

LAMPIRAN

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 1 Pernyataan Persetujuan Kaji Etik

**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/01/02/12-2025/480

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: **"Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Status Gizi Siswa/Siswi SMK Kehutanan Bhakti Rimba"**

yang mengikutsertakan manusia sebagai subjek penelitian, yang diajukan oleh:

Ketua Peneliti: **Prof. Dr. Katrin Roosita S.P., M.Si**

Anggota: **Tengku Tri Yuni Syahrani**

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, 08 Januari 2026
Komite Etik Penelitian
Universitas Ahmad Dahlan,



dr. Nurul Qomariyah, M.Med., Ed

Lampiran 2 Pernyataan Penjelasan Sebelum Persetujuan (PSP)

Judul Penelitian : Hubungan Aktivitas Fisik, Pola Konsumsi Sayur dan Buah, *Body image* Terhadap Status Gizi Siswa SMK Kehutanan Bakti Rimba Bogor

PENJELASAN SEBELUM PERSETUJUAN

Perkenalkan, saya Muhammad Wildan Ramadhani, mahasiswa Program Studi Sarjana Ilmu Gizi, Fakultas Ekologi Manusia, Institut Pertanian Bogor, yang saat ini sedang melaksanakan penelitian dengan judul **Hubungan Aktivitas Fisik, Pola Konsumsi Sayur dan Buah, *Body image* Terhadap Status Gizi Siswa SMK Kehutanan Bakti Rimba Bogor.**

Dalam penelitian ini, Saudara/i akan diminta untuk mengisi kuesioner yang mencakup pertanyaan seputar aktivitas fisik harian, frekuensi konsumsi sayur dan buah, persepsi terhadap bentuk tubuh, serta data antropometri sederhana. Pengisian kuesioner akan dilakukan secara daring atau luring, dengan waktu pengisian sekitar 30 menit.

Risiko yang mungkin timbul dari penelitian ini sangat kecil, terbatas pada kemungkinan ketidaknyamanan saat menjawab beberapa pertanyaan pribadi. Namun demikian, seluruh data dan identitas responden akan dijaga kerahasiaannya dan hanya digunakan untuk kepentingan penelitian ini.

Manfaat dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran tentang pola hidup sehat dan faktor-faktor yang memengaruhi status gizi siswa, sehingga dapat menjadi dasar bagi pengembangan program edukasi gizi dan promosi kesehatan di lingkungan sekolah.

Partisipasi Saudara/i bersifat sukarela, tanpa adanya paksaan dari pihak manapun. Saudara/i berhak untuk menolak atau mengundurkan diri kapan pun tanpa konsekuensi apapun.

Sebagai bentuk apresiasi atas partisipasi, responden yang beruntung akan mendapatkan *reward* sebagai tanda terima kasih.

Apabila terdapat informasi yang belum jelas. Saudara/i dapat menghubungi Muhammad Wildan Ramadhani pada 081944631809 atau muhamadwildan@apps.ipb.ac.id

Atas perhatian Saudara/i, saya ucapkan terima kasih

Lampiran 3 Pernyataan kesediaan menjadi responden penelitian

LEMBAR PERSETUJUAN SETELAH PENJELASAN (INFORMED CONSENT)

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama :

No. Hp :

Pekerjaan :

Telah memahami dan mengerti mengenai tujuan dan manfaat penelitian, perlakuan yang akan dilakukan pada responden, risiko yang mungkin timbul, hak untuk menolak atau mengundurkan diri dari penelitian, kerahasiaan data, intensif, dan pertanyaan terkait penelitian apabila masih belum jelas. Oleh karena itu, saya secara sukarela dengan penuh kesadaran dan tanpa paksaan menyatakan

SETUJU / TIDAK SETUJU*

untuk ikut sebagai responden penelitian dengan judul

“Hubungan Aktivitas Fisik, Pola Konsumsi Sayur dan Buah, *Body image* Terhadap Status Gizi Siswa SMK Kehutanan Bakti Rimba Bogor.”

Pernyataan ini saya buat dengan sebenar benarnya tanpa paksaan dari pihak manapun

Bogor,

Yang membuat pernyataan,

(.....)

Saksi,

(.....)

