





LEMBAR PERMOHONAN MENJADI RESPONDEN

“ Gambaran Faktor Risiko Obesitas Pada Pekerja Security PT
Kilang Pertamina Internasional RU IV Cilacap “

Yth. Bapak/Ibu Calon

Responden Penelitian

Bidang HSSE PT Kilang Pertamina Internasional RU IV Cilacap
di Cilacap

Dengan Hormat,

Dengan ini saya,

Nama : Kristian Hendrik Santosa

NIM : 108222050

Akan mengadakan suatu penelitian untuk penyusunan skripsi dengan judul “Gambaran Faktor Risiko Obesitas Pada Pekerja *Security* PT Kilang Pertamina Internasional RU IV Cilacap”. Sebagai salah satu persyaratan dalam menyelesaikan pendidikan S1 Keperawatan di Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Al Irsyad Cilacap.

Untuk itu peneliti berharap dengan hormat kepada saudara/i untuk meluangkan waktunya untuk mengisi jawaban atas pertanyaan-pertanyaan pada daftar kuesioner dengan ikhlas. Penelitian ini tidak akan menimbulkan akibat yang merugikan bagi responden, kerahasiaan seluruh informasi yang telah saudara/i berikan akan dijaga dan hanya digunakan untuk kepentingan peneliti. Oleh karena itu sangat besar artinya jawaban yang saudara/i berikan terhadap hasil penelitian.

Demikian atas kesediaan dan waktu yang telah diberikan, peneliti mengucapkan terima kasih.

Cilacap, Desember 2023

Kristian Hendrik



LEMBAR PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN

“ Gambaran Faktor Risiko Obesitas Pada Pekerja Security PT
Kilang Pertamina Internasional RU IV Cilacap “

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama :

Umur :

Pekerjaan :

Alamat :

Menyatakan bersedia untuk berpartisipasi sebagai subyek penelitian yang dilaksanakan oleh mahasiswa S1 Keperawatan Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Al Irsyad Cilacap yang bernama Kristian Hendrik Santosa dengan judul penelitian “Gambaran Faktor Risiko Obesitas Pada Pekerja *Security* PT Kilang Pertamina Internasional RU IV Cilacap”

Cilacap, Desember 2023

Responden

(.....)



LEMBAR KUESIONER

“ Gambaran Faktor Risiko Obesitas Pada Pekerja Security PT
Kilang Pertamina Internasional RU IV Cilacap “

1. Identitas Responden

Isilah sesuai data diri anda pada kolom yang tersedia.

Data Responden	
Nama Responden	:
Tanggal Lahir/Usia	:
Jenis Kelamin	:
No. Handphone	:
Alamat	:
Data Antropometri	
Berat Badan	:
Tinggi Badan	:
Hasil IMT	:

Lampiran 4

2. Pola Makan

Silakan menulis dalam tabel ini tentang pola makan yang anda konsumsi.

Nama Responden :

[illegible]

Formulir Food Frequency Questionaer (FFQ)

Lampiran 5

3. Aktivitas Fisik

Ini adalah beberapa pertanyaan tentang kegiatan yang anda lakukan di tempat kerja, sebelum bekerja, setelah bekerja dan pada akhir pekan. Silakan menulis dalam tabel ini kegiatan atau olahraga yang biasanya anda lakukan. Berapa jumlah waktu yang biasanya anda habiskan untuk melakukannya.

Nama Responden :

Kuesioner Aktivitas Fisik

No	Kegiatan	Frekuensi	Durasi Jam	Kategori PAL	Nilai PAR	Total
1	Tidur (tidur siang dan tidur malam)					
2	Tidur – tiduran (tidak tidur, duduk – duduk diam, dan membaca)					
3	Duduk sambil menonton TV					
4	Berdiam diri, beribadah, menunggu (berdiri), dan berhias					
5	Makan dan minum					
6	Jalan santai					
7	Belanja					
8	Mengendarai kendaraan					
9	Belajar					
10	Melakukan pekerjaan rumah (bersih-bersih dan lain-lain)					
11	Setrika pakaian (duduk)					
12	Kegiatan berkebun					
13	Menulis dan mengetik					

Lampiran 5

No	Kegiatan	Frekuensi	Durasi Jam	Kategori PAL	Nilai PAR	Total
14	Mengerjalan tugas / PR					
15	Olahraga (badminton)					
16	Olahraga (jogging, lari jarak jauh)					
17	Olahraga (bersepeda)					
18	Olahraga (aerobik, berenang, sepak bola)					

Untuk mengetahui total aktivitas fisik digunakan rumus sebagai berikut:

