

## LAMPIRAN

### 1. 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](http://www.dpmpptsp.nttprov.id) Email : [dpmpptsp.nttprov@gmail.com](mailto:dpmpptsp.nttprov@gmail.com)  
KUPANG 85117

#### SURAT IZIN PENELITIAN

NOMOR : 070/1986/DPMPPTSP.4.3/05/2024

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Drs. Marsianus Jawa, M.Si  
Jabatan : Ptl. Kepala Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu  
Provinsi Nusa Tenggara Timur

Dengan ini memberikan Izin Penelitian kepada :

Nama : Claudia Firtiany Bhoko  
NIM : PO5303241210087  
Jurusan/Prodi : DIII - Gizi  
Instansi/Lembaga : Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang

Untuk melaksanakan penelitian, dengan rincian sebagai berikut :

Judul Penelitian : HUBUNGAN ASUPAN ZAT GIZI MAKRO DAN PENGETAHUAN GIZI  
DENGAN STATUS GIZI (IMT/U) REMAJA DI SMP KATOLIK SANTO  
YOSEPH KUPANG

Lokasi Penelitian : SMP Katolik Santo Yoseph Kupang

Waktu Pelaksanaan

- Mulai : 20 Mei 2024
- Berakhir : 22 Mei 2024

Dengan ketentuan yang harus ditaati, sebagai berikut :

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

Demikian Izin Penelitian ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Kupang, 20 Mei 2024

a.n. Pj. Gubernur Nusa Tenggara Timur  
Pj. Kepala Dinas Penanaman Modal  
dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu NTT,  
  
Drs. Marsianus Jawa, M.Si  
Rampina Utama Medya  
NTT 85004905031003

Tembusan :

- Pj. Gubernur Nusa Tenggara Timur di Kupang;
- Sekretaris Daerah Provinsi Nusa Tenggara Timur di Kupang;
- Kepala Badan Kesbangpol Provinsi NTT di Kupang;
- Pimpinan Instansi/Lembaga yang bersangkutan.

### Gambar 3. Surat Ijin Penelitian

## 2. Surat selesai penelitian



**YAYASAN SWASTISARI KEUSKUPAN AGUNG KUPANG  
SMP KATOLIK ST. YOSEPH NAIKOTEN KUPANG**

Jalan E. R. Herewila No.27 Naikoten 2 Kupang-NTT  
Telepon (0380) – 824335 Email : [smpkst.yosephkup@gmail.com](mailto:smpkst.yosephkup@gmail.com) Kode Pos : 85118

### SURAT KETERANGAN

No.163/STY/P.16/V/2024

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Romo Fransiscus Amandus Ninu, Pr. S.Fil  
NIK : 111 321 333  
Jabatan : Kepala Sekolah

Dengan ini menerangkan bahwa :

Nama : Claudia Fitriany Bhoko  
NIM : PO5303241210087  
Jenjang : D3  
Fakultas/Jurusan : Gizi  
Universitas : Poltekkes Kemenkes Kupang

Yang bersangkutan telah melaksanakan penelitian di SMP Katolik Santo Yoseph Kupang dalam rangka memenuhi salah satu tugas akhir (Skripsi) untuk menyelesaikan studi di Fakultas Gizi Universitas Poltekkes Kemenkes Kupang, yang telah dilaksanakan mulai tanggal, 20 Mei 2024 sampai dengan 22 Mei 2024.

Demikianlah surat keterangan ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Kupang, 20 Mei 2024  
Kepala Sekolah  
  
Romo Fransiscus Amandus Ninu, Pr. S.Fil  
NIK 111 321 333  


Gambar 4. Surat selesai penelitian

### 3. Kuesioner penelitian

#### KUESIONER PENELITIAN

##### a. Karakteristik responden

Nama	: Maria Gisela Dos Santos
Kelas	: VIII A
Jenis kelamin	: Perempuan
Tanggal lahir	: 25, Mei, 2010
Usia	: 13
Agama	: Katolik
Jumlah saudara kandung	: 2
Pekerjaan orang tua	: Ayah : PNS Ibu : IRT
Pendidikan orang tua	: Ayah : S1 Ibu : SMA
Uang jajan sehari	: 10.000

1.	1	11.	1
2.	1	12.	1
3.	1	13.	1
4.	1	14.	1
5.	1	15.	0
6.	1	16.	1
7.	0	17.	1
8.	1	18.	1
9.	1	19.	1
10.	1	20.	1

b. Tinggi badan : 140cm

c. Berat badan : 42,2kg

##### d. Pengetahuan gizi

*Petunjuk : Beri tanda silang (x) pada jawaban yang kamu anggap benar.*

- Susunan pangan sehari-hari yang mengandung zat gizi dalam jumlah dan jenis yang sesuai dengan kebutuhan tubuh disebut?
  - Gizi
  - Zat gizi
  - Gizi seimbang
- Makanan bergizi adalah...
  - Makanan yang bersih dan murah
  - Makanan yang lengkap zat gizinya
  - Makanan yang enak dan mengenyangkan

