

KUESIONER LINGKAR PINGGANG
LEMBAR PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN

**HUBUNGAN PENGETAHUAN, ASUPAN ZAT GIZI MAKRO DAN AKTIFITAS FISIK
DENGAN LINGKAR PINGGANG PRANIKA PADA WANITA USIA SUBUR DI KUA
KELAPA LIMA**

Yang bertanda tangan di bawa ini :

Nama responden :

Alamat :

Setelah mendapat penjelasan secara lengkap serta memahaminya, maka dengan penuh kesadaran dan tanpa paksaan saya mengatakan bersedia ikut serta menjadi responden pada penelitian ini dengan “judul Hubungan Pengetahuan, Asupan Zat Gizi Makro Dan Aktifitas Fisik Dengan Lingkaran Pinggang Pranika Pada Wanita Usia Subur Di Kua Kelapa Lima”.

Dengan kondisi bahwa data yang di peroleh penelitian akan di jaga kerahasiaanya dan hanya di gunakan untuk kepentingan peneliti

Peneliti

kupang,
Responden

(.....)

(.....)

LAMPIRAN

KUESIONER PENGETAHUAN GIZI PRAKONSEPSI

Petunjuk Pengisian Kuesioner

1. Isilah pertanyaan dibawah ini dengan memberikan tanda silang (x) pada salah satu jawaban yang Anda anggap paling benar
 2. Jawablah pertanyaan dibawah ini sesuai dengan yang Anda ketahui
 3. Bila pada pengisian kuesioner kurang jelas, Anda dapat bertanya pada peneliti
-

1. Apa yang dimaksud dengan gizi prakonsepsi?
 - a. Gizi untuk wanita usia subur sebelum hamil demi tercapainya kesehatan ibu dan anak
 - b. Gizi untuk mempertahankan berat badan seseorang
 - c. Gizi untuk meningkatkan kesehatan setelah hamil
2. Berapakah ukuran lingkar pinggang normal seorang wanita?
 - a. > 80 cm
 - b. < 80 cm
3. Apa yang menyebabkan kegemukan?
 - a. Aktivitas fisik yang tinggi
 - b. Pengetahuan baik
 - c. Asupan makanan berlebihan
4. Apakah Manfaat lemak bagi ibu hamil ?
 - a. Menaikan BB ibu
 - b. Mendukung perkembangan system saraf janin sejak dalam kandungan
 - c. Memperkuat system kekebalantubuh
5. Apakah makanan sumber karbohidrat?
 - a. Roti
 - b. Sayur sayuran
 - c. Daging ayam
6. Apa manfaat protein bagi ibu hamil?
 - a. Mengganti sel-sel tubuh yang rusak selama hamil
 - b. Mencerdaskan ibu hamil

- c. Memberikan rasa kenyang sehingga tidak mudah lapar
7. Apa manfaat protein bagi janin?
- a. Sebagai zat gizi untuk pertumbuhan sel janin
 - b. Memberi rasa kenyang sehingga janin tenang
 - c. Sebagai pencegah racun yang dapat mengganggu janin
8. Bahan makanan apa yang menjadi sumber protein?
- a. Tahu, tempe, ikan, dan daging
 - b. Beras, singkong, dan jagung
 - c. Bayam, wortel, dan kangkung
9. Apakah bahan makanan sumber lemak?
- a. Roti
 - b. Sayur-sayuran
 - c. Keju
10. Apakah bahan makanan sumber protein nabati?
- a. Daging, ikandanudang
 - b. Tempe ,Tahudankacang-kacangan
 - c. Sayur ,ikandanayam

FORM RECALL 24 JAM

form recall 24 jam

No	Waktu Makan	Nama Menu Makanan	Jenis Bahan Makanan	Urt	Gram	Ket
1	Pagi					
2	Snack pagi					
3	Siang					
4	Snack sore					
5	Malam					

KUESIONER AKTIVITAS FISIK

No	Aktivitas Fisik	PAR	Waktu Atau Lama Melakukan (jam)	($PAR \times W$) (24 Jam)
1	Tidur	1,0		
2	Berkendara dalam bus/mobil	1,2		
3	Aktivitas santai (nonton TV, dan mengobrol)	1,4		
4	Kegiatan ringan (beribadah, duduk santai)	1,4		
5	Makan	1,5		
6	Duduk	1,5		
7	Mengendarai mobil	2,0		
8	Mengendarai motor	1,5		
9	Berdiri membawa barang yang Ringan	2,2		
10	Mandi dan berpakaian	2,3		
11	Menyapu, membersihkan rumah (mengepel), dan mencuci baju	2,3		
12	Mencuci piring dan menyetrika	1,7		
13	Memasak	2,1		
14	Berjalan kaki	3,2		
15	Berkebun(mencabut rumput,tanam- tanaman, dll)	4,1		
16	Olahraga ringan (jalan kaki)	4,2		
17	Olahraga berat(shit up, pust up, bersepeda,lari)	4,5		

LEMBAR PENGUKURAN LINGKAR PINGGANG

[illegible]

