

LAMPIRAN

Lampiran 1. Lembar persetujuan

LEMBAR PERSUTUJUAN MENJADI RESPONDEN

No. Responden :

Yang bertandatangan dibawah ini :

Nama : Ligen H. Simlae

Usia : 16 tahun

Alamat : Jl. Jambu, Kelurahan Batupalab, Kecamatan Alah

Setelah mendapatkan penjelasan mengenai penelitian ini serta mengetahui tujuan dan manfaat dari penelitian ini maka dengan ini saya menyatakan (bersedia/tidak bersedia) ikut serta menjadi responden dalam penelitian yang berjudul **HUBUNGAN KONSUMSI SAYUR DAN BUAH TERHADAP STATUS GIZI REMAJA PUTRI DI SMK NEGERRI 1 KOTA KUPANG.**

Apabila dikemudian hari ada terjadi sesuatu hal yang dapat merugikan saya dalam bentuk apapun maka saya berhak membatalkan persetujuan ini. Demikian surat perjanjian ini dibuat dalam keadaan sadar dan tanpa ada unsur paksaan dari pihak manapun serta segala informasi mengenai penelitian ini akan dirahasiakan dan sepenuhnya hanya digunakan untuk penelitian.

Kupang, April 2026


Ligen H. Simlae
Responden

Lampiran 2. Karakteristik responden

KUSIONER PENELITIAN

A. Karakteristik responden

KARAKTERISTIK RESPONDEN

1	Nama	:	Liyen A. Simae
2	Tempat tinggal	:	Batuplate
3	Tanggal lahir	:	05 Juni 2009
4	Usia	:	16 tahun
5	Jenis kelamin	:	Pesempuan
6	Status	:	Pelajar
7	Kelas	:	XI
8	Agama	:	Kristen Protestan
9	Hobby	:	Membaca
10	Data antropometri	:	1. Berat badan : 46,1 2. Tinggi badan : 158,5 3. IMT/U : 18,9 kg/m ² 4. Statu gizi :
11	Jumlah saudara kandung	:	2
12	Asal suku	:	Rote
13	Pekerjaan orang tua	:	Ayah : pedagang Ibu : Ibu rumah tangga
14	Pendidikan orang tua	:	Ayah : SMP Ibu : SD
15	Penghasilan orang tua	:	RP : 1.000.000
16	Uang jajan seharian	:	RP : 20.000
17	Nomor telpon	:	0852-2920-0954

Lampiran 3. Form SQ- FFQ

Semi Quantitative Food Frequency Questionnaire (SQ-FFQ)

Isilah form dibawah ini dengan tanda ✓

Bahan Makanan	Porsi		Frekuensi Konsumsi						Keterangan
	URT	Berat (g)	2-3x/hari (50)	7x/mg (25)	5-6x/mg (15)	3-4x/mg (10)	1-2/mg (1)	TP (0)	
			Sayur-sayuran						
Kembang Kol							✓		
Bayam hijau							✓		
Kangkung	✓		✓						
Brokoli						✓			
Sawi putih	✓					✓			
Sawi hijau							✓		
Wortel							✓		
Terong	✓					✓			
Daun singkong	✓						✓		

Lampiran 4. From food recall 3 x 24 jam

Nama subjek / responden : FIRMINTA JOSEPA DOKEN

Tanggal wawancara : 05-05-2026

Waktu Makan	Menu	Bahan Makanan			Teknik pengolahan
		Jenis	Banyaknya		
			URT	gram	
Makan pagi jam :	Nasi Tahu Goreng	Beras Tahu	2 Ctg 2 Potong 1.5 x sdg	100 80	
Selingan pagi Jam :	Selama Kuah	Daging	Tahu 2 Pentol 2 mie	-40 -30 -20	
Makan siang Jam :	nasi Daging - sapi tm sapi	nasi sapi gawi	2 Ctg 1.5 x 2 sdm	100 50 30	
Selingan siang Jam :	-	-	-	-	-
Makan malam Jam :	nasi Ikan Goreng	nasi Ikan kembung	2 Ctg 1 ekor per sdg	100 60	

E : 1029.3
P : 45.2
L : 5'
K : 96.8

Lampiran 5. Lembar Jumlah Satuan URT Dan Berat Konsumsi Buah Dan Sayur

NO	Bahan Makanan	Jumlah satuan URT dan beta konsumsi buah dan sayur	
		URT	Berat satuan (g)
	Sayur- sayuran		
1.	Bayam hijau	1 sendok sayur	15 g
2.	Kangkung	1 sendok makan	10 g
3.	Daun singkong	1 sendok makan	15 g
4.	Sawi hijau	1 sendok makan	15 g
5.	Sawi putih	1 sendok makan	15 g
6.	Brokoli	1 sendok makan	15 g
7.	Kembang kol	1 sendok makan	15 g
8.	Wortel	1 sendok makan	10 g
9.	Terong	1 potong	15 g
10.	Daun kelor/marungga	1 sendok makan	15 g
11.	Daun ubi	1 sendok makan	15 g
12.	Buncis	1 sendok makan	10 g
13.	Kacang panjang	1 sendok makan	15 g
14.	Selada	1 sendok makan	15 g
15.	Oyong	1 sendok makan	20 g
16.	Labu siam	1 sendok makan	15 g
17.	Ketimun	1 potong	15 g
18.	Toge	1 sendok makan	10 g
19.	Labu kuning	1 sendok sayur	30 g
20.	Jantung pisang	1 sendok sayur	30 g
21.	Pare	1 sendok makan	15 g
	Buah - Buahan		
1.	Jambu air	1 buah besar	55 g
2.	Durian	1 biji	30 g
3.	Papaya	1 potong dadu	15 g

4.	Mangga	1 iris	75 g
5.	Pir	1 buah sedang	120 g
6.	Naga	1 potong sedang	80 g
7.	Jambu biji	1 buah besar	100 g
8.	Pisang raja	1 buah	50 g
9.	Pisang ambon	1 buah	100 g
10.	semangka	1 pootong	100 g
1.	Nanas	1 potong	100 g
12.	Salak	1 buah sedang	40 g
13.	rambutan	1 buah	10 g
14.	Alpukat	1 sendok makan	15 g
15.	Jeruk manis	1 buah	55 g
16.	Apel	1 buah kecil	85 g
17.	Pisang emas	1 buah besar	20 g