3. Makanan yang seimbang terdiri dari makanan apa saja?
- a. Nasi, ikan, tempe, sayur, pisang dan susu
  - b. Nasi, ayam goreng dan apel
  - c. Nasi, sayur asem, jeruk dan susu
4. Berapa kali dalam sehari kita harus makan lengkap/ makanan seimbang?
- a. 2 kali sehari
  - b. 3 kali sehari
  - c. 4 kali sehari
5. Apa fungsi gizi?
- a. Menghasilkan energi
  - b. Menambah berat badan
  - c. Meningkatkan konsentrasi belajar
6. Apa fungsi utama karbohidrat?
- a. Sumber utama energi bagi tubuh
  - b. Pembentuk sel darah merah
  - c. Menjaga kesehatan
7. Apa manfaat mengonsumsi makanan yang cukup dan teratur serta bergizi seimbang?
- a. Meningkatkan konsentrasi belajar
  - b. Menghasilkan energi
  - c. Membangun dan memelihara jaringan tubuh
8. Contoh makanan yang mengandung sumber protein hewani adalah?
- a. Susu kedelai
  - b. Ubi jalar
  - c. Ikan
9. Contoh makanan yang mengandung sumber protein nabati adalah?
- a. Ayam
  - b. Tempe
  - c. Ikan

10. Berapa gelas dalam sehari mengonsumsi air putih?
- a. 6 gelas sehari
  - b. 8 gelas sehari
  - c. 12 gelas sehari
11. Berapa kali dalam sehari kita harus mengonsumsi buah dan sayur?
- a. 1 kali sehari
  - b. 2 kali sehari
  - c. 3 kali sehari
12. Konsumsi makanan sumber energi yang melebihi kebutuhan secara terus menerus akan menyebabkan?
- a. Berat badan lebih
  - b. Kurang gizi
  - c. Stamina meningkat
13. Berapa anjuran konsumsi gula dalam sehari?
- a. 3-4 sendok makan
  - b. 5-6 sendok makan
  - c. 7-8 sendok makan
14. Jenis makanan sumber energi adalah?
- a. Nasi, jagung, ubi
  - b. Daging, susu, buah
  - c. Sayur, minyak, kacang
15. Penyebab terjadinya anemia adalah karena kekurangan?
- a. Energi protein
  - b. Zat besi
  - c. Kalsium
16. Contoh makanan fast food adalah...
- a. Soto ayam
  - b. Mie ayam
  - c. Pizza

17. Mengonsumsi makanan berlemak secara berlebihan akan menyebabkan...
- a. Obesitas
  - b. Kanker
  - c. Anemia
18. Apa yang dimaksud dengan jajanan sehat...
- a. Jajanan yang murah
  - b. Jajanan yang enak
  - c. Jajanan yang bebas dari debu, pewarna buatan dan penyedap rasa yang berlebihan
19. Apa yang dilakukan ketika membeli jajanan di supermarket?
- a. Membagikan ke teman
  - b. Mencuci tangan
  - c. Membaca kandungan gizi, keadaan makanan jajanan, dan membaca tanggal kadaluarsa makanan
20. Apa akibat jika kita terlalu sering mengonsumsi makanan jajanan yang tidak sehat dan bersih?
- a. Sakit gigi
  - b. Sakit mata
  - c. Diare dan tipes

#### 4. Form recall

Waktu Makan	Nama Makanan	Bahan		
		Jenis	Banyaknya	
			URT	Gram
Pagi (Jam.....)	Bubur		1 piring	
Snack (Jam.....)				
Siang (Jam.....)	Hasi Rendang		2 2	
Snack Jam (.....)				
Malam (Jam.....)	Hasi Rendang		2 2	

Waktu Makan	Nama Makanan	Bahan		
		Jenis	Banyaknya	
			URT	Gram
Pagi (Jam.....)	-			
Snack (Jam.....)	Kee donat		1	
Siang (Jam.....)	Hasi Ikan kuah		2 1	
Snack Jam (.....)				
Malam (Jam.....)	Hasi Ikan goreng		2 2	



## 5. Dokumentasi Penelitian



**Gambar 5. Pengukuran TB**



**Gambar 6. Pengukuran BB**



**Gambar 7. Pengisian Kuesioner**



**Gambar 8. Recall**

## 6. Spss Univariat dan Bivariat

### a. Hasil univariat

#### JENIS KELAMIN

	Frekuensi	Persentase	Valid Persentase	Cumulatif Persentase
Valid LAKI LAKI	29	37.7	37.7	37.7
d PEREMPUAN	48	62.3	62.3	100.0
Total	77	100.0	100.0	