LAMPIRAN

Lampiran Master Tabel

nama istri	usia istri	kode	alamat
E. I	>35 tahun	2	Jl. Timoraya, Kelapa Lima
W. F	20-35 tahun	1	Jl. Timoraya Kelapa Lima
A. F. J	20-35 tahun	1	Jl. Kiu Leu, Gang AKL 3, RT:044/RW:016
R. S	20-35 tahun	1	Makassar
M. E. S	20-35 tahun	1	Walikota
I. Y. S. T	20-35 tahun	1	Matani
S. B	20-35 tahun	1	Baumata
A. W	>35 tahun	2	Naimata
Y. B. S	20-35 tahun	1	Jln. Frans Da Romes
I. D. R	20-35 tahun	1	Asten kuanino
A. M. S	20-35 tahun	1	Desa Penfui Timur, RT/RW : 007/002, Kecamatan Kupang Tengah, Kabupaten Kup
W. O. L	20-35 tahun	1	Jln H.R Koroh, Maulafa Kec. Maulafa
M. N	< 20 tahun	3	Fatululi
S. M. M	20-35 tahun	1	Jl prof dr wz Johanes Kupang oetete Oebobo kota Kupang
M. L. K	20-35 tahun	1	Walikota
E. B	20-35 tahun	1	Jln kenari, naikoten 1
D. T. T. B	20-35 tahun	1	BTN Kolhua
A. M. D. J	20-35 tahun	1	Sungkaen, Naimata
Y. V. A. D. C	20-35 tahun	1	Jl thamrin belakang bakso tugu
D. E. D	20-35 tahun	1	PENFUI TIMUR
R. M	20-35 tahun	1	Jln shopping center
Y. B. L	20-35 tahun	1	Jln. Thamrin
E. P. L. E	20-35 tahun	1	Liliba
N. W. I. A	20-35 tahun	1	Jln.thamrin-oepoi
K. D	< 20 tahun	3	Lasiana
R. A. U. K	20-35 tahun	1	Matani Rt017 Rw005 Desa Penfui Timur
M. H	20-35 tahun	1	Kayu putih
M. A. I. R	20-35 tahun	1	Jalan Air lobang II SIKUMANA
Y. T	20-35 tahun	1	Kayu putih
S. K.W	20-35 tahun	1	Tofa
A. F.S.H	20-35 tahun	1	Kel. Oenesu, Kec. Kupang Barat
A.N	>35 tahun	2	OENESU
P. E.K	20-35 tahun	1	Nait
J.M	20-35 tahun	1	Kelurahan Oenesu, Nait
S.I	20-35 tahun	1	Oenesu Kupang barat
F.H	20-35 tahun	1	Kupang Barat
M.B	20-35 tahun	1	
P.L	>35 tahun	2	Nait
D.S	20-35 tahun	1	Nait, RT/ RW 006/003
M.L	< 20 tahun	3	Nait. Kel.Oenesu Kec. Kupang Barat
D.K	20-35 tahun	1	OENESU
A.H	20-35 tahun	1	Kupang Barat
F. A	< 20 tahun	3	Golo Nila
V. G	20-35 tahun	1	Perumahan Batakte, Jln. Lumba-lumba II
S. Y. F	20-35 tahun	1	Penfui
S. M. S	< 20 tahun	3	Penfui
W.W	>35 tahun	2	Batakte, Kupang Barat
A. P	20-35 tahun	1	Jl.yos Sudarso,Namonsain,alak,kota Kupang
M. T	20-35 tahun	1	Danga
S. A	20-35 tahun	1	Dampek
M. A. D	>35 tahun	2	Jln. Oebolifo 1 RT.34/RW 13
N. I. S	20-35 tahun	1	Oesapa barat
A. M.J	20-35 tahun	1	Oesapa Barat
S. F	20-35 tahun	1	Oesapa
K. L	20-35 tahun	1	Kupang
Y. M. O. T	20-35 tahun	1	oesapa
Y. K	20-35 tahun	1	Oesapa
W. E.T	20-35 tahun	1	Naikolan
R. A. D	20-35 tahun	1	Kayu putih
T. E. O	20-35 tahun	1	walikota