Keterangan:

*coret yang tidak perlu

No. Responden :

HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK, POLA KONSUMSI SAYUR DAN BUAH, *BODY IMAGE* TERHADAP STATUS GIZI SISWA SMK

1. Hari/Tanggal :
2. Nama Responden :
3. Kelas :



DEPARTEMEN GIZI MASYARAKAT
FAKULTAS EKOLOGI MANUSIA
INSTITUT PERTANIAN BOGOR
BOGOR
2025

A. Karakteristik Responden

- a. Nama lengkap :
- b. Jenis kelamin :
- c. Usia :

B. Data Antropometri

- a. Tinggi badan :
- b. Berat badan :
- c. IMT :
- d. IMT/U :
- e. Status gizi :

C. Aktivitas fisik

FORM *RECALL* AKTIVITAS 2 x 24 JAM

Petunjuk Pengisian :

- Silakan isi formulir ini dengan mencatat semua aktivitas Anda selama satu hari penuh.
- Tulis jam mulai dan selesai kegiatan pada **kolom Waktu**.
- Tuliskan aktivitas yang Anda lakukan pada **kolom Kegiatan**.
- Jika ada informasi tambahan seperti berjalan kaki, naik motor, berdiri, atau duduk, tuliskan pada **kolom Keterangan**.
- Catat aktivitas secara berurutan mulai dari bangun tidur hingga tidur kembali.
- Pastikan tidak ada waktu yang terlewat sehingga seluruh aktivitas selama 24 jam tercatat dengan lengkap.

Weekday

Nama Responden :

Usia :

Hari/tanggal :

Contoh Pengisian Form :

Waktu	Kegiatan	Keterangan
04.30	Bangun tidur	
04.30-04.40	Sholat subuh	
04.40-05.30	Mandi dan Bersiap	
05.30-05.30	Sarapan	
05.50-06.15	Berangkat sekolah	Jalan kaki/naik motor/bersepeda/dll

Waktu	Kegiatan	Keterangan

Weekend

Nama Responden :
Usia :
Hari/tanggal :

Contoh Pengisian Form :

Waktu	Kegiatan	Keterangan
04.30	Bangun tidur	
04.30-04.40	Sholat subuh	
04.40-05.30	Mandi dan Bersiap	
05.30-05.30	Sarapan	
05.50-06.15	Berangkat sekolah	Jalan kaki/naik motor/bersepeda/dll

Waktu	Kegiatan	Keterangan

D. Konsumsi sayur dan buah

FORM SEMI QUANTITATIVE FOOD FREQUENCY QUESTIONNAIRE (SQ-FFQ)**Petunjuk:**

1. **Baca setiap jenis bahan pangan** pada tabel (misal: nasi, bubur, mie, roti, dll.).
2. **Isi kolom frekuensi dengan angka jumlah konsumsi**, misalnya:
 - **Hari** → tuliskan berapa kali dikonsumsi per hari (contoh: 3x).
 - **Minggu** → tuliskan berapa kali per minggu (contoh: 2x).
 - **Bulan** → tuliskan berapa kali per bulan (contoh: 5x).
 - **Tidak pernah** → tulis **0** atau kosongkan.
3. **Sesuaikan porsi per makan dengan porsi (URT)** sesuai contoh di formulir (misalnya centong, piring, buah, potong, sdm).
4. **Isi jumlah porsi per makan** (berapa banyak yang dikonsumsi tiap kali makan).
5. **Isi keterangan** jika diminta:
 - Untuk makanan instan → tuliskan **merek**.
 - Untuk makanan lain → tambahkan keterangan bila perlu.
6. Jika ada konsumsi makanan **lain di luar daftar**, tuliskan pada baris *Lainnya*, sebutkan.

No	Bahan pangan	Frekuensi				Porsi (URT)	Porsi/ makan	Keterangan
		Hari	Minggu	Bulan	Tidak pernah			
1	Makanan Pokok							
	Nasi					centong		
	Bubur					piring		Merek (jika instan):
	Mie					piring		Merek (jika instan):
	Bihun					piring		Merek (jika instan):
	Roti					buah		Merek:
	Kentang					buah		
	Jagung					buah		
	Singkong					potong		
	Ubi jalar					potong		

Sereal					sdm		Merek
Oat					sdm		Merek
Lainnya, sebutkan:							
2 Protein Hewani							
Ayam					potong		Bagian:
Bebek					potong		Bagian:
Daging sapi					potong		
Daging kambing					potong		
Telur ayam					butir		
Telur bebek					butir		
Ikan					ekor		
Udang					ekor		
Cumi-cumi					ekor		
Hati ayam					potong		
Hati sapi					potong		
Kepiting					ekor		
Kerang					ekor		
Lainnya, sebutkan :							
Protein Nabati							

