

DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah, A.Z., Jafar, N. and Jafar, N. (2023) '*Health literacy* Brisk Walking Exercise on Clinical Outcomes of Blood Sugar in Patients with Type 2 Diabetes Mellitus in Indonesia', 15(2), pp. 433–438.
- Alefishat, E.A., Abu Farha, R.K. and Al-Debei, M.M. (2017) 'Self-Reported Adherence among Individuals at High Risk of Metabolic Syndrome: Effect of Knowledge and Attitude', *Medical Principles and Practice*, 26(2), pp. 157–163. Available at: <https://doi.org/10.1159/000453037>.
- Blackford, K. et al. (2016) 'Home-based lifestyle intervention for rural adults improves metabolic syndrome parameters and cardiovascular risk factors: A randomised controlled trial', *Preventive Medicine*, 89, pp. 15–22. Available at: <https://doi.org/10.1016/j.ypmed.2016.05.012>.
- Blaschke, S. et al. (2023) 'Promoting physical activity-related health competence to increase leisure-time physical activity and health-related quality of life in German private sector office workers', *BMC Public Health*, 23(1), pp. 1–16. Available at: <https://doi.org/10.1186/s12889-023-15391-7>.
- Dagogo-Jack, S., Egbunu, N. and Edeoga, C. (2010) 'Principles and practice of nonpharmacological interventions to reduce cardiometabolic risk', *Medical Principles and Practice*, 19(3), pp. 167–175. Available at: <https://doi.org/10.1159/000285280>.
- Damman, O.C. et al. (2016) 'Barriers in using cardiometabolic risk information among consumers with low *health literacy*', *British Journal of Health Psychology*, 21(1), pp. 135–156. Available at: <https://doi.org/10.1111/bjhp.12149>.
- Darsini, Fahrurrozi and Cahyono, E.A. (2019) 'Pengetahuan ; Artikel Review', *Jurnal Keperawatan*, 12(1), p. 97.
- Debussche, X. et al. (2018) 'Characterisation of *health literacy* strengths and weaknesses among people at metabolic and cardiovascular risk: Validity testing of the *Health literacy* Questionnaire', *SAGE Open Medicine*, 6, p. 205031211880125. Available at: <https://doi.org/10.1177/2050312118801250>.
- Direktorat P2PTM (2021) 'Rencana Aksi Kerja Kegiatan Direktorat P2PTM', Direktorat P2PTM [Preprint]. Available at: <http://www.p2ptm.kemkes.go.id/kegiatan-p2ptm/subdit-penyakit-jantung-dan-pembuluh-darah/ginjal-kronis>.
- Dirjen P2P Kemkes RI (2020) 'Rencana Aksi Program 2020-2024', *Jurnal Ilmiah Teknosains*, 2(1/Mei), pp. 1–33. Available at: <https://e-renggar.kemkes.go.id/file2018/e-performance/1-465827-3tahunan-684.pdf>.
- Esmailnasab, N., Moradi, G. and Delaveri, A. (2012) 'Risk factors of non-communicable diseases and metabolic syndrome', *Iranian Journal of Public Health*, 41(7), pp. 77–85.
- Espósito, R.C. et al. (2018) 'Prevalence of the metabolic syndrome according to different criteria in the male population during the Blue November Campaign in Natal, RN, Northeastern Brazil', *Diabetes, Metabolic Syndrome and Obesity: Targets and Therapy*, 11, pp. 401–408. Available at: <https://doi.org/10.2147/DMSO.S168430>.
- Fenty, F. et al. (2018) 'Metabolic syndrome among adults in rural', *Indonesian Journal of Clinical Pathology and Medical Laboratory*, 22(3), p. 254. Available at: <https://doi.org/10.24293/ijcpml.v22i3.1241>.
- Froze, S., Arif, M.T. and R., S. (2019) 'Determinants of *Health literacy* and Healthy Lifestyle against Metabolic Syndrome among Major Ethnic Groups of Sarawak, Malaysia: A Multi-Group Path Analysis', *The Open Public Health Journal*, 12(1), pp. 172–183. Available at: <https://doi.org/10.2174/1874944501912010172>.
- Froze, S., Arif, M.T. and Saimon, R. (2018) 'Does *Health literacy* Predict Preventive