pendidikan istri	kode	pekerjaan istri	kode	pendapatan istri	kode	LP Istri	kode
Tamat SMP	2	IRT	1		0	> 80 cm	1
Tamat Perguruan Tinggi	4	PNS	3	UMR (Rp. 2.100.000)	1	80 cm	2
Tamat Perguruan Tinggi	4	wirasuasta	2	UMR (Rp. 2.100.000)	1	80 cm	2
Tamat Perguruan Tinggi	4	IRT	1		0	80 cm	2
Tamat Perguruan Tinggi	4	wirasuasta	2	UMR (Rp. 2.100.000)	1	80 cm	2
Tamat Perguruan Tinggi	4	wirasuasta	2	UMR (Rp. 2.100.000)	1	80 cm	2
Tamat Perguruan Tinggi	4	wirasuasta	2	UMR (Rp. 2.100.000)	1	80 cm	2
Tamat Perguruan Tinggi	4	wirasuasta	2	UMR (Rp. 2.100.000)	1	> 80 cm	1
Tamat Perguruan Tinggi	4	wirasuasta	2	UMR (Rp. 2.100.000)	1	> 80 cm	1
Tamat SMA	3	wirasuasta	2	UMR (Rp. 2.100.000)	1	80 cm	2
Tamat Perguruan Tinggi	4	wirasuasta	2	UMR (Rp. 2.100.000)	1	> 80cm	1
Tamat Perguruan Tinggi	4	wirasuasta	2	< UMR	2	80 cm	2
Tamat SMA	3	IRT	1	< UMR	2	> 80 cm	1
Tamat Perguruan Tinggi	4	PNS	3	< UMR	2	80 cm	2
Tamat SMA	3	wirasuasta	2	< UMR	2	> 80 cm	1
Tamat SMA	3	wirasuasta	2	UMR (Rp. 2.100.000)	1	>80 cm	1
Tamat Perguruan Tinggi	4	wirasuasta	2	UMR (Rp. 2.100.000)	1	80 cm	2
Tamat Perguruan Tinggi	4	wirasuasta	2	UMR (Rp. 2.100.000)	1	80 cm	2
Tamat Perguruan Tinggi	4	wirasuasta	2	UMR (Rp. 2.100.000)	1	80 cm	2
Tamat Perguruan Tinggi	4	wirasuasta	2	UMR (Rp. 2.100.000)	1	80 cm	2
Tamat SMA	3	IRT	1	UMR (Rp. 2.100.000)	1	80 cm	2
Tamat SMA	3	IRT	1	UMR (Rp. 2.100.000)	1	80 cm	2
Tamat Perguruan Tinggi	4	wirasuasta	2	< UMR	2	80 cm	2
Tamat Perguruan Tinggi	4	IRT	1	< UMR	2	> 80 cm	1
Tamat Perguruan Tinggi	4	wirasuasta	2	< UMR	2	80 cm	2
Tamat SMA	3	IRT	1	< UMR	2	80 cm	2
Tamat SMA	3	wirasuasta	2		0	> 80 cm	1
Tamat Perguruan Tinggi	4	wirasuasta	2	UMR (Rp. 2.100.000)	1	> 80 cm	1
Tamat Perguruan Tinggi	4	wirasuasta	2		0	> 80 cm	1
Tamat SMA	3	IRT	1	UMR (Rp. 2.100.000)	1	> 80 cm	1
Tamat Perguruan Tinggi	4	wirasuasta	2	< UMR	2	80 cm	2
Tamat Perguruan Tinggi	4	wirasuasta	2	< UMR	2	> 80 cm	1
Tamat SD	1	IRT	1		0	80 cm	2
	1		1		0	80 cm	2
Tamat Perguruan Tinggi	4	wirasuasta	2	< UMR	2	80 cm	2
Tamat SMA	3	wirasuasta	2	< UMR	2	> 80 cm	1
Tamat Perguruan Tinggi	4	wirasuasta	2	< UMR	2	80 cm	2
Tamat SMA	3	wirasuasta	2	< UMR	2	80 cm	2
Tamat SMA	3	IRT	1	< UMR	2	> 80 cm	1
Tamat SMA	3	wirasuasta	2	< UMR	2	80 cm	2
Tamat SMA	3	wirasuasta	2		0	80 cm	2
Tamat Perguruan Tinggi	4	wirasuasta	2	UMR (Rp. 2.100.000)	1	80 cm	2
Tamat SMA	3	wirasuasta	2	< UMR	2	> 80 cm	1
Tamat SMA	3	IRT	1	< UMR	2	80 cm	2
Tamat Perguruan Tinggi	4	wirasuasta	2	UMR (Rp. 2.100.000)	1	80 cm	2
Tamat Perguruan Tinggi	4	wirasuasta	2		0	80 cm	2
	1	wirasuasta	2	< UMR	2	> 80 cm	1
Tamat Perguruan Tinggi	4	PNS	3	< UMR	2	80 cm	2
Tamat Perguruan Tinggi	4	wirasuasta	2	< UMR	2	> 80 cm	1
Tamat SMA	3	wirasuasta	2	< UMR	2	> 80 cm	1
Tamat SMA	3	wirasuasta	2	< UMR	2	80 cm	2
Tamat SMA	3	IRT	1	< UMR	2	80 cm	2
Tamat SMA	3	wirasuasta	2	< UMR	2	80 cm	2
Tamat SMA	3	wirasuasta	2	< UMR	2	80 cm	2
	1	wirasuasta	2	< UMR	2	80 cm	2
Tamat Perguruan Tinggi	4	wirasuasta	2	UMR (Rp. 2.100.000)	1	80 cm	2
Tamat SMA	3	wirasuasta	2	< UMR	2	> 80 cm	1
Tamat SMA	3	wirasuasta	2	< UMR	2	> 80	1
Tamat SMA	3	wirasuasta	2	UMR (Rp. 2.100.000)	1	> 80	1
Tamat Perguruan Tinggi	4	wirasuasta	2		0	> 80	1
Tamat Perguruan Tinggi	4	wirasuasta	2		0	> 80	1