- Hak Cipta Dilindungi Undang-undang
- 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.
 - Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

	Tahu				potong		
	Tempe				potong		
	Oncom				potong		
	Kacang tanah				sdm		
	Kacang hijau				sdm		
	Kacang kedelai				sdm		
	Kacang merah				sdm		
	Sari kedelai				gelas		Merek (jika instan):
	Lainnya, sebutkan :						
4	Susu dan olahan						
	Susu sapi				gelas		
	Susu kambing				gelas		
	Susu UHT				kotak		Merek dan berat:
	Susu kental manis				sdm		Merek:
	Susu skim				sdm		Merek:
	Yogurt				botol		Merek dan berat:
	Keju				ptg kecil		Merek:
	Es krim				buah		Merek:
	Lainnya						

@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.

5

Buah							
Apel					buah		
Anggur					buah		
Belimbing					buah		
Jambu biji					buah		
Jeruk					buah		
Kiwi					buah		
Lemon					iris tipis		
Mangga					buah		
Melon					iris panjang		
Nanas					iris panjang		
Pepaya					iris panjang		
Pir					buah		
Pisang					buah		
Semangka					iris panjang		
Sirsak					sdm		
Stroberi					buah		
Lainnya, sebutkan :							

6

Sayur

- 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.

	Brokoli					sdm		
	Buncis					sdm		
	Bayam					sdm		
	Daun pepaya					sdm		
	Daun singkong					sdm		
	Kangkung					sdm		
	Kembang kool					sdm		
	Kacang panjang					sdm		
	Labu siam					sdm		
	Sawi					buah		
	Tomat					buah		
	Tauge					sdm		
	Wortel					sdm		
	Lainnya, sebutkan:							
7	Olahan Buah dan Sayur							
	Jus buah					gelas		Buah:
	Jus sayur					gelas		Sayur:
	Es buah					mangko k		
	Gado-gado					piring		

@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.

	Karedok					piring		
	Manisan/asinan buah					potong		Buah:
	Lainnya, sebutkan:							
8	Minyak dan Bahan Tambahan							
	Minyak kelapa sawit					sdt		
	Minyak kelapa					sdt		
	Mentega					sdt		
	Margarin					sdt		
	Santan					sdm		
	Gula					sdm		
	Lainnya, sebutkan:							
9	Makanan Olahan							
	Sosis					buah		Merek:
	Nugget					buah		Merek:
	Bakso					buah		Merek:
	Kornet					sdm		Merek:
	Kopi					sdm/sachet		Merek:
	Teh					kantung		Merek:
	Lainnya, sebutkan:							

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.

10	Suplemen dan Vitamin							
	Tablet tambah darah (TTD) dari sekolah/puskesmas					butir		Merek:
	TTD lainnya (Sangobion, Hufabion, dll)					butir		Merek:

@Hak cipta milik IPB University

IPB University



No	Pertanyaan	Tidak Pernah	Jarang	Kadang-kadang	Sering	Sangat Sering
1	Apakah situasi yang membosankan membuat anda memikirkan tubuh anda?					
2.	Apakah anda mengkhawatirkan tubuh anda sehingga anda melakukan diet?					
3	Apakah anda merasa bahwa paha dan pinggul yang anda miliki terlalu besar?					
	Apakah anda takut jika menjadi gemuk?					
5	Apakah anda mencemaskan bagian tubuh anda yang kurang kencang?					
6	Apakah setelah makan kenyang (misalnya sehabis makan banyak), membuat anda jadi merasa gemuk?					
7	Apakah anda merasa bentuk tubuh yang anda miliki kurang baik?					
8	Apakah anda merasa bahwa tubuh anda sangat mengganggu ketika sedang berlari?					
9	Apakah berada dekat dengan seorang yang kurus membuat anda merasa minder dengan bentuk tubuh yang anda miliki?					
10	Apakah anda mengkhawatirkan paha anda yang melebar ketika duduk?					
11	Apakah anda merasa gemuk setelah mengkonsumsi makanan walaupun dalam jumlah yang sedikit?					
12	Apakah anda selalu memperhatikan bentuk tubuh orang lain dan merasa bentuk tubuh anda kurang baik?					
13	Apakah anda berfikir bahwa bentuk tubuh anda dapat mengganggu konsentrasi					