Sumber: Buku Foto Makanan dan DBMP

Lampiran 6. Tabel Jenis Sayur Dan Manfaatnya Bagi Remaja Putri

No	Jenis Sayur	Kandungan Zat Gizi Utama	Manfaat bagi Remaja Putri
1	Bayam Hijau	Zat Besi, Vitamin A, C, K, Asam Folat, Kalsium	Mencegah anemia defisiensi besi akibat menstruasi, mengoptimalkan pembentukan sel darah merah, dan menjaga kesehatan tulang.
2	Kangkung	Zat Besi, Vitamin A, Vitamin C, Serat, Kalsium	Membantu mencegah anemia, menjaga kesehatan mata, dan melancarkan saluran pencernaan.
4	Sawi Hijau	Vitamin A, C, K, Zat Besi, Kalsium, Serat	Membantu mencegah anemia, mendukung metabolisme energi, dan memenuhi kebutuhan serat harian.
5	Wortel	Beta-karoten (Vitamin A), Vitamin K, Kalium, Serat	Menjaga kesehatan organ penglihatan, kesehatan kulit (mengurangi jerawat), dan menangkal radikal bebas.
6	Terong	Antosianin (Nasunin), Serat, Kalium, Vitamin B6	Menjaga fungsi kognitif/otak saat belajar dan membantu meregulasi kadar lemak darah.
7	Daun Singkong	Zat Besi, Protein nabati, Vitamin A, Vitamin C, Magnesium	Sumber protein nabati untuk pembentukan jaringan dan zat besi untuk mencegah anemia.
8	Kelor/Marungga	Zat Besi (sangat tinggi), Kalsium, Vitamin C, Vitamin A, Protein	Superfood untuk mengatasi anemia, meningkatkan imunitas, dan mengoptimalkan kepadatan tulang.
9	Daun Ubi	Vitamin A, B6, C, Zat Besi, Kalsium, Serat	Mendukung produksi sel darah merah, sistem imun, dan kesehatan mikrobiota usus.

No	Jenis Sayur	Kandungan Zat Gizi	Manfaat bagi Remaja Putri
10	Kacang Panjang	Protein nabati, Serat, Vitamin C, Zat Besi, Folat	Mendukung pertumbuhan jaringan tubuh dan menjaga stamina agar tidak mudah lelah.
13	Taoge	Vitamin E, Vitamin C, Protein nabati, Serat	Antioksidan kuat untuk regenerasi sel kulit dan mendukung kematangan organ reproduksi.
14	Ketimun	Air (95%), Kalium, Vitamin K, Magnesium	Menjaga hidrasi seluler tubuh, detoksifikasi alami, dan menjaga kesegaran kulit wajah.
15	Jantung Pisang	Serat pangan, Zat Besi, Kalsium, Flavonoid	Membantu menstabilkan siklus menstruasi, meredakan kram perut haid, dan mencegah anemia.
16	Buncis	Serat pangan, Asam Folat, Vitamin C, Zat Besi	Mendukung kesehatan reproduksi (folat), mengontrol gula darah, dan mencegah sembelit.

Lampiran 7. Tabel Jenis Buah Dan Manfaatnya Bagi Remaja Putri

No	Jenis Buah	Kandungan Zat Gizi Utama	Manfaat bagi Remaja Putri
1	Pepaya	Vitamin C (tinggi), Vitamin A, Enzim Papain, Folat	Mengoptimalkan penyerapan zat besi dari makanan lain, melancarkan pencernaan, dan menjaga kesehatan kulit.
2	Pisang ambon	Kalium, Vitamin B6, Karbohidrat (energi), Serat	Sumber energi sehat, meredakan kram perut saat menstruasi, dan menjaga kestabilan suasana hati.
4	Semangka	Air (92%), Likopen, Vitamin C, Citrulline	Menjaga hidrasi tubuh setelah beraktivitas, mencegah dehidrasi, dan menjaga kesegaran kulit.
5	Salak	Serat, Vitamin C, Zat Besi, Kalsium	Memberikan rasa kenyang lebih lama (kontrol IMT) dan mendukung kepadatan tulang.
6	Jeruk manis	Vitamin C (tinggi), Folat, Flavonoid, Air	Sangat baik dikonsumsi bersama makanan utama untuk mempercepat penyerapan zat besi.
7	Apel	Pektin (Serat), Vitamin C, Antioksidan (Kuersetin)	Membantu mengontrol nafsu makan berlebih (menjaga status gizi normal) dan detoksifikasi.

- **Kementerian Kesehatan RI (2019).** *Tabel Komposisi Pangan Indonesia (TKPI).* Jakarta: Direktorat Jenderal Kesehatan Masyarakat.
- **Almatsier, S. (2011).** *Prinsip Dasar Ilmu Gizi.* Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- **Gibson, R. S. (2005).** *Principles of Nutritional Assessment.* Oxford University Press.

Sumber Referensi Ilmiah (Daftar Pustaka Acuan):

