

## Lampiran 1. Kuisisioner Penelitian

### Kuisisioner pengetahuan gizi

#### A. Pengetahuan gizi

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

1. Makanan yang bergizi adalah....
  - a. Makanan yang bersih dan murah
  - b. Makanan yang lengkap zat gizinya
  - c. Makanan yang enak dan menyenangkan
2. Fungsi zat gizi makro adalah....
  - a. Menghasilkan energi
  - b. Menambah berat badan
  - c. Meningkatkan konsentrasi belajar
3. Makanan yang seimbang terdiri dari makanan....
  - a. Nasi , ikan,tempe, sayur, pisang dan susu
  - b. Nasi, ayam goreng, dan apel
  - c. Nasi, ikan, sayur, jeruk dan susu
4. Manfaat mengkonsumsi makanan yang cukup dan teratur serta bergizi seimbang yaitu....
  - a. Meningkatkan konsentrasi belajar
  - b. Menghasilkan energi
  - c. Membangun dan memelihara jaringan tubuh
5. Tujuan kita harus makan makanan yang beragam....
  - a. Agar kekurangan zat gizi pada satu jenis makanan dapat dipenuhi dari jenis makanan lainnya
  - b. Agar tidak bosan mengkonsumsi makanan tertentu
  - c. Agar makanan lebih bervariasi dan membuat tubuh lebih kenyang
6. Sehari hari harus makan makanan lengkap/ makanan seimbang sebanyak....
  - a. 2 kali sehari
  - b. 3 kali sehari
  - c. 4 kali sehari
7. Sebaiknya kita mengkonsumsi.....sehari untuk memenuhi kebutuhan air bagi tubuh....
  - a. 8 gelas minuman manis
  - b. 8 gelas air putih
  - c. 8 gelas air bersoda
8. Air sangat dibutuhkan tubuh karena fungsi air adalah....
  - a. Mengatur suhu tubuh
  - b. Mengantikan sel sel yang rusak
  - c. Menghasilkan energi
9. Kurang energi kronis (KEK) pada remaja adalah...
  - a. Keadaan kekurangan energi kronis yang berlangsung seminggu dengan lingkar lengan atas (LILA) <23 cm
  - b. Keadaan kekurangan energi kronis yang berlangsung menahun dengan lingkar lengan atas (LILA) <23,5cm
  - c. Keadaan kekurangan energi kronis yang berlangsung menahun dengan lingkar lengan atas (LILA) <22,5cm

10. Apa penyebab kekurangan energi kronis pada remaja.....
- Kekurangan hemoglobin dalam tubuh
  - Asupan makanan yang tidak sesuai dengan kebutuhan tubuh
  - Kekurangan vitamin
11. Faktor yang mempengaruhi kurang energi kronis (KEK) pada remaja adalah...
- Jumlah asupan energi
  - Pengetahuan
  - Pola tidur
12. Salah satu Upaya yang dilakukan pemerintah untuk mengurangi kejadian kurang energi kronis (KEK) adalah....
- Garam beryodium
  - Pemberian makanan tambahan
  - Pemeriksaan Hb
13. Konsumsi energi yang berlebihan akan disimpan dalam bentuk.....
- Tenaga
  - Energi
  - Lemak
14. Fungsi utama karbohidrat adalah
- Sumber utama energi bagi tubuh
  - Menambah berat badan
  - Meningkatkan konsentrasi belajar
15. Akibat dari mengkonsumsi lemak berlebihan yaitu...
- Tidak terpenuhi kebutuhan zat gizi
  - Melebihi kebutuhan zat gizi
  - Tidak mempengaruhi kebutuhan zat gizi
16. Arti dari kegemukan yaitu...
- Diabetes
  - Obesitas
  - Osteoritis
17. Kegemukan lebih mudah dihadapi remaja karena kelebihan...
- Karbohidrat dan lemak
  - Lemak dan mineral
  - Karbohidrat dan vitamin
18. Makanan yang sehat adalah...
- Makanan beraneka ragam makanan dalam jumlah seimbang
  - Makan berupa jenis makanan, lebih dari makanan lainnya
  - Makan beberapa jenis makanan, lebih sedikit dari makanan yang lain

19. Kebutuhan gizi seseorang dapat dipenuhi dengan cara....

- a. Membiasakan makan pagi
- b. Mengonsumsi makanan yang beraneka ragam
- c. Mengonsumsi makanan siap santap (fastfood) setiap hari

20. Ketika membeli minuman, yang manakah menurut kalian yang sehat....

- a. Minuman ringan ( soft drink)
- b. Air putih
- c. Minuman berenergi (energy drinks)

## Kuisisioner perilaku makan

### B. Perilaku makan

1. Dibawah ini kamu akan menemukan 30 pertanyaan tentang perilaku makan
2. Bacalah setiap pertanyaan dengan hati-hati. Dan jawablah dengan memberi tanda pada kolom jawaban yang kamu pilih.

