



**DEPARTEMEN GIZI KESEHATAN MASYARAKAT  
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT  
UNIVERSITAS INDONESIA**

**KUISIONER PENELITIAN  
FAKTOR DOMINAN YANG MEMPENGARUHI KEJADIAN  
KONSTIPASI PADA SISWA-SISWI SMAS BUNDA MULIA JAKARTA  
TAHUN 2019**

***INFORMED CONSENT***

Selamat Pagi/Siang,

Saya Felicia Thea, mahasiswi Program Studi Gizi, Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia. Saat ini saya sedang melakukan penelitian mengenai “Faktor Dominan yang Mempengaruhi Kejadian Konstipasi Fungsional pada Siswa-siswi SMAS Bunda Mulia Jakarta Tahun 2019”. Responden yang diharapkan untuk mengikuti penelitian ini adalah siswa-siswi kelas 10 dan 11. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor-faktor apa saja yang mempengaruhi serta besaran kejadian konstipasi fungsional serta menjadi bahan evaluasi untuk sekolah.

Pengambilan data akan dilakukan dalam  $\pm 60$  menit yang terdiri dari pengukuran tinggi badan dan berat badan, wawancara *recall* 2x24 jam dan pengisian kuisisioner tentang konstipasi fungsional, tingkat aktivitas fisik, stress, pengetahuan gizi dan konsumsi minuman probiotik secara mandiri. Pengukuran tinggi badan dan berat badan akan dilakukan oleh mahasiswa Gizi FKM UI. Responden akan diminta untuk melepaskan alas kaki, mengeluarkan semua isi

**Lampiran 1 Kuesioner Penelitian**

kantong, melepaskan seluruh aksesoris yang digunakan mulai dari ikat pinggang, jam tangan, sampai aksesoris rambut seperti bando dan ikat rambut. Penelitian ini tidak akan menimbulkan risiko bahaya/dampak negatif bagi responden. Kerahasiaan data responden akan dijaga dengan menyimpan kuisisioner yang sudah diisi di dalam map tidak tembus pandang dan hanya akan dikeluarkan ketika akan diolah. Data akan disimpan dalam folder yang diberikan sandi dan hanya diketahui oleh peneliti.

Oleh karena itu, saya meminta kesediaan teman-teman untuk dilakukan pengukuran tinggi badan dan berat badan, serta mengisi kuisisioner dan diwawancara mengenai kebiasaan makan. Teman-teman diharapkan dapat mengisi kuisisioner dan menjawab wawancara dengan jawaban yang benar dan sejujur-jujurnya. Jawaban yang diberikan oleh teman-teman tidak akan memengaruhi nilai di sekolah dan akan dijaga kerahasiaannya serta hanya digunakan untuk kepentingan penelitian ini.

Teman-teman berhak mendapatkan kesempatan untuk bertanya tentang peran serta dalam penelitian dan berhak mengundurkan diri dari penelitian ini dengan alasan apapun tanpa perlu menjelaskan alasan mengundurkan diri. Apabila teman-teman sudah mengerti maksud dan tahapan yang dilakukan dalam penelitian serta bersedia menjadi responden dengan mengikuti serangkaian proses pengambilan data, maka teman-teman dapat menandatangani pernyataan dibawah ini:

**“Dengan tanda tangan ini saya menyatakan bersedia mengikuti serangkaian proses pengambilan data yang akan dilakukan.”**

Jakarta, ..... 2019

( \_\_\_\_\_ )

Bila ada hal yang ingin ditanyakan, teman-teman dapat menghubungi **Felicia (081317774796)**.

No. Responden (diisi oleh petugas)

--	--	--

Tanggal pengisian : \_\_\_/\_\_\_/\_\_\_

Petunjuk pengisian :

- Bagian CODING tidak perlu diisi karena akan diisi oleh petugas

- Jawaban dapat diisi dengan melingkari/menyilang salah satu jawaban

IR. IDENTITAS RESPONDEN			(Diisi oleh petugas)
IR1	Nama Lengkap		
IR2	Kelas		
IR3	Jenis kelamin	1. Laki-laki 2. Perempuan	
IR4	Tanggal lahir	____//____//____ (dd/mm/yyyy)	
IR5	Telepon/HP		

**A. KONSTIPASI FUNGSIONAL**

Adaptasi dari Rome Foundation (2006); Costa et al. (2011)

