

LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Permohonan Ijin Penelitian



Kementerian Kesehatan
Direktorat Jenderal
Sumber Daya Manusia Kesehatan
 Politeknik Kesehatan Kupang
 Jalan Piet A. Tallo, Liliba, Oebobo
 Kupang, Nusa Tenggara Timur 85111
 (0380) 8800256
<https://www.poltekkeskupang.ac.id>

Nomor : PP.06.02/F.XXIX/2628/2026
 Hal : Permohonan Ijin Penelitian

10 April 2026

Yth. Kepala Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan
 Terpadu Satu Pintu Provinsi Nusa Tenggara Timur
 Jalan Basuki Rahmat No.1 Naikolan, Kota Kupang

Dalam rangka penyusunan Karya Tulis Ilmiah bagi Mahasiswa Poltekkes Kemenkes Kupang Tahun Akademik 2025/2026, maka mohon kiranya diberikan ijin untuk melakukan penelitian bagi mahasiswa :

Nama Peneliti : SONIA NAZARIN TON
 NIM : PO5303241231297
 Jurusan/Prodi : D-III Gizi
 Judul : Hubungan Tingkat Aktivitas Fisik Dan Pola Makan Dengan Kejadian Kekurangan Energi Kronik (KEK) Pada Remaja Putri Di SMA Negeri 9 Kota Kupang
 Tempat Penelitian : SMA Negeri 9 Kota Kupang

Demikian permohonan kami, atas perhatian dan kerja samanya diucapkan terima kasih.

Direktur Politeknik Kesehatan
 Kementerian Kesehatan Kupang



Irfan, SKM., M.Kes

*Kementerian Kesehatan tidak menerima suap dan/atau gratifikasi dalam bentuk apapun. Jika terdapat potensi suap atau gratifikasi silahkan laporkan melalui HALO KEMENKES 1500567 dan <https://wbs.kemkes.go.id>. Untuk verifikasi keaslian tanda tangan elektronik, silahkan unggah dokumen pada laman <https://tte.kominfo.go.id/verifyPDF>

Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh Balai Besar Sertifikasi Elektronik (BSrE), Badan Siber dan Sandi Negara (BSSN).



Lampiran 2.Surat Ijin Penelitian



PEMERINTAH PROVINSI NUSA TENGGARA TIMUR
DINAS PENANAMAN MODAL DAN PELAYANAN TERPADU SATU PINTU
 Jalan Basuki Rahmat Nomor 1 – Naikolan
 (Gedung B Lantai I, II Kompleks Kantor Gubernur Lama)
 Telp. (0380) 821827, Fax. (0380) 821827 WA : 081236364466
 Website : www.dpmpptsp.nttprov.id Email : pmptsp.nttprov@gmail.com
 KUPANG 85117

SURAT IZIN PENELITIAN
NOMOR : 500.16.7.2-000.9.2/1308/DPMPPTSP/2026

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Sylvia R. Peku Djawang, SP., MM.
 Jabatan : Kepala Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Provinsi Nusa Tenggara Timur

Dengan ini memberikan Izin Penelitian kepada :

Nama : Sonia Nazarina Ton
 NIM : PO5303241231297
 Jurusan/Prodi : D-III Gizi
 Instansi/Lembaga : Kementerian Kesehatan RI Poltekkes Kemenkes Kupang

Untuk melaksanakan penelitian, dengan rincian sebagai berikut :

Judul Penelitian : HUBUNGAN TINGKAT AKTIVITAS FISIK DAN POLA MAKAN DENGAN KEJADIAN KEKURANGAN ENERGI KRONIK (KEK) PADA REMAJA PUTRI DI SMAN 9 KOTA KUPANG

Lokasi Penelitian : SMA Negeri 9 Kota Kupang

Waktu Pelaksanaan

a. Mulai : 14 April 2026
 b. Berakhir : 30 April 2026

Dengan ketentuan yang harus ditaati, sebagai berikut :

1. Sebelum melakukan kegiatan penelitian, terlebih dahulu melaporkan kedatangannya kepada Bupati/Walikota Cq. Kepala Kesbangpol/DPMPPTSP setempat yang akan dijadikan obyek penelitian;
2. Mematuhi ketentuan peraturan yang berlaku di daerah/wilayah/lokus penelitian;
3. Tidak dibenarkan melakukan penelitian yang materinya bertentangan dengan topik/judul penelitian sebagaimana dimaksud diatas;
- 4.
5. Peneliti wajib melaporkan hasil penelitian kepada Gubernur Nusa Tenggara Timur Cq. Kepala Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Provinsi NTT;
6. Surat Izin Penelitian dapat dibatalkan sewaktu-waktu apabila tidak sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Demikian Izin Penelitian ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Ditetapkan di : Kupang
 Pada Tanggal : 13 April 2026
 a.n. Gubernur Nusa Tenggara Timur
 Kepala Dinas Penanaman Modal dan
 Pelayanan Terpadu Satu Pintu Provinsi NTT,



Sylvia R. Peku Djawang, SP., MM
 Pembina Utama Madya
 NIP 196805121995032003

Tembusan :

1. Gubernur Nusa Tenggara Timur di Kupang;
2. Wakil Gubernur Nusa Tenggara Timur di Kupang
3. Pih. Sekretaris Daerah Provinsi Nusa Tenggara Timur di Kupang;
4. Kepala Badan Kesbangpol Provinsi NTT di Kupang.
5. Pimpinan Instansi/Lembaga yang bersangkutan.