$$PAL = \frac{\sum(\text{lama aktivitas} \times PAR)}{24 \text{ jam}}$$



DATA TABULASI

Usia	IMT	Aktifitas	kode	karbohidrat	kode	Protein	kode	serat	kode	Air	kode
22	29,8	2,1	3	185,75	1	166,29	2	64,00	2	2483,33	1
25	29,4	1,67	1	197,18	1	195,24	2	69,71	2	3333,33	1
28	25,7	2,1	3	197,18	1	97,71	2	77,33	2	4083,33	1
28	26,1	1,71	2	207,89	1	168,52	2	73,05	2	2556,67	2
28	31,5	1,72	2	197,18	1	96,71	2	64,00	2	2483,33	1
28	25,5	1,9	2	186,46	1	107,29	2	64,00	2	3233,33	1
28	26	1,86	2	197,18	1	77,29	2	64,00	2	3233,33	1
29	27,3	1,74	2	186,46	1	133,00	2	60,67	2	2483,33	1
29	29	1,66	1	186,46	1	67,00	2	64,00	2	2483,33	1
30	29,8	1,67	1	186,46	1	106,29	2	60,67	2	2483,33	1
30	27,3	1,65	1	197,18	1	87,67	2	60,67	2	2483,33	1
30	31,2	1,62	1	197,18	1	145,00	2	70,67	2	2483,33	1
30	29,1	1,82	2	180,75	1	89,00	2	60,67	2	2483,33	1
31	29,9	1,95	2	197,18	1	129,00	2	60,67	2	2483,33	1
31	38,8	1,63	1	197,18	1	93,33	2	64,00	2	2483,33	1
32	28,7	1,87	2	197,18	1	89,33	2	76,38	2	2483,33	1
32	26,3	1,76	2	197,18	1	84,67	2	64,00	2	2483,33	1
32	36,8	1,78	2	218,61	1	105,33	2	69,71	2	2483,33	1
33	26,7	1,66	1	197,18	1	133,90	2	69,71	2	2483,33	1
33	30,1	1,87	2	218,61	1	133,90	2	69,71	2	2483,33	1
33	25,6	1,77	2	197,18	1	100,95	2	64,00	2	2483,33	1
34	26,2	1,79	2	197,18	1	70,95	2	60,67	2	3333,33	2
34	26,4	1,82	2	197,18	1	92,38	2	66,38	2	2583,33	2
34	26,8	1,76	2	197,18	1	92,38	2	60,67	2	2583,33	2
34	29,4	1,78	2	197,18	1	74,95	2	64,00	2	2583,33	2
35	27,8	1,76	2	197,18	1	70,67	2	64,00	2	2576,67	2
36	27,8	1,83	2	186,46	1	104,95	2	73,05	2	4083,33	2
36	26	1,79	2	186,46	1	74,95	2	74,00	2	4083,33	2
37	26,3	1,95	2	186,46	1	72,29	2	64,00	2	2583,33	2
37	25,1	1,99	2	197,18	1	80,57	2	64,00	2	4083,33	2
37	25	1,86	2	197,18	1	59,14	2	79,71	2	4066,67	2
38	29	1,66	1	186,46	1	52,48	2	74,00	2	4083,33	2
38	27,1	1,63	1	197,18	1	79,24	2	74,00	2	4083,33	2
38	26,6	2,1	3	197,18	1	106,29	2	74,95	2	4083,33	2
39	27,4	2,1	3	197,18	1	110,57	2	74,00	2	4083,33	2
40	29	1,86	2	218,61	1	74,95	2	74,00	2	4060,00	2
40	27	2,1	3	197,18	1	104,95	2	74,00	2	4083,33	2
40	29,8	1,67	1	207,89	1	106,29	2	67,33	2	4083,33	2
41	25,1	1,63	1	207,89	1	106,29	2	74,00	2	3333,33	2
41	26,8	1,7	2	207,89	1	134,24	2	79,71	2	2583,33	2

Lampiran 6

Usia	IMT	Aktifitas	kode	karbohidrat	kode	Protein	kode	Serat	kode	Air	kode
41	25,9	1,71	2	207,89	1	142,81	2	79,71	2	3333,33	2
42	28,1	1,69	1	197,18	1	72,00	2	67,33	2	3333,33	2
42	28,6	1,73	2	197,18	1	67,00	2	67,33	2	3333,33	2
43	29	1,7	2	197,18	1	106,29	2	80,67	2	3233,33	2
43	27,2	1,71	2	197,18	1	101,29	2	64,00	2	3203,33	2
45	25,9	1,69	1	197,18	1	106,29	2	93,05	2	3233,33	2
46	34,7	1,69	1	197,18	1	98,05	2	74,00	2	3233,33	2
46	29,7	1,72	2	197,18	1	72,00	2	64,00	2	3333,33	2
48	28,7	1,69	1	229,32	1	98,05	2	79,71	2	2483,33	1
48	28,5	1,67	1	229,32	1	76,29	2	64,00	2	2583,33	2
48	31,5	1,69	1	197,18	1	76,29	2	64,00	2	2563,33	2
49	27,3	1,69	1	197,18	1	76,29	2	64,00	2	2583,33	2
50	27,1	1,69	1	197,18	1	95,71	2	64,00	2	4733,33	2
51	34,8	1,67	1	197,18	1	128,67	2	64,00	2	3233,33	2
51	25,7	1,69	1	197,18	1	137,24	2	64,00	2	2583,33	2
54	25	1,64	1	197,18	1	139,24	2	77,33	2	2583,33	2
54	25,7	1,61	1	197,18	1	157,71	2	74,00	2	3310,00	2
54	25,3	2,1	3	197,18	1	89,14	2	74,00	2	2483,33	1
55	28,3	2,1	3	197,18	1	90,14	2	64,00	2	2483,33	1
56	25,6	2,1	3	197,18	1	100,95	2	64,00	2	3333,33	2

HASIL SPSS

Statistics

usia responden

N	Valid	60
	Missing	0
Mean		38.28
Median		37.00
Mode		28
Std. Deviation		8.523
Minimum		22
Maximum		56

Statistics

		aktifitas fisik responden	asupan karbohidrat responde	asupan protein responden	asupan serat responden	asupan air responden
N	Valid	60	60	60	60	60
	Missing	0	0	0	0	0

Frequency Table

aktifitas fisik responden

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Ringan	23	38.3	38.3	38.3
	Sedang	29	48.3	48.3	86.7
	Berat	8	13.3	13.3	100.0
	Total	60	100.0	100.0	

asupan karbohidrat responde

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Cukup	60	100.0	100.0	100.0

Lampiran 7

asupan protein responden

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Lebih	60	100.0	100.0	100.0

asupan serat responden

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Cukup	60	100.0	100.0	100.0

asupan air responden

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Cukup	41	68.3	68.3	68.3
	Kurang	19	31.7	31.7	100.0
	Total	60	100.0	100.0	

