

LAMPIRAN

Lampiran 1. 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 : 070/1634/DPMPSTP.4.3/05/2024

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

Dengan ini memberikan Izin Penelitian kepada :

Nama : Yuni Sari Saeketu
NIM : PO5303241210130
Jurusan/Prodi : DIII - Gizi
Instansi/Lembaga : Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang

Untuk melaksanakan penelitian, dengan rincian sebagai berikut :

Judul Penelitian : HUBUNGAN PENGETAHUAN GIZI DAN POLA MAKAN DENGAN
STATUS GIZI REMAJA PUTRI BERDASARKAN INDIKATOR IMT/U DI
SMA NEGERI 7 KOTA KUPANG

Lokasi Penelitian : SMA Negeri 7 Kota Kupang

Waktu Pelaksanaan

- a. Mulai : 03 Mei 2024
- b. Berakhir : 08 Mei 2024

Dengan ketentuan yang harus ditaati, sebagai berikut :

1. Sebelum melakukan kegiatan penelitian, terlebih dahulu melaporkan kedatangannya kepada Bupati/Walikota Cq. Kepala Kesbangpol/DPMPSTP 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, 02 Mei 2024

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

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

Tembusan :

1. Pj. 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.

Lampiran 2. Surat Selesai Penelitian di SMA Negeri 7 Kota Kupang



**PEMERINTAH PROVINSI NUSA TENGGARA TIMUR
DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
SMA NEGERI 7 KUPANG**

Jalan Frans Daromes Tofa, Maulafa (0380) 8055559

SURAT KETERANGAN TELAH SELESAI MELAKUKAN PENELITIAN

Nomor : 422 / SMAN.7 / 422 / 05 / 2024

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Wemvrid M. Boimau, S.Pd, M.Hum
NIP : 19770720 200701 1 012
Pangkat/Gol. Ruang : Pembina IV/a
Jabatan : Kepala Sekolah

Dengan ini menerangkan kepada :

Nama : Yuni Sari Saeketu
NIM : PO5303241210130
Prodi : Gizi
Universitas : Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang

Telah menyelesaikan penelitian dan pengumpulan data yang dibutuhkan dalam penyusunan Skripsi selama 5 (Lima) Hari dengan judul :

“HUBUNGAN PENGETAHUAN GIZI DAN POLA MAKAN DENGAN STATUS GIZI REMAJA PUTRI BERDASARKAN INDIKA TOR IMT/U DI SMA NEGERI 7 KUPANG ”

Terhitung mulai penelitian pada tanggal 3 s.d 8 Mei 2024

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya, atas perhatian diucapkan terima kasih.



Kupang, 03 Juni 2024
Kepala Sekolah,

Wemvrid M. Boimau, S.Pd, M.Hum
NIP. 19770720 200701 1 012

Lampiran 3. Formulir Pernyataan Kesediaan Menjadi Responden

**PERNYATAAN KESEDIAAN MENJADI RESPONDEN
HUBUNGAN PENGETAHUAN GIZI DAN POLA MAKAN DENGAN
STATUS GIZI REMAJA PUTRI BERDASARKAN INDIKATOR IMT/U
DI SMA NEGERI 7 KOTA KUPANG**

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama Responden :

Umur :

Alamat :

Setelah mendapat penjelasan secara lengkap serta memahaminya, maka dengan penuh kesadaran dan tanpa paksaan saya menyatakan bersedia ikut serta menjadi responden pada penelitian dengan judul : Hubungan Pengetahuan Gizi dan Pola Makan dengan Status Gizi Remaja Putri Berdasarkan Indikator IMT/U Di SMA Negeri 7 Kota Kupang

Dengan kondisi bahwa data yang diperoleh penelitian akan dijaga kerahasiaannya dan hanya digunakan untuk kepentingan peneliti.

Peneliti

(.....)

Kupang.....

Responden

(.....)

