LAMPIRAN

Lampiran 1 — Lembar Penjelasan kepada Subjek Penelitian

Yang terhormat Bapak/Ibu Pekerja Sapu Lapangan,

Kami adalah tim peneliti dari [Nama Universitas] yang sedang melaksanakan penelitian berjudul "Hubungan Waist-to-Height Ratio dengan Profil Metabolic Stress Berdasarkan Atherogenic Index of Plasma dan Komposisi Lemak Tubuh (BIA) pada Pekerja Sapu Lapangan di Jakarta Barat". Penelitian ini bertujuan mengetahui hubungan antara ukuran lingkar pinggang dibandingkan tinggi badan dengan kondisi metabolik yang diukur melalui pemeriksaan lemak darah (profil lipid) serta pengukuran komposisi tubuh.

Partisipasi Bapak/Ibu bersifat sukarela. Apabila bersedia, kami akan melakukan pengukuran tinggi badan dan lingkar pinggang, pengukuran komposisi tubuh menggunakan alat BIA (non-invasif, hanya dengan berdiri pada alat), pengambilan sampel darah sebanyak kurang lebih 5 mL dari pembuluh darah lengan setelah berpuasa 10–12 jam, serta pengisian kuesioner singkat selama kurang lebih 15 menit. Hasil pemeriksaan akan diberikan secara cuma-cuma, dan apabila ditemukan kelainan, Bapak/Ibu akan dirujuk ke fasilitas kesehatan. Identitas Bapak/Ibu dijaga kerahasiaannya sepenuhnya, dan Bapak/Ibu berhak mengundurkan diri kapan saja tanpa konsekuensi apa pun.

Lampiran 2 — Lembar Informed Consent

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama: _____

Usia: _____ tahun

Jenis kelamin: L / P

menyatakan bahwa saya telah mendapatkan penjelasan yang cukup mengenai penelitian ini dan dengan ini menyatakan SETUJU untuk berpartisipasi secara sukarela dalam penelitian “Hubungan Waist-to-Height Ratio dengan Profil Metabolic Stress Berdasarkan Atherogenic Index of Plasma dan Komposisi Lemak Tubuh (BIA) pada Pekerja Sapu Lapangan di Jakarta Barat”.

Jakarta, _____ 2026

Tanda tangan responden: _____

Lampiran 3 — Kuesioner Penelitian (Lengkap)

Petunjuk pengisian: berikan tanda centang (✓) pada kotak ☐ yang sesuai atau isi titik-titik dengan jawaban yang benar. Kuesioner diisi oleh enumerator melalui wawancara. Seluruh jawaban bersifat rahasia dan hanya digunakan untuk kepentingan penelitian.

Kode Responden: _____	**Tanggal: ____ / ____ / 2026**	**Enumerator:** _____

Bagian A — Identitas Responden

1. Nama / inisial responden:

_____

2. Usia saat ini:

_____ tahun (tanggal lahir: ____ / ____ / _____)

3. Jenis kelamin:

☐ Laki-laki ☐ Perempuan

4. Pendidikan terakhir:

☐ Tidak sekolah ☐ SD ☐ SMP

☐ SMA/SMK ☐ Diploma/Perguruan tinggi

5. Status pernikahan:

☐ Belum menikah ☐ Menikah ☐ Janda/Duda

6. Wilayah kerja (kecamatan):

☐ Tambora ☐ Grogol Petamburan ☐ Kalideres

☐ Cengkareng ☐ Palmerah

7. Masa kerja sebagai penyapu lapangan:

_____ tahun _____ bulan

8. Rata-rata lama kerja per hari:

_____ jam/hari

9. Waktu/shift kerja utama:

☐ Pagi ☐ Siang ☐ Sore/Malam ☐ Bergantian

Bagian B — Kebiasaan Merokok

Diadaptasi dari NHANES Tobacco Use Questionnaire.

10. Apakah Bapak/Ibu pernah merokok minimal 100 batang (± 5 bungkus) selama hidup?

☐ Ya ☐ Tidak (→ lanjut ke pertanyaan 17)

11. Apakah saat ini Bapak/Ibu masih merokok?

☐ Ya, setiap hari ☐ Ya, kadang-kadang ☐ Tidak lagi (mantan perokok)

12. Pada usia berapa mulai merokok secara rutin?

_____ tahun

13. Berapa rata-rata jumlah rokok yang dihisap per hari?

_____ batang/hari

14. Jenis rokok yang biasa dikonsumsi:

☐ Kretek ☐ Filter/putih ☐ Lintingan ☐ Elektrik/vape

15. Sudah berapa lama merokok secara keseluruhan?

_____ tahun

16. (Bila mantan perokok) Sudah berapa lama berhenti merokok?

_____ tahun _____ bulan

17. Apakah sering terpapar asap rokok orang lain (perokok pasif) di rumah atau tempat kerja?

☐ Ya, setiap hari ☐ Kadang-kadang ☐ Tidak pernah

Bagian C — Aktivitas Fisik (IPAQ – Short Form)

Pertanyaan menyangkut aktivitas fisik selama 7 hari terakhir, DI LUAR pekerjaan menyapu. Aktivitas berat = membuat napas jauh lebih cepat (mis. mengangkat beban berat, mencangkul). Aktivitas sedang = membuat napas sedikit lebih cepat (mis. menyapu di rumah, bersepeda santai).