Lampiran 3.Surat Keterangan Layak Etik

KETERANGAN LAYAK ETIK
DESCRIPTION OF ETHICAL APPROVAL
 "ETHICAL APPROVAL"

No.LB.02.03/1/0178/2026

Protokol penelitian versi 1 yang diusulkan oleh :
The research protocol proposed by

Peneliti utama : Sonia Nazarina Ton
Principal In Investigator

Nama Institusi : POLTEKES KEMENKES KUPANG,
 PRODI D-III GIZI
Name of the Institution

Dengan judul:
Title

"Hubungan Tingkat Aktivitas Fisik dan Pola Makan dengan Kejadian Kekurangan Energi Kronik (KEK) Pada Remaja Putri di SMA N 9 Kota Kupang"

"The Relationship between Physical Activity Levels and Dietary Patterns with the Incidence of Chronic Energy Deficiency (CED) in Female Adolescents at SMA N 9 Kupang City"

Dinyatakan layak etik sesuai 7 (tujuh) Standar WHO 2011, yaitu 1) Nilai Sosial, 2) Nilai Ilmiah, 3) Pemerataan Beban dan Manfaat, 4) Risiko, 5) Bujukan/Eksploitasi, 6) Kerahasiaan dan Privacy, dan 7) Persetujuan Setelah Penjelasan, yang merujuk pada Pedoman CIOMS 2016. Hal ini seperti yang ditunjukkan oleh terpenuhinya indikator setiap standar.

Declared to be ethically appropriate in accordance to 7 (seven) WHO 2011 Standards, 1) Social Values, 2) Scientific Values, 3) Equitable Assessment and Benefits, 4) Risks, 5) Persuasion/Exploitation, 6) Confidentiality and Privacy, and 7) Informed Consent, referring to the 2016 CIOMS Guidelines. This is as indicated by the fulfillment of the indicators of each standard.

Pernyataan Laik Etik ini berlaku selama kurun waktu tanggal 18 Mei 2026 sampai dengan tanggal 18 Mei 2027.

This declaration of ethics applies during the period May 18, 2026 until May 18, 2027.

May 18, 2026
 Chairperson,



Dr. Yuanita Clara Luhi Rogaleli, S.Si, M.Kes

Lampiran 4.Surat Keterangan Selesai Penelitian



PEMERINTAH PROVINSI NUSA TENGGARA TIMUR
SEKOLAH MENENGAH ATAS NEGERI 9 KUPANG
 Terakreditasi " A (UNGGUL) "
 Jln. Prof. Dr. Herman Yohanes – Lasiana Kota Kupang
 Email : kupangsmn9@gmail.com NPSN : 50304943



SURAT KETERANGAN
 No : 070/SMAN.9/145/IV/2026

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama	: Adelgina N. Liu, S.Pd
NIP	: 19710823 200212 2 008
Pangkat/Gol	: Pembina Utama Muda, IV/c
Jabatan	: Kepala Sekolah
Unit Kerja	: SMA Negeri 9 Kupang

Dengan ini menerangkan bahwa :

Nama	: Sonia Nazarina Ton
Nomor Induk Mahasiswa	: PO5303241231297
Pekerjaan	: Mahasiswi
Jurusan/Program studi	: D-III Gizi
Instansi / Lembaga	: Kementerian Kesehatan RI Poltekkes Kemenkes Kupang

Telah selesai melakukan Penelitian di Sekolah Menengah Atas Negeri 9 Kupang, dengan judul skripsi :

" HUBUNGAN TINGKAT AKTIVITAS FISIK DAN POLA MAKAN DENGAN KEJADIAN KEKURANGAN ENERGI KRONIK (KEK) PADA REMAJA PUTRI DI SMA NEGERI 9 KOTA KUPANG ".

Demikian surat keterangan ini dibuat dengan sebenarnya, untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Kupang, 23 April 2026

Kepala Sekolah



Adelgina N. Liu, S.Pd
 NIP. 19710823 200212 2 008



Lampiran 5. Formulir Pernyataan Kesediaan Sebagai Sampel Penelitian

(26)

LAMPIRAN

Lampiran 1. Formulir Pernyataan Kesediaan Sebagai Sampel Penelitian

FORMULIR PERNYATAAN KESEDIAAN SEBAGAI SAMPEL PENELITIAN
(INFORMED CONSENT)

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Esmi Saefatu

Alamat : Hoelbaki, Jalan tilong dam

Umur : 16 Tahun

Bersedia berpartisipasi sebagai sampel pada penelitian yang berjudul
"Hubungan Tingkat Aktivitas Fisik dan Pola Makan dengan Kejadian
Kekurangan Energi Kronik (KEK) Pada Remaja Putri di SMA N 9 Kota
Kupang" yang dilakukan oleh:

Nama : Sonia Nazarina Ton

Nim : PO5303241231297

Program studi : D-III Gizi Kemenkes Poltekkes Kupang

Kupang, 22, 04 2026

Sampel


 (Esmi Saefatu)

Lampiran 6. Kuesioner Data Diri Responden

Lampiran 2. Kuesioner Data Diri Responden

Petunjuk: Isilah dengan lengkap dan beri tanda (✓) pada jawaban yang sesuai.

A. Identitas Responden

1. Nama Lengkap : Esmi Saefatu.
2. Tempat, Tanggal Lahir : Kupang, 31 - Agustus - 2009.
3. Umur : 16 tahun
4. Jenis Kelamin : ☒ Perempuan ☐ Laki-laki
5. Agama : Kristen Protestan.
6. Kelas : XI B.
7. Alamat Lengkap : Noibaki, Rt/sb RW/20 Jalan Tilong Sam.
8. Nomor HP : 089 538 337 8489
9. Status Tinggal : ☒ Bersama orang tua
☐ Bersama wali
☐ Asrama
☐ Lainnya:
10. Jumlah Saudara Kandung : 5 orang
11. Anak ke : 4 dari 6 bersaudara
12. Uang Saku per hari : ☐ < Rp5.000
☒ Rp5.000 - Rp10.000
☐ Rp10.000 - Rp20.000
☐ > Rp20.000
13. Hobi : Berdagang
14. LILA : 28,5