Lampiran 4. Kuesioner Hubungan Pengetahuan Gizi dan Pola Makan

KUESIONER HUBUNGAN PENGETAHUAN GIZI DAN POLA MAKAN DENGAN STATUS GIZI REMAJA PUTRI DI SMA NEGERI 7 KOTA KUPANG

1. Karakteristik Responden

Nama :
Jenis Kelamin :
Usia :
Jumlah anggota keluarga :
Asal suku ayah :
Asal suku ibu :
Pekerjaan Orang Tua : Ayah :
Ibu :
Pendidikan Orang Tua: Ayah :
Ibu :
Pendapatan Orang Tua Selama Sebulan :
Uang Jajan Sehari :
Berat Badan : kg
Tinggi Badan : cm

b. Pengetahuan Gizi

(Berilah tanda centang (√) 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 lingkaran lengan atas (LILA) <23 cm
 - b. Keadaan kekurangan energi kronis yang berlangsung menahun dengan lingkaran lengan atas (LILA) $<23,5$ cm
 - c. Keadaan kekurangan energi kronis yang berlangsung menahun dengan lingkaran lengan atas (LILA) $<22,5$ cm
10. Apa penyebab kekurangan energi kronis pada remaja.....
 - a. Kekurangan hemoglobin dalam tubuh
 - b. Asupan makanan yang tidak sesuai dengan kebutuhan tubuh
 - c. Kekurangan vitamin

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

Lampiran 5. Form FFQ

Tabel Food Frequency Questioner (FFQ)

Nama Bahan Makanan	Frekuensi konsumsi					
	Setiap hari (2-3x)	7x/minggu	5-6 x/minggu	3-4 x/minggu	1-2x/minggu	Tidak pernah
Makanan Pokok :						
Nasi	√					
Jagung					√	
Mie				√		
Kentang					√	
Singkong					√	
Lain-lain						
Lauk Pauk :						
Ayam					√	
Daging sapi						√
Ikan				√		
Telur					√	
Tempe				√		
Tahu					√	
Lain-lain						
Sayuran :						
Bayam					√	
Kangkung				√		
Daun Singkong		√				
Sawi Putih					√	
Sawi Hijau					√	
Kac. Panjang					√	
Daun Kelor			√			
Terong				√		
Wortel					√	
Buncis						√
Labi Siam						√
Lain-lain						
Buah :						
Apel						√
Pepaya				√		
Jeruk						√
Semangka						√
Pisang			√			
Mangga						√
Lain-lain						

Keterangan :

- Beri tanda (√) pada kolom yang sesuai
- Kolom lain-lain bisa diisi bahan pangan yang belum tercantum

Lampiran 6. Form *Food Recall* 24 Jam

Form *Food Recall* 24 Jam

Nama subjek / responden :

Tanggal wawancara :

No	Waktu Makan	Menu	Bahan Makanan	Jumlah Konsumsi	
				URT	gram
1	Makan pagi				
2	Selingan pagi				
3	Makan siang				
4	Selingan siang				
5	Makan malam				

Lampiran 7. Hasil Analisis *Chi-Square*

Hasil uji Univariat

Statistics

		umur	uang jajan	status gizi	penegtahuan gizi	pola makan	asupan energi	asupan protein	asupan lemak	asupan karbohidrat
N	Valid	148	148	148	148	148	148	148	148	148
	Missing	0	0	0	0	0	0	0	0	0

umur

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	16 tahun	78	52.7	52.7	52.7
	17 tahun	61	41.2	41.2	93.9
	18 tahun	9	6.1	6.1	100.0
	Total	148	100.0	100.0	

uang jajan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	< Rp.10.000	102	68.9	68.9	68.9
	>= Rp.10.000	46	31.1	31.1	100.0
	Total	148	100.0	100.0	

status gizi

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Gizi Kurang	16	10.8	10.8	10.8
	Gizi Baik	132	89.2	89.2	100.0
	Total	148	100.0	100.0	

pengetahuan gizi

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Baik	48	32.4	32.4	32.4
	Cukupp	72	48.6	48.6	81.1
	Kurang	28	18.9	18.9	100.0
	Total	148	100.0	100.0	

pola makan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Baik	5	3.4	3.4	3.4
	Cukup	18	12.2	12.2	15.5
	Kurang	125	84.5	84.5	100.0
	Total	148	100.0	100.0	