BB istri	TB istri	Apa yang dimaksud dengan gizi prakonsepsi?	kode	berapakah ukuran lingkar pinggang normal wanita	kode
55	155	tidak tahu	0	< 80 cm	1
50	156	Gizi untuk wanita usia subur sebelum hamil demi tercapainya kesehatan ibu da	1	< 80 cm	1
48	150cm	Gizi untuk wanita usia subur sebelum hamil demi tercapainya kesehatan ibu da	1	< 80 cm	1
46	158	Gizi untuk wanita usia subur sebelum hamil demi tercapainya kesehatan ibu da	1	< 80 cm	1
55 Kg	155	Gizi untuk wanita usia subur sebelum hamil demi tercapainya kesehatan ibu da	1		0
48	153	Gizi untuk wanita usia subur sebelum hamil demi tercapainya kesehatan ibu da	1	> 80 cm	0
58	155	Gizi untuk meningkatkan kesehatan setelah hamil	0	> 80 cm	0
74	160	Gizi untuk wanita usia subur sebelum hamil demi tercapainya kesehatan ibu da	1	> 80 cm	0
63,3 kg	165	Gizi untuk wanita usia subur sebelum hamil demi tercapainya kesehatan ibu da	1	< 80 cm	1
51	163	Gizi untuk wanita usia subur sebelum hamil demi tercapainya kesehatan ibu da	1	< 80 cm	1
46	152	Gizi untuk wanita usia subur sebelum hamil demi tercapainya kesehatan ibu da	1	< 80 cm	1
55 KG	160	Gizi untuk mempertahankan berat badan seseorang	0	> 80 cm	0
40	147	Gizi untuk wanita usia subur sebelum hamil demi tercapainya kesehatan ibu da	1	< 80 cm	1
50	152	Gizi untuk wanita usia subur sebelum hamil demi tercapainya kesehatan ibu da	1	< 80 cm	1
45	156	Gizi untuk wanita usia subur sebelum hamil demi tercapainya kesehatan ibu da	1	< 80 cm	1
63	150	Gizi untuk wanita usia subur sebelum hamil demi tercapainya kesehatan ibu da	1		0
55 kg	150 cm	Gizi untuk wanita usia subur sebelum hamil demi tercapainya kesehatan ibu da	1	< 80 cm	1
55	158	Gizi untuk wanita usia subur sebelum hamil demi tercapainya kesehatan ibu da	1	> 80 cm	0
49 kg	155 cm	Gizi untuk wanita usia subur sebelum hamil demi tercapainya kesehatan ibu da	1	> 80 cm	0
42	149	Gizi untuk wanita usia subur sebelum hamil demi tercapainya kesehatan ibu da	1	> 80 cm	0
49	159	Gizi untuk meningkatkan kesehatan setelah hamil	0	< 80 cm	1
38,5	155,3	Gizi untuk wanita usia subur sebelum hamil demi tercapainya kesehatan ibu da	1	> 80 cm	0
73kg	158	Gizi untuk wanita usia subur sebelum hamil demi tercapainya kesehatan ibu da	1	< 80 cm	1
43	156	Gizi untuk wanita usia subur sebelum hamil demi tercapainya kesehatan ibu da	1	< 80 cm	1
53 kg	158 cm	Gizi untuk wanita usia subur sebelum hamil demi tercapainya kesehatan ibu da	1	> 80 cm	0
53	158	Gizi untuk wanita usia subur sebelum hamil demi tercapainya kesehatan ibu da	1	> 80 cm	0
51	157	Gizi untuk wanita usia subur sebelum hamil demi tercapainya kesehatan ibu da	1	> 80 cm	0
51,5	159	Gizi untuk wanita usia subur sebelum hamil demi tercapainya kesehatan ibu da	1		0
45	158,3	Gizi untuk wanita usia subur sebelum hamil demi tercapainya kesehatan ibu da	1	> 80 cm	0
54	149	Gizi untuk wanita usia subur sebelum hamil demi tercapainya kesehatan ibu da	1	> 80 cm	0
47,2	155	Gizi untuk wanita usia subur sebelum hamil demi tercapainya kesehatan ibu da	1	< 80 cm	1
50	160	Gizi untuk wanita usia subur sebelum hamil demi tercapainya kesehatan ibu da	1	< 80 cm	1
38,5	152	Gizi untuk mempertahankan berat badan seseorang	0	> 80 cm	0
60 Kg	169,9	Gizi untuk mempertahankan berat badan seseorang	0	> 80 cm	0
47,6	159	Gizi untuk wanita usia subur sebelum hamil demi tercapainya kesehatan ibu da	1	> 80 cm	0
49	150	Gizi untuk wanita usia subur sebelum hamil demi tercapainya kesehatan ibu da	1	> 80 cm	0
39	157	Gizi untuk wanita usia subur sebelum hamil demi tercapainya kesehatan ibu da	1	> 80 cm	0
60	147	Gizi untuk wanita usia subur sebelum hamil demi tercapainya kesehatan ibu da	1	< 80 cm	1
46,8 kg	161,6 cm	Gizi untuk wanita usia subur sebelum hamil demi tercapainya kesehatan ibu da	1	< 80 cm	1
51,4	153	Gizi untuk wanita usia subur sebelum hamil demi tercapainya kesehatan ibu da	1	< 80 cm	1
45	148	Gizi untuk wanita usia subur sebelum hamil demi tercapainya kesehatan ibu da	1	< 80 cm	1
45	169,2	Gizi untuk wanita usia subur sebelum hamil demi tercapainya kesehatan ibu da	1	> 80 cm	0
69	155	Gizi untuk mempertahankan berat badan seseorang	0	< 80 cm	1
43 Kg	155 cm	Gizi untuk mempertahankan berat badan seseorang	0	< 80 cm	1
58	157	Gizi untuk wanita usia subur sebelum hamil demi tercapainya kesehatan ibu da	1	< 80 cm	1
40 kg	148	Gizi untuk wanita usia subur sebelum hamil demi tercapainya kesehatan ibu da	1	> 80 cm	0
48	158	Gizi untuk wanita usia subur sebelum hamil demi tercapainya kesehatan ibu da	1	< 80 cm	1
72 kg	158 cm	Gizi untuk wanita usia subur sebelum hamil demi tercapainya kesehatan ibu da	1	< 80 cm	1
53	158	Gizi untuk mempertahankan berat badan seseorang	0	< 80 cm	1
49	169	Gizi untuk wanita usia subur sebelum hamil demi tercapainya kesehatan ibu da	1	> 80 cm	0
64	158	Gizi untuk wanita usia subur sebelum hamil demi tercapainya kesehatan ibu da	1	< 80 cm	1
57,2 kg	161,5 cm	Gizi untuk wanita usia subur sebelum hamil demi tercapainya kesehatan ibu da	1	< 80 cm	1
50,1	155	Gizi untuk mempertahankan berat badan seseorang	0	> 80 cm	0
36	145	Gizi untuk wanita usia subur sebelum hamil demi tercapainya kesehatan ibu da	1	> 80 cm	0
47	135	Gizi untuk wanita usia subur sebelum hamil demi tercapainya kesehatan ibu da	1	< 80 cm	1
41,9	154	Gizi untuk wanita usia subur sebelum hamil demi tercapainya kesehatan ibu da	1	< 80 cm	1
42	150	Gizi untuk wanita usia subur sebelum hamil demi tercapainya kesehatan ibu dan anak	1	> 80	0
35	144	Gizi untuk wanita usia subur sebelum hamil demi tercapainya kesehatan ibu da	1	<80	1
49	157	Gizi untuk wanita usia subur sebelum hamil demi tercapainya kesehatan ibu da	1	< 80	1
47	155	Gizi untuk wanita usia subur sebelum hamil demi tercapainya kesehatan ibu da	1	<80	1

[illegible]

[illegible]