B. Identitas Orang Tua / Wali

1. Data Ayah

- Nama Ayah : Esau Saefatu.
- Umur Ayah : 53 tahun

Pendidikan Terakhir

: ☐ Tidak sekolah☐ SD☒ SMP☐ SMA☐ Diploma/S1☐ S2/S3

Pekerjaan

: Karyawan swasta

Status Pekerjaan

: ☒ Tetap ☐ Tidak tetap

Pendapatan per bulan

: ☒ < Rp1.000.000☐ Rp1.000.000–Rp2.000.000☐ Rp2.000.001–Rp3.000.000☐ Rp3.000.001–Rp5.000.000☐ > Rp5.000.000**2. Data Ibu**

Nama Ibu

: Mince Oktavia Kase

Umur Ibu

: 53 tahun

Pendidikan Terakhir

: ☐ Tidak sekolah☐ SD☐ SMP☐ SMA☒ Diploma/S1☐ S2/S3

Pekerjaan

: Guru SD / sederajat

Status Pekerjaan

: ☒ Tetap ☐ Tidak tetap ☐ Ibu Rumah Tangga

Pendapatan per bulan

: ☐ Tidak berpenghasilan☐ < Rp1.000.000☐ Rp1.000.000–Rp2.000.000

☐ Rp2.000.001–Rp3.000.000

☐ Rp3.000.001–Rp5.000.000

☒ > Rp5.000.000

3. Data Sosial Ekonomi Keluarga

Jumlah Anggota Keluarga dalam 1 rumah : ...¹⁰... orang

Status Kepemilikan Rumah : ☒ Milik sendiri ☐ Kontrak

☐ Menumpang

Sumber Air Minum : ☒ PDAM ☐ Sumur ☒ Air isi ulang

☐ Lainnya:

Fasilitas Jamban : ☒ Ada dan layak ☐ Ada tapi tidak layak ☐ Tidak ada

Lampiran 7. Form Food Frequency Questionnaire (Ffq)

Lampiran 2. From Food Frequency Questionnaire (FFQ)

Nama Pasien : Christa. Billi TTL : Kupang 29 Juni 2009
 Umur : 16 tahun JenisKelamin : Perempuan
 Alamat : Penfui Hari/Tanggal :

No	Bahan Makanan	Frekuensi Konsumsi (Skor Konsumsi Pangan)					
		>3 kali/hari	1 kali/hari	3-6 kali/minggu	1-2 kali/minggu	2 kali sebulan	Tidak pernah
1.	Makanan Pokok						
	Nasi			✓			
	Biskuit		✓				
	Jagung segar		✓				
	Kentang						✓
	Mie basah				✓		
	Mie kering				✓		
	Roti putih		✓				
	Singkong			✓			
	Sukun					✓	
	Tape beras ketan						✓
	Lainnya						
2.	Lauk Hewani						
	Daging sapi					✓	
	Daging ayam	✓					
	Ikan segar		✓				
	Ikan kering		✓				
	Telur ayam		✓				
	Udang basah						✓
	Cumi-cumi						✓

No	Bahan Makanan	Frekuensi Konsumsi (Skor Konsumsi Pangan)					
		>3 kali/hari	1 kali/hari	3-6 kali/minggu	1-2 kali/minggu	2 kali sebulan	Tidak pernah
	Lainnya						
3.	Lauk Nabati						
	Kacang hijau		✓				
	Kacang kedele						✓
	Kacang merah					✓	
	Kacang mete					✓	
	Tahu			✓			
	Tempe			✓			
	Kacang tanah				✓		
	Lainnya						
4.	Sayuran						
	Bayam		✓				
	Kangkung		✓				
	Sawi		✓				
	Daun singkong				✓		
	Terong				✓		
	Kelor					✓	
	Kacang panjang		✓				
	Buncis		✓				
	Labu siam		✓			✓	
	Wortel					✓	
	Tomat	✓					
	Lainnya						
5.	Buah-buahan						

No	Bahan Makanan	Frekuensi Konsumsi (Skor Konsumsi Pangan)					
		>3 kali/hari	1 kali/hari	3-6 kali/minggu	1-2 kali/minggu	2 kali sebulan	Tidak pernah
	Jeruk		✓				
	Jambu biji			✓			
	anggur						
	Alpukat		✓				
	Mangga					✓	
	Nenas					✓	
	Pepaya	✓	✓				
	Pisang		✓				
	Salak				✓		
	Lainnya						
6.	Serba-serbi						
	Teh manis				✓		
	Kopi				✓		
	Garam	✓					
	Gula	✓					
	kecap	✓					
	Agar-agar			✓			
	Madu				✓		
	Gula pasir	✓					
	Lainnya						

Kategori : Baik
 Skor : 9/14

Lampiran 8. Kuisiener Aktivitas Fisik

Lampiran 3. Kuisiener Aktivitas Fisik

KUESIONER AKTIVITAS FISIK REMAJA

Physical Activity Questionnaire for Adolescents (PAQ-A)

Kuesioner Aktivitas Fisik untuk Remaja ($\pm 14-19$ tahun)

Nama : Esmi Saefatu

Usia : 16 Tahun

Jenis Kelamin : X / P

Kelas : 1XB

Berat Badan (kg) : 58

Tinggi Badan (cm) : 1.50

Kami ingin mengetahui tingkat aktivitas fisik kamu selama 7 hari terakhir (dalam seminggu terakhir).

Contoh aktivitas fisik adalah olahraga atau kegiatan lain yang membuat kamu berkeringat atau yang membuat kaki kamu merasa lelah, atau permainan yang membuat kamu bernapas dengan terengah-engah seperti permainan kucing-kucingan, lompat tali, berlari, memanjat, dan lain-lain.