18. Dalam 7 hari terakhir, berapa hari melakukan aktivitas FISIK BERAT minimal 10 menit sekali waktu?

_____ hari/minggu ☐ Tidak ada aktivitas berat (→ lanjut ke No. 20)

19. Pada hari-hari tersebut, berapa lama biasanya melakukan aktivitas berat?

_____ jam _____ menit per hari

20. Dalam 7 hari terakhir, berapa hari melakukan aktivitas FISIK SEDANG minimal 10 menit sekali waktu? (tidak termasuk berjalan kaki)

_____ hari/minggu ☐ Tidak ada aktivitas sedang (→ lanjut ke No. 22)

21. Pada hari-hari tersebut, berapa lama biasanya melakukan aktivitas sedang?

_____ jam _____ menit per hari

22. Dalam 7 hari terakhir, berapa hari BERJALAN KAKI minimal 10 menit sekali waktu (untuk berpindah maupun olahraga/rekreasi, di luar menyapu)?

_____ hari/minggu ☐ Tidak pernah (→ lanjut ke No. 24)

23. Pada hari-hari tersebut, berapa lama biasanya berjalan kaki?

_____ jam _____ menit per hari

24. Dalam 7 hari terakhir, berapa lama biasanya DUDUK pada satu hari kerja?

_____ jam _____ menit per hari

Diisi enumerator —

Skor total: _____ MET-menit/minggu ☐ Rendah ☐ Sedang ☐ Tinggi

Bagian D — Pola Makan

25. Berapa kali biasanya makan besar (makan utama) dalam sehari?

☐ 1 kali ☐ 2 kali ☐ 3 kali ☐ > 3 kali

26. Apakah Bapak/Ibu biasa sarapan sebelum mulai bekerja?

☐ Selalu ☐ Sering ☐ Kadang ☐ Tidak pernah

27. Berapa gelas minuman manis (teh manis, kopi manis, soda, minuman kemasan) yang diminum per hari?

_____ gelas/hari

28. Berapa gelas air putih yang diminum per hari selama bekerja?

_____ gelas/hari

29. Frekuensi konsumsi jenis makanan berikut (beri tanda ✓ pada kolom yang sesuai):

Jenis Makanan	Setiap hari	3–6x/mgg	1–2x/mgg	Jarang/tidak
Gorengan (pisang goreng, gehu, bakwan, dll.)	☐	☐	☐	☐
Jeroan (hati, usus, babat, paru)	☐	☐	☐	☐
Daging berlemak / kulit ayam / lemak	☐	☐	☐	☐
Makanan cepat saji / mie instan	☐	☐	☐	☐
Sayur-sayuran	☐	☐	☐	☐
Buah-buahan	☐	☐	☐	☐
Ikan / sumber protein tanpa digoreng	☐	☐	☐	☐

30. Di mana Bapak/Ibu biasanya makan selama jam kerja?

☐ Bawa bekal ☐ Warung/kaki lima ☐ Tidak makan saat kerja

Bagian E — Riwayat Penyakit dan Obat-obatan

Bagian ini menjadi dasar penerapan kriteria eksklusi. Riwayat penyakit dan penggunaan obat penurun lipid penting karena dapat memengaruhi profil lipid dan nilai AIP.

31. Apakah Bapak/Ibu pernah didiagnosis dokter menderita penyakit berikut? (boleh lebih dari satu)

☐ Diabetes melitus (kencing manis) ☐ Hipertensi (darah tinggi)

☐ Kolesterol tinggi ☐ Penyakit jantung ☐ Stroke

☐ Penyakit hati/hepatitis/sirosis ☐ Gangguan tiroid ☐ Tidak ada

32. Apakah saat ini rutin mengonsumsi obat penurun lemak darah (statin, fibrat, niasin)?

☐ Ya ☐ Tidak

Bila ya, sebutkan nama obat: _____

33. Apakah rutin mengonsumsi obat lain secara teratur (mis. obat diabetes, darah tinggi, tiroid)?

☐ Ya ☐ Tidak

Bila ya, sebutkan: _____

34. (Khusus perempuan) Apakah saat ini sedang hamil atau menyusui?

☐ Sedang hamil ☐ Sedang menyusui ☐ Tidak ☐ Tidak berlaku (laki-laki)

35. Apakah dalam 2 minggu terakhir mengalami sakit (demam, batuk-pilek berat, infeksi, luka bernanah, nyeri sendi akut)?

☐ Ya ☐ Tidak

Bila ya, sebutkan: _____

36. Apakah ada riwayat keluarga (orang tua/saudara kandung) dengan penyakit jantung, stroke, atau diabetes?

☐ Ya ☐ Tidak ☐ Tidak tahu

37. Berapa rata-rata jam tidur per malam?

_____ jam/malam

38. Apakah Bapak/Ibu rutin mengonsumsi alkohol?

☐ Ya, sering ☐ Kadang-kadang ☐ Tidak pernah

Pernyataan kelayakan (diisi enumerator):

☐ Responden MEMENUHI seluruh kriteria inklusi dan tidak memenuhi kriteria eksklusi.

☐ Responden TIDAK MEMENUHI syarat → alasan:

_____

Tanda tangan enumerator (_____)	Tanda tangan responden (_____)

Lampiran 4 — Formulir Pencatatan Hasil Pemeriksaan

Parameter	Nilai Terukur	Satuan	Kategori / Interpretasi
Tinggi badan	_____	cm	—
Lingkar pinggang	_____	cm	—
WHtR	_____	rasio	Berisiko / tidak berisiko
Persentase lemak tubuh (BIA)	_____	%	Normal / berisiko
Tingkat lemak viseral (BIA)	_____	skala 1–30	Normal / kelebihan (>10)
Trigliserida (TG)	_____	mg/dL	Normal / batas / tinggi
HDL-kolesterol	_____	mg/dL	Normal / rendah
AIP = log10(TG/HDL-C)	_____	log rasio	Rendah / sedang / tinggi

Tabel L.4 Formulir Pencatatan Hasil Pemeriksaan Responden