

SURAT IZIN STUDI PENDAHULUAN



YAYASAN PANTI RAPIH
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN PANTI RAPIH YOGYAKARTA

Jalan Tantular 401 Pringwulung, Condongcatur, Depok, Sleman, Yogyakarta
Telp. (0274) 518977, 542744 Fax (0274) 587143
Website : www.stikespantirapih.ac.id E-mail : stikespr@stikespantirapih.ac.id



31 Oktober 2025

Nomor : 2407/STIKes-PR/B/X/2025
Hal : Permohonan izin studi pendahuluan

Yth. Kepala Sekolah SMA Negeri 2 Ngaglik
Jalan Besi Jangkang KM. 5, Sukoharjo, Ngaglik,
Sleman, D.I.Yogyakarta

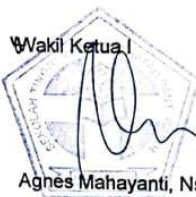
Dengan hormat,

Dalam rangka menyelesaikan tugas pada Mata Kuliah Skripsi (SK VIII.3) bagi Mahasiswa Program Studi Keperawatan Program Sarjana Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Panti Rapih Yogyakarta Tahun Akademik 2025/2026, maka dengan ini kami mohon mahasiswa di bawah ini diperkenankan melakukan studi pendahuluan di SMA Negeri 2 Ngaglik.

Adapun mahasiswa tersebut adalah :

Nama : Maria Vianney Pramudita Pramesti
NPM : 202223032
Judul Skripsi : Hubungan Aktivitas Fisik dengan Kadar Kolesterol pada Guru SMA Negeri 2 Ngaglik

Demikian surat permohonan izin dari kami. Atas perhatian dan izin yang diberikan, kami ucapkan terima kasih.

Wakil Ketua I


Agnes Mahayanti, Ns., M.Kep.

SURAT PENGANTAR UJI ETIK



YAYASAN PANTI RAPIH
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN PANTI RAPIH YOGYAKARTA

Jalan Tantular 401 Pringwulung, Condongcatur, Depok, Sleman, Yogyakarta
Telp. (0274) 518977, 542744 Fax (0274) 587143
Website : www.stikespantirapih.ac.id E-mail : stikespe@stikespantirapih.ac.id



18 Desember 2025

Nomor : 2864/STIKes-PR/B/XII/2025
Hal : Permohonan izin uji etik
Lampiran : 1 lembar

Yth. Ketua Komisi Etik Penelitian Kesehatan
Poltekkes Kemenkes Yogyakarta
Jalan Tata Bumi No.3, Area Sawah, Banyuraden,
Gamping, Sleman, D.I.Yogyakarta 55293

Dalam rangka menyelesaikan tugas pada mata kuliah Skripsi (SK VIII.3) bagi Mahasiswa Program Studi Keperawatan Program Sarjana Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Panti Rapih Yogyakarta Tahun Akademik 2025/2026, maka dengan ini kami mohon mahasiswa yang namanya tercantum dalam lampiran surat ini diperkenankan melakukan uji etik di Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.

Demikian surat permohonan izin dari kami. Atas perhatian dan izin yang diberikan, kami ucapkan terima kasih.

*Wakil Ketua I,



Theresia Tatik Pujiastuti, Ns., M.Kep, Ph.D.



YAYASAN PANTI RAPIH
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN PANTI RAPIH YOGYAKARTA

Jalan Tantular 401 Pringwulung, Condongcatur, Depok, Sleman, Yogyakarta
Telp. (0274) 518977, 542744 Fax (0274) 587143
Website : www.stikespantirapih.ac.id E-mail : stikespr@stikespantirapih.ac.id



Lampiran surat nomor: 2864/STIKes-PR/B/XII/2025

DAFTAR MAHASISWA YANG MELAKUKAN UJI ETIK
DI POLTEKKES KEMENKES YOGYAKARTA.

NO	NPM	NAMA MAHASISWA	JUDUL SKRIPSI
1	202223032	Maria Vianney Pramudita Pramesti	Hubungan Pola Makan dengan Kadar Kolesterol pada Guru di SMA Negeri 2 Ngaglik
2	202223083	Maria Gracia Pramesti Widyawati	Hubungan Aktivitas Fisik dengan Indeks Massa Tubuh (IMT) pada Pegawai STIKes Panti Rapih Yogyakarta
3	202223100	Vania Putri Ajeng Maharani Yosowardoyo	Hubungan Aktivitas Fisik dengan Kualitas Tidur pada Pegawai STIKes Panti Rapih Yogyakarta

