

Lampiran 1 Penjelasan Penelitian bagi Orang Tua Responden Penelitian

**PENJELASAN PENELITIAN
BAGI ORANG TUA RESPONDEN PENELITIAN**

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Rahayu Dewi Pangestuti
Alamat: : Jalan Mulyorejo Utara Gang III No.12 Surabaya
Pekerjaan : Mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Airlangga
Nomor Kontak : 085740589196
e-mail : rahayu.dewi.pangestuti-2018@fkp.unair.ac.id

Judul Penelitian : Hubungan Konsumsi Makanan dan Sedentari *Lifestyle* dengan Tingkat Kewaspadaan terhadap Risiko Kanker Payudara

Tujuan

Tujuan umum

Menganalisis hubungan antara konsumsi makanan dan aktivitas kurang gerak dengan tingkat kewaspadaan risiko kanker payudara pada remaja putri.

Tujuan khusus

1. Mengidentifikasi kebiasaan konsumsi makanan pada remaja putri.
2. Mengidentifikasi aktivitas kurang gerak pada remaja putri.
3. Mengidentifikasi tingkat kewaspadaan terhadap risiko kanker payudara pada remaja putri.
4. Menganalisis hubungan konsumsi makanan dengan tingkat kewaspadaan terhadap risiko kanker payudara pada remaja putri.
5. Menganalisis hubungan aktivitas kurang gerak dengan tingkat kewaspadaan terhadap risiko kanker payudara pada remaja putri.

Manfaat

Manfaat bagi responden dalam penelitian ini yaitu dapat diketahuinya tingkat kewaspadaan terhadap risiko kanker payudara putri Bapak/Ibu. Selain itu, putri Bapak/Ibu memperoleh pendidikan kesehatan mengenai pengetahuan, persepsi, serta praktik deteksi dini kanker payudara sehingga dapat mengubah perilaku menjadi lebih sehat dan terhindar dari kanker payudara di masa yang akan datang.

Perlakuan yang diterapkan pada responden

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif analisis, dalam penelitian ini putri Bapak/Ibu akan dilakukan:

1. Pada tahap awal, putri Bapak/Ibu diminta untuk mengisi kuesioner tentang data karakteristik responden yang terdiri dari nama, tanggal lahir, usia mulai mengalami menstruasi, lamanya menstruasi, riwayat keluarga dengan kanker payudara, pendapatan orang tua, besar uang saku, dan sumber informasi mengenai kanker payudara.
2. Selanjutnya putri Bapak/Ibu akan diminta mengisi kuesioner kebiasaan konsumsi makanan, dilanjutkan aktivitas kurang gerak, dan terakhir kuesioner tingkat kewaspadaan terhadap risiko kanker payudara. Dalam pengisian kuesioner, putri Bapak/Ibu didampingi oleh peneliti dan Guru Bimbingan Konseling.
3. Waktu yang digunakan untuk pengisian sekitar 20-30 menit.

Hak untuk undur diri

Keikutsertaan putri Bapak/Ibu dalam penelitian ini bersifat sukarela dan putri Bapak/Ibu berhak untuk mengundurkan diri kapan pun, tanpa menimbulkan konsekuensi yang bersifat merugikan putri Bapak/Ibu dan apabila dalam penelitian ini putri Bapak/Ibu tidak bersedia dijadikan responden, maka peneliti akan mencari responden yang lain.

Jaminan kerahasiaan data

Semua data dan informasi identitas putri Bapak/Ibu akan dijaga kerahasiaannya, yaitu dengan tidak mencantumkan identitas putri Bapak/Ibu secara jelas dan pada laporan penelitian nama putri Bapak/Ibu dibuat kode.

Adanya insentif untuk responden

Seluruh responden akan memperoleh pendidikan kesehatan mengenai kewaspadaan kanker payudara dan diakhir penelitian akan diberikan *leaflet* tentang kewaspadaan kanker payudara dan brosur sebagai apresiasi atas partisipasinya.

Informasi tambahan

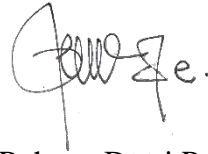
Peneliti akan menyampaikan hasil penelitian kepada putri Bapak/Ibu. Jika putri Bapak/Ibu mengizinkan, hasil penelitian ini juga akan diberikan kepada institusi pendidikan dimana peneliti sedang belajar serta pada institusi pendidikan dimana responden belajar.

Pernyataan kesediaan

Apabila Bapak/Ibu telah memahami penjelasan dan menyetujui putri Bapak/Ibu menjadi responden dalam penelitian ini, mohon menandatangani surat pernyataan bersedia berpartisipasi sebagai responden penelitian.

Surabaya, Oktober 2019

Hormat saya,



Rahayu Dewi Pangestuti

Lampiran 2 Penjelasan Penelitian bagi Responden Penelitian

PENJELASAN PENELITIAN BAGI RESPONDEN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Rahayu Dewi Pangestuti
Alamat: : Jalan Mulyorejo Utara Gang III No.12 Surabaya
Pekerjaan : Mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Airlangga
Nomor Kontak : 085740589196
e-mail : rahayu.dewi.pangestuti-2018@fkp.unair.ac.id

Judul Penelitian : Hubungan Konsumsi Makanan dan Sedentari *Lifestyle* dengan Tingkat Kewaspadaan terhadap Risiko Kanker Payudara

Tujuan

Tujuan umum

Menganalisis hubungan antara konsumsi makanan dan aktivitas kurang gerak dengan tingkat kewaspadaan risiko kanker payudara pada remaja putri.

Tujuan khusus

1. Mengidentifikasi kebiasaan konsumsi makanan pada remaja putri.
2. Mengidentifikasi aktivitas kurang gerak pada remaja putri.
3. Mengidentifikasi tingkat kewaspadaan terhadap risiko kanker payudara pada remaja putri.
4. Menganalisis hubungan konsumsi makanan dengan tingkat kewaspadaan terhadap risiko kanker payudara pada remaja putri.
5. Menganalisis hubungan aktivitas kurang gerak dengan tingkat kewaspadaan terhadap risiko kanker payudara pada remaja putri.