**Petunjuk:** lingkari dan jawablah pertanyaan di bawah ini sesuai dengan keadaan kamu

Pertanyaan		Koding
A1	Dalam <b>3 bulan terakhir</b> , seberapa sering kamu BAB <3 kali dalam seminggu?	[ ]
	0. Tidak pernah 1. Jarang 2. Kadang-kadang 3. Hampir setiap saat 4. Selalu	
A2	Dalam <b>3 bulan terakhir</b> , seberapa sering kamu merasa sakit atau nyeri ketika BAB?	[ ]
	0. Tidak pernah 1. Jarang 2. Kadang-kadang 3. Hampir setiap waktu 4. selalu	

A3	Dalam <b>3 bulan terakhir</b> , seberapa sering feses/tinja kamu keras?	[ ]
	0. Tidak pernah 1. Jarang 2. Kadang-kadang 3. Hampir setiap waktu 4. selalu	
A4	Dalam <b>3 bulan terakhir</b> , seberapa sering kamu merasa tidak puas setelah BAB?	[ ]
	0. Tidak pernah 1. Jarang 2. Kadang-kadang 3. Hampir setiap waktu 4. selalu	
A5	Dalam <b>3 bulan terakhir</b> , seberapa sering kamu merasa kesulitan untuk mengeluarkan feses saat BAB?	[ ]
	0. Tidak pernah 1. Jarang 2. Kadang-kadang 3. Hampir setiap waktu 4. selalu	
A6	Dalam <b>3 bulan terakhir</b> , seberapa sering kamu merasa masih ada feses yang tersisa/ sensasi penyumbatan pada anus?	[ ]
	0. Tidak pernah 1. Jarang 2. Kadang-kadang 3. Hampir setiap waktu 4. selalu	
A7	Dalam <b>3 bulan terakhir</b> , pernahkah kamu memiliki riwayat feses/tinja yang besar saat BAB?	[ ]
	0. Tidak pernah 1. Pernah 2. Kadang-kadang 3. Hampir setiap waktu 4. selalu	
A8	Apakah kamu menderita penyakit tertentu?	[ ]
	0. Tidak ( <b>jika tidak lanjut ke pertanyaan B1</b> ) 1. Diabetes mellitus 2. Kanker kolon 3. Hipotiroid 4. Lainnya...	

	Dari mana kamu mengetahui bahwa kamu menderita penyakit tersebut? .....	
	Sejak kapan kamu menderita penyakit tersebut? ....	
	Obat apa yang kamu konsumsi untuk mengobati penyakit tersebut? .....	

B. ANTROPOMETRI (Diisi oleh Petugas)			
B1	Berat badan	1. _____ kg 2. _____ kg Rata-rata _____ kg	
B2	Tinggi badan	1. _____ cm 2. _____ cm Rata-rata _____ cm	

C. AKTIVITAS FISIK						(Diisi oleh petugas)
Sumber: Kowalski, K.C., Croker, P.R.E., & Donen (2004)						
C1	Apakah kamu melakukan beberapa olahraga di bawah ini dalam seminggu terakhir? Jika “iya”, berapa kali? Berikan tanda ceklis pada jawaban yang sesuai					
	<b>Jenis olahraga</b>	<b>Tidak pernah</b>	<b>1-2 kali</b>	<b>3-4 kali</b>	<b>5-6 kali</b>	<b>7 kali atau lebih</b>
	Bermain lompat tali					
	Futsal					
	Voli					

Basket						
Berjalan kaki						
Bersepeda						
Lari/jogging						
Senam						
Berenang						
Kasti/baseball/ softball						
Menari/balet						
Sepak bola						
Bulu tangkis						
Skateboarding						
Bermain sepatu roda						
Tenis						
Tenis meja						
Silat/karate/ taekwondo						
Ice skating						
Lainnya, _____						
Lainnya, _____						
Lainnya, _____						
C2	Dalam seminggu terakhir, saat pelajaran olahraga, seberapa sering kamu beraktivitas fisik (misalnya bermain, berlari, melompat, melempar)? Pilih salah satu.					
	1. Tidak pernah aktif dalam pelajaran olahraga 2. Jarang aktif 3. Kadang-kadang aktif 4. Sering aktif 5. Selalu aktif					