**SURAT LOLOS ETIK PENELITIAN
(ETHICAL CLERENCE)**



Terakreditasi KEPPKN No. 005/KEPPKN/AKT/IV/2024

**Kementerian Kesehatan
Poltekkes Yogyakarta**

Komite Etik Penelitian Kesehatan

Jalan Tata Bumi No. 3, Banyuraden, Gamping,
Sleman, D.I. Yogyakarta 55293

(0274) 617601

<https://poltekkesjogja.ac.id>

**KETERANGAN LAYAK ETIK
DESCRIPTION OF ETHICAL EXEMPTION
"ETHICAL EXEMPTION"**

No.DP.04.03/e-KEPK.1/1310/2025

Protokol penelitian versi 1 yang diusulkan oleh :
The research protocol proposed by

Peneliti utama : Maria Vianney Pramudita Pramesti
Principal In Investigator

Nama Institusi : Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Panti
Rapih Yogyakarta

Name of the Institution

Dengan judul:
Title

"Hubungan Pola Makan Dengan Kadar Kolesterol Pada Guru di SMA Negeri 2 Ngaglik"

"The Relationship Between Diet and Cholesterol Levels in Teachers at Ngaglik 2 State Senior High School"

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 20 Desember 2025 sampai dengan tanggal 20 Desember 2026.

This declaration of ethics applies during the period December 20, 2025 until December 20, 2026.



December 20, 2025

Chairperson,



Dr. drg. Wiworo Haryani, M.Kes.

SURAT PENGANTAR IZIN PENELITIAN



YAYASAN PANTI RAPIH
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN PANTI RAPIH YOGYAKARTA

Jalan Tantular 401 Pringwulung, Condongcatur, Depok, Sleman, Yogyakarta
Telp. (0274) 518977, 542744 Fax (0274) 587143
Website : www.stikespantirapih.ac.id E-mail : stikespr@stikespantirapih.ac.id



31 Desember 2025

Nomor : 2931/STIKes-PR/B/XII/2025

Hal : Permohonan izin Pengambilan Data

Yth. Kepala SMA Negeri 2 Ngaglik
Jalan Besi Jangkang KM 5, Sukoharjo,
Ngaglik, Sleman, Yogyakarta 55581

Dengan hormat,

Dalam rangka menyelesaikan tugas pada mata kuliah Skripsi (SK VIII.3) bagi Mahasiswa Program Studi Keperawatan Program Sarjana Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Panti Rapih Yogyakarta Tahun Akademik 2025/2026, maka dengan ini kami mohon mahasiswa di bawah ini diperkenankan melakukan pengambilan data di SMA Negeri 2 Ngaglik. Adapun mahasiswa tersebut adalah:

Nama : Maria Vianney Pramudita Pramesti

NPM : 202223032

Judul Skripsi : Hubungan Pola Makan dengan Kadar Kolesterol pada Guru di SMA Negeri 2 Ngaglik

Demikian surat permohonan izin dari kami. Atas perhatian dan izin yang diberikan, kami ucapkan terima kasih.

Ketua,

Yulia Wardani, MAN

SURAT PERNYATAAN TELAH MELAKUKAN PENELITIAN



PEMERINTAH DAERAH DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA
DINAS PENDIDIKAN, PEMUDA, DAN OLAH RAGA
BALAI PENDIDIKAN MENENGAH KAB. SLEMAN
SMAN 2 NGAGLIK

ꦱꦩꦤ꧀ꦠꦤꦒꦭꦶꦏ꧀

Alamat Besi-Jangkang Km.2 Sukoharjo Ngaglik Sleman Kode Pos 55581
Telepon 0274896375 Faksimile 0274896375 Pos-el :
smanegeri2ngaglik@gmail.com Laman www.sman2ngaglik.sch.id



SURAT KETERANGAN NOMOR : B/00.9.2/86/SME.9

Yang bertandatangan di bawah ini:

nama : Kristya Mintarja, S.Pd.,M.Ed.St.
jabatan : Kepala Sekolah

dengan ini menerangkan bahwa:

nama : Maria Vianney Pramudita Pramesti
NIM : 202223032
program Studi : Keperawatan- S I
instansi : Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Panti Rapih Yogyakarta
alamat : Jl.Tantular 401 Pringwulung Condongcatur, Depok,
Sleman
judul : Hubungan Pola Makan dengan Kadar Kolesterol pada
Guru di SMA Negeri 2 Ngaglik.

Benar- benar telah selesai melakukan penelitian yang dilaksanakan tanggal 8 Januari 2026 di SMAN 2 Ngaglik.

Demikian Surat Keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

29 Januari 2026

Kepala,



Kristya Mintarja, S.Pd.,M.Ed.St.