Lampiran 8. Master tabel

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U
1	Nomor	Kode Kela	Kode Umi	Kode Agam	Kode Status Gl	Kode Uang Jai	Kode Jumlah Sudara Kandung	Kode Pendidikan	Kode Pendidikan	Kode Pekerja	Kode Pekerjaan	Kode Penghasilan	Kode Energi	Kode Protein	Kode Lemak	Kode Karbohidrat	Sagu	kode	Buah	Kode	
2	1	1	2	1	2	2	2	2	2	3	2	0	1	2	1	1	9,05%	2	7,06%	2	
3	2	1	2	1	1	1	2	2	4	3	2	0	1	2	1	1	22,38%	2	8,82%	2	
4	3	1	1	2	2	1	2	2	2	4	2	1	1	1	2	1	66,67%	2	74,12%	2	
5	4	1	1	2	1	1	0	2	2	4	2	1	1	1	1	1	35,24%	2	23,53%	2	
6	5	1	1	2	2	1	2	3	3	4	2	1	1	1	1	1	34,76%	2	17,06%	2	
7	6	1	1	2	2	2	2	1	2	3	4	2	1	1	1	1	5,24%	2	18,82%	2	
8	7	1	1	2	2	1	2	2	2	6	4	1	1	2	1	1	13,81%	2	10%	2	
9	8	1	1	1	2	2	2	3	4	3	2	1	1	2	1	1	21,90%	2	14,7%	2	
10	9	1	1	1	2	1	2	2	3	0	0	0	1	2	1	1	69,52%	2	36,47%	2	
11	10	1	2	1	2	2	0	1	2	1	3	2	1	1	1	1	7,14%	2	9,41%	2	
12	11	1	1	3	2	2	1	3	3	3	2	1	1	1	1	1	20%	2	16,82%	2	
13	12	1	1	2	2	1	2	2	2	2	2	2	1	1	1	1	24,76%	2	27,06%	2	
14	13	1	1	1	1	1	2	2	2	4	2	1	1	1	1	1	58,57%	2	74,7%	2	
15	14	1	1	1	2	1	2	4	4	4	2	1	1	1	1	1	20,48%	2	17,65%	2	
16	15	1	1	1	2	1	2	4	4	3	2	1	1	2	1	1	20,95%	2	24,71%	2	
17	16	1	1	3	1	2	2	3	2	3	2	0	1	1	2	1	25,71%	2	9,41%	2	
18	17	1	2	2	1	1	2	4	4	6	2	1	1	1	1	1	16,67%	2	8,23%	2	
19	18	1	2	1	1	2	2	1	1	1	1	2	1	2	2	1	38,57%	2	24,1%	2	
20	19	1	1	1	2	2	2	2	1	3	1		1	1	1	1	39,06%	2	38,82%	2	
21	20	1	1	1	1	1	2	2	2	1	2	2	1	1	1	1	18,18%	2	39,41%	2	
22	21	1	2	1	2	2	2	2	1	6	2	2	1	1	1	1	19,06%	2	18,82%	2	
23	22	1	1	3	2	1	2	3	2	3	2	1	1	1	1	1	0,48%	2	10,58%	2	
24	23	1	2	1	2	1	2	2	3	3	2	1	1	2	1	1	16,67%	2	11,76%	2	
25	24	1	1	1	1	1	2	2	4	1	2	1	1	2	1	1	7,62%	2	11,17%	2	
26	25	2	1	1	4	1	1	2	1	3	2	1	1	3	2	3	6,67%	2	4,70%	2	
27	26	2	1	1	2	1	2	2	2	6	2	1	1	1	1	1	63,33%	2	18,23%	2	
28	27	2	2	1	2	1	2	4	4	6	3	1	1	1	1	1	28,08%	2	23,64%	2	
29	28	2	2	1	1	1	2	1	1	1	2	2	1	1	1	1	17,14%	2	45,41%	2	
30	29	2	1	2	2	1	2	2	2	3	3	1	1	1	1	1	15,71%	2	24,1%	2	
31	30	2	1	1	2	1	2	2	4	3	2	1	1	1	1	1	69,52%	2	42,94%	2	
32	31	2	1	1	2	1	1	1	1	3	4	2	1	1	1	1	74,28%	2	54,1%	2	
33	32	2	2	2	2	1	2	2	2	4	2	0	1	1	1	1	34,28%	2	13,52%	2	
34	33	2	2	3	2	2	2	2	1	1	2	2	1	1	1	1	12,86%	2	60,58%	2	
35	34	2	2	1	2	1	2	4	2	4	2	1	1	1	1	1	16,19%	2	28,23%	2	
36	35	2	2	3	2	2	2	2	2	5	2	1	1	1	1	1	8,57%	2	11,17%	2	
37	36	2	1	1	2	1	2	3	2	4	2	1	1	1	1	1	10,48%	2	29,41%	2	
38	37	2	2	1	2	1	1	2	2	3	4	2	1	3	2	1	5,71%	2	7,64%	2	
39	38	2	2	1	2	2	2	2	4	6	2	1	1	2	1	1	8,57%	2	88,24%	1	
40	39	2	2	2	1	2	2	2	4	3	2	2	1	1	1	1	78,57%	1	100%	1	