apakah bahan makanan sumber protein nabati	kode	Asupan Energi	keterangan	kode	asupan Protein	keterangan	kode	asupan lemak	keterangan	kode	asupan KH	Keterangan	kode	skor Aktivitas Fisik	keterangan	kode
Tempe ,Tahu dan kacang kacangan	1	76,71%	kurang	1	119,16%	lebih	3	45,69%	kurang	1	81,91%	baik	2	0,15	ringan	1
Tempe ,Tahu dan kacang kacangan	1	58,32%	kurang	1	59%	kurang	1	35,23%	kurang	1	66,22%	kurang	1	0,08	ringan	1
Tempe ,Tahu dan kacang kacangan	1	49,60%	kurang	1	57%	kurang	1	32%	kurang	1	55,30%	kurang	1	0,13	ringan	1
Tempe ,Tahu dan kacang kacangan	1	47,58%	kurang	1	82,33%	baik	2	44%	kurang	1	42,44%	kurang	1	0,71	ringan	1
Tempe ,Tahu dan kacang kacangan	0	81,70%	baik	2	109,00%	lebih	3	77%	kurang	1	78%	kurang	1	0,016	ringan	1
Tempe ,Tahu dan kacang kacangan	1	47,75%	kurang	1	97,16%	kurang	1	56,30%	kurang	1	35,11%	kurang	1	0,02	ringan	1
Tempe ,Tahu dan kacang kacangan	1	52,40%	kurang	1	84,83%	baik	2	78,46%	kurang	1	37,32%	kurang	1	0,05	ringan	1
Tempe ,Tahu dan kacang kacangan	1	83,37%	baik	2	41,35%	kurang	1	60%	kurang	1	130,21%	lebih	3	0,04	ringan	1
Tempe ,Tahu dan kacang kacangan	1	194,97%	lebih	3	79,57%	kurang	1	230,70%	lebih	3	253,16%	lebih	3	0,069	ringan	1
Tempe ,Tahu dan kacang kacangan	1	57,80%	kurang	1	68%	kurang	1	83,80%	baik	2	41,50%	kurang	1	0,035	ringan	1
Tempe ,Tahu dan kacang kacangan	1	62%	kurang	1	82%	baik	2	57,80%	kurang	1	59%	kurang	1	0,058	ringan	1
Tempe ,Tahu dan kacang kacangan	1	118,46%	lebih	3	91,60%	baik	2	182,37%	lebih	3	106,28%	kurang	1	0,103	ringan	1
Tempe ,Tahu dan kacang kacangan	1	49,33%	kurang	1	102,30%	kurang	1	45,23%	kurang	1	40,36%	kurang	1	0,01	ringan	1
Tempe ,Tahu dan kacang kacangan	1	52%	kurang	1	83%	baik	2	38%	kurang	1	50%	kurang	1	0,09	ringan	1
Tempe ,Tahu dan kacang kacangan	1	193,28%	lebih	3	161,72%	lebih	3	267,48%	lebih	3	186,81%	lebih	3	0,012	ringan	1
Tempe ,Tahu dan kacang kacangan	1	46,70%	kurang	1	77,8	kurang	1	36,60%	kurang	1	44,70%	kurang	1	0,06	ringan	1
Tempe ,Tahu dan kacang kacangan	1	50,70%	kurang	1	103,50%	baik	2	60,70%	kurang	1	43,60%	kurang	1	0,07	ringan	1
Tempe ,Tahu dan kacang kacangan	1	109%	baik	2	165%	lebih	3	91,50%	baik	2	107%	baik	2	0,098	ringan	1
Daging ,ikan danudang	0	66,80%	kurang	1	108%	baik	2	87%	baik	2	54,80%	kurang	1	0,03	ringan	1
Sayur , ikan dan ayam	0	24,52%	kurang	1	29,16%	kurang	1	14%	kurang	1	26,91%	kurang	1	0,03	ringan	1
Sayur , ikan dan ayam	0	53%	kurang	1	51,30%	kurang	1	33,80%	kurang	1	63,70%	kurang	1	0,014	ringan	1
Tempe ,Tahu dan kacang kacangan	1	57%	kurang	1	45%	kurang	1	24,5%	kurang	1	44%	kurang	1	0,08	ringan	1
Tempe ,Tahu dan kacang kacangan	1	45,90%	kurang	1	101,38	baik	2	70,61%	kurang	1	25%	kurang	1	0,01	ringan	1
Tempe ,Tahu dan kacang kacangan	1	152,51%	lebih	3	143,19%	lebih	3	340,31%	lebih	3	130,29%	lebih	3	0,039	ringan	1
Tempe ,Tahu dan kacang kacangan	1	49,70%	kurang	1	81,30%	baik	2	26,70%	kurang	1	51,80%	kurang	1	0,01	ringan	1
Tempe ,Tahu dan kacang kacangan	1	75%	kurang	1	118%	lebih	3	55%	kurang	1	72%	kurang	1	0,016	ringan	1
Tempe ,Tahu dan kacang kacangan	1	71%	kurang	1	81,70%	kurang	2	31,30%	kurang	1	86,30%	baik	2	0,07	ringan	1
Daging ,ikan danudang	0	118,14%	lebih	3	55,35%	kurang	1	121,95%	lebih	2	145,69%	lebih	3	0,034	ringan	1
Tempe ,Tahu dan kacang kacangan	1	39%	kurang	1	45%	kurang	1	16%	kurang	1	49,60%	kurang	1	0,06	ringan	1
Tempe ,Tahu dan kacang kacangan	1	41,60%	kurang	1	63%	kurang	1	27,30%	kurang	1	38,30%	kurang	1	0,09	ringan	1
Tempe ,Tahu dan kacang kacangan	1	47,15%	kurang	1	77,30%	kurang	1	30,60%	kurang	1	29,20%	kurang	1	0,06	ringan	1
Tempe ,Tahu dan kacang kacangan	1	76%	kurang	1	77,30%	kurang	1	111%	kurang	1	44%	kurang	1	0,92	ringan	1
Tempe ,Tahu dan kacang kacangan	1	59,50%	kurang	1	31,20%	kurang	1	10%	kurang	1	90,80%	baik	3	0,05	ringan	1
Daging ,ikan danudang	0	30,03%	kurang	1	21%	kurang	1	17%	kurang	1	35%	kurang	1	0,04	ringan	1
Tempe ,Tahu dan kacang kacangan	1	61%	kurang	1	90%	baik	2	37,3%	kurang	1	64,5%	kurang	1	0,03	ringan	1
Tempe ,Tahu dan kacang kacangan	1	32%	kurang	1	44%	kurang	1	37,3%	kurang	1	27,2%	kurang	1	0,08	ringan	1
Tempe ,Tahu dan kacang kacangan	1	38,10%	kurang	1	44%	kurang	1	31,80%	kurang	1	39%	kurang	1	0,68	ringan	1
Tempe ,Tahu dan kacang kacangan	1	46,10%	kurang	1	39,80%	kurang	1	28,50%	kurang	1	52,80%	kurang	1	0,71	ringan	1
Daging ,ikan danudang	0	76,16%	kurang	1	143,83%	lebih	3	45,07%	kurang	1	77,13%	kurang	1	0,1	ringan	1
Tempe ,Tahu dan kacang kacangan	1	40,45%	kurang	1	57%	kurang	1	80,30%	baik	3	21,16%	kurang	1	0,03	ringan	1
Tempe ,Tahu dan kacang kacangan	1	49,43%	kurang	1	112,50%	lebih	3	29,23%	kurang	1	26,91%	kurang	1	0,05	ringan	1
Tempe ,Tahu dan kacang kacangan	1	76%	kurang	1	92%	baik	2	35,50%	kurang	1	88%	baik	2	0,86	ringan	1
Sayur , ikan dan ayam	0	51%	kurang	1	57,60%	kurang	1	20,70%	kurang	1	74,40%	kurang	1	0,88	ringan	1
Tempe ,Tahu dan kacang kacangan	1	76%	kurang	1	92%	baik	2	51%	kurang	1	67%,73	kurang	1	0,83	ringan	1
Tempe ,Tahu dan kacang kacangan	1	51%	kurang	1	57,60%	kurang	1	110,83%	lebih	3	102,95%	lebih	3	0,71	ringan	1
Tempe ,Tahu dan kacang kacangan	1	110,83%	lebih	3	83%	baik	2	33,50%	kurang	1	91,97%	baik	2	0,92	ringan	1
Tempe ,Tahu dan kacang kacangan	1	74%	kurang	1	120%	lebih	3	28,66%	kurang	1	67%,73	kurang	1	0,68	ringan	1
Tempe ,Tahu dan kacang kacangan	1	47,25%	kurang	1	45,46%	kurang	1	27,18%	kurang	1	48,50%	kurang	1	0,7	ringan	1
Daging ,ikan danudang	0	94,28%	baik	2	65,92%	kurang	1	111,15%	lebih	3	128,04	lebih	3	0,86	ringan	1
Tempe ,Tahu dan kacang kacangan	1	49,60%	kurang	1	57%	kurang	1	32,30%	kurang	1	55,30%	kurang	1	0,83	ringan	1
Tempe ,Tahu dan kacang kacangan	1	54,12%	kurang	1	72,83%	kurang	1	36,16	kurang	1	57,73%	kurang	1	0,86	ringan	1
Tempe ,Tahu dan kacang kacangan	1	53,90%	kurang	1	85%	baik	2	29,70%	kurang	1	84,70%	baik	2	0,04	ringan	1
Tempe ,Tahu dan kacang kacangan	1	64%	kurang	1	65%	kurang	1	28,40%	kurang	1	63%	kurang	100%	0,05	ringan	1
Tempe ,Tahu dan kacang kacangan	1	50,12%	kurang	1	87,83%	baik	2	47,53%	kurang	1	430,83%	lebih	3	40,00%	ringan	1
Sayur , ikan dan ayam	0	66,05%	kurang	1	113,16%	lebih	3	72,30%	kurang	1	54,41%	kurang	1	0,07	ringan	1
Daging ,ikan danudang	0	56,71%	kurang	1	76,83%	kurang	1	49,53%	kurang	1	56,61%	kurang	1	0,05	ringan	1
Tempe ,Tahu dan kacang kacangan	1	66,97%	kurang	1	96,33%	baik	2	52,02%	kurang	1	205,03%	lebih	3	0,06	ringan	1
Tempe ,Tahu dan kacang kacangan	1	75,32%	kurang	1	188,66%	lebih	3	71,69%	kurang	1	58,19%	kurang	1	0,09	ringan	1
Tempe ,Tahu dan kacang kacangan	1	49,65%	kurang	1	110,66%	lebih	3	54,61%	kurang	1	35,91%	kurang	1	0,04	ringan	1
Tempe ,Tahu dan kacang kacangan	1	36,00%	kurang	1	70,66%	kurang	1	24,46%	kurang	1	33,66%	kurang	1	0,04	ringan	1