LEMBAR PENJELASAN PENELITIAN

Judul Penelitian : Hubungan Pola Makan dengan Kadar Kolesterol Pada Guru di SMA Negeri 2 Ngaglik

Peneliti : Maria Vianney Pramudita Pramesti

Institusi : Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Panti Rapih Yogyakarta

Jabatan : Mahasiswa

1. Tujuan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara pola makan dengan kadar kolesterol total pada guru di SMA Negeri 2 Ngaglik. Pola makan dalam penelitian ini dioperasionalkan sebagai asupan kolesterol harian yang diukur menggunakan kuesioner *Semi-Quantitative Food Frequency Questionnaire* (SQ-FFQ). Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran mengenai pola konsumsi makanan sumber kolesterol pada guru. Selain itu, penelitian ini juga bertujuan untuk mengetahui gambaran kadar kolesterol total responden. Hasil penelitian diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan dalam upaya promotif dan preventif terkait kesehatan kardiovaskular.

2. Perkiraan Jumlah Responden

Jumlah responden dalam penelitian ini adalah seluruh guru di SMA Negeri 2 Ngaglik yang memenuhi kriteria inklusi. Penelitian ini menggunakan teknik total sampling, sehingga seluruh populasi yang memenuhi kriteria akan diikutsertakan sebagai responden. Jumlah responden diperkirakan menyesuaikan dengan jumlah guru yang aktif mengajar pada saat penelitian dilaksanakan. Tidak terdapat pembagian kelompok perlakuan dalam penelitian ini. Seluruh responden akan mendapatkan prosedur penelitian yang sama.

3. Kriteria Responden

Jumlah responden dalam penelitian ini adalah seluruh guru di SMA Negeri 2 Ngaglik yang memenuhi kriteria inklusi. Penelitian ini menggunakan teknik total sampling, sehingga seluruh populasi yang memenuhi kriteria akan diikutsertakan sebagai responden. Jumlah responden diperkirakan menyesuaikan dengan jumlah guru yang aktif mengajar pada saat penelitian

dilaksanakan. Tidak terdapat pembagian kelompok perlakuan dalam penelitian ini. Seluruh responden akan mendapatkan prosedur penelitian yang sama.

4. Resiko Penelitian

Penelitian ini memiliki risiko minimal bagi responden. Risiko yang mungkin timbul adalah rasa tidak nyaman atau nyeri ringan saat dilakukan pengambilan sampel darah kapiler melalui tusukan jarum lancet pada ujung jari. Prosedur pengambilan darah dilakukan oleh petugas yang kompeten dan sesuai dengan standar prosedur operasional. Risiko infeksi diminimalkan dengan penggunaan alat steril sekali pakai. Apabila responden merasa tidak nyaman, tindakan dapat dihentikan sewaktu-waktu.

5. Jaminan Kerahasiaan Data

Peneliti menjamin kerahasiaan seluruh data dan informasi yang diberikan oleh responden. Identitas responden tidak akan dicantumkan dalam kuesioner maupun laporan penelitian. Data yang dikumpulkan hanya digunakan untuk kepentingan akademik dan penelitian. Hasil penelitian akan disajikan dalam bentuk data kelompok sehingga tidak dapat mengidentifikasi individu tertentu. Seluruh dokumen penelitian akan disimpan dengan aman oleh peneliti.

6. Hak Untuk Undur Diri

Keikutsertaan responden dalam penelitian ini bersifat sukarela. Responden memiliki hak untuk menolak atau mengundurkan diri dari penelitian kapan saja tanpa konsekuensi apa pun. Pengunduran diri responden tidak akan mempengaruhi hak, kewajiban, maupun hubungan responden dengan institusi tempat bekerja. Responden juga berhak untuk tidak menjawab pertanyaan yang dirasa tidak nyaman. Peneliti akan menghormati setiap keputusan responden.

7. Adanya Insentif Untuk Responden

Penelitian ini tidak memberikan insentif berupa uang atau hadiah kepada responden. Namun, responden akan memperoleh informasi mengenai hasil pemeriksaan kadar kolesterol total sebagai manfaat langsung dari keikutsertaan dalam penelitian. Informasi tersebut dapat digunakan sebagai bahan evaluasi kesehatan pribadi. Peneliti juga akan memberikan penjelasan singkat terkait hasil pemeriksaan apabila diperlukan. Tidak adanya insentif finansial bertujuan untuk menjaga objektivitas partisipasi responden.

8. Informasi Tambahan

Responden memiliki hak untuk menanyakan segala hal yang berkaitan dengan penelitian ini dengan menghubungi peneliti : Maria Vianney Pramudita Pramesti Mahasiswa Progam Studi Keperawatan Program Sarjana STIKes Panti Rapih Yogyakarta (0857-0215-3486).