- Lifestyle on Metabolic Syndrome? A Population-Based Study in Sarawak Malaysia', *Open Journal of Preventive Medicine*, 08(06), pp. 169–182. Available at: <https://doi.org/10.4236/ojpm.2018.86016>.
- G. Saklayen, M. (2018) 'The Global Epidemic of the metabolic syndrome', *Current Hypertension Reports* (, pp. 1–8. Available at: <https://doi.org/https://doi.org/10.1007/s11906-018-0812-z>.
- Guo, Y. *et al.* (2015) 'Shift work and the relationship with metabolic syndrome in chinese aged workers', *PLoS ONE*, 10(3), pp. 1–13. Available at: <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0120632>.
- Hardati, A.T. and Ahmad, R.A. (2017) 'Pengaruh aktivitas fisik terhadap kejadian hipertensi pada pekerja (Analisis data Riskesdas 2013)', *Berita Kedokteran Masyarakat*, 33(10), p. 467. Available at: <https://doi.org/10.22146/bkm.25783>.
- Herningtyas, E.H. and Ng, T.S. (2019) 'Prevalence and distribution of metabolic syndrome and its components among provinces and ethnic groups in Indonesia', *BMC Public Health*, 19(1), pp. 1–12. Available at: <https://doi.org/10.1186/s12889-019-6711-7>.
- I. Mohebbi, K. Shateri, M.S. (2012) 'The relationship shift kerja and SM.pdf', *International journal of occupational medicine and enviromental health*, 25(4), pp. 382–391. Available at: <https://doi.org/DOI.10.2478/S13382-012-0051-5>.
- Jafar, N. *et al.* (2020) 'Improved Knowledge, Attitudes, and Practices of Balanced Nutrition after Educational Intervention Based on the Self-determination Theory: An Intervention Study in Senior School Teachers in Makassar City', 8, pp. 228–235.
- Jahangiry, L. *et al.* (2015) 'Interactive web-based lifestyle intervention and metabolic syndrome: Findings from the Red Ruby (a randomized controlled trial)', *Trials*, 16(1), pp. 1–10. Available at: <https://doi.org/10.1186/s13063-015-0950-4>.
- Jeffrey, B. *et al.* (2019) 'Mobile phone applications and their use in the self-management of Type 2 Diabetes Mellitus: A qualitative study among app users and non-app users', *Diabetology and Metabolic Syndrome*, 11(1), pp. 1–17. Available at: <https://doi.org/10.1186/s13098-019-0480-4>.
- Joshi, A. *et al.* (2013) 'Knowledge, attitude, and practices of individuals to prevent and manage metabolic syndrome in an Indian setting', *Diabetes Technology and Therapeutics*, 15(8), pp. 644–653. Available at: <https://doi.org/10.1089/dia.2012.0309>.
- Kang, J.S., Kang, H.S. and Jeong, Y. (2014) 'A web-based health promotion program for patients with metabolic syndrome', *Asian Nursing Research*, 8(1), pp. 82–89. Available at: <https://doi.org/10.1016/j.anr.2014.03.002>.
- Kaur, J. (2014) 'Retracted: A Comprehensive Review on Metabolic Syndrome 2014', *Cardiology Research and Practice* [Preprint], (943162). Available at: <https://doi.org/doi.org/10.1155/2014/943162>.
- Kemenkes RI (2013) *Riset Kesehatan Dasar 2013*. Available at: <https://www.kemkes.go.id/resources/download/general/HasilRiskesdas2013.pdf>. Kemenkes RI (2019) 'Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018', *Kementrian Kesehatan RI*, 53(9), pp. 1689–1699.
- Kemenkes RI (2020) 'Rencana Strategis Kementerian Kesehatan tahun 2020-2024', *Kemenkes RI*, 2507(February), pp. 1–9.
- Kemenkes Sul Sel (2013) 'Profil Kesehatan 2013', *Riskesdas* [Preprint].
- Kementerian Kesehatan RI Badan Penelitian dan Pengembangan (2019) *Laporan Provinsi Sulawesi Selatan Riskesdas 2018, Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan*. Available at:

- <http://ejournal2.litbang.kemkes.go.id/index.php/lpb/article/view/3658>.
- Larki, A., Tahmasebi, R. and Reisi, M. (2018) 'Factors predicting self-care behaviors among low *health literacy* hypertensive patients based on health belief model in Bushehr District, South of Iran', *International Journal of Hypertension*, 2018. Available at: <https://doi.org/10.1155/2018/9752736>.
- Mahadzir, M.D.A., Quek, K.F. and Ramadas, A. (2021) 'Group-based lifestyle intervention strategies for metabolic syndrome: A scoping review and strategic framework for future research', *Medicina (Lithuania)*, 57(11). Available at: <https://doi.org/10.3390/medicina57111169>.
- McCracken, E., Monaghan, M. and Sreenivasan, S. (2018) 'Pathophysiology of the metabolic syndrome', *Clinics in Dermatology*, 36(1), pp. 14–20. Available at: <https://doi.org/10.1016/j.clindermatol.2017.09.004>.
- Medyati, N. et al. (2019) 'Health literacy as a risk predictor of cardiovascular diseases among informal sector worker in Makassar city', *Indian Journal of Public Health Research and Development*, 10(2), pp. 462–466. Available at: <https://doi.org/10.5958/0976-5506.2019.00334.6>.
- Nam, J.Y. et al. (2016) 'Associations of sitting time and occupation with metabolic syndrome in South Korean adults: A cross-sectional study', *BMC Public Health*, 16(1), pp. 1–10. Available at: <https://doi.org/10.1186/s12889-016-3617-5>.
- Negi, P.C. et al. (2019) 'Prevalence and risk determinants of metabolic syndrome in obese worksite workers in hill city of Himachal Pradesh, India', *Indian Heart Journal*, 71(1), pp. 45–51. Available at: <https://doi.org/10.1016/j.ihj.2019.01.001>.
- Panahi, R. et al. (2021) 'Promoting the adoption of behaviors to prevent osteoporosis using the health belief model integrated with *health literacy* : quasi-experimental intervention study', *BMC Public Health*, 21(1), pp. 1–11. Available at: <https://doi.org/10.1186/s12889-021-12300-8>.
- Park, J., Kim, S.H. and Kim, J.G. (2020) 'Effects of message framing and *health literacy* on intention to perform diabetes self-care: A randomized controlled trial', *Diabetes Research and Clinical Practice*, 161, p. 108043. Available at: <https://doi.org/10.1016/j.diabres.2020.108043>.
- Park, K.S. and Hwang, S.Y. (2024) 'Effects of a Remote Physical Activity Improvement Program on Male Office Workers with Metabolic Syndrome in Their 30s and 40s with Sedentary Behavior: A Randomized Controlled Trial', *Asian Nursing Research*, 18(2), pp. 81–88. Available at: <https://doi.org/10.1016/j.anr.2024.01.006>.
- Pérez-Martínez, P. et al. (2017) 'Lifestyle recommendations for the prevention and management of metabolic syndrome: An international panel recommendation', *Nutrition Reviews*, 75(5), pp. 307–326. Available at: <https://doi.org/10.1093/nutrit/nux014>.
- Roomi, M.A. and Mohammadnezhad, M. (2019) 'Prevalence Of Metabolic Syndrome Among Apparently Healthy Workforce', *Journal of Ayub Medical College, Abbottabad : JAMC*, 31(2), pp. 252–254.
- Ruiz, L.D. et al. (2020) 'Adolescent obesity: Diet quality, psychosocial health, and cardiometabolic risk factors', *Nutrients*, 12(1), pp. 1–22. Available at: <https://doi.org/10.3390/nu12010043>.
- Ryu, H. et al. (2017) 'Program development and effectiveness of workplace health promotion program for preventing metabolic syndrome among office workers', *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 14(8). Available at: <https://doi.org/10.3390/ijerph14080878>.

- Saklayen, M.G. (2018) 'The Global Epidemic of the Metabolic Syndrome', *Current Hypertension Reports*, 20(2), pp. 1–8. Available at: <https://doi.org/10.1007/s11906-018-0812-z>.
- Shibuya, A. et al. (2011) 'The relation between *health literacy*, hypertension knowledge, and blood pressure among middle-aged Japanese adults', *Blood Pressure Monitoring*, 16(5), pp. 224–230. Available at: <https://doi.org/10.1097/MBP.0b013e32834af7ba>.
- Shrivastava, U. et al. (2017) 'Randomized Control Trial for Reduction of Body Weight, Body Fat Patterning, and Cardiometabolic Risk Factors in Overweight Worksite Employees in Delhi, India', *Journal of Diabetes Research*, 2017. Available at: <https://doi.org/10.1155/2017/7254174>.
- Singh, H. et al. (2022) 'Modifiable predictors of *health literacy* in working-age adults - a rapid review and meta-analysis', *BMC Public Health*, 22(1), pp. 1–13. Available at: <https://doi.org/10.1186/s12889-022-13851-0>.
- Solechan Sitti Aisyah, Briawan Dodik, K.L. (2014) 'Proporsi Dan Faktor Risiko Sindrom Metabolik Pada Pekerja Wanita Di Pabrik Garmen Di Kota Bogor', *Nutrition and Food Research*, 37(1), pp. 21–32. Available at: <https://doi.org/10.22435/pgm.v37i1.4005.21-32>.
- Squiers, L. et al. (2012) 'The *health literacy* skills framework', *Journal of Health Communication*, 17(SUPPL. 3), pp. 30–54. Available at: <https://doi.org/10.1080/10810730.2012.713442>.
- Tajdar, D. et al. (2022) 'The Link Between *Health literacy* and Three Conditions of Metabolic Syndrome: Obesity, Diabetes and Hypertension', *Diabetes, Metabolic Syndrome and Obesity*, 15(May), pp. 1639–1650. Available at: <https://doi.org/10.2147/DMSO.S363823>.
- Thike, T.Z. et al. (2020) 'Association between body mass index and ready-to-eat food consumption among sedentary staff in Nay Pyi Taw union territory, Myanmar', *BMC Public Health*, 20(1), pp. 1–10. Available at: <https://doi.org/10.1186/s12889-020-8308-6>.
- Vinholes, D.B. et al. (2017) 'Association of workplace and population characteristics with prevalence of hypertension among Brazilian industry workers: A multilevel analysis', *BMJ Open*, 7(8), pp. 1–8. Available at: <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2016-015755>.
- WHO (2018) *Noncommunicable diseases country profiles 2018.*, WHO. Available at: <http://apps.who.int/iris>.
- WHO (2021) *Noncommunicable diseases*. Available at: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/noncommunicable-diseases>.
- Yokokawa, H. et al. (2016) 'Association between *health literacy* and metabolic syndrome or healthy lifestyle characteristics among community-dwelling Japanese people', *Diabetology and Metabolic Syndrome*, 8(1), pp. 1–10. Available at: <https://doi.org/10.1186/s13098-016-0142-8>.
- Yu, S. et al. (2014) 'An update on the prevalence of metabolic syndrome and its associated factors in rural northeast China', *BMC Public Health*, 14(1), pp. 1–9. Available at: <https://doi.org/10.1186/1471-2458-14-877>.
- Yusfita, L.Y. (2018) 'Hubungan perilaku sedentari dengan sindrom metabolik pada pekerja', *The Indonesia Journal Public Health*, 13 No 2(Desember), pp. 143–155. Available at: <https://doi.org/10.20473/ijph.v13i1.2018.143-155>.
- Zhang, H., Chen, L. and Zhang, F. (2022) 'Revisit the Effects of *Health literacy* on Health Behaviors in the Context of COVID-19: The Mediation Pathways Based on the Health Belief Model', *Frontiers in Public Health*, 10(July), pp. 1–8. Available at: <https://doi.org/10.3389/fpubh.2022.917022>.