Lampiran SPSS

nama_istri

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	A. F. J	1	1,7	1,7	1,7
	A. F.S.H	1	1,7	1,7	3,3
	A. M. D. J	1	1,7	1,7	5,0
	A. M. S	1	1,7	1,7	6,7
	A. M.J	1	1,7	1,7	8,3
	A. P	1	1,7	1,7	10,0
	A. W	1	1,7	1,7	11,7
	A.H	1	1,7	1,7	13,3
	A.N	1	1,7	1,7	15,0
	D. E. D	1	1,7	1,7	16,7
	D. T. T. B	1	1,7	1,7	18,3
	D.K	1	1,7	1,7	20,0
	D.S	1	1,7	1,7	21,7
	E. B	1	1,7	1,7	23,3
	E. I	1	1,7	1,7	25,0
	E. P. L. E	1	1,7	1,7	26,7
	F. A	1	1,7	1,7	28,3
	F.H	1	1,7	1,7	30,0
	I. D. R	1	1,7	1,7	31,7
	I. Y. S. T	1	1,7	1,7	33,3
	J.M	1	1,7	1,7	35,0
	K. D	1	1,7	1,7	36,7
	K. L	1	1,7	1,7	38,3
	M. A. D	1	1,7	1,7	40,0
	M. A. I. R	1	1,7	1,7	41,7
	M. E. S	1	1,7	1,7	43,3
	M. H	1	1,7	1,7	45,0

	M. L. K	1	1,7	1,7	46,7
	M. N	1	1,7	1,7	48,3
	M. T	1	1,7	1,7	50,0
	M.B	1	1,7	1,7	51,7
	M.L	1	1,7	1,7	53,3
	N. I. S	1	1,7	1,7	55,0
	N. W. I. A	1	1,7	1,7	56,7
	P. E.K	1	1,7	1,7	58,3
	P.L	1	1,7	1,7	60,0
	R. A. D	1	1,7	1,7	61,7
	R. A. U. K	1	1,7	1,7	63,3
	R. M	1	1,7	1,7	65,0
	R. S	1	1,7	1,7	66,7
	S. A	1	1,7	1,7	68,3
	S. B	1	1,7	1,7	70,0
	S. F	1	1,7	1,7	71,7
	S. K.W	1	1,7	1,7	73,3
	S. M. M	1	1,7	1,7	75,0
	S. M. S	1	1,7	1,7	76,7
	S. Y. F	1	1,7	1,7	78,3
	S.l	1	1,7	1,7	80,0
	T. E. O	1	1,7	1,7	81,7
	V. G	1	1,7	1,7	83,3
	W. E.T	1	1,7	1,7	85,0
	W. F	1	1,7	1,7	86,7
	W. O. L	1	1,7	1,7	88,3
	W.W	1	1,7	1,7	90,0
	Y. B. L	1	1,7	1,7	91,7
	Y. B. S	1	1,7	1,7	93,3
	Y. K	1	1,7	1,7	95,0
	Y. M. O. T	1	1,7	1,7	96,7