Yogyakarta, 08 Januari 2025

Peneliti

Maria Vianney Pramudita Pramesti

INFORMEND CONSENT

Saya yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan bahwa saya telah menerima penjelasan secara lengkap dan memahami maksud serta tujuan penelitian yang berjudul :

**“Hubungan Pola Makan dengan Kadar Kolesterol pada Guru SMA
Negeri 2 Ngaglik”**

Penelitian ini dilakukan oleh Maria Vianney Pramudita Pramesti. Saya menyadari bahwa partisipasi saya bersifat sukarela tanpa paksaan dari pihak manapun. Apabila di kemuan hari saya memutuskan untuk mengundurkan diri dari penelitian, saya berhak melakukannya kapan saja tanpa memerlukan alasan maupun saksi.

Dengan ini saya menyatakan bersedia berpartisipasi sebagai responden dalam penelitian tersebut.

Yogyakarta, 2026

Pemberi Persetujuan

(.....)

*Semi-Quantitative Food Frequency Questionnaire (SFFQ)***Mengestimasi Asupan Kolesterol**

Pikirkan kebiasaan makan Bapak/Ibu selama satu bulan terakhir....

CONTOH:

- Dalam satu bulan terakhir, **seberapa sering** Bapak/Ibu makan kuning telur ayam?

_____ 2 _____ kali

	Hari
√	Minggu
	Bulan

	Tidak makan kuning telur dalam satu bulan terakhir (lanjut ke nomer selanjutnya)
--	---

- Seberapa banyak Bapak/Ibu makan kuning telur setiap kali makan?

_____ kali

√	1 butir sedang
	2 butir sedang
	3 butir sedang

Kuning telur ayam

**ISIAN DIATAS BERARTI BAHWA:**

Ya, dalam satu bulan terakhir, saya terbiasa **makan kuning telur ayam** sebanyak **2x/minggu**; sebanyak **1 butir sedang** sekali makan

HARAP PERHATIKAN: Setiap nomor memiliki 2 pertanyaan, yaitu

- “Seberapa **sering**”
- “Seberapa **banyak**”

1. Dalam satu bulan terakhir, **seberapa sering** Bapak/Ibu **makan kuning telur** ayam?

_____ kali		Hari
		Minggu
		Bulan

☐ Tidak makan kuning telur dalam satu bulan terakhir
(lanjut ke nomer selanjutnya)

Seberapa banyak Bapak/Ibu makan **kuning telur ayam** setiap kali makan?

_____		1 butir sedang (17gr)
		2 butir sedang (34gr)
		butir sedang (tuliskan pada kotak)

Ukuran kuning telur ayam



2. Dalam satu bulan terakhir, **seberapa sering** Bapak/Ibu **makan hati ayam**?

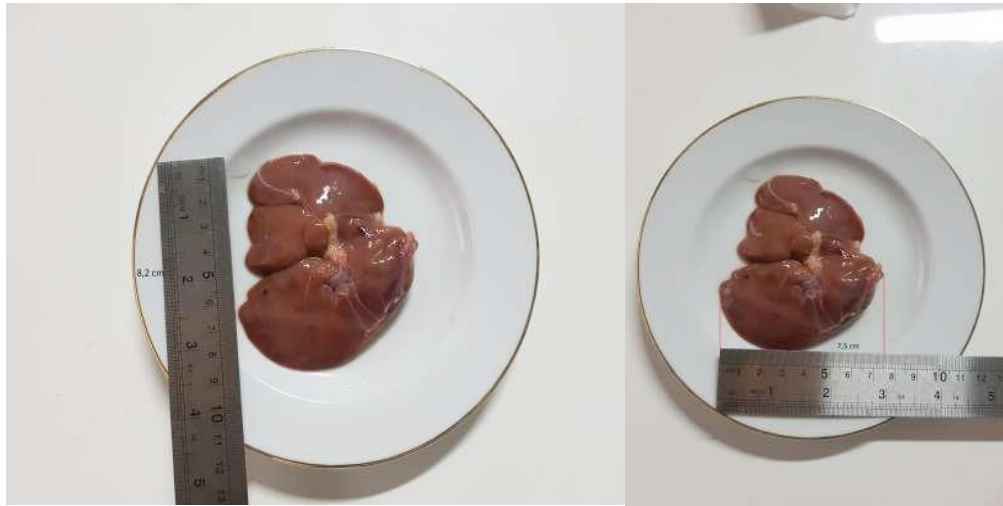
_____ kali		Hari
		Minggu
		Bulan

	Tidak makan hati ayam dalam satu bulan terakhir (lanjut ke nomer selanjutnya)
----------------------	--

Seberapa banyak Bapak/Ibu **makan hati ayam** setiap kali makan?

_____		1 potong (40 gr)
		2 potong (80 gr)
		potong utuh (tuliskan pada kotak)

Ukuran hati ayam 1 potong utuh



3. Dalam satu bulan terakhir, **seberapa sering** Bapak/Ibu makan **ampela ayam**?

_____ kali		Hari
		Minggu
		Bulan

☐

Tidak makan ampela ayam dalam satu bulan terakhir
(lanjut ke nomer selanjutnya)

Seberapa banyak Bapak/Ibu makan **ampela ayam** setiap kali makan?