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	Pertanyaan	Tidak Pernah	Jarang	Kadang-kadang	Sering	Sangat Sering
	untuk melakukan kegiatan lain, misalnya belajar?					
14	Apakah anda merasa gemuk ketika anda mandi?					
15	Apakah anda menghindari berpakaian yang dapat memperlihatkan lekuk tubuh anda?					
16	Apakah anda ingin mengurangi lemak di tubuh anda?					
17	Apakah anda merasa gemuk setelah mengkonsumsi makanan manis, seperti kue atau makanan yang berkalori tinggi?					
18	Apakah anda tidak senang pergi ke tempat ramai (seperti mall atau kafe) karena anda memiliki tubuh yang kurang baik?					
19	Apakah anda merasa bentuk tubuh anda gemuk dan berisi?					
20	Apakah anda malu terhadap bentuk tubuh yang anda miliki?					
21	Apakah anda melakukan diet karena mencemaskan bentuk tubuh anda?					
22	Apakah anda merasa senang ketika perut anda kosong (misalnya pada pagi hari)?					
23	Apakah anda pernah berfikir bahwa anda kurang memiliki kontrol diri terhadap pemeliharaan tubuh?					
24	Apakah anda khawatir jika orang lain melihat adanya lipatan lemak disekitar pinggang dan perut anda?					
25	Apakah anda merasa tidak adil jika ada orang lain yang memiliki tubuh yang lebih kurus?					
26	Apakah anda suka memuntahkan dengan sengaja agar makanan yang					



No	Pertanyaan	Tidak Pernah	Jarang	Kadang-kadang	Sering	Sangat Sering
	telah anda makan tidak diserap tubuh, sehingga hal ini membuat anda merasa lebih kurus?					
27	Apakah anda khawatir keberadaan anda akan menyesakkan ruangan ketika berada pada sebuah rombongan (misalnya di angkutan umum)?					
28	Apakah anda mengkhawatirkan pipi anda yang terlihat gemuk?					
29	Apakah anda merasa kecewa saat melihat bentuk tubuh anda di cermin?					
30	Apakah anda selalu mencubit bagian tubuh yang berlemak untuk mengetahui seberapa gemukkah anda?					
31	Apakah anda menghindari situasi dimana banyak orang dapat melihat lekuk tubuh anda (misalnya kolam renang)?					
32	Apakah anda mengonsumsi obat pencahar dengan sengaja agar anda merasa lebih kurus?					
33	Apakah anda merasa minder dengan bentuk tubuh anda saat berada di keramaian?					
34	Apakah anda mengkhawatirkan bentuk tubuh anda sehingga hal ini membuat anda merasa harus melakukan olahraga?					

Lampiran 5 Dokumentasi penelitian



@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 mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

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.

RIWAYAT HIDUP

Penulis dilahirkan di Cirebon pada tanggal 31 Oktober 2004 sebagai anak pertama dari pasangan Bapak Ade Irawan dan Ibu Winny Nurullah. Pendidikan sekolah menengah atas ditempuh di SMAIT Nurul Fikri dan lulus pada tahun 2022. Pada tahun yang sama, penulis diterima sebagai mahasiswa Program Sarjana (S-1) Program Studi Ilmu Gizi, Fakultas Ekologi Manusia, IPB University melalui jalur Beasiswa Utusan Daerah (BUD).

Selama menempuh pendidikan di IPB University, penulis aktif dalam berbagai kegiatan organisasi dan kepanitiaan, di antaranya sebagai Ketua Divisi Logistik dan Transportasi Nutrient Gizi IPB 2024 serta Staf Divisi Logistik dan Transportasi pada Legeto FEMA IPB, Fannight FEMA IPB, dan Nutrition Fair Gizi IPB. Penulis juga melaksanakan Praktik Kerja Lapangan (PKL) di Badan Perencanaan Pembangunan Daerah (Bappeda) Kota Depok dan Kelurahan Tirtajaya, Kota Depok, yang berfokus pada perencanaan, pelaksanaan, monitoring, dan evaluasi program perbaikan gizi masyarakat. Pengalaman tersebut mengembangkan kemampuan penulis dalam kepemimpinan, komunikasi, kerja sama tim, serta pengolahan dan analisis data.