Manfaat

Manfaat bagi responden dalam penelitian ini yaitu dapat diketahuinya tingkat kewaspadaan terhadap risiko kanker payudara. Selain itu, responden memperoleh pendidikan kesehatan mengenai pengetahuan, persepsi, serta praktik deteksi dini kanker payudara sehingga dapat mengubah perilaku menjadi lebih sehat dan terhindar dari kanker payudara di masa yang akan datang.

Perlakuan yang diterapkan pada responden

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif analisis, dalam penelitian ini responden akan dilakukan:

1. Pada tahap awal, responden diminta untuk mengisi kuesioner tentang data karakteristik responden yang terdiri dari nama, tanggal lahir, usia mulai

mengalami menstruasi, lamanya menstruasi, riwayat keluarga dengan kanker payudara, pendapatan orang tua, besar uang saku, dan sumber informasi mengenai kanker payudara.

2. Selanjutnya responden akan diminta mengisi kuesioner kebiasaan konsumsi makanan, dilanjutkan aktivitas kurang gerak, dan terakhir kuesioner tingkat kewaspadaan terhadap risiko kanker payudara. Dalam pengisian kuesioner, responden didampingi oleh peneliti dan Guru Bimbingan Konseling.
3. Waktu yang digunakan untuk pengisian sekitar 20-30 menit.

Hak untuk undur diri

Keikutsertaan responden dalam penelitian ini bersifat sukarela dan anda berhak untuk mengundurkan diri kapan pun, tanpa menimbulkan konsekuensi yang bersifat merugikan dan apabila dalam penelitian ini anda tidak bersedia dijadikan responden, maka peneliti akan mencari responden yang lain.

Jaminan kerahasiaan data

Semua data dan informasi identitas responden akan dijaga kerahasiaannya, yaitu dengan tidak mencantumkan identitas responden secara jelas dan pada laporan penelitian nama responden dibuat kode.

Adanya insentif untuk responden

Seluruh responden akan memperoleh pendidikan kesehatan mengenai kewaspadaan kanker payudara dan diakhir penelitian akan diberikan *leaflet* tentang kewaspadaan kanker payudara dan brosur sebagai apresiasi atas partisipasinya.

Informasi tambahan

Peneliti akan menyampaikan hasil penelitian kepada anda. Jika anda mengizinkan, hasil penelitian ini juga akan diberikan kepada institusi pendidikan dimana peneliti sedang belajar serta pada institusi pendidikan dimana responden belajar.

Pernyataan kesediaan

Apabila anda telah memahami penjelasan dan setuju menjadi responden dalam penelitian ini, mohon menandatangani surat pernyataan bersedia berpartisipasi sebagai responden penelitian.

Surabaya, Oktober 2019

Hormat saya,

Rahayu Dewi Pangestuti

Lampiran 3 Surat Pernyataan Bersedia menjadi Responden Penelitian (*Informed Consent*)

**SURAT PERNYATAAN
BERSEDIA MENJADI RESPONDEN PENELITIAN
(INFORMED CONSENT)**

Saya yang bertanda tangan di bawah ini, menyatakan **BERSEDIA / TIDAK BERSEDIA** *) menjadi peserta / responden penelitian yang akan dilakukan oleh Rahayu Dewi Pangestuti, mahasiswa Program Studi Keperawatan Fakultas Keperawatan Universitas Airlangga Surabaya, yang berjudul:

“Hubungan Konsumsi Makanan dan Sedentari *Lifestyle* dengan Tingkat Kewaspadaan terhadap Risiko Kanker Payudara pada Remaja Putri”.

Nama :

Usia : tahun

Alamat :

.....

.....No. Tlp / Hp:

Kode **) :

Sebagai responden dari penelitian tersebut. Persetujuan ini saya buat dengan sadar dan tanpa paksaan dari siapa pun. Demikian pernyataan ini saya buat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

*) coret yang tidak perlu

**) diisi oleh peneliti

Peneliti

Surabaya, Oktober 2019
Orang Tua/Wali Murid

(Rahayu Dewi Pangestuti) (.....)

Responden

(.....)

Lampiran 4 Kuesioner Data Demografi Responden

**KUESIONER
DATA DEMOGRAFI RESPONDEN**

Petunjuk pengisian:

1. Diisi oleh responden
2. Beri tanda (X) pada jawaban yang telah disediakan
3. Kotak “kode responden” hanya diisi oleh peneliti

Kode Responden

Pertanyaan

- 1 Tanggal Lahir (dd/mm/yy) _/_/_
- 2 Usia pertama kali mendapatkan menstruasi ___ tahun
- 3 Lamanya mengalami menstruasi tiap bulan ___ hari
- 4 Apakah anda memiliki keluarga dengan riwayat kanker payudara?
 1. Ya
 2. Tidak
- 5 Dimana anda tinggal
 1. Rumah orang tua
 2. Kos
 3. Saudara (selain orang tua)
 4. Lainnya, (sebutkan_____)
- 6 Besar uang saku perhari Rp. _____
- 7 Jumlah Penghasilan Orangtua
 1. > Rp 3.700.000
 2. ≤ Rp. 3.700.000
- 8 Sumber informasi tentang kanker payudara
 1. Keluarga
 2. Teman/tetangga
 3. Petugas kesehatan
 4. Sekolah
 5. Internet/ sosial media
 6. Televisi/ radio
 7. Lainnya, (sebutkan _____)

Lampiran 5 Kuesioner *Food Frequency Questionnaire* (FFQ)

KUESIONER
FOOD FREQUENCY QUESTIONNAIRE (FFQ)

Petunjuk pengisian:

1. Diisi oleh responden
2. Beri tanda (√) pada rata-rata bahan makanan dan minuman yang anda konsumsi seminggu terakhir.
3. Tuliskan seberapa besar gambaran porsi yang anda konsumsi.
4. Kotak “kode” hanya diisi oleh peneliti

Kode

Bahan Makanan	Frekuensi Makan			
	1 x/hari	4-6 x/minggu	2-3 x/minggu	Tidak pernah
Makanan pokok				
Nasi				
Mie				
Kentang				
Singkong/ubi				
Roti putih				
Sereal				
Jagung				
Ikan dan hasil olahannya				
Ikan goreng				
Ikan bakar				
Udang				
Cumi				
Kerang				
Kepiting				
Daging, telur dan hasil olahannya				
Daging panggang (BBQ)				
Sate ayam				
Sate kambing				
Ayam bakar				
Ayam goreng				
Telur ayam				
Nugget				
Bakso				
Sosis				
Kacang-kacangan dan hasil olahannya				
Kacang hijau				
Kacang tanah				
Kacang panjang				
Tahu				
Tempe				
Susu dan hasil olahannya				
Susu				