_____ kali

☐

1 potong (20 gr)

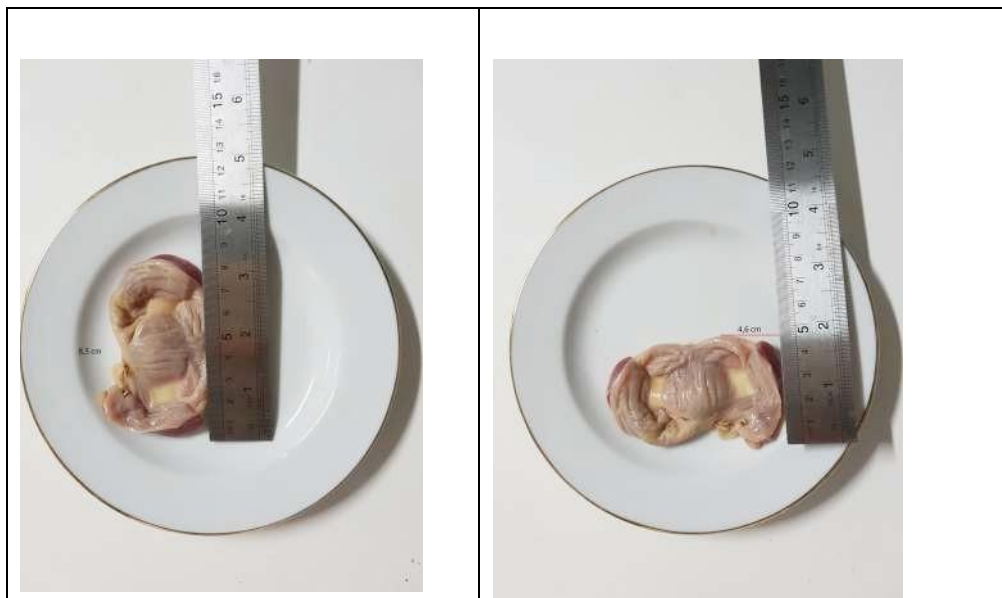
☐

2 potong (40 gr)

☐

.....potong utuh (tuliskan pada kotak)

Ukuran ampela ayam 1 potong kecil ukuran standar



4. Dalam satu bulan terakhir, **seberapa sering** Bapak/Ibu makan limpa ayam?

_____ kali

☐

Hari

☐

Minggu

☐

Bulan

☐

Tidak makan limpa ayam dalam satu bulan terakhir
(lanjut ke nomer selanjutnya)

Seberapa banyak Bapak/Ibu makan limpa ayam setiap kali makan?

	10 biji (30 gr)
	 biji (tuliskan pada kotak)

Ukuran limpa ayam 10 biji (30 gr)



5. Dalam satu bulan terakhir, **seberapa sering** Bapak/Ibu makan **jantung ayam**?

_____ kali		Hari
		Minggu
		Bulan

	Tidak makan jantung ayam dalam satu bulan terakhir (lanjut ke nomer selanjutnya)
--	---

Seberapa banyak Bapak/Ibu makan jantung ayam setiap kali makan?

	10 biji (30 gr)
	5 biji (50 gr)
	 biji (tuliskan pada kotak)

Gambar kiri: Jantung ayam 1 biji (10 gr); Kanan: Jantung ayam 5 biji (50 gr)



6. Dalam satu bulan terakhir, seberapa sering Bapak/Ibu makan kulit ayam?

_____ kali		Hari
		Minggu
		Bulan

	Tidak makan kulit ayam dalam satu bulan terakhir (lanjut ke nomer selanjutnya)
--	---

Seberapa banyak Bapak/Ibu makan **kulit ayam** setiap kali makan?

	1 tusuk/1sdm (10 gr)
	2 tusuk/2 sdm(20 gr)
	 tusuk/sdm (tuliskan pada kotak)

Ukuran Sate kulit ayam 1 tusuk atau 1 sendok makan (sdm)



7. Dalam satu bulan terakhir, **seberapa sering** Bapak/Ibu makan **mentega (blue band, forvita, dll)**?

_____ kali		Hari
		Minggu
		Bulan

	Tidak makan mentega dalam satu bulan terakhir (lanjut ke nomer selanjutnya)
--	--

Seberapa banyak Bapak/Ibu makan **mentega** setiap kali makan?

	1 sendok teh (5 gr)
	1 sendok makan (10 gr)
	 sendok makan (tuliskan pada kotak)

Ukuran mentega 1 sdt dan 1 sdm



Mentega 1 sendok teh



Mentega 1 sendok makan



8. Dalam satu bulan terakhir, **seberapa sering** Bapak/Ibu makan **jeroan paru sapi**?

_____ kali		Hari
		Minggu
		Bulan

	Tidak makan jeroan paru sapi dalam satu bulan terakhir (lanjut ke nomer selanjutnya)
--	---

Seberapa banyak Bapak/Ibu makan **jeroan paru sapi** setiap kali makan?