MAASTER TABEL LTA NISA CANTI K55 - Excel (Product Activation Failed)																				
FILE HOME INSERT PAGE LAYOUT FORMULAS DATA REVIEW VIEW																				
Clipboard Font Alignment Number Styles Cells Editing																				
A1																				
A B C D E F G H I J K L M N O P Q R S U																				
Karakteristik Responden															Karakteristik Orang Tua					
No	Nama	Asal sekolah	Kelas	anggal lahir	anggal kunjung	Umur	Agama	TB	BB	IMT/A	Status gizi	ang jajan sehari	umlah saudara kandur	endidikan aya	Pendidikan ibekerjaan aya	Pekerjaan ibu	hasilan Orang T	Energi		
1	L.O	SMKN 1 Kupang	XIAKL 1	14/2009	23/4/2026	17	Kristen	155	40	16,67	Gizi Baik	25.000	4	SMA	SMA	Wiraprasta	IRT	0	1114	
2	A.W	SMKN 1 Kupang	XIAKL 1	8/4/2009	23/4/2026	17	Kristen	160	40	15,6	Gizi Kurang	15.000	5	SMA	SD	Wiraprasta	IRT	0	1343	
3	C.D	SMKN 1 Kupang	XIAKL 1	14/7/2009	23/4/2026	16	Katolik	148	41	19,7	Gizi Baik	5.000	3	SMA	SMA	Petani	IRT	2.000.000	1087	
4	T.L	SMKN 1 Kupang	XIAKL 1	25/5/2009	23/4/2026	16	Katolik	160	38	14,8	Gizi Kurang	10.000	0	SMA	SMA	Petani	IRT	1.000.000	1144	
5	Y.L	SMKN 1 Kupang	XIAKL 1	15/8/2009	23/4/2026	16	Katolik	154	55	23,1	Gizi Baik	5.000	3	SMP	SMP	Petani	IRT	1.000.000	1119	
6	M.S	SMKN 1 Kupang	XIAKL 1	31/5/2009	23/4/2009	16	Katolik	158	51	20,4	Gizi Baik	22.000	3	S.1	SMA	Wiraprasta	Pegawai MEG	3.500.000	1106	
7	C.H	SMKN 1 Kupang	XIAKL 1	2/9/2009	23/4/2026	16	Katolik	152	38	16,4	Gizi Baik	10.000	3	SMA	SMA	Buruh bangunan	listen dokter g	300.000	1197	
8	L.S	SMKN 1 Kupang	XIAKL 1	5/8/2009	23/4/2026	16	Kristen	158	46	18,3	Gizi Baik	20.000	2	SMP	SD	Pedagang	IRT	1.000.000	1020	
9	A.L	SMKN 1 Kupang	XIAKL 1	18/5/2009	23/4/2026	16	Kristen	157	56	22,7	Gizi Baik	10.000	4	SMA	SMP	0	0	0	1186	
10	N.L	SMKN 1 Kupang	XIAKL 1	13/3/2009	23/4/2026	17	Kristen	155	51	21,2	Gizi Baik	20.000	0	S1	SMA	Kelahiran	Salon rambut	4.000.000	1294	
11	C.F	SMKN 1 Kupang	XIAKL 1	21/10/2009	23/4/2026	16	Islam	160	55	21,4	Gizi Baik	30.000	1	SMP	SMP	Wiraprasta	IRT	2.000.000	847	
12	F.D	SMKN 1 Kupang	XIAKL 1	7/7/2009	23/4/2026	16	Katolik	165	45	16,5	Gizi Baik	2.000	3	SMA	SMA	Honor	Guru	2.500.000	1089	
13	L.M	SMKN 1 Kupang	XIAKL 1	15/10/2009	23/4/2026	16	Kristen	161	41	15,6	Gizi Kurang	10.000	3	SMA	SMK	Petani	IRT	1.000.000	1445	
14	R.B	SMKN 1 Kupang	XIAKL 1	14/10/2009	23/4/2026	16	Kristen	162	60	22,8	Gizi Baik	10.000	5	SD	SD	Petani	IRT	500.000	860	
15	S.L	SMKN 1 Kupang	XIAKL 1	9/9/2009	23/4/2026	16	Kristen	151	39	17,1	Gizi Baik	10.000	4	SD	SD	Pedagang	IRT	500.000	1094	
16	R.T	SMKN 1 Kupang	XIAKL 1	28/6/2009	23/4/2026	16	Islam	150	35	15,5	Gizi Kurang	20.000	5	SMP	SMA	Wiraprasta	IRT	0	1110	
17	A.N	SMKN 1 Kupang	XIAKL 1	27/4/2008	23/4/2026	17	Katolik	149	33	14,8	Gizi Kurang	10.000	2	SD	SD	Tukang	IRT	1.500.000	774	
18	C.L	SMKN 1 Kupang	XIAKL 1	9/3/2009	23/4/2026	17	Kristen	162	40	15,2	Gizi Kurang	20.000	2	S.1	S.1	Pegawai	Guru	7.000.000	1401	
19	E.T	SMKN 1 Kupang	XIAKL 1	27/6/2009	23/4/2026	16	Kristen	148	36	15,4	Gizi Baik	20.000	3	SMA	Perguruan tinggi	Wiraprasta	Guru	2.500.000	893	
20	H.S	SMKN 1 Kupang	XIAKL 1	17/8/2009	23/4/2026	16	Kristen	151	32	14	Gizi Kurang	15.000	4	SMA	SMA	Pensiunan	IRT	2.500.000	1056	
21	S.S	SMKN 1 Kupang	XIAKL 1	28/1/2009	23/4/2026	17	Kristen	148	52	23,7	Gizi Baik	25.000	2	SMA	S.1	Sopir	IRT	3.000.000	2873	
22	S.A	SMKN 1 Kupang	XIAKL 1	16/12/2009	23/4/2026	16	Islam	155	43	17,8	Gizi Baik	15.000	4	SMP	SMA	Wiraprasta	IRT	2.000.000	2522	
23	S.F	SMKN 1 Kupang	XIAKL 1	7/4/2009	23/4/2026	17	Kristen	154	42	17,7	Gizi Baik	5.000	2	SMA	SMP	Grab	IRT	500.000	3723	
24	J.T	SMKN 1 Kupang	XIAKL 1	28/5/2009	23/4/2026	16	Kristen	167	41	14,7	Gizi Kurang	15.000	6	SMA	SD	Guru	IRT	1.000.000	3417	
25	M.R	SMKN 1 Kupang	XIAKL 2	13/7/2009	23/4/2026	16	Kristen	161	65	25	Obesitas	15.000	1	SMA	S.1	Wiraprasta	IRT	2.000.000	3843	
26	M.K	SMKN 1 Kupang	XIAKL 2	27/6/2009	23/4/2026	16	Kristen	150	40	17,7	Gizi Baik	10.000	2	SMA	SMA	Pam Air	IRT	800.000	3509	
27	S.M	SMKN 1 Kupang	XIAKL 2	7/5/2008	23/4/2026	17	Kristen	156	48	19,7	Gizi Baik	12.000	2	SD	SD	luh harian lep	Londri pakalan	1.000.00	2582	
28	A.O	SMKN 1 Kupang	XIAKL 2	19/12/2008	23/4/2026	17	Kristen	163	40	15	Gizi Kurang	20.000	2	S.1	S.1	Poli	IRT	3.000.000	3186	
29	A.B	SMKN 1 Kupang	XIAKL 2	27/6/2009	23/4/2026	16	Katolik	149	53	23,8	Gizi Baik	10.000	3	SMA	SMA	ayawan Swast	ayawan Swast	1.000.000	3443	
30	I.M	SMKN 1 Kupang	XIAKL 2	18/8/2009	23/4/2026	16	Kristen	155	41	17	Gizi Baik	15.000	5	SMA	SD	Ojek	IRT	200.000	2738	
31	C.H	SMKN 1 Kupang	XIAKL 2	12/6/2009	23/4/2026	16	Kristen	159	42	16,8	Gizi Baik	10.000	1	S1	S1	Wiraprasta	Perawat	3.000.000	3545	
32	M.M	SMKN 1 Kupang	XIAKL 2	4/12/2008	23/4/2026	17	Katolik	162	52	19,8	Gizi Baik	10.000	2	SMA	SMA	Petani	IRT	0	2460	
33	R.P	SMKN 1 Kupang	XIAKL 2	11/10/2008	23/4/2026	17	Islam	157	40	16,5	Gizi Baik	20.000	2	SMA	ST	TNI	IRT	4.000.000	2733	
34	A.T	SMKN 1 Kupang	XIAKL 2	23/6/2008	23/4/2026	17	Kristen	154	48	20,2	Gizi Baik	5.000	3	SD	SMA	Petani	IRT	500.000	3842	
35	P.S	SMKN 1 Kupang	XIAKL 2	29/3/2009	23/4/2026	17	Islam	145	45	21,4	Gizi Baik	20.000	11	SMA	SMA	Nelayan	IRT	1.000.000	3210	
Sheet1 Sheet2 Sheet3 Sheet4																				