C3	<p>Dalam seminggu terakhir, ketika jam istirahat apa yang sering kamu lakukan selain makan? Pilih salah satu.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Duduk-duduk saja (mengobrol, membaca, mengerjakan tugas di kelas)</li> <li>2. Berjalan-jalan atau berdiri di sekitar kelas</li> <li>3. Berlari atau bermain sedikit</li> <li>4. Berlari atau bermain</li> <li>5. Berlari atau bermain hampir setiap hari</li> </ol>	
C4	<p>Dalam seminggu terakhir, sepulang sekolah berapa hari dimana kamu melakukan olahraga, menari, atau bermain yang membuatmu merasa sangat aktif/berkeringat? Pilih salah satu.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Tidak pernah</li> <li>2. 1 kali</li> <li>3. 2 atau 3 kali</li> <li>4. 4 kali</li> <li>5. 5 kali</li> </ol>	
C5	<p>Dalam seminggu terakhir, pada sore/malam hari, berapa hari dimana kamu melakukan olahraga, menari, atau bermain yang membuatmu merasa sangat aktif/berkeringat? Pilih salah satu.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Tidak pernah</li> <li>2. 1 kali</li> <li>3. 2 atau 3 kali</li> <li>4. 4 atau 5 kali</li> <li>5. 6 atau 7 kali</li> </ol>	
C6	<p>Pada akhir pekan kemarin (hari Sabtu dan Minggu), berapa kali kamu melakukan olahraga, menari, atau bermain yang membuatmu merasa sangat aktif/berkeringat? Pilih salah satu.</p>	

	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Tidak pernah</li> <li>2. 1 kali</li> <li>3. 2-3 kali</li> <li>4. 4-5 kali</li> <li>5. 6 kali atau lebih</li> </ol>	
C7	<p>Pilihlah satu dari lima pernyataan di bawah ini yang paling menggambarkan dirimu dalam seminggu terakhir! Baca semua pernyataan terlebih dahulu sebelum memilih satu jawaban yang paling sesuai</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Hampir seluruh waktu luang yang saya punya digunakan untuk bersantai</li> <li>2. Saat waktu luang, saya kadang-kadang (1-2 kali seminggu) melakukan aktivitas fisik pada waktu luang saya (seperti permainan olahraga, berlari, berenang, bersepeda, senam, dan lainnya)</li> <li>3. Saat waktu luang, saya agak sering (3-4 kali seminggu) melakukan aktivitas fisik pada waktu luang saya (seperti permainan olahraga, berlari, berenang, bersepeda, senam, dan lainnya)</li> <li>4. Saat waktu luang, saya sering (5-6 kali seminggu) melakukan aktivitas fisik pada waktu luang saya (seperti permainan olahraga, berlari, berenang, bersepeda, senam, dan lainnya)</li> <li>5. Saat waktu luang, saya sangat sering (7 kali atau lebih seminggu) melakukan aktivitas fisik pada waktu luang saya (seperti permainan olahraga, berlari, berenang, bersepeda, senam, dan lainnya)</li> </ol>	
C8	<p>Seberapa sering kamu melakukan aktivitas fisik (seperti permainan olahraga, menari, atau lainnya) tiap harinya pada minggu lalu?</p>	

Hari	Tidak sama sekali	Sedikit	Sedang	Sering	Sangat Sering	
Senin						
Selasa						
Rabu						
Kamis						
Jumat						
Sabtu						
Minggu						
C9	Apakah dalam seminggu terakhir kamu sakit atau mengalami suatu hal yang menghambat kamu untuk melakukan aktivitas fisik dengan normal?					
	1. Ya, sebutkan _____					
	2. Tidak					

<b>D. PENGETAHUAN GIZI DAN KONSTIPASI</b>		
Dimodifikasi dari: Dhias (2015); Oktaviana (2013); Pangestuti (2015); Khomsan (2004)		
<b>Petunjuk:</b> lingkari dan jawablah pertanyaan di bawah ini sesuai dengan keadaan kamu		
	Pertanyaan	Diisi Petugas
D1	Berikut contoh bahan <b>makanan sumber serat yang larut dalam air</b> adalah 1. Produk oat 2. Beras 3. Sayuran 4. Gandum 5. Gula	[ ]

D2	Apakah dampak yang ditimbulkan dari <b>konsumsi serat kurang</b> ? 1. Konstipasi/ sembelit 2. Perut kembung 3. Mual muntah 4. Sakit kepala 5. Diare	[ ]
D3	Apa dampak dari <b>konsumsi cairan kurang</b> ? 1. Feses menjadi keras 2. Feses lunak 3. Diare 4. Demam 5. Kurus	[ ]
D4	Apa yang <b>kamu ketahui</b> tentang <b>konstipasi</b> ? 1. Buang air besar kurang dari 3 kali/ minggu 2. Merasa puas setelah buang air besar 3. Merasa nyaman ketika buang air besar 4. Buang air besar setiap hari 5. Feses/tinja lunak	[ ]
D5	Apakah <b>dampak</b> dari <b>konstipasi</b> ? 1. Hemoroid/wasir 2. Kurus 3. Kegemukan 4. Diabetes 5. Hipertensi	[ ]
D6	Apakah <b>penyebab</b> terjadinya gejala <b>konstipasi</b> ? 1. Kurang konsumsi lemak 2. Kurang konsumsi cairan 3. Kurang konsumsi obat 4. Aktivitas fisik berlebihan 5. Konsumsi garam berlebihan	[ ]
D7	Bagaimana cara mencegah sembelit?	[ ]