_____		1 potong utuh (50 gr)
		2 potong utuh (100 gr)
		potong utuh (tuliskan pada kotak)

Ukuran Paru Sapi 1 potong utuh (50 gr)



9. Dalam satu bulan terakhir, **seberapa sering** Bapak/Ibu makan **jeroan babat sapi**?

_____ kali		Hari
		Minggu
		Bulan

☐ Tidak makan jeroan babat sapi dalam satu bulan terakhir
(lanjut ke nomer selanjutnya)

Seberapa banyak Bapak/Ibu makan **jeroan babat sapi** setiap kali makan?

_____		1 sdm (10 gr)
		1 potong utuh (50 gr)
		sdm/.....potong utuh (tuliskan pada kotak)

Ukuran babat jeroan sapi (kiri: 1 sdm/10 gr; kanan: 1 potong utuh/50 gr)



10. Dalam satu bulan terakhir, **seberapa sering** Bapak/Ibu makan **kikil gulai**?

_____ kali		Hari
		Minggu
		Bulan

☐ Tidak makan kikil gulai dalam satu bulan terakhir
(lanjut ke nomer selanjutnya)

Seberapa banyak Bapak/Ibu makan **kikil gulai** setiap kali makan?

_____		1 sdm (60 gr)
		2 potong (120 gr)
		 potong utuh (tuliskan pada kotak)

Ukuran kikil 1 potong (60 gr)



11. Dalam satu bulan terakhir, **seberapa sering** Bapak/Ibu makan **bakso sapi**?

_____ kali		Hari
		Minggu
		Bulan

☐

Tidak makan bakso sapi dalam satu bulan terakhir
(lanjut ke nomer selanjutnya)

Seberapa banyak Bapak/Ibu makan **bakso sapi** setiap kali makan?

1 bh kecil (5 gr)

1 bh sedang (15 gr)

1 bh besar (90 gr)

..... bh kecil/bh sedang/bh besar
(tuliskan pada kotak)

Ukuran bakso sapi 1 bh besar (90 gr); 1 bh sedang (15 gr); 1 bh kecil (5 gr)



12. Dalam satu bulan terakhir, **seberapa sering** Bapak/Ibu makan **daging kambing**?

_____ kali

Hari

Minggu

Bulan

☐

Tidak makan daging kambing dalam satu bulan terakhir
(lanjut ke nomer selanjutnya)

Seberapa banyak Bapak/Ibu makan **daging kambing** setiap kali makan?

1 potong (50 gr)

1 sdm (15 gr)

..... potong /sdm (tuliskan pada kotak)

Ukuran daging kambing (kiri: 1 potong (50 gr);kanan: 1 sdm (15 gr))



13. Dalam satu bulan terakhir, **seberapa sering** Bapak/Ibu makan **kerang putih**?

_____ kali		Hari
		Minggu
		Bulan

☐ Tidak makan kerang putih dalam satu bulan terakhir
(lanjut ke nomer selanjutnya)

Seberapa banyak Bapak/Ibu makan **kerang putih** setiap kali makan?

_____		1 sdm (10 gr)
		2 sdm (20 gr)
		 sdm (tuliskan pada kotak)

Ukuran kerang putih 1 sdm (10 gr)



14. Dalam satu bulan terakhir, **seberapa sering** Bapak/Ibu makan **susu sapi kemasan**?

_____ kali		Hari
		Minggu
		Bulan

	Tidak makan susu sapi kemasan dalam satu bulan terakhir (lanjut ke nomer selanjutnya)
--	--

Seberapa banyak Bapak/Ibu makan **susu sapi kemasan** setiap kali makan?

_____		125 ml
		200 ml
		250 ml
		1 liter

Ukuran susu sapi kemasan

1 liter 250 ml 200 ml' 125 ml



15. Dalam satu bulan terakhir, **seberapa sering** Bapak/Ibu makan **cumi-cumi**?

_____ kali		Hari
		Minggu
		Bulan

	Tidak makan cumi-cumi dalam satu bulan terakhir (lanjut ke nomer selanjutnya)
--	--

Seberapa banyak Bapak/Ibu makan **cumi-cumi** setiap kali makan?

_____		½ ekor (70 gr)
		1 ekor utuh (140 gr)
		 ekor utuh (tuliskan pada tabel)

Ukuran 1 ekor besar cumi-cumi (140 gr)



16. Dalam satu bulan terakhir, **seberapa sering** Bapak/Ibu makan **udang**?

_____ kali		Hari
		Minggu
		Bulan

	Tidak makan udang dalam satu bulan terakhir (lanjut ke nomer selanjutnya)
--	--

Seberapa banyak Bapak/Ibu makan **udang** setiap kali makan?

