

LAMPIRAN

Lampiran 1. Lembar Surat Balasan Permohonan Izin



**PEMERINTAH KABUPATEN LAMPUNG SELATAN
KECAMATAN NATAR**

DESA NEGARARATU

Jl.LPTP No. 1 Negeraratu Telephone (0721) 92161 NATAR Kode Pos : 35362

SURAT IZIN

No : 720/656/VII.01.07/2022

Menindaklanjuti Surat permohonan izin Penelitian Program Studi Gizi Politeknik Kesehatan Kementrian Kesehatan Tanjung Karang Tahun 2022 dengan nomor surat : PP.03.01./I.1/001A/2021 maka dengan ini memberikan Izin Kepada :

Nama : **DICKY WAHYUDI SUNJAYA**
NIM : 1913411045
Nama Kegiatan : Penelitian Program Studi Gizi
Tanggal Kegiatan : 2 Mei – 14 Mei

Untuk melaksanakan kegiatan Penelitian Program Studi Gizi Politeknik Kesehatan Kementrian Kesehatan Tanjung Karang Tahun 2022 di Desa Negeraratu, Kecamatan Natar, Kabupaten Lampung Selatan.

Demikian surat izin ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya

Negeraratu, 2 Mei 2022
Yang Memberi Izin
An. Kepala Desa Negeraratu
KASI Pemerintahan

M. FARIZIE RATHENDA



Lampiran 2. Lembar Surat Balasan Izin Penelitian

PERSATUAN SEPAKBOLA SIDOARJO SATU/TIGA FOOTBALL CLUB
Jl. Sidoaharjo 1, Negara Ratu, Kec Natar, Kabupaten Lampung Selatan

Hal : Balasan

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Murfid Fadhil
Jabatan : Ketua

Menerangkan bahwa :

Nama : Dicky Wahyudi Sunjaya
NPM : 1913411045
Jenis Kelamin : Laki-laki
Perguruan Tinggi : Politeknik Kesehatan Tangkarakang

Telah melaksanakan penelitian di lapangan PSSG FC pada Hari Sabtu, 14 Mei 2022 sebagai syarat penyusunan skripsi dengan judul :

**“GAMBARAN IMT, PERSENTASE LEMAK TUBUH DENGAN BIOELECTRIAL
IMPEDENCE ANALYSIS (BIA), VO2 MAX PADA ATLET REMAJA SEPAKBOLA DI
DESA NEGARA RATU KECAMATAN NATAR KABUPATEN LAMPUNG SELATAN
TAHUN 2022”**

Demikian surat ini kami sampaikan, dan atas kerjasamanya kami mengucapkan terimakasih.

Negararatu, 14 Mei 2022
Ketua PSSG FC



MURFID FADHIL

Lampiran 3. PSP

Penjelasan Sebelum Penelitian (PSP)

Naskah Penjelasan Penelitian untuk mendapat *informed consent*
dari subyek penelitian

Assalamualaikum wr.wb

Perkenalkan

Nama : Dicky Wahyudi Sunjaya

Pekerjaan : Mahasiswa Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Tanjungkarang

Saya akan melakukan pengumpulan data tentang **“Gambaran IMT, Persentase Lemak Tubuh dengan *Bioelectrical Impedence Anlysis* (BIA), VO₂ Max Pada Atlet Remaja Sepakbola di Desa Negara Ratu Kecamatan Natar Kabupaten Lampung Selatan 2022”**. Tujuan penelitian ini untuk melihat gambaran imt, persentase lemak tubuh dan VO₂ max pada atlet remaja.

Untuk itu dibutuhkan kerjasama yang baik antara peneliti dan atlet. Identitas dan semua informasi yang diberikan akan dirahasiakan dan hanya digunakan untuk keperluan penelitian ini.

Apabila atlet bersedia dan menyetujui untuk menjadi responden dalam penelitian ini, agar kiranya dapat menandatangani formulir ini sebagai tanda persetujuan. Atas kerjasama yang baik dari semua pihak saya ucapkan terimakasih.

Lampiran 4. Lembar Persetujuan Responden

LEMBAR PERSETUJUAN RESPONDEN

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Doni Denhaq

Umur : 18 tahun

Alamat: Sidoharjo 1

Menyatakan bahwa bersedia untuk dijadikan sebagai responden penelitian Mahasiswa Jurusan Gizi Poltekkes Tanjungkarang dengan judul penelitian "Gambaran IMT, Persentase Lemak Tubuh dengan *Bioelectrical Impedence Anlysis* (BIA), VO_2 Max Pada Atlet Remaja Sepakbola di Desa Negara Ratu Kecamatan Natar Kabupaten Lampung Selatan 2022".

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan agar dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Bandar Lampung,

2022

Peneliti

Yang menyatakan,



Dicky Wahyudi Sunjaya



(Doni Denhaq)

Lampiran 5. Data Identitas Responden

DATA IDENTITAS RESPONDEN

Nama : Doni Denhaq
Jenis Kelamin : L
Tanggal Lahir : 29-06-2003
Umur : 18
Alamat :
Berat Badan : 51,4
Tinggi Badan : 160,8
IMT : $\frac{51,4}{2,59} = 19,8$
% Lemak Tubuh : 17,8
Hasil Bleep test : Level 6, Tahap 4
= 34,3 $\dot{V}_{O_2}$ Max

Lampiran 6. Hasil Analisis Data

Frequencies

Statistics

	Jenis Kelamin	Umur	Berat Badan	Tinggi Badan	IMT	Persentase Lemak Tubuh	VO ₂ Max
N Valid	25	25	25	25	25	25	25
Missing	0	0	0	0	0	0	0