MAASTER TABEL LTA NISA CANTI K55 - Excel (Product Activation Failed)																									
FILE HOME INSERT PAGE LAYOUT FORMULAS DATA REVIEW VIEW																									
Clipboard Font Alignment Number Styles Cells Editing																									
AK5 : X ✓ fx Sayur - sayuran																									
A1 A2 A3 A4 A5 A6 A7 A8 A9 A10 A11 A12 A13 A14 A15 A16 A17 A18 A19 A20 A21 A22 A23 A24 A25 A26 A27 A28 A29 A30 A31 A32 A33 A34 A35 A36 A37 A38 A39 A40 A41 A42 A43 A44 A45 A46 A47 A48 A49 A50 A51 A52 A53 A54 A55 A56 A57 A58 A59 A60 A61 A62 A63 A64 A65 A66 A67 A68 A69 A70 A71 A72 A73 A74 A75 A76 A77 A78 A79 A80 A81 A82 A83 A84 A85 A86 A87 A88 A89 A90 A91 A92 A93 A94 A95 A96 A97 A98 A99 A100																									
Saur - sayuran																									
Daur ub	Buncis	acang panjan	Selada	Daeng	Labu siam	Yaoge	Ketimur	anjantung pisan	Labu kuning	Pare	Lainga	lambu ai	Pir	Naga	Durian	Pepaya	Mangga	lambu bi	Pisang ambo	Semangka	Nanas	Salak	Ram		
5	5	0	5	0	0	0	5	0	0	5	100	5	5	5	0	5	5	5	5	0	0	0	0		
25	5	5	0	0	5	5	25	25	5	5	225	5	5	5	0	5	5	5	0	0	0	0	0		
50	25	50	15	15	15	15	50	50	50	15	700	25	50	25	25	50	50	50	50	50	50	50	50		
10	5	5	50	50	25	15	10	10	50	50	375	15	10	15	10	15	10	10	15	10	15	10	10		
0	5	50	0	0	5	5	5	25	5	5	300	5	0	5	0	5	5	0	5	5	5	5	5		
12	5	5	0	0	5	5	5	5	5	15	0	55	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10		
15	10	10	5	0	0	0	15	10	10	5	145	0	5	5	0	15	10	0	15	15	0	0	10		
15	10	10	10	10	10	10	10	10	10	230	10	10	0	0	0	5	10	10	5	25	5	5	5		
18	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	625	50	50	50	50	50	50	5	5	5	5	5	5		
5	5	5	5	0	0	5	5	5	0	5	75	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5		
15	10	15	10	0	0	5	10	5	0	0	240	10	5	10	10	5	15	10	10	5	5	5	5		
50	0	0	0	0	50	0	0	0	0	240	5	5	0	0	0	50	50	50	0	50	0	0	0		
15	50	15	25	10	25	15	50	50	15	15	615	25	25	25	5	50	15	50	50	50	15	50	10		
10	15	15	0	0	10	15	15	10	10	5	245	10	0	5	10	10	0	15	0	10	0	0	10		
0	15	0	0	0	5	5	15	25	10	235	5	5	0	0	5	25	15	50	5	10	15	0	10		
50	5	5	0	5	5	5	5	5	5	0	270	5	5	5	0	5	5	5	5	5	5	5	5		
10	10	10	10	10	10	10	10	10	15	10	175	5	0	0	0	5	5	5	5	5	5	5	5		
10	25	25	5	5	10	25	25	25	10	5	405	5	15	15	5	25	5	10	5	25	5	5	15		
10	5	10	5	5	5	5	50	25	5	410	15	10	10	10	10	10	10	10	10	25	0	0	0		
50	0	0	5	0	0	10	5	0	5	190	5	5	0	0	0	5	5	50	5	5	0	50	0		
25	5	10	5	5	5	5	5	10	5	10	200	5	10	10	0	15	10	5	5	10	10	10	10		
0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	5	5	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0		
10	5	5	5	5	0	5	10	10	5	5	175	5	5	5	0	10	10	5	0	15	5	5	5		
5	0	0	0	0	0	0	0	0	5	10	80	0	0	0	0	10	10	0	0	25	5	5	5		
10	0	0	0	0	5	5	5	5	5	5	70	0	0	0	0	5	5	0	0	5	0	5	0		
50	50	50	50	25	10	10	10	10	10	5	655	5	5	5	5	10	10	10	10	10	10	10	10		
15	10	15	5	5	5	10	15	5	5	5	235	10	10	5	5	15	15	1	5	10	5	25	10		
5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	25	180	50	50	50	50	1	0	0	0	50	5	50	0		
15	5	5	0	0	0	5	15	0	15	0	165	0	0	25	10	0	0	5	5	25	5	5	5		
50	50	50	0	50	25	25	50	5	5	5	625	5	0	0	0	50	0	0	0	15	50	50	0		
50	50	50	50	60	60	60	15	15	15	15	780	50	50	50	60	60	10	10	25	25	5	25	5		
15	25	25	15	15	15	25	15	15	25	25	260	5	5	5	10	10	5	5	10	5	10	5	10		
5	5	5	0	0	0	5	5	5	5	15	15	5	5	5	50	50	50	50	50	50	50	50	50		
10	5	5	10	5	5	5	5	10	15	10	170	10	5	5	5	50	10	15	10	25	10	10	10		
5	5	0	10	10	0	15	10	0	5	0	50	0	0	0	10	5	15	0	5	10	10	10	10		
5	5	5	0	0	0	15	5	5	10	0	110	10	10	5	0	10	15	15	10	25	15	25	10		
0	0	0	0	0	5	5	0	5	5	5	80	5	0	0	10	5	5	0	0	0	0	0	0		
Sheet1 Sheet2 Sheet3 Sheet4																									