Ingat:

1. Tidak ada jawaban yang benar dan salah – ini bukan tes.
2. Mohon menjawab semua pertanyaan dengan sejujur-juurnya dan sebenarnya – ini sangat penting.

1. Kegiatan fisik saat kamu senggang

Apakah kamu sudah melakukan kegiatan berikut selama 7 hari terakhir? (Centang satu pilihan per baris)

Kegiatan	Tidak	1-2	3-4	5-6	7x atau lebih
2 Lompat tali	☐	☒	☐	☐	☐
1 Mendayung/bersampan	☒	☐	☐	☐	☐
1 Bermain sepatu roda	☒	☐	☐	☐	☐
2 Bermain kucing-kucingan	☐	☒	☐	☐	☐
3 Jalan-jalan untuk	☐	☐	☒	☐	☐

	berolahraga					
1	Bersepeda	☒	☐	☐	☐	☐
2	Joging atau lari	☐	☒	☐	☐	☐
2	Senam Aerobik	☒	☐	☐	☐	☐
1	Berenang	☒	☒	☐	☐	☐
2	Kasti, Bisbol, Softbol	☐	☒	☐	☐	☐
2	Menari	☐	☒	☐	☐	☐
2	Futsal	☐	☒	☐	☐	☐
1	Badminton	☒	☐	☐	☐	☐
1	Bermain skateboard	☒	☐	☐	☐	☐
2	Sepak bola	☐	☒	☐	☐	☐
1	Bermain hoki	☒	☐	☐	☐	☐
1	Bola voli	☒	☐	☐	☐	☐
1	Tenis lapangan	☒	☐	☐	☐	☐
1	Tenis meja	☒	☐	☐	☐	☐
1	Bola basket	☒	☐	☐	☐	☐
1	Beladiri (karate, silat, taekwondo)	☒	☐	☐	☐	☐
	Lainnya:	☐	☐	☐	☐	☐
		☐	☐	☐	☐	☐
		☐	☐	☐	☐	☐

$$\frac{30}{21} = 1,42$$

2. Selama jam pelajaran pendidikan jasmani (Penjas), seberapa sering kamu bergerak dengan sangat aktif?

- ☐ Saya tidak ikut pelajaran Penjas
- ☐ Hampir tidak pernah
- ☒ Kadang
- ☐ Cukup sering
- ☐ Selalu

3. Dalam 7 hari terakhir, apa yang biasanya kamu lakukan saat istirahat makan siang?

- ☒ Duduk (mengobrol, membaca, mengerjakan tugas sekolah)
- ☐ Berdiri atau jalan-jalan
- ☐ Lari atau bermain sebentar
- ☐ Lari atau bermain agak lama

☐ Lari dan bermain selama sebagian besar jam istirahat

4. Setelah pulang sekolah, berapa banyak hari kamu aktif minggu lalu?

☐ Tidak pernah

☒ 1 kali selama seminggu terakhir

☐ 2 atau 3 kali selama seminggu terakhir

☐ 4 kali selama seminggu terakhir

☐ 5 kali selama seminggu terakhir

5. Di sore hari, berapa banyak waktu kamu aktif minggu lalu?

☐ Tidak pernah

☐ 1 kali selama seminggu terakhir

☒ 2 atau 3 kali selama seminggu terakhir

☐ 4 kali selama seminggu terakhir

☐ 5 kali selama seminggu terakhir

6. Di akhir pekan, seberapa sering kamu aktif?

☐ Tidak pernah

☐ 1 kali

☐ 2 - 3 kali

☒ 4 - 5 kali

☐ 6 kali atau lebih

7. Pernyataan yang paling menggambarkan kamu selama 7 hari terakhir:

☒ Saya sedikit melakukan aktivitas fisik untuk mengisi sebagian besar waktu luang saya

☒ Saya kadang-kadang (1 - 2 kali dalam seminggu terakhir) melakukan kegiatan fisik di waktu luang

☒ Saya sering (3 - 4 kali dalam seminggu terakhir) melakukan kegiatan fisik di waktu luang

☒ Saya sangat sering (5 - 6 kali dalam seminggu terakhir) melakukan kegiatan fisik di waktu luang

☒ Saya sangat sering sekali (7 kali atau lebih dalam seminggu terakhir) melakukan kegiatan fisik di waktu luang

8. Tandai seberapa sering kamu melakukan kegiatan fisik setiap harinya selama seminggu terakhir:

Hari	Tidak Pernah	Sedikit	Cukup Sering	Sering	Sangat Sering
2. Senin	☐	☒	☐	☐	☐
2. Selasa	☐	☒	☐	☐	☐
2. Rabu	☐	☒	☐	☐	☐
2. Kamis	☐	☒	☐	☐	☐
3. Jumat	☐	☐	☒	☐	☐
3. Sabtu	☐	☐	☒	☐	☐
4. Minggu	☐	☐	☐	☒	☐