Bahan Makanan	Frekuensi Makan			
	1 x/hari	4-6 x/minggu	2-3 x/minggu	Tidak pernah
<i>Yoghurt</i>				
Keju				
<i>Ice cream</i>				
Sayur-sayuran				
Bayam				
Kangkung				
Daun singkong				
Sawi hijau				
Wortel				
Kembang kol				
Brokoli				
Timun				
Tomat				
Buncis				
Buah-buahan				
Jeruk				
Pepaya				
Apel				
Pisang				
Mangga				
Semangka				
Jus buah				
Salad buah				
Makanan jajanan				
<i>Hamburger</i>				
<i>Hotdog</i>				
<i>Pizza</i>				
<i>Spaghetti</i>				
<i>French fries</i>				
Donat				
Siomay				
Batagor				
Pempek				
Puding/agar-agar				
Cilok				
Pentol				
Coklat				
Softdrink				
<i>Coca-cola</i>				
<i>Sprite</i>				
<i>Fanta</i>				
<i>Pepsi</i>				
<i>Big cola</i>				
<i>Thai tea</i>				
Kopi				
Teh				

Lampiran 6 Kuesioner *Adolescent Sedentary Activity Questionnaire* (ASAQ)

KUESIONER
ADOLESCENT SEDENTARY ACTIVITY QUESTIONNAIRE (ASAQ)

Petunjuk pengisian:

1. Diisi oleh responden
2. Isikan berapa lama anda melakukan aktivitas yang ada pada daftar aktivitas di bawah ini.
3. Jika anda tidak melakukan aktivitas dibawah ini, silakan tulis “nol”.
4. Kotak “kode” hanya diisi oleh peneliti

Kode

Aktivitas sedentari/aktivitas kurang gerak pada hari Senin sampai Jumat

Kegiatan	Senin (menit)	Selasa (menit)	Rabu (menit)	Kamis (menit)	Jumat (menit)
Menonton TV					
Menonton film/video DVD					
Menggunakan komputer sebagai hiburan					
Menggunakan komputer untuk keperluan tugas					
Mengerjakan tugas tapi tidak menggunakan komputer					
Membaca buku					
Belajar (duduk)					
Duduk di mobil/bus/kereta/motor					
Membuat kerajinan tangan					
Bemain/mendengarkan alat musik					
Duduk saat bermain <i>handphone</i> /mengobrol dengan teman					

Aktivitas sedentari/aktivitas kurang gerak pada hari Sabtu dan Minggu (*weekend*)

Kegiatan	Sabtu (menit)	Minggu (menit)
Menonton TV		
Menonton film/video DVD		
Menggunakan komputer sebagai hiburan		
Menggunakan komputer untuk keperluan tugas		
Mengerjakan tugas tapi tidak menggunakan komputer		
Membaca buku		
Belajar (duduk)		
Duduk di mobil/bus/kereta/motor		
Membuat kerajinan tangan		
Bemain/mendengarkan alat musik		
Duduk saat bermain <i>handphone</i> /mengobrol dengan teman		

Lampiran 7 Kuesioner Tingkat Kewaspadaan terhadap Risiko Kanker Payudara

**KUESIONER
TINGKAT KEWASPADAAN TERHADAP RISIKO KANKER
PAYUDARA**

Petunjuk pengisian:

1. Diisi oleh responden
2. Baca dengan cermat dan teliti setiap pertanyaan yang tersedia dalam tabel di bawah ini
3. Beri tanda (√) pada jawaban yang anda pilih
4. Kotak “kode” hanya diisi oleh peneliti

Kode

STS : Bila anda *Sangat Tidak Setuju* dengan pernyataan**TS** : Bila anda *Tidak Setuju* dengan pernyataan**S** : Bila anda *Setuju* dengan pernyataan**SS** : Bila anda *Sangat Setuju* dengan pernyataan

No	Pernyataan	STS	TS	S	SS
A. Pengetahuan tentang Kanker Payudara					
1.	Kanker payudara adalah penyakit yang parah				
2.	Semua wanita dapat mengalami kanker payudara				
3.	Kanker payudara merupakan penyakit yang dapat disembuhkan				
4.	Jika wanita didiagnosis kanker payudara lebih dini, kemungkinan mereka akan sembuh akan lebih besar				
B. Pengetahuan tentang Faktor Risiko					
1.	Faktor penyebab kanker payudara adalah kegemukan				
2.	Faktor penyebab kanker payudara adalah makanan tinggi lemak				
C. Pengetahuan tentang Tanda dan Gejala					
1.	Tanda dan gejala dari kanker payudara adalah adanya rasa nyeri pada payudara				
2.	Tanda dan gejala dari kanker payudara adalah adanya perubahan letak puting susu				
D. Persepsi terhadap Kanker Payudara					
1.	Saya yakin akan merasakan/ mengetahui jika ada perubahan pada payudara saya				
2.	Memiliki keluarga dekat yang terkena kanker payudara dapat meningkatkan kemungkinan terkena kanker payudara				
3.	Mendapatkan menstruasi di usia dini dapat meningkatkan kemungkinan terkena kanker payudara				
4.	Berolahraga ringan kurang dari 30 menit selama 5 x/minggu dapat meningkatkan kemungkinan terkena kanker payudara				

No	Pernyataan	STS	TS	S	SS
E. Tindakan/Pencegahan terhadap Kanker Payudara					
1.	Seorang wanita seharusnya mulai melakukan pemeriksaan payudara sendiri di usia 20 tahun ke atas				
2.	Wanita harus melakukan pemeriksaan payudara setiap tahun				
3.	Saya yakin bisa melakukan pemeriksaan payudara sendiri				

Lampiran 8 Leaflet Kewaspadaan Kanker Payudara



UNIVERSITAS AIRLANGGA
Excellence with Morality

KEWASPADAAN KANKER PAYUDARA

Kanker payudara merupakan tumor ganas yang terbentuk di jaringan payudara. Tumor ganas adalah kumpulan sel kanker yang berkembang secara cepat ke jaringan di sekitarnya atau menyebar ke bagian tubuh yang lain.