MAASTER TABEL LTA NISA CANTIK55 - Excel (Product Activation Failed)												
Asupan Makanan												
Asupan Energi			Asupan Protein			Asupan Lemak			Asupan Karbohidrat			Kategori
Energi	AKG	%	Protein	AKG	%	Lemak	AKG	%	karbohidr	AKG	%	
1144	2100	53%	Kurang	63	65	97%	Baik	54	70	77%	Kurang	29%
1343	2100	63%	Kurang	53	65	82%	Baik	48	70	69%	Kurang	29%
1087	2100	51%	Kurang	51	65	78%	Kurang	58	70	83%	Baik	29%
1144	2100	54%	Kurang	44	65	68%	Kurang	52	70	75%	Kurang	29%
1119	2100	53%	Kurang	43	65	76%	Kurang	39	70	56%	Kurang	29%
1106	2100	52%	Kurang	43	65	76%	Kurang	41	70	59%	Kurang	29%
1197	2100	57%	Kurang	58	65	89%	Baik	75	70	75%	Kurang	29%
1020	2100	48%	Kurang	52	65	80%	Baik	48	70	68%	Kurang	29%
1146	2100	54%	Kurang	54	65	84%	Baik	46	70	66%	Kurang	29%
1234	2100	61%	Kurang	47	65	72%	Kurang	38	70	54%	Kurang	29%
847	2100	40%	Kurang	34	65	52%	Kurang	34	70	49%	Kurang	29%
1089	2100	51%	Kurang	39	65	60%	Kurang	55	70	78%	Kurang	29%
1445	2100	68%	Kurang	40	65	61%	Kurang	42	70	60%	Kurang	29%
860	2100	40%	Kurang	36	65	55%	Kurang	30	70	43%	Kurang	29%
1034	2100	52%	Kurang	53	65	82%	Baik	45	70	64%	Kurang	29%
1110	2100	52%	Kurang	40	65	62%	Kurang	56	70	80%	Baik	29%
774	2100	36%	Kurang	24	65	36%	Kurang	31	70	44%	Kurang	29%
1401	2100	66%	Kurang	64	65	99%	Baik	58	70	84%	Baik	29%
893	2100	42%	Kurang	37	65	57%	Kurang	29	70	42%	Kurang	29%
1056	2100	50%	Kurang	45	65	69%	Kurang	47	70	67%	Kurang	29%
2873	2100	45%	Kurang	120	65	61%	Kurang	97	70	48%	Kurang	29%
2522	2100	40%	Kurang	118	65	60%	Kurang	116	70	55%	Kurang	29%
3729	2100	59%	Kurang	186	65	95%	Baik	159	70	75%	Kurang	29%
3417	2100	54%	Kurang	136	65	69%	Kurang	90	70	43%	Kurang	29%
3843	2100	61%	Kurang	219	65	112%	Baik	139	70	94%	Baik	29%
3503	2100	55%	Kurang	153	65	78%	Kurang	159	70	77%	Kurang	29%
2582	2100	41%	Kurang	325	65	52%	Kurang	114	70	55%	Kurang	29%
3188	2100	57%	Kurang	133	65	68%	Kurang	144	70	69%	Kurang	29%
3443	2100	49%	Kurang	131	65	67%	Kurang	36	70	46%	Kurang	29%
2738	2100	43%	Kurang	103	65	59%	Kurang	101	70	48%	Kurang	29%
3549	2100	56%	Kurang	154	65	73%	Kurang	149	70	71%	Kurang	29%
2460	2100	39%	Kurang	130	65	70%	Kurang	97	70	46%	Kurang	29%
2733	2100	43%	Kurang	149	65	76%	Kurang	111	70	53%	Kurang	29%
3842	2100	61%	Kurang	127	65	65%	Kurang	94	70	60%	Kurang	29%
3210	2100	51%	Kurang	144	65	74%	Kurang	113	70	54%	Kurang	29%
2323	2100	52%	Kurang	151	65	77%	Kurang	147	70	70%	Kurang	29%

MAASTER TABEL LTA NISA CANTIK55 - Excel (Product Activation Failed)

FILE HOME INSERT PAGE LAYOUT FORMULAS DATA REVIEW VIEW

Clipboard Font Alignment Number Styles Cells Editing

A14

A

- Kelas: 1 (AKL 1-XI), 2 (AKL 2-XI)
- Umur: 1 (15-16), 2 (17-18)
- Agama: 1 (kristen), 2 (katolik), 3 (islam)
- status gizi: 1 (GK), 2 (GB), 3 (GL), 4 (Obesitas)
- Pendidikan ayah: 1 (DIII, S1, S2), 2 (SMA), 3 (SMP), 4 (SD)
- Pendidikan ibu: (DIII, S1, S2), 2 (SMA), 3 (SMP), 4 (SD)
- Pekerjaan ayah: 1 (PNS/TNI/Polri), 2 (pegawai swasta), 3 (wiraswasta), 4 (petani), 5 (nelayan), 6 (buruh)
- Pekerjaan ibu: 1 (PNS), 2 (IRT), 3 (Wiraswasta), 4 (pegawai swasta)
- Asupan energi, protein, lemak, karbo: 1 (kurang), 2 (Baik), 3 (lebih)
- SQ-FFQ: 1 (Cukup), 2 (Kurang)
- Penghasilan: 1 (<UMR), 2 (≥UMR)
- Uang jajan siswa: 1 (<15.000), 2 (>15.000)
- Jumlah saudara kandung: 1 (<2), 2 (>2)

Sheet1 Sheet2 Sheet3 Sheet4

READY 175%

Lampiran 9. Analisis Univariat

Umur		Uang_Saku	Pendidikan_Ayah	Pendidikan_Ibu	Pekerjaan_Ayah	Pekerjaan_Ibu	Penghasilan_Orang_Tua
Valid	59	59	59	59	59	59	59
Missing	0	0	0	0	0	0	

