memiliki pertanyaan lebih lanjut tentang penelitian ini atau jika Anda memiliki masalah terkait penelitian, Anda dapat menghubungi saya dan tim peneliti pada 081344087732 atau veronikatamba354@gmail.com.

Lampiran 3 Formulir *Informed Consent***INFORMED CONSENT**

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama :
No Hp :

Telah mendapat keterangan secara rinci dan jelas mengenai tujuan dan manfaat penelitian, perlakuan yang akan diterapkan pada subjek, risiko yang mungkin timbul, hak untuk menolak atau menarik diri, kerahasiaan data, insentif, dan kesempatan mengajukan pertanyaan mengenai segala sesuatu yang berhubungan dengan penelitian tersebut. Oleh karena itu, saya secara sukarela dan dengan penuh kesadaran serta tanda keterpaksaan menyatakan

SETUJU / TIDAK SETUJU*

untuk ikut sebagai subjek penelitian dengan judul **“Hubungan Status Gizi , *Body image*, Frekuensi Konsumsi *Fast Food* dengan Siklus Menstruasi Mahasiswa PPKU IPB”**

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

Peneliti

Bogor,
Responden

Veronika tamba

(.....)

Saksi:

(.....)

Keterangan:

* coret yang tidak perlu

Nomor responden:

KUESIONER PENELITIAN

HUBUNGAN STATUS GIZI, *BODY IMAGE*, FREKUENSI KONSUMSI *FAST FOOD* DENGAN SIKLUS MENSTRUASI MAHASISWI PPKU IPB

Oleh

Veronika Tamba

I1401221027

Tanggal pengisian :
Nama lengkap responden :
No. Telp/WA responden :
Fakultas/Departemen responden :
Nama enumerator* :
*Diisi oleh pewawancara/enumerator



DEPARTEMEN GIZI MASYARAKAT
FAKULTAS EKOLOGI MANUSIA
IPB UNIVERSITY
BOGOR
2025

A. Karakteristik Subjek

Tanggal lahir :Bulan.....Tahun.....

Usia *menarche* :

Berat badan* :

Tinggi badan* :

*Diisi oleh pewawancara/enumerator

B. Kuesioner Gangguan Siklus Menstruasi

Data lamanya siklus menstruasi dapat diketahui melalui catatan pribadi mengenai tanggal terjadinya menstruasi di setiap siklusnya. Isilah pertanyaan berikut dengan memberi **tanda centang (√)** pada salah satu kolom yang paling sesuai dengan keadaan Anda!

Ya : Jika sesuai dengan Anda

Tidak : Jika tidak sesuai dengan Anda

Pertanyaan	Ya	Tidak
Usia pertama kali mendapat menstruasi (<i>menarche</i>):		Tahun
Apakah siklus menstruasi/haid Anda sebulan sekali atau 28 hari sekali?		
Apakah anda selalu mengalami menstruasi dengan siklus <21 hari dalam 3 bulan terakhir?		
Apakah Anda selalu mengalami menstruasi dengan siklus 35 hari dalam 3 bulan terakhir?		
Apakan Anda pernah tidak menstruasi selama 3 bulan berturut-turut?		

C. Kuesioner *Body Shape Questionnaire* (BSQ-16a)

Isilah pertanyaan berikut dengan memberi **tanda centang (✓)** pada salah satu kolom yang paling sesuai dengan keadaan Anda!

No	Pertanyaan	Tidak pernah	Jarang	Kadang-kadang	Sering	Sangat sering	Selalu
1.	Merasa khawatir tentang bentuk tubuh						
2.	Merasa paha terlalu besar						
3.	Merasa pinggul terlalu besar						
4.	Merasa pantat terlalu besar						
5.	Merasa khawatir tentang otot kendur						
6.	Merasa sedih tentang bentuk tubuh hingga menangis						
7.	Menghindari berlari karena takut otot terlihat kendur						
8.	Merasa canggung ketika berdekatan dengan wanita langsing						
9.	Merasa khawatir paha menggelambir ketika duduk						
10.	Merasa gemuk meskipun hanya makan sedikit						
11.	Menghindari memakai pakaian yang menyadarkan bentuk tubuh aktual						
12.	Merasa gemuk saat makan kue manis						