Zimmet, P.Z. *et al.* (2016) 'The IDF consensus definition of the metabolic syndrome in children and adolescents.', *Pharmacological research* [Preprint]. Available at: <https://doi.org/10.4158/EP14280.PS>

LAMPIRAN

LEMBAR PENJELASAN KEPADA CALON SUBJEK

Salam sehat untuk kita semua, perkenalkan nama saya Samsiana, saya adalah dosen S1 Administrasi Kesehatan Universitas Negeri Makassar Sedang menjalani studi Doktoran (S3) pada Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Hasanuddin (UNHAS). Saat ini saya melakukan penelitian tentang Model *Health literacy* Pencegahan Sindrom Metabolik Pada Pekerja Sektor Formal di Kota Makassar". Penelitian ini disponsori oleh Beasiswa Pendidikan Pascasarjana Dalam Negeri (BPPDN) Kementerian Riset dan Teknologi. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh model *health literacy* terhadap pengetahuan, *health literacy*, *self efficacy*, stress kerja, perilaku pencegahan sindrom metabolik pada pekerja sektor formal di kota Makassar. Peneliti menawarkan partisipasi ibu/bapak untuk menjadi responden dan mengikuti penelitian.

A. Kesukarelaan untuk ikut penelitian

Anda bebas memilih keikutsertaan dalam penelitian ini tanpa ada paksaan. Bila Anda sudah memutuskan untuk ikut, Anda juga bebas untuk mengundurkan diri/berubah pikiran setiap saat tanpa dikenai denda atau pun sanksi apapun.

B. Prosedur Penelitian

Apabila Anda bersedia berpartisipasi dalam penelitian ini, Anda diminta menandatangani lembar persetujuan ini rangkap dua, satu untuk Anda simpan, dan satu untuk untuk peneliti. Prosedur selanjutnya adalah:

1. Peneliti akan melakukan wawancara pada waktu dan tempat yang telah disepakati. Dalam penelitian ini, wawancara akan dilakukan selama 60-90 menit dan akan menggunakan kuesioner untuk mempermudah proses penelitian.
2. Peneliti akan melakukan pengukuran antropometri, pemeriksaan tekanan darah, glukosa darah, kolesterol dan menanyakan tentang perilaku pencegahan sindrom metabolik melalui wawancara dan pengukuran langsung. Apabila selama proses wawancara Bapak/Ibu merasa tidak nyaman, maka Bapak/Ibu dapat mengundurkan diri dari penelitian ini.
3. Semua catatan yang ada dalam penelitian ini akan dijamin kerahasiaannya. Peneliti akan memberikan hasil penelitian ini jika Bapak/Ibu menginginkannya. Hasil penelitian ini akan diberikan juga kepada institusi tempat peneliti belajar dengan tetap menjaga penuh kerahasiaannya.

C. Kewajiban subyek penelitian

Sebagai subyek penelitian, bapak/ibu/saudara berkewajiban mengikuti aturan atau petunjuk penelitian seperti yang tertulis di atas. Bila ada yang belum jelas, bapak/ibu/saudara bisa bertanya lebih lanjut kepada peneliti.

D. Risiko dan efek samping dan penanganannya

Penelitian ini tidak memiliki dampak negatif terhadap Bapak/Ibu atau keluarga

E. Manfaat

Keuntungan langsung yang Anda dapatkan adalah anda dapat mengetahui dan mendapat gambaran mengenai faktor risiko sindrom metabolik pada pekerja dan cara pencegahannya melalui media edukasi berbasis booklet dan website yang diharapkan dapat meningkatkan kesadaran tentang sindrom metabolik yang dapat mendorong perubahan perilaku pekerja dan membantu merencanakan strategi pencegahan yang dapat mengurangi dampak kesehatan jangka Panjang.