asupan protein

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Defisit berat	52	35.1	35.1	35.1
	Defisit sedang	30	20.3	20.3	55.4
	Defisit ringan	22	14.9	14.9	70.3
	Normal	38	25.7	25.7	95.9
	Kelebihan	6	4.1	4.1	100.0
	Total	148	100.0	100.0	

asupan lemak

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Defisit berat	134	90.5	90.5	90.5
	Defisit sedang	5	3.4	3.4	93.9
	Defisit ringan	4	2.7	2.7	96.6
	Normal	4	2.7	2.7	99.3
	Kelebihan	1	.7	.7	100.0
	Total	148	100.0	100.0	

asupan karbohidrat

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Defisit berat	60	40.5	40.5	40.5
	Defisit sedang	17	11.5	11.5	52.0
	Defisit ringan	17	11.5	11.5	63.5
	Normal	49	33.1	33.1	96.6
	Kelebihan	5	3.4	3.4	100.0
	Total	148	100.0	100.0	

Case Processing Summary

	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
penegtahuan gizi * status gizi	148	100.0%	0	.0%	148	100.0%
pola makan * status gizi	148	100.0%	0	.0%	148	100.0%

Crosstab

			status gizi		Total
			Gizi Kurang	Gizi Baik	
penegtahuan gizi	Baik	Count	4	44	48
		Expected Count	5.2	42.8	48.0
	Cukupp	Count	9	63	72
		Expected Count	7.8	64.2	72.0
	Kurang	Count	3	25	28
		Expected Count	3.0	25.0	28.0
Total	Count	16	132	148	
	Expected Count	16.0	132.0	148.0	

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2- sided)	Monte Carlo Sig. (2-sided)			Monte Carlo Sig. (1-sided)		
				Sig.	95% Confidence Interval		Sig.	95% Confidence Interval	
					Lower Bound	Upper Bound		Lower Bound	Upper Bound
Pearson Chi-Square	.519 ^a	2	.771	.845 ^b	.786	.903	.514 ^b	.433	.594
Likelihood Ratio	.533	2	.766	.845 ^b	.786	.903			
Fisher's Exact Test	.525			.831 ^b	.771	.891			
Linear-by-Linear Association	.190 ^c	1	.663	.750 ^b	.680	.820			
N of Valid Cases	148								

Crosstab

			status gizi		Total
			Gizi Kurang	Gizi Baik	
pola makan	Baik	Count	0	5	5
		Expected Count	.5	4.5	5.0
	Cukup	Count	2	16	18
		Expected Count	1.9	16.1	18.0
	Kurang	Count	14	111	125
		Expected Count	13.5	111.5	125.0
Total	Count	16	132	148	
	Expected Count	16.0	132.0	148.0	

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)	Monte Carlo Sig. (2-sided)			Monte Carlo Sig. (1-sided)		
				Sig.	95% Confidence Interval		Sig.	95% Confidence Interval	
					Lower Bound	Upper Bound		Lower Bound	Upper Bound
Pearson Chi-Square	.627 ^a	2	.731	.892 ^b	.842	.942			
Likelihood Ratio	1.165	2	.558	.750 ^b	.680	.820			
Fisher's Exact Test	.197			1.000 ^b	.980	1.000			
Linear-by-Linear Association	.332 ^c	1	.564	.703 ^b	.629	.776	.466 ^b	.386	.547
N of Valid Cases	148								

a. 3 cells (50,0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is ,54.

b. Based on 148 sampled tables with starting seed 2000000.

c. The standardized statistic is -,576.