$$\frac{18}{7} = 2,57$$

9. Apakah kamu sakit minggu lalu atau ada halangan?

☒ Ya

☐ Tidak

Jika ya, apa yang menghalangi kamu? Menstruasi

$$\text{Skor} = \frac{21,99}{8} = 2,7475 \text{ (pendah)}$$

Lampiran 9.Master Tabel

NO	INISIAL	USIA	KODE	KELAS	KODE	PENDIDIKAN AYAH	KODE	PEKERJAAN AYAH	KODE	PENDIDIKAN IBU	KODE	PEKERJAAN IBU	KODE	PENDAPATAN ORANG TUA	KODE	LILA (CM)	KATEGORI	KODE	SKOR TINGKAT AKTIVITAS FISIK	KATEGORI	KODE	SKOR FFQ	KATEGORI	KODE
1	YDT	16 TAHUN	1	X	1	SD	2	PETANI	4	SMP	3	IRT	5	<Rp 1.000.000	1	22,5 CM	KEK	1	2,6	RENDAH	4	475	KURANG	3
2	MHL	16 TAHUN	1	X	1	SMA	4	SUPIR	3	SD	2	IRT	5	<Rp 1.000.000	1	21,5 CM	KEK	1	2,5	RENDAH	4	927	BAIK	1
3	SRH	16 TAHUN	1	X	1	SMA	4	PETANI	4	SD	2	PETANI	4	Rp 1.000.000-Rp 2.000.000	2	21,2 CM	KEK	1	2,4	RENDAH	4	570	KURANG	3
4	SMD	16 TAHUN	1	X	1	SMA	4	PETANI	4	SD	2	IRT	5	<Rp 1.000.000	1	23 CM	KEK	1	4,1	TINGGI	2	976	BAIK	1
5	DEM	16 TAHUN	1	X	1	SMA	4	PETANI	4	S1	5	BIDAN	1	<Rp 1.000.000	1	22 CM	KEK	1	2,8	RENDAH	4	937	BAIK	1
6	CJN	16 TAHUN	1	X	1	SMA	4	WIRUSAHA	3	S1	5	WIRASWASTA	2	<Rp 1.000.000	1	23 CM	KEK	1	2,7	RENDAH	4	665	CUKUP	2
7	RDN	16 TAHUN	1	X	1	S1	5	WIRUSAHA	3	SMA	4	IRT	5	Rp 3.000.000-Rp 5.000.000	4	23 CM	KEK	1	4,2	TINGGI	2	795	CUKUP	2
8	TI	16 TAHUN	1	X	1	SMA	4	PETANI	4	SMP	3	IRT	5	Rp 1.000.000-Rp 2.000.000	2	24,5 CM	TIDAK KEK	2	3,0	SEDANG	3	600	KURANG	3
9	ABL	16 TAHUN	1	X	1	SMA	4	SUPIR	3	SMA	4	IRT	5	<Rp 1.000.000	1	22,5 CM	KEK	1	2,9	RENDAH	4	430	KURANG	3
10	SGM	16 TAHUN	1	X	1	SMA	4	JURU PARKIR	4	SMA	4	IRT	5	Rp 2.000.000-Rp 3.000.000	3	20 CM	KEK	1	3,0	SEDANG	3	545	KURANG	3
11	HA	16 TAHUN	1	X	1	SMP	3	WIRASWAST A	2	SMA	4	WIRUSAHA	3	Rp 1.000.000-Rp 2.000.000	2	23,5 CM	TIDAK KEK	2	2,3	RENDAH	4	700	CUKUP	2
12	KK	17 TAHUN	2	X	1	S1	5	PEGAWAI	1	SMA	4	IRT	5	Rp 3.000.000-Rp 5.000.000	4	22,5 CM	KEK	1	2,3	RENDAH	4	810	BAIK	1
13	MCR	16 TAHUN	1	X	1	SMA	4	POLRI	1	SMA	4	WIRASWASTA	2	>Rp 5.000.000	5	20,5 CM	KEK	1	2,8	RENDAH	4	465	KURANG	3
14	AP	16 TAHUN	1	X	1	SMP	3	PETANI	4	SMP	3	IRT	5	<Rp 1.000.000	1	25 CM	TIDAK KEK	2	3,6	SEDANG	3	740	CUKUP	2
15	DAS	17 TAHUN	2	X	1	SD	2	PETANI	4	SMP	3	WIRUSAHA	3	<Rp 1.000.000	1	25 CM	TIDAK KEK	2	2,6	RENDAH	4	515	KURANG	3
16	AKP	16 TAHUN	1	X	1	SD	2	NELAYAN	4	SMP	3	IRT	5	<Rp 1.000.000	1	25 CM	TIDAK KEK	2	2,7	RENDAH	4	725	CUKUP	2
17	AYD	16 TAHUN	1	X	1	SD	2	PETANI	4	S1	5	PEGAWAI	1	<Rp 1.000.000	1	21,5 CM	KEK	1	3,8	SEDANG	3	690	CUKUP	2
18	SL	16 TAHUN	1	X	1	SD	2	BURUH	4	SMA	4	IRT	5	Rp 1.000.000-Rp 2.000.000	2	20 CM	KEK	1	4,1	TINGGI	2	427	KURANG	3
19	MGD	16 TAHUN	1	X	1	SD	2	PETANI	4	SD	1	PETANI	4	Rp 1.000.000-Rp 2.000.000	2	24,2 CM	TIDAK KEK	2	2,4	SEDANG	3	953	BAIK	1
20	FMS	16 TAHUN	1	X	1	SD	2	PETANI	4	S1	5	IRT	5	Rp 1.000.000-Rp 2.000.000	2	22,5 CM	KEK	1	3,4	SEDANG	3	795	CUKUP	2
21	TFB	16 TAHUN	1	X	1	SMA	4	PETANI	4	SD	2	PETANI	4	<Rp 1.000.000	1	26,5 CM	TIDAK KEK	2	3,0	SEDANG	3	430	KURANG	3
22	MAT	16 TAHUN	1	X	1	SD	2	PETANI	4	SMP	3	IRT	5	Rp 2.000.000-Rp 3.000.000	3	21 CM	KEK	1	3,1	SEDANG	3	475	KURANG	3
23	VAM	16 TAHUN	1	X	1	SMP	3	BURUH	4	SMA	4	IRT	5	<Rp 1.000.000	1	24 CM	TIDAK KEK	2	3,0	SEDANG	3	607	KURANG	3
24	DS	16 TAHUN	1	X	1	SD	2	PETANI	4	SD	1	IRT	5	<Rp 1.000.000	1	21 CM	KEK	1	3,9	SEDANG	3	650	CUKUP	2
25	HIJ	16 TAHUN	1	X	1	SMP	3	PETANI	4	SD	2	PETANI	4	Rp 1.000.000-Rp 2.000.000	2	25,7 CM	TIDAK KEK	2	3,9	SEDANG	3	575	KURANG	3
26	APT	16 TAHUN	1	X	1	SD	2	PEGAWAI	1	SD	2	IRT	5	Rp 2.000.000-Rp 3.000.000	3	22,5 CM	KEK	1	4,4	TINGGI	2	640	CUKUP	2
27	YF	16 TAHUN	1	X	1	SD	2	PETANI	4	SMP	3	IRT	5	Rp 1.000.000-Rp 2.000.000	2	22,2 CM	KEK	1	2,6	RENDAH	4	430	KURANG	3