F. Kerahasiaan

Semua informasi yang berkaitan dengan identitas subyek penelitian akan

dirahasiakan dan hanya akan diketahui oleh peneliti, staf penelitian, pihak kampus. Penelitian akan dipublikasikan tanpa identitas subyek penelitian

G. Kompensasi

Bapak/Ibu akan mendapatkan souvenir berupa barang

H. Pembiayaan

Semua biaya yang terkait penelitian akan ditanggung oleh peneliti dan sponsor

I. Informasi tambahan

Bapak/ ibu/ saudara diberi kesempatan untuk menanyakan semua hal yang belum jelas sehubungan dengan penelitian ini. Bila sewaktu-waktu terjadi efek samping atau membutuhkan penjelasan lebih lanjut, Bapak/ ibu/ saudara dapat menghubungi peneliti (Samsiana) di nomor HP 081248276880. Bapak/ ibu/ saudara juga dapat menanyakan tentang penelitian kepada Komite Etik Penelitian Kedokteran dan Kesehatan Fakultas Kedokteran UNHAS

Makassar,

2024

Peneliti,

Samsiana., SKM., M.Kes

LEMBAR PERSETUJUAN INFORMAN/RESPONDEN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama :
 Umur :
 Pekerjaan :
 Alamat tempat tinggal :
 Nomor HP. :

Setelah mendengarkan penjelasan dari peneliti, saya mengerti bahwa penelitian ini akan menghormati hak-hak saya selaku partisipan. Saya mempunyai hak untuk tidak melanjutkan keikutsertaan dalam penelitian ini jika suatu saat merugikan saya. Saya sangat memahami bahwa penelitian ini sangat bermanfaat untuk mengetahui kontaminasi mikroplastik pada kerang dan Ikan serta bahayanya terhadap Kesehatan. Dengan menanda tangani lembar persetujuan ini, berarti saya menyatakan bersedia untuk berpartisipasi dalam penelitian ini dengan ikhlas tanpa ada paksaan dan tekanan dari siapapun.

Makassar,.....2024

Peneliti

Partisipan

(.....)

(.....)

KUESIONER PENELITIAN

MODEL *HEALTH LITERACY* PENCEGAHAN SINDROM METABOLIK PADA PEKERJA SEKTOR FORMAL DI KOTA MAKASSAR

Hari/Tanggal :
 Nama Pewawancara :
 Kecamatan :
 Kelurahan/Desa :
 Dusun :
 RW/RT :

A. DATA KARAKTERISTIK		
A.1	Nomor urut Responden	
A.2	Nama responden	
A.3	Usia	
A.4	Jenis Kelamin	
A.5	Pendidikan terakhir (pilih salah satu) 1. SD 2. SMP 3. SMA 4. Perguruan Tinggi	
A.6	Keluarga yang memiliki riwayat hipertensi 1. Ada 2. Tidak ada	
A.7	Keluarga yang memiliki riwayat diabetes melitus 1. Ada 2. Tidak ada	
A.8	berapa lama anda bekerja (thn) (bulan)	
A.9	Deskripsi yang sesuai dengan pekerjaan anda 1. PNS 2. PPPK 3. 3. Pegawai kontrak	
A.10	Apakah pernah memeriksakan tekanan darah 1. Ya, rutin 2. Ya, kadang-kadang 3. Tidak	
A.11	Apakah pernah memeriksakan glukosa darah? 1. Ya, rutin 2. Ya, kadang-kadang 3. Tidak	
A.12	Apakah pernah memeriksakan kolesterol? 1. Ya, rutin 2. Ya, kadang-kadang 3. Tidak	

B. PENGETAHUAN

Jawablah pertanyaan dibawah dengan memberi tanda silang (X) pada jawaban yang menurut anda paling tepat.

B.1	Menurut anda sindrom metabolik adalah ... a. Kondisi medis yang ditandai oleh tekanan darah tinggi dan kadar gula darah tinggi b. Kondisi medis yang ditandai oleh kadar kolesterol HDL rendah dan kadar trigliserida tinggi c. Kondisi medis yang ditandai oleh kombinasi dari kadar gula darah tinggi, kadar kolesterol buruk, dan obesitas yang terjadi secara bersamaan d. Kondisi medis yang ditandai oleh kelebihan berat badan atau obesitas	
B.2	Seseorang dengan sindrom metabolik berisiko mengalami... a. Serangan jantung dan stroke b. Kanker c. Tekanan darah tinggi d. Anemia	
B.3	Penentuan obesitas sentral adalah a. lingkar perut > 90 cm untuk pria dan lingkar perut > 80 cm untuk wanita b. lingkar perut > 100 cm untuk pria dan lingkar perut > 90 cm untuk wanita c. Kadar gula darah > 100 mg/dL d. Tekanan darah > 130/85 mmHg	
B.4	Kriteria yang digunakan untuk menentukan seseorang menderita sindrom metabolik adalah a. Obesitas sentral dan 2 kriteria (Trigliserida > 150 mg/dl / hipertensi / Kadar gula darah > 100 mg/dL / HDL < 40 mg/dl) b. Kadar kolesterol HDL < 40 mg/dl untuk pria dan < 50 mg/dl untuk wanita c. Tekanan darah sistolik $\geq$ 130 mmHg atau tekanan darah diastolik $\geq$ 85 mmHg d. Obesitas sentral yang ditandai dengan lingkar pinggang $\geq$ 90 cm untuk pria dan $\geq$ 80 cm untuk wanita	
B.5	Seseorang berisiko menderita sindrom metabolik jika.... a. Mengatur pola makan dengan gizi seimbang b. Memiliki riwayat diabetes dalam keluarga c. Batasi konsumsi makanan manis, asin dan berlemak d. Ada anggota keluarga yang menderita kanker	
B.6	Pola makan yang dapat mencegah sindrom metabolik adalah... a. Pola makan dengan beragam makanan pokok, konsumsi banyak buah dan sayuran	