Umur					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	15-16	33	55.9	55.9	55.9
	17-18	26	44.1	44.1	100.0
	Total	59	100.0	100.0	

Uang_Saku					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	<15.000	34	57.6	57.6	57.6
	>15.000	25	42.4	42.4	100.0
	Total	59	100.0	100.0	

Pendidikan_Ayah					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	D3,S1,S2	8	13.6	13.6	13.6
	SMA	38	64.4	64.4	78.0
	SMP	7	11.9	11.9	89.8
	SD	6	10.2	10.2	100.0
	Total	59	100.0	100.0	

Pendidikan_Ibu

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	D3,S1,S2	8	13.6	13.6	13.6
	SMA	33	55.9	55.9	69.5
	SMP	6	10.2	10.2	79.7
	SD	12	20.3	20.3	100.0
	Total	59	100.0	100.0	

Pekerjaan_Ayah

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	0	7	11.9	11.9	11.9
	PNS,TNI,Polri	11	18.6	18.6	30.5
	Pegawai Swasta	6	10.2	10.2	40.7
	Wiraswasta	18	30.5	30.5	71.2
	Petani	8	13.6	13.6	84.7
	Nelayan	2	3.4	3.4	88.1
	Buruh	7	11.9	11.9	100.0
	Total	59	100.0	100.0	

Pekerjaan_Ibu

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	0	2	3.4	3.4	3.4
	PNS	3	5.1	5.1	8.5
	IRT	41	69.5	69.5	78.0
	Wirawasta	8	13.6	13.6	91.5
	Pegawai Swasta	5	8.5	8.5	100.0
	Total	59	100.0	100.0	

Penghasilan_Orang_Tua

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	0	17	28.8	28.8	28.8
	<2.500,000	27	45.8	45.8	74.6
	>2.500,000	15	25.4	25.4	100.0
	Total	59	100.0	100.0	

Status_Gizi

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Gizi Kurang	14	23.7	23.7	23.7
	Gizi Baik	45	76.3	76.3	100.0
	Total	59	100.0	100.0	

Asupan_Zat_Gizi_Energi

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	kurang	21	35.6	35.6	35.6
	Baik	38	64.4	64.4	100.0
	Total	59	100.0	100.0	

Asupan_Zat_Gizi_Protein

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Kurang	43	72.9	72.9	72.9
	Baik	16	27.1	27.1	100.0
	Total	59	100.0	100.0	

Asupan_Zat_Gizi_Lemak

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Kurang	53	89.8	89.8	89.8
	Baik	6	10.2	10.2	100.0
	Total	59	100.0	100.0	

Freekuensi_Konsumsi_Sayur

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Cukup	24	40.7	40.7	40.7
	Kurang	35	59.3	59.3	100.0
	Total	59	100.0	100.0	

Frekuensi_Konsumsi_Buah

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Cukup	31	52.5	52.5	52.5
	Kurang	28	47.5	47.5	100.0
	Total	59	100.0	100.0	

Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Umur	59	1	2	1.44	.501
Uang_Saku	59	1	2	1.42	.498
Pendidikan_Ayah	59	1	4	2.19	.798
Pendidikan_Ibu	59	1	4	2.37	.963
Pekerjaan_Ayah	59	0	6	2.73	1.799
Pekerjaan_Ibu	59	0	4	2.19	.798
Penghasilan_Orang_Tua	59	0	2	.97	.742
Status_Gizi	59	1	2	1.76	.429
Asupan_Zat_Gizi_Energi	59	1	2	1.64	.483
Asupan_Zat_Gizi_Protein	59	1	2	1.27	.448
Asupan_Zat_Gizi_Lemak	59	1	2	1.10	.305
Asupan_Zat_Gizi_Karbohidrat	59	1	2	1.17	.378
Frekuensi_Konsumsi_Sayur	59	1	2	1.59	.495
Frekuensi_Konsumsi_Buah	59	1	2	1.47	.504
Valid N (listwise)	59				

Lampiran 10. Analisis Bivariat

Status_Gizi * Freekuensi_Konsumsi_Sayur Crosstabulation

Count

		Freekuensi_Konsumsi_Sayur		Total
		Cukup	Kurang	
Status_Gizi	Gizi Kurang	7	7	14
	Gizi Baik	17	28	45
Total		24	35	59

	Value	df	Asymptotic Significance (2- sided)	Exact Sig. (2- sided)	Exact Sig. (1- sided)
Pearson Chi-Square	.661 ^a	1	.416		
Continuity Correction ^b	.252	1	.616		
Likelihood Ratio	.653	1	.419		
Fisher's Exact Test				.536	.306
Linear-by-Linear Association	.650	1	.420		
N of Valid Cases	59				

Chi-Square Tests

- a. 0 cells (0.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 5.69.
- b. Computed only for a 2x2 table

Status_Gizi * Frekuensi_Konsumsi_Buah Crosstabulation

		Count		
		Frekuensi_Konsumsi_Buah		
		Cukup	Kurang	Total
Status_Gizi	Gizi Kurang	9	5	14
	Gizi Baik	22	23	45
Total		31	28	59

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymptotic Significance (2- sided)	Exact Sig. (2- sided)	Exact Sig. (1- sided)
Pearson Chi-Square	1.015 ^a	1	.314		
Continuity Correction ^b	.492	1	.483		
Likelihood Ratio	1.029	1	.310		
Fisher's Exact Test				.370	.243
Linear-by-Linear Association	.998	1	.318		
N of Valid Cases	59				

- a. 0 cells (0.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 6.64.
- b. Computed only for a 2x2 table

Lampiran 11 : Dokumentasi



Gambar 4. Peneliti sedang membagikan kusioner



Gambar 5. Peneliti sedang menjelaskan cara pengisian kusioner



Gambar 6. Peneliti sedang menanyakan ukuran porsi responden dalam mengkonsumsi makanan menggunakan buku foto makanan



Gambar 7. Peneliti sedang meakukan pengukuran tinggi badan menggunakan alat stadio meter



Gambar 8. Peneliti sedang menimbang berat badan responden menggunakan alat timbangan digital



Gambar 9. Peneliti sedang melakukan pengukuran tinggi badan menggunakan alat stadio meter