Kurangnya kewaspadaan terhadap faktor risiko kanker payudara dapat menyebabkan sel kanker berkembang dengan cepat di dalam tubuh. Untuk itu dianjurkan untuk melakukan deteksi dini kanker payudara dan mencegah faktor risiko.

**Deteksi Dini
KANKER PAYUDARA**
bertujuan untuk

Menemukan benjolan dan tanda-tanda lain pada payudara sedini mungkin agar dapat dilakukan tindakan pengobatan secepatnya



Seleksi apapun benjolan yang ditemukan segera konsultasikan ke pelayanan kesehatan

Menunda berarti memberi kesempatan sel kanker berkembang dan menurunkan kesempatan untuk sembuh

Cara melakukan SADARI
Pemeriksaan Payudara Sendiri

1. Angkat tangan keatas dan periksa depan cermin ada perubahan pada payudara atau tidak
2. Angkat tangan keatas dan periksa depan cermin ada perubahan pada puting, bentuk, cairan atau tidak
3. Taruh tangan dipinggang tekan kedepan lalu ulangi langkah 1 & 2
4. Tekan payudara dari atas kebawah dan periksa ada benjolan atau tidak
5. Tekan payudara secara melingkar dan pencet puting. Periksa ada benjolan dan cairan atau tidak
6. Dengan posisi berbaring tekan payudara secara melingkar dan pencet puting. Periksa seperti di no 5

Sumber :
Kemenkes RI
World Health Organization (WHO)

Oleh:
Rahayu Dewi Pangestuti
Fakultas Keperawatan
Universitas Airlangga
2019

@rahayudewi3096@gmail.com
rahayudewip

KANKER PAYUDARA

• Menurut World Health Organization (WHO), kanker payudara menduduki peringkat nomor satu jenis kanker yang dialami wanita di Indonesia dengan jumlah kejadian sebanyak 2,1 juta di tahun 2018.



Bagaimana gejala kanker payudara?

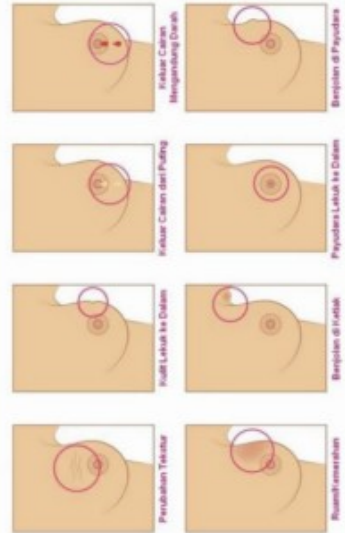
- » Teraba benjolan di payudara dan seringkali terasa nyeri
- » Bentuk payudara kanan dan/kiri tidak sama (lebih besar disalah satu payudara)
- » Terdapat luka pada payudara dan tak kunjung sembuh
- » Kulit payudara mengeras seperti kulit jeruk



Faktor Risiko Kanker Payudara

- ▼ Usia haid pertama <12 tahun
- ▼ Siklus/menstruasi tidak normal (normalnya 7 hari setiap bulan)
- ▼ Makan makanan tinggi lemak hewani secara berlebih di usia remaja
- ▼ Kurang makan makanan berserat atau buah dan sayur di usia remaja
- ▼ Kurang melakukan aktivitas fisik di usia remaja
- ▼ Mengalami stress berat
- ▼ Riwayat kanker dalam keluarga
- ▼ Perokok aktif atau pasif

Gambar Ciri-Ciri Kanker Payudara



Deteksi Dini Kanker Payudara

• SABARI --- SABANIS

Pemeriksaan Payudara Sendiri
Dapat dilakukan setiap bulan pada hari ke 7 sampai hari ke 10 dihitung dari mulai haid pertama.
Oleh tenaga kesehatan.

Pencegahan Penyakit Kanker Payudara

Berdasarkan hasil penelitian, kanker payudara disebabkan faktor genetik dan non-genetik. Akan tetapi, pencegahan kanker payudara yang utama adalah menghindari faktor-faktor risiko kanker dengan melakukan pola hidup sehat dan menghindari asap rokok



Tempat Deteksi Dini dan Pengobatan Kanker



Tempat deteksi dini bisa dilakukan di Puskesmas atau fasilitas pelayanan kesehatan.
Deteksi dini secara klinis dapat dilakukan di usai 20 tahun ke atas.

Lampiran 9 Surat Pengambilan Fasilitas Pengambilan Data



KEMENTERIAN RISET, TEKNOLOGI, DAN PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS AIRLANGGA
FAKULTAS KEPERAWATAN

Kampus C Mulyorejo Surabaya 60115 Telp. (031) 5913754, 5913257, 5913756 Fax. (031) 5913257, 5913752
Website: <http://ners.unair.ac.id> | Email: dekan_ners@fkp.unair.ac.id

Nomor : 2569UN3.1.13/PPd/2019

5 Juli 2019

Lampiran : -
Perihal : **Permohonan Fasilitas
Survey Pengambilan Data Awal**

Kepada Yth.: Kepala Sekolah SMK N 5 Surabaya
Surabaya

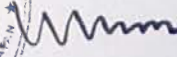
Sehubungan dengan akan dilaksanakannya survey pengambilan data awal bagi mahasiswa Program Studi Keperawatan Fakultas Keperawatan Universitas Airlangga, maka kami mohon kesediaan Bapak/ Ibu memberikan kesempatan kepada mahasiswa kami di bawah ini untuk melakukan pengumpulan data awal sebagai bahan penyusunan proposal penelitian

Nama	: Rahayu Dewi Pangestuti
NIM	: 131811123066
Judul Skripsi	: Hubungan Konsumsi Makanan dan Aktivitas Sedentari dengan Kewaspadaan Resiko Kanker Payudara pada Remaja Wanita
Pembimbing Ketua	: Ni Ketut Alit Armini, S.Kp., M.Kes
Pembimbing	: Lingga Curnia Dewi, S.Kep., Ns., M.Kep