	b. Pola makan dengan konsumsi daging merah, daging dan biji-bijian olahan c. Pola makan dengan konsumsi makanan direbus d. Pola makan dengan konsumsi makanan digoreng	
B.7	Sindrom metabolik dapat dicegah melalui a. Secara berkala periksa kesehatan dan atur gaya hidup b. Atur pola makan dengan konsumsi makanan asin dan manis c. Olahraga seperlunya d. Mengurangi rokok dan alkohol	
B.8	Aktivitas fisik yang dianjurkan oleh organisasi Kesehatan dunia (WHO) adalah... a. 180 menit setiap minggu b. 120 menit setiap minggu c. 60 menit setiap hari d. 30 menit setiap hari	
B.9	Strategi manajemen stres kerja adalah ... a. Bicarakan keluhan dengan semua teman kerja b. Istirahat cukup dan berpikir positif c. Kurangi aktivitas yang banyak bergerak d. Mengunjungi tempat makanan	
B.10	Pencegahan sindrom metabolik dapat dilakukan dengan melakukan perubahan gaya hidup, kecuali... a. Secara berkala periksa kesehatan dan atur pola makan dengan diet seimbang b. Fleksibel kelola stress kerja c. Enyahkan makanan yang berserat tinggi d. Teratur berolahraga 30 menit setiap hari dan yakinkan diri (<i>self efficacy</i>) mencegah sindrom metabolik	

D. SELF EFFICACY

Anda diminta untuk memberikan tanda (√) pada setiap kolom di bawah ini pada jawaban bapak/ibu yang dianggap paling sesuai.

Berikut keterangan skor penilaian :

Keterangan:

1 = Tidak yakin

2 = Kurang yakin

3 = Yakin

4 = Sangat yakin

D.1	Ketika anda berada disebuah undangan yang menyediakan makanan tinggi lemak, dan tinggi	
-----	--	--

	garam serta makanan yang rendah lemak dan rendah garam, maka anda akan memilih makanan rendah lemak dan rendah garam a. Tidak yakin b. Kurang yakin c. Yakin d. Sangat yakin	
D.2	Anda sering makan malam berlebihan karena faktor lelah bekerja seharian, apakah anda akan memilih tidak akan makan malam berlebihan saat makan malam a. Tidak yakin b. Kurang yakin c. Yakin d. Sangat yakin	
D.3	Anda selesai makan dan anda masih merasa lapar. Ada kue dan buah-buahan yang tersedia. Seberapa yakin anda akan pilih buahnya? a. Tidak yakin b. Kurang yakin c. Yakin d. Sangat yakin	
D.4	Tidak menyediakan garam di meja makan a. Tidak yakin b. Kurang yakin c. Yakin d. Sangat yakin	
D.5	Memakan sayur yang tidak bergaram dan tidak berasa a. Tidak yakin b. Kurang yakin c. Yakin d. Sangat yakin	
D.6	Mengganti kopi dengan air putih a. Tidak yakin b. Kurang yakin c. Yakin d. Sangat yakin	
D.7	Berolahraga secara teratur (3 kali setiap minggu selama 30 menit) a. Tidak yakin b. Kurang yakin c. Yakin d. Sangat yakin	
D.8	Berolahraga saat anda memiliki terlalu banyak pekerjaan yang harus dilakukan di rumah a. Tidak yakin b. Kurang yakin c. Yakin d. Sangat yakin	
D.9	Berolahraga saat ada hal – hal yang menarik	

	a. Tidak yakin b. Kurang yakin c. Yakin d. Sangat yakin	
D.10	Berolahragalah saat anda merasa sedih atau depresi a. Tidak yakin b. Kurang yakin c. Yakin d. Sangat yakin	
D.11	Berolahraga saat anda jauh dari rumah, misalnya saat berlibur, bepergian ke luar kota a. Tidak yakin b. Kurang yakin c. Yakin d. Sangat yakin	
D.12	Tetap tenang saat menghadapi kesulitan pekerjaan a. Tidak yakin b. Kurang yakin c. Yakin d. Sangat yakin	
D.13	Menemukan jalan keluar/solusi ketika ada permasalahan dalam pekerjaan Sangat sulit a. Tidak yakin b. Kurang yakin c. Yakin d. Sangat yakin	
D.14	Merasa siap dengan tuntutan pekerjaan a. Tidak yakin b. Kurang yakin c. Yakin d. Sangat yakin	
D.15	Mempersiapkan diri untuk kualitas pekerjaan yang lebih baik a. Tidak yakin b. Kurang yakin c. Yakin d. Sangat yakin	

E. STRES KERJA

Anda diminta untuk memberikan tanda (√) pada setiap kolom di bawah ini pada jawaban bapak/ibu yang dianggap paling sesuai.