Hak cipta milik IPB University

C. Kuesioner *Body Shape Questionnaire* (BSQ-16a) (lanjutan)

No	Pertanyaan	Tidak pernah	Jarang	Kadang-kadang	Sering	Sangat sering	Selalu
13.	Merasa malu dengan bentuk tubuh						
14.	Melakukan diet akibat khawatir dengan bentuk tubuh						
15.	Merasa senang dengan bentuk tubuh saat perut kosong						
16.	Merasa tidak adil karena perempuan lain lebih langsing						
17.	Merasa khawatir badan berlekuk-lekuk karena lipatan lemak						
18.	Berolahraga karena khawatir dengan bentuk tubuh						

D. Kuesioner FFQ *Fast Food*

Berilah **tanda centang (√)** pada kolom frekuensi konsumsi sesuai dengan kebiasaan Anda mengonsumsi *fast food* (makanan cepat saji) dalam 1 bulan terakhir.

No	Nama bahan makanan	Frekuensi					
		Tidak pernah	≤ 2x/ bulan	1-2x/ minggu	3-6x/ minggu	1x/ hari	≥ 1x/ hari
1.	Ayam goreng tepung						
2.	Pizza						
3.	Burger						
4.	Kentang goreng						
5.	Sosis						
6.	Nugget						
7.	Risol mayo						
8.	Tahu Bakso						
9.	Siomay						
10.	Batagor						

D. Kuesioner FFQ Fast Food (lanjutan)

No	Nama bahan makanan	Frekuensi					
		Tidak pernah	≤ 2x/ bulan	1-2x/ minggu	3-6x/ minggu	1x/ hari	≥ 1x/ hari
11.	Mie instan						
12.	Nasi goreng						
13.	Martabak telur						
14.	Martabak manis						
15.	Mie ayam						
16.	Donat						
17.	Teh manis						
18.	Thai tea						
19.	Milk tea						
20.	Minuman kemasan						
21.	Es krim						
22.	Softdrink						
23.	Kopi						

D. Food Recall 2 X 24 Jam

Weekday

Tanggal:

Waktu makan	Nama makanan	Bahan pangan	Jumlah yang dikonsumsi		Keterangan
			URT	Gram	
Pagi					
Selingan 1					
Siang					

Selingan 2					
Malam					

D. Food Recall 2 X 24 Jam (lanjutan)

Weekend

Tanggal:

Waktu makan	Nama makanan	Bahan pangan	Jumlah yang dikonsumsi		Keterangan
			URT	Gram	
Pagi					
Selingan 1					
Siang					



Selingan 2

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 :

- Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
- 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.

RIWAYAT HIDUP

Penulis lahir di Padang pada tanggal 03 Mei 2004 dan merupakan anak keempat dari enam bersaudara dari pasangan Bapak R. Tamba dan Ibu E. Situmorang. Pendidikan sekolah menengah atas ditempuh di SMAN 1 Lembah Melintang, dan lulus pada tahun 2022. Penulis diterima sebagai mahasiswa Program Studi Ilmu Gizi, IPB University melalui jalur Seleksi Nasional Masuk Perguruan Tinggi Negeri (SNMPTN).

Selama masa perkuliahan, penulis aktif dalam berbagai kegiatan organisasi dan kemahasiswaan, antara lain sebagai kepala divisi Danship PSM IPB Agria Swara, sebagai penyanyi sekaligus panitia beberapa konser dari PSM IPB Agria Swara, serta terlibat dalam kepanitiaan sebagai kepala divisi Danship Natal Civa IPB 2025 dan Humas Nutri Health Care. Selain itu, penulis mengikuti kegiatan Kuliah Kerja Nyata Tematik (KKNT) di Desa Ngabeyan, Wonogiri, Jawa Barat pada tahun 2025. Penulis juga melaksanakan Praktik Kerja Lapang (PKL) Gizi Masyarakat di Dinas Kesehatan Kabupaten Bogor serta Praktik Kerja Lapang Manajemen Penyelenggaraan Makanan dan Asuhan Gizi Klinik di PKJN RS Marzoeki Mahdi.

@Hak cipta milik IPB University

IPB University