28	ASN	16 TAHUN	1	X	1	S1	5	WIRASWAST A	2	SMA	4	IRT	5	Rp 1.000.000-Rp 2.000.000	2	20,8 CM	KEK	1	4,3	TINGGI	2	546	KURANG	3
29	TAR	16 TAHUN	1	X	1	SMP	3	PETANI	4	SD	2	IRT	5	<Rp 1.000.000	1	22,1 CM	KEK	1	3,0	SEDANG	3	932	BAIK	1
30	POB	16 TAHUN	1	X	1	SD	2	PETANI	4	SD	2	IRT	5	<Rp 1.000.000	1	23,1 CM	KEK	1	2,5	RENDAH	4	946	BAIK	1
31	MFP	16 TAHUN	1	X	1	SMA	4	SECURITY	2	SMP	3	IRT	5	Rp 1.000.000-Rp 2.000.000	2	21,5 CM	KEK	1	3,0	SEDANG	3	573	KURANG	3
32	CAW	16 TAHUN	1	X	1	S1	5	SUPIR	3	S2	6	GURU	1	Rp 1.000.000-Rp 2.000.000	2	24 CM	TIDAK KEK	2	2,5	RENDAH	4	443	KURANG	3
33	MT	18 TAHUN	3	X	1	SD	2	PETANI	4	SD	2	IRT	5	<Rp 1.000.000	1	20 CM	KEK	1	2,6	RENDAH	4	605	KURANG	3
34	TSW	16 TAHUN	1	X	1	SMA	4	BURUH	4	SMA	4	IRT	5	Rp 1.000.000-Rp 2.000.000	2	24 CM	TIDAK KEK	2	3,0	SEDANG	3	456	KURANG	3
35	MAK	16 TAHUN	1	X	1	SD	2	BURUH	4	SD	2	IRT	5	Rp 1.000.000-Rp 2.000.000	2	26,5 CM	TIDAK KEK	2	3,1	SEDANG	3	430	KURANG	3
36	AEA	16 TAHUN	1	X	1	SMA	4	WIRSAUSAHA	3	SD	2	IRT	5	<Rp 1.000.000	1	21,2 CM	KEK	1	2,7	RENDAH	2	981	BAIK	1
37	GIT	16 TAHUN	1	X	1	SD	2	PETANI	4	SMA	4	IRT	5	<Rp 1.000.000	1	22,5 CM	KEK	1	2,8	RENDAH	2	572	KURANG	3
38	PAR	17 TAHUN	2	XI	2	SD	2	PETANI	4	SMP	3	IRT	5	Rp 2.000.000-Rp 3.000.000	3	23 CM	KEK	1	3,3	SEDANG	3	874	BAIK	1
39	PL	17 TAHUN	2	XI	2	SD	2	PETANI	4	SD	2	IRT	5	<Rp 1.000.000	1	25 CM	TIDAK KEK	2	2,5	RENDAH	4	584	KURANG	3

Lampiran 10. Uji Statistik Univariat

Usia

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	16 Tahun	50	71.4	71.4	71.4
	17 Tahun	16	22.9	22.9	94.3
	18 Tahun	4	5.7	5.7	100.0
	Total	70	100.0	100.0	

Kelas

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	X	37	52.9	52.9	52.9
	XI	33	47.1	47.1	100.0
	Total	70	100.0	100.0	

Pendidikan Ayah

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	TIDAK SEKOLAH	2	2.9	2.9	2.9
	SD	27	38.6	38.6	41.4
	SMP	10	14.3	14.3	55.7
	SMA	25	35.7	35.7	91.4
	D3/S1	6	8.6	8.6	100.0
	Total	70	100.0	100.0	

Pekerjaan Ayah

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	PNS/TNI/POLRI	7	10.0	10.0	10.0
	WIRASWASTA	6	8.6	8.6	18.6
	WIRAUSAHA	7	10.0	10.0	28.6
	BURUH/PETANI/NELAYAN	50	71.4	71.4	100.0
	Total	70	100.0	100.0	

Pendidikan Ibu

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	TIDAK SEKOLAH	2	2.9	2.9	2.9
	SD	20	28.6	28.6	31.4
	SMP	13	18.6	18.6	50.0
	SMA	22	31.4	31.4	81.4
	D3/S1	12	17.1	17.1	98.6
	S2/S3	1	1.4	1.4	100.0
	Total	70	100.0	100.0	

Pekerjaan Ibu

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	PNS/TNI/POLRI	8	11.4	11.4	11.4
	WIRASWASTA	6	8.6	8.6	20.0
	WIRAUSAHA	4	5.7	5.7	25.7
	BURUH/PETANI/ NELAYAN	6	8.6	8.6	34.3
	IRT	46	65.7	65.7	100.0
	Total	70	100.0	100.0	

Pendapatan Orang Tua

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	<Rp 1.000.000	41	58.6	58.6	58.6
	Rp 1.000.000- Rp 2.000.000	16	22.9	22.9	81.4
	Rp 2.000.000- Rp 3.000.000	5	7.1	7.1	88.6
	Rp 3.000.000- Rp 5.000.000	4	5.7	5.7	94.3
	>Rp 5.000.000	4	5.7	5.7	100.0
	Total	70	100.0	100.0	