	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Konsumsi makanan berlemak</li> <li>2. Konsumsi cairan kurang</li> <li>3. Olahraga cukup dan teratur</li> <li>4. Mengurangi aktivitas fisik</li> <li>5. Mengurangi konsumsi garam</li> </ol>	
D8	<p>Berapakah anjuran minimal konsumsi cairan perhari pada pedoman Gizi Seimbang?</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 2-4 gelas</li> <li>2. 5-7 gelas</li> <li>3. 8-10 gelas</li> <li>4. 12-14 gelas</li> <li>5. 16-18 gelas</li> </ol>	[ ]

<b>E. STRES</b>				
Sumber: Inan (2015)				
<b>Petunjuk:</b> <i>Beri tanda (√) pada kolom "Ya" jika keadaan tersebut terjadi pada kamu dan sebutkan berapa kali keadaan tersebut terjadi</i>				
Selama <b>2 bulan terakhir</b> apakah kamu mengalami hal-hal berikut ini?				
	Pertanyaan	Ya	Jika ya, berapa kali (dalam angka) hal tersebut terjadi?	Koding
E1	Kematian anggota keluarga dekat			[ ]
E2	Perceraian orang tua			[ ]
E3	Putus Hubungan dengan pacar			[ ]
E4	Pernah ditahan oleh polisi			[ ]
E5	Kematian selain anggota keluarga			[ ]
E6	Gagal dalam sesuatu yang penting			[ ]

E7	Mengalami cedera atau penyakit parah			[ ]
E8	Dikeluarkan dari sekolah			[ ]
E9	Berbaikan dengan keluarga, pacar atau teman setelah berselisih			[ ]
E10	Mendapat hukuman di sekolah			[ ]
E11	Salah satu anggota keluarga memiliki masalah kesehatan serius			[ ]
E12	Berselisih dengan teman dekat			[ ]
E13	Berselisih dengan orang tua			[ ]
E14	Memiliki kekasih baru			[ ]
E15	Meningkatnya beban sekolah			[ ]
E16	Masalah seksual			[ ]
E17	Memiliki anggota keluarga baru			[ ]
E18	Perubahan status ekonomi			[ ]
E19	Berselisih dengan guru			[ ]
E20	Mendapatkan nilai pelajaran lebih rendah daripada yang diharapkan			[ ]
E21	Perubahan aktivitas sosial			[ ]
E22	Mendapatkan Penghargaan			[ ]
E23	Perubahan kebiasaan tidur			[ ]
E24	Membolos			[ ]
E25	Perubahan Kondisi Hidup			[ ]
E26	Perubahan perilaku teman			[ ]
E27	Masalah lalu lintas (macet, ditilang, dll)			[ ]
E28	Pindah rumah			[ ]
E29	Mengalami PMS atau <i>Pra Menstrual Syndrome</i> (untuk perempuan)			[ ]
E30	Pindah sekolah			[ ]
E31	Perubahan frekuensi kebersamaan/kumpul dengan keluarga			[ ]

E32	Liburan			[ ]
-----	---------	--	--	-----

<b>F. KONSUMSI MINUMAN PROBIOTIK</b>				
Sumber: Mazlyn et al. (2013); Koebnick et al. (2003); Dukas et al. (2003)				
<b>Petunjuk:</b> <i>lingkari dan jawablah pertanyaan di bawah ini sesuai dengan keadaan kamu</i>				
<b>Pertanyaan</b>				<b>Diisi Petugas</b>
F1	Selama <b>1 bulan terakhir</b> , apakah setiap hari kamu mengonsumsi minuman probiotik?			[ ]
	1. Ya → <b>lanjut ke 2</b> 2. Tidak → <b>pertanyaan selesai</b>			
F2	Minuman probiotik apa yang biasa kamu konsumsi?			[ ]
	1. Yakult 2. Vitacharm 3. Yoghurt 4. Lainnya (sebutkan).....			
F3	Dalam sehari, berapa banyak minuman probiotik yang kamu konsumsi? _____ botol			[ ]

No. Responden (diisi oleh petugas)

--	--	--

Nama :

Kelas :

Tanggal wawancara : \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_

**FORM *RECALL* MAKANAN 24 JAM**

<b>Waktu</b>	<b>Nama Makanan</b>	<b>Bahan Makanan</b>	<b>URT</b>	<b>Berat (gram)</b>