Atas perhatian dan kerjasama Bapak/ Ibu, kami sampaikan terima kasih.

a.n. Dekan
Wakil Dekan I



D. Kusnanto, S.Kp., M.Kes. 
NIP. 196808291989031002

Lampiran 10 Surat Ijin Penelitian BAKESBANGPOL



PEMERINTAH PROVINSI JAWA TIMUR
BADAN KESATUAN BANGSA DAN POLITIK
 JALAN PUTAT INDAH NO. 1 TELP. (031) - 5677935, 5681297, 5675493
 SURABAYA - (60189)

Surabaya, 15 Juli 2019

Nomor : 070/ 6920/ 209.4/ 2018
 Sifat : Biasa
 Lampiran : -
 Perihal : Penelitian/Survey/Research

Kepada
 Yth. Kepala Cabang Dinas Pendidikan
 Wilayah Sidoarjo
 di
SIDOARJO

Menunjuk surat : Dekan Fakultas Keperawatan Universitas Airlangga
 Nomor : 2629/UN3.1.13/PPd/2019
 Tanggal : 9 Juli 2019

Bersama ini memberikan Rekomendasi kepada :

Nama : Rahayu Dewi Pangestuti
 A l a m a t : Jl. Mandura II PSI, Sukoharjo, Margorejo, Pati
 Pekerjaan : Mahasiswa
 Kebangsaan : Indonesia

bermaksud mengadakan penelitian/survey/research :

Judul : "Hubungan Konsumsi Makanan dan Sedentari Lifestyle dengan Tingkat Kewaspadaan Terhadap Resiko Kanker Payudara pada Remaja Wanita"
 Tujuan/bidang : Mencari Data, Wawancara, Skripsi/ Keperawatan
 Dosen Pembimbing : Ni Ketut Alit Armini, S.Kp.,M.Kes
 Peserta : -
 Waktu : 3 bulan
 Lokasi : SMK N 5 Surabaya

Sehubungan dengan hal tersebut, diharapkan dukungan dan kerjasama pihak terkait untuk memberikan bantuan yang diperlukan. Adapun kepada peneliti agar memperhatikan hal-hal sebagai berikut :

1. Berkewajiban menghormati dan mentaati peraturan dan tata tertib yang berlaku di daerah setempat;
2. Pelaksanaan penelitian/survey/research agar tidak disalahgunakan untuk tujuan tertentu yang dapat mengganggu kestabilan keamanan dan ketertiban di daerah setempat;
3. Melaporkan hasil penelitian dan sejenisnya kepada Bakesbangpol Provinsi Jawa Timur.

Demikian untuk menjadi maklum.

a.n. KEPALA BADAN KESATUAN BANGSA DAN POLITIK
 PROVINSI JAWA TIMUR
 Kepala Bidang Budaya Rakyat



Drs. Ec. SUBEKTI, MM
 Pembina
 NIP. 19620116 198903 1-006

Tembusan :

- Yth. 1. Dekan Fakultas Keperawatan Universitas Airlangga di Surabaya
 2. Yang bersangkutan.

Lampiran 11 Surat Ijin Penelitian Dinas Pendidikan Wilayah Sidoarjo



PEMERINTAH PROVINSI JAWA TIMUR
DINAS PENDIDIKAN PROVINSI JAWA TIMUR
CABANG DINAS PENDIDIKAN WILAYAH SIDOARJO
 Jl. Ponti No.09 Lingkar Barat, Telp. 03199706003
 Email : cabdin.sidoarjo@gmail.com / cabdinsby@gmail.com
SIDOARJO 61212

Surabaya, 18 Juli 2019

Nomor : 420/70/101.6.25/2019
 Sifat : Biasa
 Lampiran : -
 Perihal : Surat ijin Penelitian

Kepada
Yth. Sdr. Kepala SMK Negeri 5
di –
SURABAYA

Menindak lanjuti Surat dari Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Nomor : 070/6920/209.4/2019 Tanggal, 15 Juli 2019 perihal ijin penelitian/survey/research skripsi mahasiswa atas nama **Rahayu Dewi Pangestuti dari Universitas Airlangga Surabaya** pada prinsipnya kami **memberikan ijin** penelitian dengan judul proposal “Hubungan konsumsi makanan dan sedentari lifestyle dengan tingkat kewaspadaan terhadap resiko kanker payudara pada remaja wanita”.

Sehubungan dengan kegiatan dimaksud kiranya Saudara membantu kegiatan Penelitian/survey/research. Dan mahasiswa atas nama tersebut memberikan laporan hasil penelitian untuk Cabang Dinas Pendidikan Wilayah Sidoarjo.

Demikian atas perhatian dan kerjasamanya disampaikan terima kasih.