Lingkar Lengan Atas

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	KEK	46	65.7	65.7	65.7
	TIDAK KEK	24	34.3	34.3	100.0
	Total	70	100.0	100.0	

Aktivitas Fisik

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	TINGGI	8	11.4	11.4	11.4
	SEDANG	30	42.9	42.9	54.3
	RENDAH	32	45.7	45.7	100.0
	Total	70	100.0	100.0	

Pola Makan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	POLA MAKAN BAIK	18	25.7	25.7	25.7
	POLA MAKAN CUKUP	17	24.3	24.3	50.0
	POLA MAKAN KURANG	35	50.0	50.0	100.0
	Total	70	100.0	100.0	

Lampiran 11. Uji Statistik Bivariat

Case Processing Summary

	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
AKTIVITAS FISIK * LINGKAR LENGAN ATAS	70	100.0%	0	0.0%	70	100.0%
FFQ * LINGKAR LENGAN ATAS	70	100.0%	0	0.0%	70	100.0%

Crosstab

			LINGKAR LENGAN ATAS		Total
			KEK	TIDAK KEK	
AKTIVITAS FISIK	TINGGI	Count	8	0	8
		% within AKTIVITAS FISIK	100.0%	0.0%	100.0%
	SEDANG	Count	17	13	30
		% within AKTIVITAS FISIK	56.7%	43.3%	100.0%
	RENDAH	Count	21	11	32
		% within AKTIVITAS FISIK	65.6%	34.4%	100.0%
Total		Count	46	24	70
		% within AKTIVITAS FISIK	65.7%	34.3%	100.0%

Chi-Square Tests

	Value	Df	Asymptotic Significance (2-sided)
Pearson Chi-Square	5.264 ^a	2	.072
Likelihood Ratio	7.770	2	.021
Linear-by-Linear Association	1.058	1	.304
N of Valid Cases	70		

- a. 1 cells (16.7%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 2.74

Crosstab

			SKOR FFQ			Total
			POLA MAKAN BAIK	POLA MAKAN CUKUP	POLA MAKAN KURANG	
LINGKAR LENGAN ATAS	KEK	Count	13	14	19	46
		Expected Count	11.8	11.2	23.0	46.0
		% within LINGKAR LENGAN ATAS	28.3%	30.4%	41.3%	100.0%
		% within SKOR FFQ	72.2%	82.4%	54.3%	65.7%
		% of Total	18.6%	20.0%	27.1%	65.7%
	TIDAK KEK	Count	5	3	16	24
		Expected Count	6.2	5.8	12.0	24.0
		% within LINGKAR LENGAN ATAS	20.8%	12.5%	66.7%	100.0%
		% within SKOR FFQ	27.8%	17.6%	45.7%	34.3%
		% of Total	7.1%	4.3%	22.9%	34.3%
Total		Count	18	17	35	70
		Expected Count	18.0	17.0	35.0	70.0
		% within LINGKAR LENGAN ATAS	25.7%	24.3%	50.0%	100.0%
		% within SKOR FFQ	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
		% of Total	25.7%	24.3%	50.0%	100.0%

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymptotic Significance (2-sided)
Pearson Chi-Square	4.456 ^a	2	.108
Likelihood Ratio	4.631	2	.099
Linear-by-Linear Association	2.394	1	.122
N of Valid Cases	70		

- a. 0 cells (.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 5.83.