_____		5 gram (1 ekor)
		50 gram (12 ekor)
		 ekor (tuliskan pada tabel)

Ukuran 12 ekor udang tanpa kepala (30 gr)



Ukuran 1 ekor udang (5 gr) (gambar 2) dan 50 gram (12 ekor)



17. Dalam satu bulan terakhir, **seberapa sering** Bapak/Ibu makan **telur puyuh**?

_____ kali		Hari
		Minggu
		Bulan

	Tidak makan telur puyuh dalam satu bulan terakhir (lanjut ke nomer selanjutnya)
--	--

Seberapa banyak Bapak/Ibu makan **telur puyuh** setiap kali makan?

_____		1 butir (11 gr)
		5 butir (55 gr)
		 butir (tuliskan pada tabel)

5 butir Telur puyuh



18. Dalam satu bulan terakhir, **seberapa sering** Bapak/Ibu makan **gorengan (ote-ote)**?

_____ kali		Hari
		Minggu
		Bulan

☐

Tidak makan ote-ote dalam satu bulan terakhir (lanjut ke nomer selanjutnya)

Seberapa banyak Bapak/Ibu makan **gorengan (ote-ote)** setiap kali makan?

☐

1 potong utuh (52 gr)

☐

2 potong utuh (104 gr)

☐

..... potong utuh (tuliskan pada tabel)

Ukuran Ote-ote 1 potong (52 gr)



19. Dalam satu bulan terakhir, **seberapa sering** Bapak/Ibu makan **gorengan (tahu isi)**?

_____ kali

☐

Hari

☐

Minggu

☐

Bulan

☐

Tidak makan gorengan dalam satu bulan terakhir (lanjut ke nomer selanjutnya)

Seberapa banyak Bapak/Ibu makan **tahu isi** setiap kali makan?

_____ kali		1 potong utuh (40 gr)
		2 potong utuh (80 gr)
		 potong utuh (tuliskan pada tabel)

Ukuran 1 potong Tahu isi (40 gr)



20. Dalam satu bulan terakhir, **seberapa sering** Bapak/Ibu makan **gorengan** (tempe menjes)?

_____ kali		Hari
		Minggu
		Bulan

	Tidak makan gorengan dalam satu bulan terakhir (lanjut ke nomer selanjutnya)
----------------------	--

Seberapa banyak Bapak/Ibu makan **tempe goreng/menjes**?

	1 potong utuh (35 gr)
	2 potong utuh (70 gr)
	 potong utuh (tuliskan pada tabel)

Ukuran 1 potong Tempe goreng (35 gr)



21. Dalam satu bulan terakhir, **seberapa sering** Bapak/Ibu makan **bebek goreng**?

_____ kali		Hari
		Minggu
		Bulan

	Tidak makan bebek goreng dalam satu bulan terakhir (lanjut ke nomer selanjutnya)
----------------------	--

Seberapa banyak Bapak/Ibu makan **bebek goreng**?

_____		1 potong dada (100 gr)
		1 potong paha (55 gr)
		 potong dada/paha (jika lebih dari 1; tuliskan pada tabel)

Ukuran 1 potong bebek goreng dada (100 gr) (kiri) dan paha (55 gr) (kanan)



22. Dalam satu bulan terakhir, **seberapa sering** Bapak/Ibu makan **makanan yang digoreng**? Sebutkan apa saja makanan yang digoreng

Makanan	Frekuensi (berapa kali)		Porsi/kali makan	
Tahu goreng		Hari		Potong
		Minggu		
		Bulan		
Tempe goreng		Hari		Potong
		Minggu		
		Bulan		
Ayam/ikan/lauk goreng lainnya (sebutkan.....)		Hari		Potong
		Minggu		
		Bulan		
Terong/sayur goreng lainnya (sebutkan.....)		Hari		Potong
		Minggu		
		Bulan		