**KEPALA CABANG DINAS PENDIDIKAN
 WILAYAH SIDOARJO**



Dr. SUKARYANTHO, M.Si

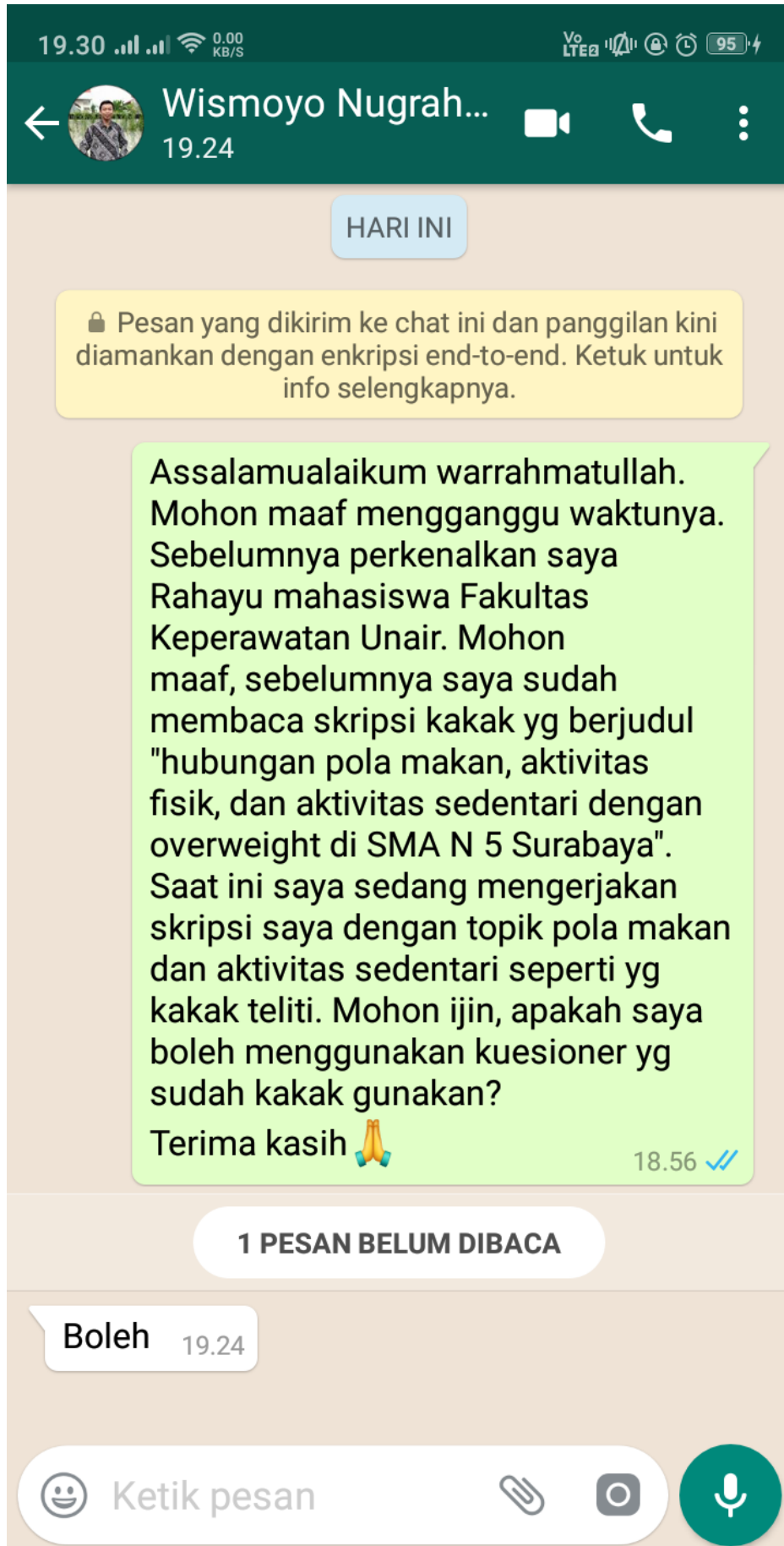
Pembina Tingkat I

NIP. 19620424 198803 1 011

Tembusan:

- Yth. 1. Bpk. Kepala Dinas Pendidikan Prov.Jatim (sebagai laporan)
2. Bpk. Kepala Badan Bangpol Prov. Jatim

Lampiran 12 Surat Ijin Penggunaan Kuesioner



The screenshot shows a Gmail interface with the following elements:

- Browser Address Bar:** [https://mail.google.com/mail/u/0/?sw=2&token=\[\"cftp\", \"4e22bb4d8f\", \"gmail_fe_191128...](https://mail.google.com/mail/u/0/?sw=2&token=[\)
- Gmail Header:** Search bar with "Telusuri email", "unair" logo, and a profile icon.
- Left Sidebar:**
 - Tulis (Compose)
 - Kotak Masuk (Inbox) - 9
 - Berbintang (Starred)
 - Ditunda (Delayed)
 - Terkirim (Sent)
 - Draf (Drafts) - 2
 - Selengkapnya (More)
 - rahayu (Profile)
- Message List:**
 - Message 1:**
 - From:** rahayu dewi <rahayu.dewi.pangestuti-2018@fkp.unair.ac.id>
 - To:** kepada louiseh
 - Date:** Rab, 11 Des 23.02 (8 hari yang lalu)
 - Subject:** Permission to use ASAQ
 - Body:**

Hii
 Good Morning.
 Let me introduce myself. I am Rahayu, a student from the Faculty of Nursing, Airlangga University, Indonesia.
 I would like to ask your permission to use your ASAQ for my research about the sedentary level in Indonesian adolescent girls.
 Would you mind giving permission to me for using that questionnaire?
 Thanks a lot
 - Message 2:**
 - From:** Louise Hardy <louise.hardy@sydney.edu.au>
 - To:** kepada saya
 - Date:** Jum, 13 Des 10.44 (6 hari yang lalu)
 - Subject:** (Inferred from context)
 - Body:**

Dear Rahayu

Thank you for your email, and yes you have my permission to use ASAQ.

ASAQ has been used by many researchers however a few things to note:

Since ASAQ's development, screen devices (smart phones and tablets) have proliferated and are popular among adolescents so we have added that to ASAQ and I have a copy of that version. (We are yet to assess the psychometrics).

Lampiran 13 Sertifikat Uji Etik



KOMISI ETIK PENELITIAN KESEHATAN
 HEALTH RESEARCH ETHICS COMMITTEE
 FAKULTAS KEPERAWATAN UNIVERSITAS AIRLANGGA
 FACULTY OF NURSING UNIVERSITAS AIRLANGGA

KETERANGAN LOLOS KAJI ETIK
 DESCRIPTION OF ETHICAL APPROVAL

“ETHICAL APPROVAL”

No : 1782-KEPK

Komite Etik Penelitian Kesehatan Fakultas Keperawatan Universitas Airlangga dalam upaya melindungi hak asasi dan kesejahteraan subyek penelitian kesehatan, telah mengkaji dengan teliti protokol berjudul :

The Committee of Ethical Approval in the Faculty of Nursing Universitas Airlangga, with regards of the protection of Human Rights and welfare in health research, carefully reviewed the research protocol entitled :

**“HUBUNGAN KONSUMSI MAKANAN DAN SEDENTARI LIFESTYLE
 DENGAN TINGKAT KEWASPADAAN TERHADAP RISIKO KANKER
 PAYUDARA PADA REMAJA PUTRI”**

Peneliti utama : **Rahayu Dewi Pangestuti**
Principal Investigator
Nama Institusi : Fakultas Keperawatan Universitas Airlangga
Name of the Institution
Unit/Lembaga/Tempat Penelitian : SMK Negeri 5 Surabaya
Setting of research

Dan telah menyetujui protokol tersebut di atas melalui Dipercepat.
And approved the above-mentioned protocol with Expedited.