Lampiran 12 : surat izin 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.dpmpmsp.nttprov.id Email : dpmpmsp.nttprov@gmail.com
 KUPANG 85117

SURAT IZIN PENELITIAN

NOMOR : 500.16.7.2-000.9.2/1532/DPMPMSP/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 : Anisa Putri Manuain
 NIM : PO5303241231316
 Jurusan/Prodi : Gizi
 Instansi/Lembaga : Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang

Untuk melaksanakan penelitian, dengan rincian sebagai berikut :

Judul Penelitian : HUBUNGAN KONSUMSI SAYUR DAN BUAH TERHADAP STATUS GIZI REMAJA PUTRI DI SMK NEGERI 1 KOTA KUPANG

Lokasi Penelitian : SMK Negeri 1 Kota Kupang

Waktu Pelaksanaan

a. Mulai : 28 April 2026
 b. Berakhir : 18 Mei 2026

Dengan ketentuan yang harus ditaati, sebagai berikut :

1. Sebelum melakukan kegiatan penelitian, terlebih dahulu melaporkan kedatangannya kepada Bupati/Walikota Cq. Kepala Kesbangpol/DPMPMSP 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 : 22 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 13: surat selesai penelitian



PEMERINTAH PROVINSI NUSA TENGGARA TIMUR
DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
SEKOLAH MENENGAH KEJURUAN NEGERI 1 KUPANG
Jalan. Prof. Dr. W. Z. Johannes, Oetete, Oebobo, Kota Kupang, Telepon (0380) 8446441



Laman : <http://smkn1kupang.sch.id> Pos-el : smkn1kotakupang@gmail.com

SURAT KETERANGAN SELESAI PENELITIAN
Nomor: 365/400.3.11.2/SMKN1/IX/2026

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Frengki A. Lesiangi, SST., M.Par.
NIP : 198704172011011010
Pangkat / Golongan : Penata TK 1, III/d
Jabatan : Plt.Kepala SMK Negeri 1 Kupang

Menerangkan Bahwa :

Nama : Anisa Putri Manuain
Jenis Kelamin : Perempuan
NIM : P05303241231316
Asal : Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang
Jurusan/ Program Studi : D – III Gizi

Mahasiswi tersebut telah melakukan penelitian di SMK Negeri 1 Kupang dari tanggal 28 April – 18 Mei 2026 dalam rangka penulisan Skripsi dengan judul ***“Hubungan Konsumsi Sayur dan Buah Terhadap Status Gizi Remaja Putri di SMK Negeri 1 Kota Kupang Tahun 2026”***

Demikian surat keterangan penelitian ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.



Kupang, 18 September 2026
Plt. Kepala
Frengki A. Lesiangi, SST., M.Par.
NIP. 198704172011011010

Paraf Hirarki	
Penata Usahaan	/
Humas	/

Lampiran 14 : bukti plagiat



Kementerian Kesehatan
Poltekkes Kupang

Jalan Piet A. Tallo, Liliha, Oetobin
Kupang, Nusa Tenggara Timur 85111

(0380) 8800256
<https://poltekkeskupang.ac.id>

PERPUSTAKAAN TERPADU

<https://perpus-terpadu.poltekkeskupang.ac.id> ; e-mail: perpustakaanterpadu1@gmail.com

SURAT KETERANGAN HASIL CEK PLAGIASI

Dengan ini menerangkan bahwa

Nama	: Anisa Putri Manuain
Nomor Induk Mahasiswa	: PO5303241231316
Dosen Pembimbing	: Agustina Setia, SST., M.Kes
Penguji	: Alberth Matu Salak Baumali, S.Kep, Ns.MPH
Jurusan	: Prodi Gizi Poltekkes Kemenkes Kupang
Judul Karya Ilmiah	: Hubungan Konsumsi Sayur dan Buah Terhadap Status Gizi Remaja Putri di SMK Negeri 1 Kota Kupang

Laporan Tugas Akhir yang bersangkutan di atas telah melalui proses cek plagiasi menggunakan Strike Plagiarism dengan hasil kemiripan (similarity) sebesar 11% Demikian surat keterangan ini dibuat agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Kupang, 10 Agustus 2026

Admin Strike Plagiarism



Murry Jermus Kale SST
NIP. 198507042010121002

Lampiran 15 : Logbook

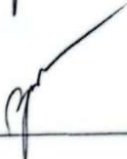
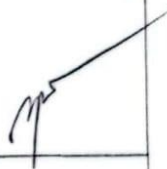
Konsultasi Proposal

Nama Mahasiswa	:	Anisa Putri manudin
NIM	:	205303241231316
Nama Pembimbing	:	Agusina Seta, ST, M. Kes
Judul LTA	:	Hubungan konsumsi sayur dan buah terhadap status gizi remaja putri

No	Waktu Konsultasi	Kegiatan / Materi Konsultasi	Tanda Tangan Pembimbing
1	Jumat 06-Feb-2026	Konsul Judul	
2	Rabu 11-Feb-2026	konsul BAB I revisi	
3	Senin 23-Feb-2026	konsul BAB I dan BAB II	
4	Setengah 24-Feb-2026	konsul BAB II revisi	

No	Waktu Konsultasi	Kegiatan / Materi Konsultasi	Tanda Tangan Pembimbing
5	Rabu 25-Feb-2026	Konsul BAB III	
6	Jumat 27-Feb-2026	Konsul BAB I, II, III	
7	Senin 09-Mar-2026	Konsul BAB III Kusidmer	

Konsultasi Laporan Tugas Akhir

No	Waktu Konsultasi	Kegiatan / Materi Konsultasi	Tanda Tangan Pembimbing
1	03/06/2025	Konsul bab IV Revisi	
2	05/06/2025	Konsul bab IV Revisi	
3	06/06/2025	Konsul bab IV dan Pembahasan revisi	
4	07/06/2025	Konsul bab IV dan revisi	
5	09/06/2025	Konsul bab V Revisi	
6	10/06/2025	Konsul bab V Revisi dan campiran	

No	Waktu Konsultasi	Kegiatan / Materi Konsultasi	Tanda Tangan Pembimbing
7	11/06/2022	Konsul lampiran	
8	8/07/2022	ace uji hand	