#### UMUR

	Frekuensi	Persentase	Valid Persentase	Cumulatif Persentase
Valid 13 TAHUN	54	70.1	70.1	70.1
14 TAHUN	21	27.3	27.3	97.4
15 TAHUN	2	2.6	2.6	100.0
Total	77	100.0	100.0	

#### ASUPAN PROTEIN

	Frekuensi	Persentase	Valid Persentase	Cumulatif Persentase
Valid KURANG	38	49.4	49.4	49.4
BAIK	15	19.5	19.5	68.8
LEBIH	24	31.2	31.2	100.0
Total	77	100.0	100.0	

#### ASUPAN LEMAK

	Frekuensi	Persentase	Valid Persentase	Cumulatif Persentase
Valid KURANG	66	85.7	85.7	85.7
BAIK	9	11.7	11.7	97.4
LEBIH	2	2.6	2.6	100.0
Total	77	100.0	100.0	

### ASUPAN KARBOHIDRAT

	Frekuensi	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid KURANG	63	81.8	81.8	81.8
BAIK	10	13.0	13.0	94.8
LEBIH	4	5.2	5.2	100.0
Total	77	100.0	100.0	

### PENGETAHUAN GIZI

	Frekuensi	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid BAIK	45	58.4	58.4	58.4
CUKUP	26	33.8	33.8	92.2
KURANG	6	7.8	7.8	100.0
Total	77	100.0	100.0	

### STATUS GIZI

	Frekuensi	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid GIZI KURANG	9	11.7	11.7	11.7
GIZI BAIK	50	64.9	64.9	76.6
GIZI LEBIH	16	20.8	20.8	97.4
OBESITAS	2	2.6	2.6	100.0
Total	77	100.0	100.0	

**b. Hasil bivariat**

			STATUS GIZI		
			GIZI KURANG	GIZI BAIK	GIZI LEBIH
ASUPAN PROTEIN	KURAN G	Count	5	21	11
		Expected Count	4.4	24.7	7.9
		% within ASUPAN PROTEIN	13.2%	55.3%	28.9%
		% within STATUS GIZI	55.6%	42.0%	68.8%
		% of Total	6.5%	27.3%	14.3%
	BAIK	Count	3	10	2
		Expected Count	1.8	9.7	3.1
		% within ASUPAN PROTEIN	20.0%	66.7%	13.3%
		% within STATUS GIZI	33.3%	20.0%	12.5%
		% of Total	3.9%	13.0%	2.6%
	LEBIH	Count	1	19	3
		Expected Count	2.8	15.6	5.0
% within ASUPAN PROTEIN		4.2%	79.2%	12.5%	
% within STATUS GIZI		11.1%	38.0%	18.8%	
	% of Total	1.3%	24.7%	3.9%	
Total	Count	9	50	16	
	Expected Count	9.0	50.0	16.0	
	% within ASUPAN PROTEIN	11.7%	64.9%	20.8%	
	% within STATUS GIZI	100.0%	100.0%	100.0%	
	% of Total	11.7%	64.9%	20.8%	

			STATUS GIZI	
			OBESITAS	Total
ASUPAN PROTEIN	KURAN G	Count	1	38
		Expected Count	1.0	38.0
		% within ASUPAN PROTEIN	2.6%	100.0%
		% within STATUS GIZI	50.0%	49.4%
		% of Total	1.3%	49.4%
	BAIK	Count	0	15
		Expected Count	.4	15.0
		% within ASUPAN PROTEIN	.0%	100.0%
		% within STATUS GIZI	.0%	19.5%
		% of Total	.0%	19.5%
	LEBIH	Count	1	24
		Expected Count	.6	24.0
		% within ASUPAN PROTEIN	4.2%	100.0%
		% within STATUS GIZI	50.0%	31.2%
		% of Total	1.3%	31.2%
Total		Count	2	77
		Expected Count	2.0	77.0
		% within ASUPAN PROTEIN	2.6%	100.0%
		% within STATUS GIZI	100.0%	100.0%
		% of Total	2.6%	100.0%

**Chi-Square Tests**

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)
Pearson Chi-Square	6.451 <sup>a</sup>	6	.375	.374
Likelihood Ratio	7.068	6	.315	.404
Fisher's Exact Test	6.352			.335
Linear-by-Linear Association	.163 <sup>b</sup>	1	.687	.765
N of Valid Cases	77			

a. 8 cells (66,7%) have expected count less than 5. The minimum expected count is ,39.

b. The standardized statistic is -,403.

**Chi-Square Tests**

	Exact Sig. (1-sided)	Point Probability
Pearson Chi-Square Likelihood Ratio Fisher's Exact Test Linear-by-Linear Association	.384	.074
N of Valid Cases		