REKAPITULASI DATA PENELITIAN

No Resp	Inisial Responden	JK	Usia	Pendidikan	Pola Makan
1	H	L	45	S1	311,9479
2	SD	L	54	S1	275,0572
3	YA	L	59	S1	89,705
4	ER	P	45	S1	244,8035
5	YN	L	48	S1	66,248
6	R	P	48	S1	315,7161
7	SR	L	55	S1	144,6704
8	MJ	L	55	S1	39,46
9	KM	P	55	S1	301,6538
10	BY	P	52	S1	204,481
11	WN	P	29	S2	344,5158
12	AS	P	31	S2	322,356
13	EF	P	47	S1	357,7749
14	SH	P	59	S1	363,3889
15	TW	P	58	S1	276,9839
16	MR	P	43	S2	408,8492
17	NW	L	47	S1	226,3511
18	SN	P	51	S1	200,2949
19	SH	L	33	S1	185,3099
20	RY	P	45	S2	144,5409
21	HR	P	60	S1	164,1449
22	PS	L	42	S2	301,7344
23	SW	P	57	S1	263,6642
24	KB	L	22	S1	286,4579
25	YD	L	33	S1	296,5561
26	GY	P	55	S1	206,8466
27	YK	P	60	S1	319,4173
28	CP	P	39	S2	124,0545
29	SP	P	57	S1	336,4354
30	MS	L	59	S1	164,1752
31	YE	P	49	S1	453,4076
32	ST	P	59	S1	295,8602
33	FA	P	24	S1	351,6534
34	AR	L	39	S1	233,3627
35	MF	L	31	S1	197,8609
36	WN	P	27	S1	236,2379
37	KM	L	59	S2	277,9655
38	JW	L	55	S1	159,2241
39	AA	P	47	S2	204,3375
40	FN	P	32	S1	317,502
41	DS	P	32	S1	278,9175
42	AT	L	33	S1	150,2815

43	UH	L	27	S1	178,1041
44	SH	L	49	S1	171,7745
45	W	P	37	S1	407,4689

OUTPUT ANALISIS DATA**1. Analisis Univariat****Karakteristik Umur****Umur**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	<40	17	37.8	37.8	37.8
	>40	28	62.2	62.2	100.0
	Total	45	100.0	100.0	

Karakteristik Jenis Kelamin**Jenis Kelamin**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Laki-laki	19	42.2	42.2	42.2
	Perempuan	26	57.8	57.8	100.0
	Total	45	100.0	100.0	

Karakteristik Tingkat Pendidikan**Tingkat Pendidikan**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	S1	37	82.2	82.2	82.2
	S2	8	17.8	17.8	100.0
	Total	45	100.0	100.0	

2. Bivariat

Hasil Uji Normalitas

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
PolaMakan	.064	45	.200*	.983	45	.743
KadarKolesterol	.104	45	.200*	.982	45	.693

Gambaran Pola Makan

Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
PolaMakan	45	39	495	295.16	110.821
KadarKolesterol	45	137	262	191.89	26.402
Valid N (listwise)	45				

Gambaran Kadar

Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
PolaMakan	45	39	495	295.16	110.821
KadarKolesterol	45	137	262	191.89	26.402
Valid N (listwise)	45				

Hubungan Pola Makan Dengan Kadar Kolesterol

Correlations

		PolaMakan	KadarKolesterol
PolaMakan	Pearson Correlation	1	.643**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	45	45
KadarKolesterol	Pearson Correlation	.643**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	45	45

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

LEMBAR OBSERVASI KADAR KOLESTEROL

[illegible]

Keterangan :

Normal : <200 mg/dL

Batas tinggi : 200-239 g/dL

Tinggi : ≥ 240 mg/dL

SOP PEMERIKSAAN KADAR KOLESTEROL

<i>STANDART OPERATING PROCEDUR (SOP) PEMERIKSAAN KADAR KOLESTEROL</i>	
Pengertian	Pemeriksaan cholestrol adalah salah satu jenis pemeriksaan untuk mendeteksi kadar kolestrol di dalam darah
Tujuan	Sebagai pedoman penerapan langkahlangkah untuk mengetahui kadar kolesterol dalam sampel dengan baik dan benar
Referensi	Buku Panduan Alat GCU (Glukosa, Cholesterol, Uric, Acid)
Alat dan Bahan	1. APD (Sarung tangan, Masker) 2. Stik GDS 3. Blood Lancet 4. Kapas Alkohol
Langkah-langkah	1. Petugas menyiapkan alat GCU 2. Petugas memasukan stik kolesterol dan pastikan kodenya sama dengan kode botol stik 3. Petugas mengoleskan/membersihka ujung jari klien dengan kapas alkohol 4. Petugas mengambil darah kapiler pada ujung jari dengan hati-hati 5. Petugas meneteskan darah berikutnya pada ujung stik 6. Petugas menunggu hingga hasil terbaca 7. Petugas membaca hasilnya pada layar
Evaluasi	1. Evaluasi hasil pengukuran kadar kolesterol pasien 2. Berikan penjelasan 3. Mengakhiri kegiatan dengan baik dan salam
Dokumentasi	Dokumentasikan hasil kadar kolesterol pada lembar pemeriksaan kadar kolesterol

Sumber : (UPTD Puskesmas Pulau Tiga, 2024)

DOKUMENTASI



HASIL UJI TURNITIN

Turnitin Vianney.docx

ORIGINALITY REPORT

16%

SIMILARITY INDEX

14%

INTERNET SOURCES

7%

PUBLICATIONS

6%

STUDENT PAPERS