Surabaya, 7 Oktober 2019
 Ketua, (CHAIRMAN)

Dr. Joni Haryanto, S.Kp., M.Si.
 NIP. 1963 0608 1991 03 1002

**Masa berlaku 1 tahun*
1 year validity period

Lampiran 14 Surat Ijin Pengambilan Data Penelitian



KEMENTERIAN RISET, TEKNOLOGI, DAN PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS AIRLANGGA
FAKULTAS KEPERAWATAN

Kampus C Mulyorejo Surabaya 60115 Telp. (031) 5913754, 5913257, 5913756 Fax. (031) 5913257, 5913752
Website: <http://ners.unair.ac.id> | Email: dekan_ners@fkip.unair.ac.id

Nomor : 3988 /UN3.1.13/PPd/2019
Lampiran : 1 (satu) eksemplar
Perihal : **Permohonan Fasilitas
Pengambilan Data Penelitian**

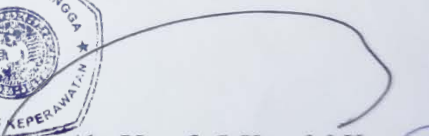
9 Oktober 2019

Kepada Yth. : Kepala SMKN 5 Surabaya
Surabaya

Sehubungan dengan akan dilaksanakannya penelitian bagi mahasiswa Program Studi Keperawatan Fakultas Keperawatan Universitas Airlangga, maka kami mohon kesediaan Bapak/Ibu memberikan kesempatan kepada mahasiswa kami di bawah ini untuk mengambil data penelitian sebagai bahan penyusunan skripsi

Nama : Rahayu Dewi Pangestuti
NIM : 131811123066
Judul Skripsi : Hubungan Konsumsi Makanan dan Sedentari Lifestyle dengan Tingkat Kewaspadaan terhadap Risiko Kanker Payudara pada Remaja Putri

Atas perhatian dan kerjasama Bapak/ Ibu, kami sampaikan terima kasih.

Plh. Wakil Dekan I
Wakil Dekan III

Dr. Ah. Yusuf, S.Kp., M.Kes
NIP : 196701012000031002

Lampiran 15 Surat Keterangan telah Melakukan Penelitian



PEMERINTAH PROVINSI JAWA TIMUR
DINAS PENDIDIKAN
SEKOLAH MENENGAH KEJURUAN NEGERI 5
SURABAYA

Jl. Mayjend. Prof. Dr. Mustopo 167-169 Telp. 031-5934888, 5928703, 5924994 Fax. 031-5924990 Email : stemba5sby@gmail.com
SURABAYA 60285

SURAT KETERANGAN

Nomor 421/770/101.6.1.27/2019

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Drs. Heru Mursanyoto, MM
N.I.P : 1963091331987031016
Pangkat/Golongan : Pembina TK. 1/ IVb
Jabatan : Kepala SMK Negeri 5 Surabaya

Dengan ini menerangkan bahwa :

Nama : **Rahayu Dewi Pangestuti**
N.I.M : 131811123066
Program Studi : S1 Fakultas Keperawatan
Universitas Airlangga
Judul Penelitian : Hubungan Konsumsi Makanan dan Sedentari Lifestyle dengan Tingkat Kewaspadaan terhadap Risiko Kanker Payudara pada Remaja Putri.
Maksud : Benar-benar telah melaksanakan survey / penelitian di SMK Negeri 5 Surabaya pada Tanggal 21 Oktober 2019

Demikian Surat Keterangan ini dibuat untuk dipergunakan seperlunya.

Surabaya, 31 Oktober 2019
Kepala SMK Negeri 5,

[Signature]
Drs. Heru Mursanyoto, MM.
Pembina TK.I
NIP 1963091331987031016

Lampiran 16 Hasil Analisis Univariat

Tabel distribusi konsumsi makanan

Jenis Makanan	Kekerapan konsumsi							
	1 x/hari		1-3 x/minggu		4-6 x/minggu		Tidak pernah	
	F(n = 206)	% (n = 100%)	F (n = 206)	% (n = 100%)	F (n = 206)	% (n = 100%)	F (n = 206)	% (n = 100%)
Roti	18	8,7	71	34,5	45	21,8	72	35,0
Sereal	9	4,4	66	32,0	9	4,4	122	59,2
Ikan bakar	3	1,5	41	19,9	9	4,4	153	74,3
Udang	13	6,3	78	37,9	51	24,8	64	31,1
Cumi	1	0,5	61	29,6	35	17,0	109	52,9
Kerang	3	1,5	22	10,7	6	2,9	175	85,0
Kepiting	3	1,5	14	6,8	5	1,9	185	89,8
Daging panggang	0	0	15	7,3	4	1,9	187	90,8
Sate ayam	10	4,9	83	40,3	23	11,2	90	43,7
Sate kambing	1	0,5	11	5,3	4	1,9	190	92,2
Ayam bakar	8	3,9	61	29,6	9	4,4	128	62,1
Ayam goreng	29	14,1	88	42,7	75	36,4	14	6,8
Nugget	16	7,8	81	39,3	22	10,7	87	42,2
Bakso	13	6,3	90	43,7	75	36,4	28	13,6
Sosis	17	8,3	82	39,8	58	28,2	49	23,8
Susu	57	27,7	76	36,9	41	19,9	32	15,5
<i>Yoghurt</i>	3	1,5	25	12,1	7	3,4	171	83,0
Keju	2	1,0	69	33,5	13	6,3	122	59,2
<i>Ice cream</i>	13	6,3	72	35,0	65	31,6	56	27,2
Mie instan	30	14,6	104	50,5	60	29,1	12	5,8
<i>Burger</i>	1	0,5	70	34,0	18	8,7	117	56,8
<i>Hotdog</i>	1	0,5	4	1,9	6	2,9	195	94,7
<i>Pizza</i>	4	1,9	63	30,6	7	3,4	132	64,1
<i>Spagethy</i>	1	0,5	25	12,1	6	2,9	174	84,5
Kentang goreng	5	2,4	52	25,2	17	8,3	133	64,1
Donat	37	18,0	67	32,5	39	18,9	63	30,6
Siomay	8	3,9	106	51,5	18	8,7	74	35,9