	Y. T	1	1,7	1,7	98,3
	Y. V. A. D.	1	1,7	1,7	100,0
	C				
	Total	60	100,0	100,0	

Umur					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	20-35	49	81,7	81,7	81,7
	>35	6	10,0	10,0	91,7
	<20	5	8,3	8,3	100,0
	Total	60	100,0	100,0	

pendidikan_istri					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	PERGURUAN TINGGI	31	51,7	51,7	51,7
	SMA	24	40,0	40,0	91,7
	SMP	1	1,7	1,7	93,3
	SD	4	6,7	6,7	100,0
	Total	60	100,0	100,0	

pekerjaan_istri					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	IRT	13	21,7	21,7	21,7
	LAIN-LAIN	44	73,3	73,3	95,0
	PNS	3	5,0	5,0	100,0
	Total	60	100,0	100,0	

pendapat_istri					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	TIDAK DI JAWAB	10	16,7	16,7	16,7
	UMR (Rp. 2.100.000)	21	35,0	35,0	51,7
	< UMR	29	48,3	48,3	100,0
	Total	60	100,0	100,0	

LP_istri					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	> 80 cm	24	40,0	40,0	40,0
	80 cm	36	60,0	60,0	100,0
	Total	60	100,0	100,0	

pengetahuan_istri					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	BAIK	44	73,3	73,3	73,3
	CUKUP	8	13,3	13,3	86,7
	KURANG	8	13,3	13,3	100,0
	Total	60	100,0	100,0	

Energi					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	KURANG	50	83,3	83,3	83,3
	BAIK	4	6,7	6,7	90,0
	LEBIH	6	10,0	10,0	100,0
	Total	60	100,0	100,0	

Protein					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	KURANG	31	51,7	51,7	51,7
	BAIK	17	28,3	28,3	80,0
	LEBIH	12	20,0	20,0	100,0
	Total	60	100,0	100,0	

Lemak					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	KURANG	49	81,7	81,7	81,7
	BAIK	4	6,7	6,7	88,3
	LEBIH	7	11,7	11,7	100,0
	Total	60	100,0	100,0	

Lemak					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	KURANG	49	81,7	81,7	81,7
	BAIK	4	6,7	6,7	88,3
	LEBIH	7	11,7	11,7	100,0
	Total	60	100,0	100,0	

aktivitas_fisik					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	RINGAN	60	100,0	100,0	100,0

**Lampiran SPSS Hubungan Pengetahuan, Asupan Zat Gizi Makro dan
Aktivitas Fisik dengan Lingkar Pinggan**

a. Hubungan pengetahuan dengan lingkaran pinggang

Crosstab					
			LP_istri		Total
			> 80 cm	80 cm	
pengetahuan_istri	BAIK	Count	20	24	44
		% within pengetahuan_istri	45,5%	54,5%	100,0%
	CUKUP	Count	2	6	8
		% within pengetahuan_istri	25,0%	75,0%	100,0%
	KURANG	Count	2	6	8
		% within pengetahuan_istri	25,0%	75,0%	100,0%
Total		Count	24	36	60
		% within pengetahuan_istri	40,0%	60,0%	100,0%

Chi-Square Tests			
	Value	Df	Asymptotic Significance (2-sided)
Pearson Chi-Square	2,045 ^a	2	0,360
Likelihood Ratio	2,134	2	0,344
Linear-by-Linear Association	1,747	1	0,186
N of Valid Cases	60		
a. 4 cells (66,7%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 3,20.			

b. Hubungan asupan protein dengan lingk pinggang

Crosstab					
			LP_istri		Total
			> 80 cm	80 cm	
Protein	KURANG	Count	12	19	31
		% within protein	38,7%	61,3%	100,0%
	BAIK	Count	7	10	17
		% within protein	41,2%	58,8%	100,0%
	LEBIH	Count	5	7	12
		% within protein	41,7%	58,3%	100,0%
Total		Count	24	36	60
		% within protein	40,0%	60,0%	100,0%

Chi-Square Tests			
	Value	df	Asymptotic Significance (2-sided)
Pearson Chi-Square	,045 ^a	2	0,978
Likelihood Ratio	0,045	2	0,978
Linear-by-Linear Association	0,040	1	0,842
N of Valid Cases	60		
a. 1 cells (16,7%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 4,80.			

c. Hubungan asupan lemak dengan status lingkaran pinggang

Crosstab					
			LP_istri		Total
			> 80 cm	80 cm	
Lemak	KURANG	Count	20	29	49
		% within lemak	40,8%	59,2%	100,0%
	BAIK	Count	1	3	4
		% within lemak	25,0%	75,0%	100,0%
	LEBIH	Count	3	4	7
		% within lemak	42,9%	57,1%	100,0%
Total		Count	24	36	60
		% within lemak	40,0%	60,0%	100,0%

Chi-Square Tests			
	Value	df	Asymptotic Significance (2-sided)
Pearson Chi-Square	,412 ^a	2	0,814
Likelihood Ratio	0,436	2	0,804
Linear-by-Linear Association	0,006	1	0,937
N of Valid Cases	60		
a. 4 cells (66,7%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 1,60.			