Berikut keterangan skor penilaian :

Keterangan:

1 = Tidak pernah

2 = Jarang sekali

3 = Kadang – kadang

4 = Sering

5 = Selalu

E.1	Tujuan tugas – tugas dan pekerjaan saya tidak jelas a. Tidak pernah	
-----	--	--

	b. Jarang sekali c. Kadang-kadang d. Sering e. Selalu	
E.2	Saya mengerjakan tugas – tugas atau proyek – proyek yang tidak perlu a. Tidak pernah b. Jarang sekali c. Kadang-kadang d. Sering e. Selalu	
E.3	Saya harus membawa pulang pekerjaan ke rumah setiap sore hari atau akhir pekan agar dapat mengejar waktu a. Tidak pernah b. Jarang sekali c. Kadang-kadang d. Sering e. Selalu	
E.4	Saya tidak mempunyai kesempatan yang memadai untuk maju dalam organisasi ini a. Tidak pernah b. Jarang sekali c. Kadang-kadang d. Sering e. Selalu	
E.5	Tugas – tugas yang diberikan kepada saya kadang – kadang terlalu sulit dan/atau terlalu kompleks a. Tidak pernah b. Jarang sekali c. Kadang-kadang d. Sering e. Selalu	
E.6	Jalur perintah yang formal tidak dipatuhi a. Tidak pernah b. Jarang sekali c. Kadang-kadang d. Sering e. Selalu	
E.7	Saya tidak mengerti sepenuhnya apa yang diharapkan dari saya a. Tidak pernah b. Jarang sekali c. Kadang-kadang d. Sering e. Selalu	
E.8	Tanggung jawab saya dalam organisasi ini lebih mengenai orang dari pada barang a. Tidak pernah b. Jarang sekali	

	c. Kadang-kadang d. Sering e. Selalu	
E.9	Saya menerima permintaan – permintaan yang saling bertentangan dari satu orang atau lebih a. Tidak pernah b. Jarang sekali c. Kadang-kadang d. Sering e. Selalu	
E.10	Saya merasa bahwa saya betul betul tidak punya waktu untuk istirahat berkala a. Tidak pernah b. Jarang sekali c. Kadang-kadang d. Sering e. Selalu	

F. Pola Makan

Dalam satu bulan terakhir, berapa kali [NAMA] biasanya mengonsumsi makanan berikut:

ISIKAN KODE:

1. > 1 kali per hari
2. 1 kali per hari
3. 3 – 6 kali per minggu
4. 1 – 2 kali per minggu
5. < 3 kali per bulan
6. Tidak pernah

Jenis Makanan		Frekuensi Makan
F.1	Makanan Asin (ikan asin, ikan pindang, telur asin, snack atau makanan ringan rasa asin, makanan lainnya dengan rasa asin yang dominan)	
F.2	Makanan Manis (dodol, coklat, permen, cake, buah kaleng, kue tradisional/lokal, manis dll)	
F.3	Makanan berlemak (daging berlemak, jeroan (usus, babat), makanan yang digoreng dengan minyak banyak, makanan bersantan kental, makanan yang mengandung banyak margarine atau mentega)	
Konsumsi buah dan sayur		
F.4	Biasanya dalam 1 minggu, berapa hari anda makan buah-buahan segar? JIKA TIDAK PERNAH ISIKAN 0, LANJUT KE no. 3	 hari
F.5	Berapa porsi rata-rata anda mengonsumsi buah-buahan segar dalam satu hari dari hari-hari tersebut?	porsi

Pola Makan (makanan asin, manis dan berlemak)

Distribusi Frekuensi Pola Makan (makanan asin, manis dan berlemak) pada kelompok intervensi sebelum pelaksanaan edukasi berbasis website

Pola Makan		Frekuensi						Total	Skor rata - rata
		>1 kali / hari	1 kali / hari	3 – 6 kali / minggu	1 – 2 kali / minggu	<3 kali / bulan	Tidak Pernah		
		2	1	0,8	0,25	0,1	0		
Makanan Asin	n	5	12	7	6	0	0	30	0,97
	skor	10	12	5,6	1,4	0	0	29,1	
Makanan Manis	n	5	17	4	4	0	0	30	1,04
	skor	10	17	3,2	1	0	0	31,2	
Makanan Berlemak	n	8	2	7	12	1	0	30	0,89
	skor	16	2	5,6	3	0,1	0	26,7	

Distribusi Frekuensi Pola Makan (makanan asin, manis dan berlemak) pada kelompok intervensi setelah pelaksanaan edukasi berbasis website