Jenis Makanan	Kekerapan konsumsi							
	1 x/hari		1-3 x/minggu		4-6 x/minggu		Tidak pernah	
	F(n = 206)	% (n = 100%)	F (n = 206)	% (n = 100%)	F (n = 206)	% (n = 100%)	F (n = 206)	% (n = 100%)
Batagor	7	3,4	64	31,1	8	3,9	127	61,7
Pempek	6	2,9	47	22,8	6	2,9	147	71,4
Puding	9	4,4	68	33,0	9	4,4	120	58,3
Cilok	7	3,4	29	14,1	6	2,9	164	79,6
Pentol	14	6,8	76	36,9	103	50,0	13	6,3
Coklat	22	10,7	85	41,3	45	21,8	54	26,2
Coca cola	0	0	28	13,6	6	2,9	172	83,5
Sprite	0	0	41	19,9	8	3,9	157	76,2
Fanta	0	0	23	11,2	5	2,4	178	86,4
Pepsi	0	0	12	5,8	6	2,9	188	91,3
Big cola	1	0,5	8	3,9	2	1,0	195	94,7
Thai tea	54	26,2	32	15,5	45	21,8	75	36,4
Kopi	16	7,8	74	35,9	21	10,2	95	46,1
Teh	40	19,4	96	46,6	38	18,4	32	15,5

Tabel distribusi sedentari *time* (dalam jam)

Kategori Sedentari	Senin-Jumat	Sabtu-Minggu	Senin-Minggu
SSR	1,39	3,06	1,87
Educational activities	1,59	1,76	1,64
Travel	0,67	0,66	0,66
Cultural activities	0,96	1,44	1,10
Social activities	2,58	3,34	2,80

Distribusi frekuensi parameter Kuesioner Tingkat Kewaspadaan terhadap Risiko Kanker Payudara

Statistics

		Parameter A	Parameter B	Parameter C	Parameter D	Parameter E
N	Valid	206	206	206	206	206
	Missing	0	0	0	0	0
Mean		11,2913	4,3398	4,8689	9,0583	6,1311
Std. Deviation		1,72291	1,30330	1,36411	1,96717	2,11552

Tingkat kewaspadaan kanker payudara

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	67	32,5	32,5	32,5
	Tinggi	139	67,5	67,5	100,0
Total		206	100,0	100,0	

Kategori konsumsi makanan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak berisiko	189	91,7	91,7	91,7
	Berisiko	17	8,3	8,3	100,0
Total		206	100,0	100,0	

Kategori sedentari

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	3	1,5	1,5	1,5
	Sedang	55	26,7	26,7	28,2
	Tinggi	148	71,8	71,8	100,0
	Total	206	100,0	100,0	

Lampiran 17 Hasil Analisis Bivariat

Tingkat kewaspadaan kanker payudara * Kategori konsumsi makanan
Crosstabulation

		Kategori konsumsi makanan		Total	
		Tidak berisiko	Berisiko		
Tingkat kewaspadaan kanker payudara	Rendah	Count	56	11	67
		% within Tingkat kewaspadaan kanker payudara	83,6%	16,4%	100,0%
		% within Kategori konsumsi makanan	29,6%	64,7%	32,5%
		% of Total	27,2%	5,3%	32,5%
	Tinggi	Count	133	6	139
		% within Tingkat kewaspadaan kanker payudara	95,7%	4,3%	100,0%
		% within Kategori konsumsi makanan	70,4%	35,3%	67,5%
		% of Total	64,6%	2,9%	67,5%
	Total	Count	189	17	206
		% within Tingkat kewaspadaan kanker payudara	91,7%	8,3%	100,0%
% within Kategori konsumsi makanan		100,0%	100,0%	100,0%	
% of Total		91,7%	8,3%	100,0%	

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymptotic Significance (2- sided)	Exact Sig. (2- sided)	Exact Sig. (1- sided)
Pearson Chi-Square	8,744 ^a	1	,003		
Continuity Correction ^b	7,219	1	,007		
Likelihood Ratio	8,090	1	,004		
Fisher's Exact Test				,006	,005
Linear-by-Linear Association	8,702	1	,003		
N of Valid Cases	206				

a. 0 cells (0,0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 5,53.

b. Computed only for a 2x2 table

Risk Estimate

	Value	95% Confidence Interval	
		Lower	Upper
Odds Ratio for Tingkat kewaspadaan kanker payudara (Rendah / Tinggi)	,230	,081	,651
For cohort Kategori konsumsi makanan = Tidak berisiko	,874	,781	,977
For cohort Kategori konsumsi makanan = Berisiko	3,803	1,469	9,845
N of Valid Cases	206		

**Tingkat kewaspadaan kanker payudara * Kategori sedentari
Crosstabulation**

		Kategori sedentari			Total
		Rendah	Sedang	Tinggi	
Tingkat kewaspadaan kanker payudara	Count	1	16	50	67
	% within Tingkat kewaspadaan kanker payudara	1,5%	23,9%	74,6%	100,0%
	% within Kategori sedentari	33,3%	29,1%	33,8%	32,5%
	% of Total	0,5%	7,8%	24,3%	32,5%
	Count	2	39	98	139
Total	% within Tingkat kewaspadaan kanker payudara	1,4%	28,1%	70,5%	100,0%
	% within Kategori sedentari	66,7%	70,9%	66,2%	67,5%
	% of Total	1,0%	18,9%	47,6%	67,5%
	Count	3	55	148	206
Total	% within Tingkat kewaspadaan kanker payudara	1,5%	26,7%	71,8%	100,0%
	% within Kategori sedentari	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%
	% of Total	1,5%	26,7%	71,8%	100,0%

Correlations

			Tingkat kewaspadaan kanker payudara	Kategori sedentari
Spearman's rho	Tingkat kewaspadaan kanker payudara	Correlation Coefficient	1,000	-,042
		Sig. (2-tailed)	.	,548
		N	206	206
	Kategori sedentari	Correlation Coefficient	-,042	1,000
		Sig. (2-tailed)	,548	.
		N	206	206