Keterangan:

- a) Sangat tidak setuju
- b) Tidak setuju
- c) Netral
- d) Setuju
- e) Sangat setuju

No	Pertanyaan	Sangat tidak setuju	Tidak setuju	Netral	setuju	Sangat setuju
1	Saya mengurangi lemak dalam resep dengan mengganti bahan dan memotong porsi					
2	Saya sangat menyadari berapa banyak lemak yang saya makan					
3	Saya menggunakan produk rendah lemak					
4	Saya membeli makanan ringan dari mesin penjual otomatis					
5	Saya makan Ketika saya kesal					
6	Saat mood saya sedang buruk, saya makan apapun yang ingin saya makan					
7	Saya terkadang ngemil meskipun saya tidak lapar					
8	Saya ngemil lebih banyak di malam hari					
9	Apakah kamu merasa ingin makan Ketika merasa takut					
10	Apakah kamu ingin makan Ketika kamu merasa kecewa					

11	Ketika makananya terasa enak, apakah kamu akan makan lebih banyak dari biasanya					
12	Ketika makanan terasa dan tercium enak, apakah kamu akan makan lebih banyak dari biasanya					
13	Ketika kamu melihat atau mencium sesuatu yang lezat, apakah kamu ingin memakannya					
14	Jika kamu punya makanan yang lezat, apakah kamu akan segeja memakannya					
15	Ketika kamu sedang berjalan melewati toko makanan, apakah kamu ingin membeli sesuatu yang enak					
16	Ketika melihat orang lain makan, apakah kamu juga merasa ingin makan					
17	Apakah kamu merasa sulit menolak makanan yang lezat					
18	Ketika melewati toko atau warung yang menyediakan makanan yang enak, apakah kamu ingin membelinya					
19	Apakah kamu ingin makan lebih banyak dari biasanya, Ketika melihat orang lain makan					
20	Ketika berat badan kamu bertambah, apakah kamu akan makan lebih sedikit dari biasanya					

21	Seberapa sering kamu menolak makanan atau minuman karna khawatir dengan berat badan kamu					
22	Diwaktu makan, apakah kamu mencoba untuk makan lebih sedikit sebetulnya kamu inginkan					
23	Apakah kamu betul betul memperhatikan apa yang kamu makan					
24	Apakah kamu dengan sengaja makan makanan yang dapat menguruskan badan					
25	Ketika kamu makan banyak, apakah kamu makan lebih sedikit di hari hari berikutnya					
26	Apakah kamu dengan sengaja makan lebih sedikit karena tidak ingin bertambah berat badan					
27	Apakah kamu ingin makan Ketika sedang emosi					
28	Saya meluangkan waktu untuk merencanakan makanan untuk minggu depan					
29	Ketika saya tidak merencanakan makan, saya makan makanan cepat saji					
30	Apakah kamu mengaitkan berat badan kamu dengan apa yang kamu makan					









### Lampiran 3 Hasil SPSS

#### Hasil Frekuensi

StatusKEK					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	KEK	108	58.1	58.1	58.1
	Tidak KEK	78	41.9	41.9	100.0
	Total	186	100.0	100.0	

PengetahuanGizi					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Baik	1	.5	.5	.5
	Cukup	132	71.0	71.0	71.5
	Kurang	53	28.5	28.5	100.0
	Total	186	100.0	100.0	

PerilakuMakan					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Perilaku Makan Sehat	91	48.9	48.9	48.9
	Perilaku Makan Tidak sehat	95	51.1	51.1	100.0
	Total	186	100.0	100.0	

#### Hasil Uji Bivariat dan Chi Square

#### Pengetahuan Gizi \* Status KEK

Crosstab					
			Status KEK		Total
			KEK	Tidak KEK	
Pengetahuan Gizi	Baik	Count	0	1	1
		% within Pengetahuan Gizi	0.0%	100.0%	100.0%
		% within Status KEK	0.0%	1.3%	0.5%
		% of Total	0.0%	0.5%	0.5%
	Cukup	Count	75	57	132
		% within Pengetahuan Gizi	56.8%	43.2%	100.0%
		% within Status KEK	69.4%	73.1%	71.0%
		% of Total	40.3%	30.6%	71.0%
	Kurang	Count	33	20	53
		% within Pengetahuan Gizi	62.3%	37.7%	100.0%
		% within Status KEK	30.6%	25.6%	28.5%
		% of Total	17.7%	10.8%	28.5%
Total	Count	108	78	186	
	% within Pengetahuan Gizi	58.1%	41.9%	100.0%	
	% within Status KEK	100.0%	100.0%	100.0%	
	% of Total	58.1%	41.9%	100.0%	

Chi-Square Tests			
	Value	df	Asymptotic Significance (2-sided)
Pearson Chi-Square	1.853 <sup>a</sup>	2	.396
Likelihood Ratio	2.210	2	.331
Linear-by-Linear Association	.815	1	.367
N of Valid Cases	186		