Lampiran 12. Dokumentasi Penelitian



Gambar 1. Penjelasan cara pengisian FFQ dan Kuisisioner

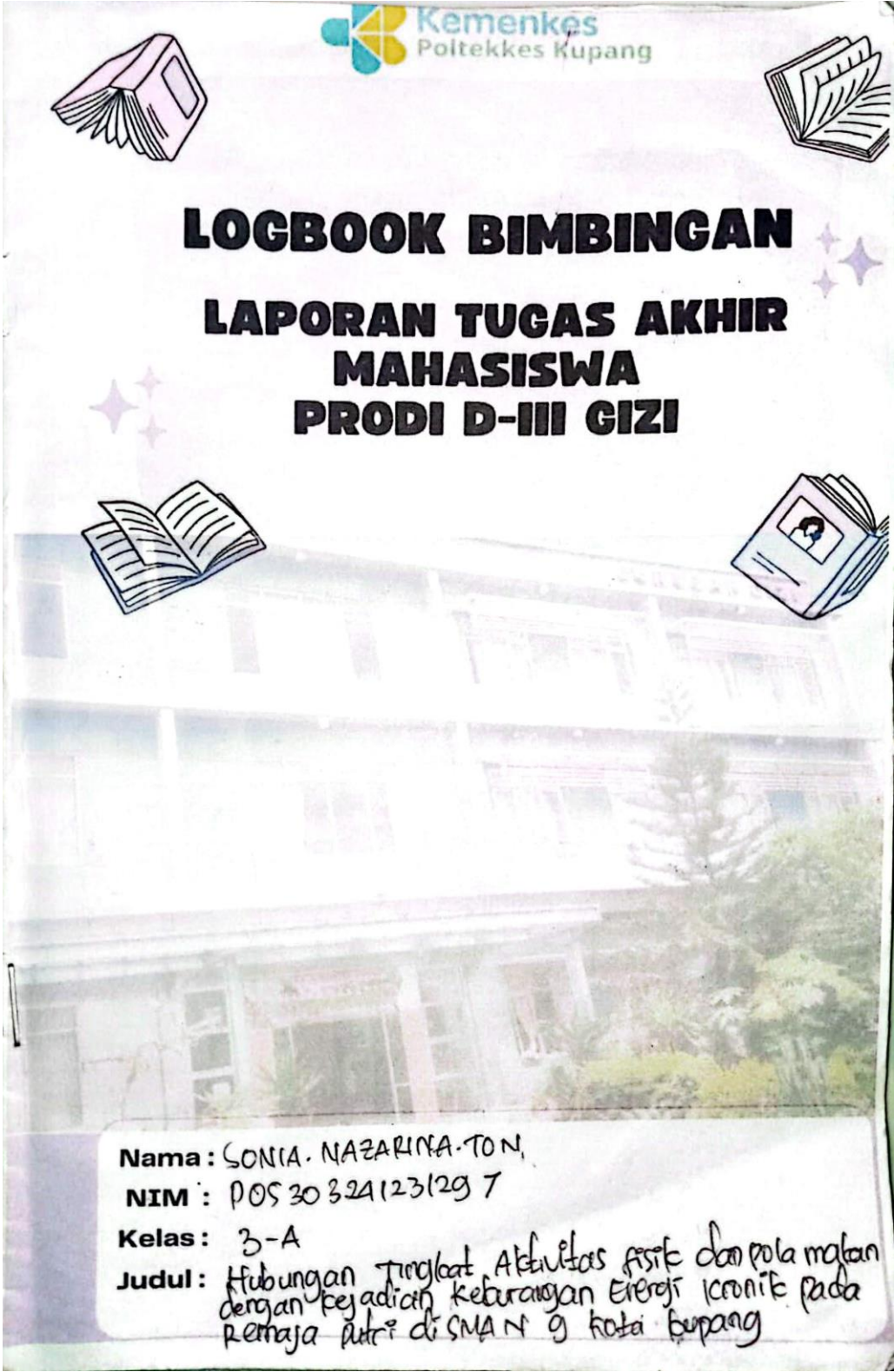


Gambar 2. Pengisian FFQ dan Kuisisioner



Gambar 3. Pengukuran Lingkar Lengan Atas

Lampiran 13. LogBook



Kemenkes
Poltekkes Kupang

LOGBOOK BIMBINGAN

LAPORAN TUGAS AKHIR

MAHASISWA

PRODI D-III GIZI

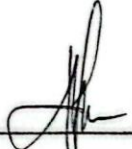
Nama: SONIA. NAZARINA. TON,

NIM: POS 30324123129 7

Kelas: 3-A

Judul: Hubungan tingkat Aktivitas fisik dan pola makan dengan kejadian kekurangan Energi kronik pada Remaja Putri di SMA N 9 Kota Kupang

No	Waktu Konsultasi	Kegiatan / Materi Konsultasi	Tanda Tangan Pembimbing
1.	2 Februari 2026	Konsul Jurnal terkait dengan masalah Gizi REK pada Remaja Putri	
2.	5 Februari 2026	Konsul Jurnal dan Acc judul proposal	
3.	12 Februari 2026	Konsul Bab I, II dan Bab III, dengan Revisi Bab I, II, III	
4.	18 Februari 2026	Konsul Revisi Bab I, II, III	
5.	19 Februari 2026	Konsul Revisi Bab I, II, dan III, juga konsul kerangka Teori, Quisner	
6.	23 Februari 2026	Konsul kerangka Teori dan juga Quisner Aktivitas fisik	

No	Waktu Konsultasi	Kegiatan / Materi Konsultasi	Tanda Tangan Pembimbing
7.	25 februari 2026	Konsul Revisi kurang tingkat Aktivitas fisik	
8.	Jumat, 24 Maret 2026	Konsul data hasil Penelitian (kuisioner)	
9.	Senin, 27 Maret 2026	Konsul data master tabel	
10.	Senin, 4 Mei 2026	Konsul data master tabel (Revisi)	
11.	Senin, 11 Mei 2026	Konsul hasil Spss dan master tabel	
12.	Rabu, 13 Mei 2026	Konsul Bab IV Hasil dan pembahasan	

No	Waktu Konsultasi	Kegiatan / Materi Konsultasi	Tanda Tangan Pembimbing
13.	Senin, 18 Mei 2026	Konsul Bab IV Pembahasan (perbaikan)	
14.	Rabu, 20 Mei 2026	Konsul Bab IV, V, dan Lampiran	

Lampiran 14. Surat Keterangan Cek Plagiat



Kementerian Kesehatan
Poltekkes Kupang

Jalan Piet A. Tallo, Lihba, Gebobo,
Kupang, Nusa Tenggara Timur 85111
ID: 03801 8900256
<https://poltekkeskupang.ac.id>

PERPUSTAKAAN TERPADU

<https://perpus-terpadu.poltekkeskupang.ac.id/> ; e-mail: perpustakaanterpadu61@gmail.com

SURAT KETERANGAN HASIL CEK PLAGIASI

Dengan ini menerangkan bahwa :

Nama	: Sonia Nazarina Ton
Nomor Induk Mahasiswa	: PO. 5303241231297
Pembimbing	: Astuti Nur, S.Gz., M.Kes
Penguji	: Maria Goreti Pantaleon, SKM., MPH
Jurusan	: Prodi Gizi Poltekkes Kemenkes Kupang
Judul Karya Ilmiah	: Hubungan Tingkat Aktivitas Fisik Dan Pola Makan Dengan Kejadian Kekurangan Energi Kronik (KEK) Pada Remaja Putri Di SMA N 9 Kota Kupang

Laporan Tugas Akhir Yang Bersangkutan Di Atas Telah Melalui Proses Cek Plagiasi Menggunakan Strike Plagiarisme Dengan Hasil Kemiripan (Similarity) Sebesar 19%.
Demikian Surat Keterangan Ini Dibuat Agar Dapat Dipergunakan Sebagaimana Mestinya.

Kupang, 15 Juli 2026
Admin Strike Plagiarisme

Murry Jemias Kale SST
NIP. 198501042010121002