Frequency Table

Jenis Kelamin

	Frekuensi	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
V Laki-laki	25	100	100	100

Indeks Massa Tubuh

	Frekuensi	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
V Kurus tingkat berat	3	12	12	12
Kurus tingkat ringan	3	12	12	24
Normal	16	64	64	88
Gemuk tingkat ringan	1	4	4	92
Gemuk tingkat berat	2	8	8	100
Total	25	100	100	

Persentase Lemak Tubuh

	Frekuensi	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
V Ideal	9	36	36	36
Normal	13	52	52	88
Lebih	3	12	12	100
Total	25	100	100	

VO₂ Max

		Frekuensi	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
V	Kurang	7	28	28	28
	Sedang	17	68	68	96
	Baik	1	4	4	100
	Total	25	100	100	

Indeks Massa Tubuh

No	Subjek	Berat badan (kg)	Tinggi badan (m)	Indeks Massa Tubuh (IMT)	
				Hasil	Kategori
1.	DD	51,4	1,61	19,8	Normal
2.	AH	49,6	1,57	20,1	Normal
3.	RP	47,1	1,56	19,3	Normal
4.	AD	55,5	1,60	21,4	Normal
5.	R	48	1,68	17,0	Kurus tingkat ringan
6.	MFA	57,4	1,66	20,9	Normal
7.	UKH	44,8	1,56	18,4	Kurus tingkat ringan
8.	F	85	1,69	29,8	Gemuk tingkat berat
9.	R	87,6	1,66	31,8	Gemuk tingkat berat
10.	FO	50	1,63	18,8	Normal
11.	DA	45	1,64	16,7	Kurus tingkat berat
12.	A	43	1,60	16,7	Kurus tingkat berat
13.	YA	56	1,68	19,8	Normal
14.	RS	59	1,68	20,9	Normal
15.	GA	59	1,70	20,4	Normal
16.	MLA	57	1,66	20,7	Normal
17.	AR	70	1,65	25,7	Gemuk tingkat ringan
18.	TH	49	1,64	20,5	Normal
19.	MM	59	1,75	19,2	Kurus tingkat ringan
20.	L	50	1,56	21,3	Normal
21.	L	35	1,50	15,5	Kurus tingkat berat

22.	A	50	1,65	19,1	Normal
23.	MDR	54	1,75	17,6	Kurus tingkat ringan
24.	CA	55	1,72	18,9	Normal
25.	DP	53,1	1,60	20,7	Normal

Persentase Lemak Tubuh

No	Subjek	L/P	Persentase lemak tubuh	
			Hasil	Kategori
1.	DD	L	17,8	Normal
2.	AH	L	18,0	Normal
3.	RP	L	14,0	Normal
4.	AD	L	19,7	Normal
5.	R	L	13,8	Ideal
6.	MFA	L	18,6	Normal
7.	UKH	L	15,2	Normal
8.	F	L	33,2	Lebih
9.	R	L	32,4	Lebih
10.	FO	L	8,5	Ideal
11.	DA	L	11,2	Ideal
12.	A	L	10,5	Ideal
13.	YA	L	10,8	Ideal
14.	RS	L	18,2	Normal
15.	GA	L	17,5	Normal
16.	MLA	L	13,2	Normal
17.	AR	L	23,6	Lebih
18.	TH	L	13,5	Normal
19.	MM	L	15,6	Normal
20.	L	L	13,1	Normal
21.	L	L	6,5	Ideal

22.	A	L	9,8	Ideal
23.	MDR	L	12,3	Ideal
24.	CA	L	14,2	Ideal
25.	DP	L	18,7	Normal

VO₂ Max

No	Subjek	L/P	Hasil		
			Level	VO ₂ Max	Kategori
1.	DD	L	Level 6 tahap 4	34,3	Sedang
2.	AH	L	Level 6 tahap 9	36,4	Sedang
3.	RP	L	Level 6 tahap 4	34,3	Sedang
4.	AD	L	Level 6 tahap 2	33,6	Kurang
5.	R	L	Level 5 tahap 2	30,2	Kurang
6.	MFA	L	Level 5 tahap 2	30,2	Kurang
7.	UKH	L	Level 6 tahap 2	33,6	Kurang
8.	F	L	Level 5 tahap 9	32,9	Kurang
9.	R	L	Level 5 tahap 9	32,9	Kurang
10.	FO	L	Level 6 tahap 4	34,3	Sedang
11.	DA	L	Level 6 tahap 4	34,3	Sedang
12.	A	L	Level 6 tahap 6	35,0	Sedang
13.	YA	L	Level 6 tahap 6	35,0	Sedang
14.	RS	L	Level 6 tahap 8	35,7	Sedang
15.	GA	L	Level 6 tahap 10	36,4	Sedang
16.	MLA	L	Level 6 tahap 4	34,3	Sedang
17.	AR	L	Level 4 tahap 4	27,7	Kurang
18.	TH	L	Level 6 tahap 4	34,3	Sedang
19.	MM	L	Level 6 tahap 10	36,4	Sedang
20.	L	L	Level 6 tahap 4	34,3	Sedang
21.	L	L	Level 6 tahap 4	34,3	Sedang

22.	A	L	Level 6 tahap 4	34,3	Sedang
23.	MDR	L	Level 6 tahap 6	35,0	Sedang
24.	CA	L	Level 8 tahap 11	43,3	Baik
25.	DP	L	Level 6 tahap 8	35,7	Sedang

Lampiran 7. Dokumentasi

Mengukur Tinggi Badan



Mengukur Berat Badan



Persentase Lemak Tubuh



Bleep test



Foto Bersama