### Perilaku Makan \* Status KEK

Crosstab				
			Status KEK	
			KEK	Tidak KEK
Perilaku Makan	Perilaku Makan Sehat	Count	45	46
		% within Perilaku Makan	49.5%	50.5%
		% within Status KEK	41.7%	59.0%
		% of Total	24.2%	24.7%
	Perilaku Makan Tidak sehat	Count	63	32
		% within Perilaku Makan	66.3%	33.7%
		% within Status KEK	58.3%	41.0%
		% of Total	33.9%	17.2%
		Total	108	78
		% within Perilaku Makan	58.1%	41.9%
		% within Status KEK	100.0%	100.0%
		% of Total	58.1%	41.9%

Crosstab			
			Total
Perilaku Makan	Perilaku Makan Sehat	Count	91
		% within Perilaku Makan	100.0%
		% within Status KEK	48.9%
		% of Total	48.9%
	Perilaku Makan Tidak sehat	Count	95
		% within Perilaku Makan	100.0%
		% within Status KEK	51.1%
		% of Total	51.1%
		Total	186
		% within Perilaku Makan	100.0%
		% within Status KEK	100.0%
		% of Total	100.0%

Chi-Square Tests					
	Value	df	Asymptotic Significance (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Pearson Chi-Square	5.429 <sup>a</sup>	1	.002		
Continuity Correction <sup>b</sup>	4.759	1	.029		
Likelihood Ratio	5.455	1	.020		
Fisher's Exact Test				.026	.014
Linear-by-Linear Association	5.400	1	.020		
N of Valid Cases	186				

Lampiran 4. Dokumentasi Pengukuran Lingkar Lengan atas



Lampiran 5. Dokumentasi Wawancara Kuisisioner







## 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 : [pmptsp.nttprov@gmail.com](mailto:pmptsp.nttprov@gmail.com)

KUPANG 85117

### SURAT IZIN PENELITIAN

NOMOR : 070/1510/DPMPTSP 4.3/04/2024

Yang bertanda tangan di bawah ini :

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

Dengan ini memberikan Izin Penelitian kepada :

Nama : Maria Yendelina Poli  
NIM : PO5303241210161  
Jurusan/Prodi : D-III Gizi  
Instansi/Lembaga : Politeknik Kesehatan KEMENKES Kupang

Untuk melaksanakan penelitian, dengan rincian sebagai berikut :

Judul Penelitian : HUBUNGAN PENGETAHUAN GIZI DAN PERILAKU MAKAN DENGAN STATUS KURANG ENERGI KRONIS PADA REMAJA PUTRI DI SMA KATOLIK GIOVANI KUPANG  
Lokasi Penelitian : SMA Katolik Giovani Kupang

Waktu Pelaksanaan

a. Mulai : 29 April 2024  
b. Berakhir : 03 Mei 2024

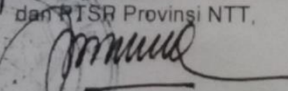
Dengan ketentuan yang harus ditaati, sebagai berikut :

1. Sebelum melakukan kegiatan penelitian, terlebih dahulu melaporkan kedatangannya kepada Bupati/Walikota Cq. Kepala Kesbangpol/DPMPTSP 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. Peneliti wajib melaporkan hasil penelitian kepada Gubernur Nusa Tenggara Timur Cq. Kepala Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Provinsi NTT;
5. Surat Izin Penelitian dapat dibatalkan sewaktu-waktu apabila tidak sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Demikian Izin Penelitian ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Kupang, 26 April 2024

a.n. Plt. Gubernur Nusa Tenggara Timur  
Plt. Kepala Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Provinsi NTT,

  
Drs. Marsianus Jawa, M.Si  
Pembina Utama Madya  
NIP. 196508081995031003

Tembusan :

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

YAYASAN SWASTI SARI KEUSKUPAN AGUNG KUPANG



SMA KATOLIK GIOVANNI KUPANG

STATUS : TERAKREDITASI "A"

JLN. JEND. A. YANI NO. 48 KUPANG – NTT

Telp Kantor/Fax : (0380)832387 No Wa Sekolah : 081353223142, E-Email : smak\_giovani@yahoo.com Kode Pos : 85225



**SURAT KETERANGAN**

Nomor : 558/SMAK/G/E.7.06/2024

Yang bertanda tangan dibawah ini Kepala SMA Katolik Giovanni Kupang, menerangkan bahwa :

N a m a	: Maria Yendelina Poli
N I M	: PO5303241210161
Jurusan/ Prodi	: Prodi D-III Gizi
Universitas	: Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang
Tempat Penelitian	: SMA Katolik Giovanni Kupang

Yang bersangkutan telah melakukan penelitian yang dimulai pada tanggal 29 April 2024 dan telah menyelesaikannya pada tanggal 04 Mei 2024 dengan judul “ **Hubungan Pengetahuan Gizi Dan Perilaku Makan Dengan Status Kurang Energi Kronis Pada Remaja Putri SMA Katolik Giovanni Kupang** “.

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Kupang, 13 Juni 2024  
Kepala Sekolah  
  
KOTA  
Rrs Stefanus Mau, Pr  
NIK. 141321112

Tembusan :

1. Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang
2. Mahasiswa Bersangkutan
3. Arsip