Pola Makan		Frekuensi Makan						Total	Skor rata - rata
		>1 kali / hari	1 kali / hari	3 – 6 kali / minggu	1 – 2 kali / minggu	<3 kali / bulan	Tidak Pernah		
		2	1	0,8	0,25	0,1	0		
Makanan Asin	n	12	8	5	2	3	0	30	1,2
	skor	24	8	4	0,5	0,3	0	36,8	
Makanan Manis	n	3	15	5	6	0	1	30	0,88
	skor	6	15	4	1,5	0	0	26,5	
Makanan Berlemak	n	3	7	5	13	2	0	30	0,68
	skor	6	7	4	3,25	0,2	0	20,45	

Distribusi Frekuensi Pola Makan (makanan asin, manis dan berlemak) pada kelompok kontrol sebelum pelaksanaan edukasi berbasis booklet

Pola Makan		Frekuensi Makan						Total	Skor rata - rata
		>1 kali / hari	1 kali / hari	3 – 6 kali / minggu	1 – 2 kali / minggu	<3 kali / bulan	Tidak Pernah		
		2	1	0,8	0,25	0,1	0		
Makanan Asin	n	12	1	13	6	0	0	32	1,15
	skor	24	1	10,4	1,5	0	0	36,9	
Makanan Manis	n	7	12	7	4	2	0	32	1,02
	skor	14	12	5,6	1	0,2	0	32,8	
Makanan Berlemak	n	11	1	16	4	0	0	32	1,15
	skor	22	1	12,8	1	0	0	36,8	

Distribusi Frekuensi Pola Makan (makanan asin, manis dan berlemak) pada kelompok kontrol setelah pelaksanaan edukasi berbasis booklet

Pola Makan		Frekuensi Makan					
------------	--	-----------------	--	--	--	--	--

	skor	0	4	14	21	8	10	6	56	119	
Porsi										53	1,65

Distribusi Frekuensi Pola Makan (konsumsi buah dan sayur) pada kelompok kontrol setelah pelaksanaan edukasi berbasis booklet

Pola Makan		Frekuensi Makan								Total	Skor rata - rata
		0	1	2	3	4	5	6	7		
Buah	n	7	9	5	4	1	0	1	5	32	2,37
	skor	0	9	10	12	4	0	6	35	76	
Porsi										36	1,12
Sayur	n	0	5	5	9	3	5	0	5	32	3,56
	skor	0	5	10	27	12	25	0	35	114	
Porsi										59	1,8

Sumber : Data Primer, 2024

DOKUMENTASI PENELITIAN

Wawancara mendalam



Uji validitas dan uji coba media



Edukasi pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol



Pengukuran penanda sindrom metabolik pada kelompok intervensi dan kontrol





PEMERINTAH PROVINSI SULAWESI SELATAN
BADAN KEUANGAN DAN ASET DAERAH
Jalan Jenderal Urip Sumohardjo No.269 Telp. (0411) 453050
Makassar 90231

SURAT KETERANGAN
Nomor : 000.9.2/4966/VI/BKAD

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : SALEHUDDIN, S.Kom, M.Si
Jabatan : Kepala Badan Keuangan dan Aset Daerah

Menyatakan dengan benar bahwa mahasiswa(i) tersebut di bawah ini telah melakukan penelitian. Mahasiswa(i) tersebut adalah:

No	Nama	NIM	Program Studi
1.	Samsiana	K013191023	Ilmu Kesehatan Masyarakat

Demikian surat pernyataan ini dibuat untuk dipergunakan sebagai mana mestinya.

Makassar, 10 Juni 2024
KEPALA BADAN,



SALEHUDDIN, S.Kom, M.Si
Pangkat : Pembina TK. I
Nip : 19770504 200312 1 007



KEMENTERIAN PEKERJAAN UMUM DAN PERUMAHAN RAKYAT
DIREKTORAT JENDERAL SUMBER DAYA AIR
BALAI BESAR WILAYAH SUNGAI POMPENGAN JENEBERANG
SNVT PELAKSANAAN JARINGAN SUMBER AIR POMPENGAN JENEBERANG PROVINSI SULAWESI SELATAN
Jl. Batara Bira Km. 16 No. 118 Boddoka, Makassar Tel. 0411-516108, Fax. 0411-516108, Makassar Provinsi Sulawesi Selatan 90234

SURAT KETERANGAN

Nomor : UM.05.01/S-PJSA-Au7/080/V/2024

Saya yang bertanda tangan di bawah ini adalah Koordinator Administrasi SNVT Pelaksanaan Jaringan Sumber Air Pompengan Jeneberang Propinsi Sulawesi Selatan menerangkan bahwa mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Hasanuddin :

Nama : Samsiana.
NIM : K013191023
Program Pendidikan : Doktor (S3)
Program Studi : Ilmu Kesehatan Masyarakat

Benar-benar telah melakukan penelitian di SNVT PJSA Pompengan Jeneberang Propinsi Sulawesi Selatan untuk memperoleh data dalam rangka menyusun disertasi dengan judul “Model *Health Literacy* Pencegahan Sindrom Metabolik pada pekerja sektor formal di kota Makassar” pada tahun 2024.

Demikian surat keterangan ini dibuat, agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Makassar, 29 Mei 2024

Koordinator Administrasi
SNVT PJSA Pompengan Jeneberang,



Rosadi, S.E., M.M.
NIP. 197109052007011002