Crosstab

			status gizi		Total
			Gizi Kurang	Gizi Baik	
asupan protein	Defisit berat	Count	6	46	52
		Expected Count	5.6	46.4	52.0
	Defisit sedang	Count	4	26	30
		Expected Count	3.2	26.8	30.0
	Defisit ringan	Count	4	18	22
		Expected Count	2.4	19.6	22.0
	Normal	Count	1	37	38
		Expected Count	4.1	33.9	38.0
	Kelebihan	Count	1	5	6
		Expected Count	.6	5.4	6.0
	Total		16	132	148
			16.0	132.0	148.0

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)	Monte Carlo Sig. (2-sided)			Monte Carlo Sig. (1-sided)		
				Sig.	95% Confidence Interval		Sig.	95% Confidence Interval	
					Lower Bound	Upper Bound		Lower Bound	Upper Bound
Pearson Chi-Square	4.316 ^a	4	.365	.392 ^b	.313	.471			
Likelihood Ratio	5.121	4	.275	.324 ^b	.249	.400			
Fisher's Exact Test	5.266			.230 ^b	.162	.298			
Linear-by-Linear Association	.627 ^c	1	.428	.473 ^b	.393	.553	.304 ^b	.230	.378
N of Valid Cases	148								

a. 4 cells (40,0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is ,65.

b. Based on 148 sampled tables with starting seed 624387341.

c. The standardized statistic is ,792.

Crosstab

			status gizi		Total
			Gizi Kurang	Gizi Baik	
asupan lemak	Defisit berat	Count	15	119	134
		Expected Count	14.5	119.5	134.0
	Defisit sedang	Count	1	4	5
		Expected Count	.5	4.5	5.0
	Defisit ringan	Count	0	4	4
		Expected Count	.4	3.6	4.0
	Normal	Count	0	4	4
		Expected Count	.4	3.6	4.0
	Kelebihan	Count	0	1	1
		Expected Count	.1	.9	1.0
	Total		16	132	148
			16.0	132.0	148.0

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)	Monte Carlo Sig. (2-sided)			Monte Carlo Sig. (1-sided)		
				Sig.	95% Confidence Interval		Sig.	95% Confidence Interval	
					Lower Bound	Upper Bound		Lower Bound	Upper Bound
Pearson Chi-Square	1.549 ^a	4	.818	1.000 ^b	.980	1.000			
Likelihood Ratio	2.440	4	.655	.858 ^b	.802	.914			
Fisher's Exact Test	1.879			.784 ^b	.717	.850			
Linear-by-Linear Association	.698 ^c	1	.404	.486 ^b	.406	.567	.304 ^b	.230	.378
N of Valid Cases	148								

a. 8 cells (80,0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is ,11.

b. Based on 148 sampled tables with starting seed 624387341.

c. The standardized statistic is ,835.

Crosstab

			status gizi		Total
			Gizi Kurang	Gizi Baik	
asupan karbohidrat	Defisit berat	Count	6	54	60
		Expected Count	6.5	53.5	60.0
	Defisit sedang	Count	1	16	17
		Expected Count	1.8	15.2	17.0
	Defisit ringan	Count	0	17	17
		Expected Count	1.8	15.2	17.0
	Normal	Count	8	41	49
		Expected Count	5.3	43.7	49.0
	Kelebihan	Count	1	4	5
		Expected Count	.5	4.5	5.0
Total	Count	16	132	148	
	Expected Count	16.0	132.0	148.0	

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)	Monte Carlo Sig. (2-sided)			Monte Carlo Sig. (1-sided)		
				Sig.	95% Confidence Interval		Sig.	95% Confidence Interval	
					Lower Bound	Upper Bound		Lower Bound	Upper Bound
Pearson Chi-Square	4.514 ^a	4	.341	.318 ^b	.243	.393			
Likelihood Ratio	6.157	4	.188	.243 ^b	.174	.312			
Fisher's Exact Test	4.429			.318 ^b	.243	.393			
Linear-by-Linear Association	1.067 ^c	1	.302	.345 ^b	.268	.421	.155 ^b	.097	.214
N of Valid Cases	148								

a. 4 cells (40,0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is ,54.

b. Based on 148 sampled tables with starting seed 624387341.

c. The standardized statistic is -1,033.

DOKUMENTASI



Gambar 6. Pengukuran Berat Badan



Gambar 7. Pengukuran Tinggi Badan



Gambar 8. Pengisian FFQ dan form Food Recall



Gambar 9. Pengisian Kuesioner