d. Hubungan asupan karbohidrat dan status lingkaran pinggang

Crosstab					
			LP_istri		Total
			> 80 cm	80 cm	
Harbohidrat	KURANG	Count	14	29	43
		% within harbohidrat	32,6%	67,4%	100,0%
	BAIK	Count	4	2	6
		% within harbohidrat	66,7%	33,3%	100,0%
	LEBIH	Count	6	4	10
		% within harbohidrat	60,0%	40,0%	100,0%
Total		Count	24	35	59
		% within harbohidrat	40,7%	59,3%	100,0%

Chi-Square Tests			
	Value	df	Asymptotic Significance (2-sided)
Pearson Chi-Square	4,401 ^a	2	0,111
Likelihood Ratio	4,364	2	0,113
Linear-by-Linear Association	3,469	1	0,063
N of Valid Cases	60		
a. 3 cells (50,0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 2,44.			

e. Hubungan aktivitas fisik dengan status lingkar pinggang

Crosstab					
			LP_istri		Total
			> 80 cm	80 cm	
aktivitas_fisik	RINGAN	Count	24	36	60
		% within aktivitas_fisik	40,0%	60,0%	100,0%
Total		Count	24	36	60
		% within aktivitas_fisik	40,0%	60,0%	100,0%

Chi-Square Tests	
	Value
Pearson Chi-Square	. ^a
N of Valid Cases	60
a. No statistics are computed because aktivitas_fisik is a constant.	

Lampiran Nutrisurvey

NutriSurvey for Windows

File Edit Calculations Food Extras Help

Women 19-24 years DGE2000 Portion 1 Days

Food	Amount	kcal	water	protein	fat	carbohyd	dietary	alcohol	PUFA	choleste	Vit. A	caroten
1 beras putih giling	50	180,4		3,3	0,3	39,8	0,4		0,2	0,0	0,0	
2 pepaya muda mentah	50	11,0		0,5	0,2	2,3	1,4		0,1	0,0	6,5	
3 minyak kelapa sawit	2	17,2		0,0	2,0	0,0	0,0		0,0	0,0	100,0	
4 bayam segar	60	22,2		2,2	0,1	4,4	0,4		0,1	0,0	311,4	
5 tepung terigu	30	109,2		3,1	0,3	22,9	0,8		0,1	0,0	0,0	
6 mentega	10	71,0		0,0	8,1	0,0	0,0		0,3	20,7	74,9	
7 telur ayam	60	93,1		7,6	6,4	0,7	0,0		0,8	254,4	114,0	
8 beras putih giling	50	180,4		3,3	0,3	39,8	0,4		0,2	0,0	0,0	
9 tempe kedele murni	50	99,5		9,5	3,8	8,5	0,7		2,2	0,0	0,5	
10 minyak kelapa sawit	4	34,5		0,0	4,0	0,0	0,0		0,1	0,0	200,0	
11 telur ayam	60	93,1		7,6	6,4	0,7	0,0		0,8	254,4	114,0	
12 jagung putih segar	180	194,5		5,9	2,3	45,2	5,0		1,1	0,0	0,0	
13 beras putih giling	50	180,4		3,3	0,3	39,8	0,4		0,2	0,0	0,0	
14 bayam segar	60	22,2		2,2	0,1	4,4	0,4		0,1	0,0	311,4	
15 ikan kembung	300	336,3		64,2	6,9	0,0	0,0		2,1	99,0	129,0	
16 minyak kelapa sawit	5	43,1		0,0	5,0	0,0	0,0		0,1	0,0	250,0	
17 pepaya muda mentah	30	6,6		0,3	0,1	1,4	0,8		0,1	0,0	3,9	
18												
19												
20												
21												

Display options: TA A% FA MA NC

Total analysis:

energy 1694,9 kcal
water - g
protein (27%) 113,2 g
fat (24%) 46,6 g
carbohydr. (49%) 209,5 g
dietary fiber 10,7 g
alcohol (0%) - g
PUFA 8,3 g
cholesterol 620,5 mg
Vit. A 1615,6 µg
carotene - mg
Vit. E (eq.) 6,5 mg
Vit. B1 1,0 mg
Vit. B2 1,4 mg
Vit. B6 2,3 mg
tot. fol. acid 349,9 µg
Vit. C 66,4 mg
sodium 389,7 mg
potassium 3057,8 mg
calcium 549,9 mg
magnesium 504,1 mg
phosphorus 1465,5 mg
iron 11,5 mg
zinc 6,7 mg

NutriSurvey for Windows

File Edit Calculations Food Extras Help

Women 19-24 years DGE2000 Portion 1 Days

Food	Amount	kcal	water	protein	fat	carbohyd	dietary	alcohol	PUFA	choleste	Vit. A	caroten
1 tepung terigu	30	109,2		3,1	0,3	22,9	0,8		0,1	0,0	0,0	
2 pisang kepok	100	115,9		0,8	0,2	31,2	2,3		0,1	0,0	91,0	
3 susu dancow	27	125,3		5,8	5,1	13,9	0,0		0,1	6,8	113,4	
4 tepung terigu	30	109,2		3,1	0,3	22,9	0,8		0,1	0,0	0,0	
5 mentega	10	71,0		0,0	8,1	0,0	0,0		0,3	20,7	74,9	
6 telur ayam	60	93,1		7,6	6,4	0,7	0,0		0,8	254,4	114,0	
7 beras putih giling	50	180,4		3,3	0,3	39,8	0,4		0,2	0,0	0,0	
8 kangkung	60	9,0		1,4	0,1	1,3	1,2		0,0	0,0	181,8	
9 minyak kelapa sawit	2	17,2		0,0	2,0	0,0	0,0		0,0	0,0	100,0	
10 ikan tongkol	60	66,5		14,4	0,6	0,0	0,0		0,2	27,6	9,6	
11 minyak kelapa sawit	4	34,5		0,0	4,0	0,0	0,0		0,1	0,0	200,0	
12 tepung terigu	30	109,2		3,1	0,3	22,9	0,8		0,1	0,0	0,0	
13 mentega	10	71,0		0,0	8,1	0,0	0,0		0,3	20,7	74,9	
14 telur ayam	60	93,1		7,6	6,4	0,7	0,0		0,8	254,4	114,0	
15 beras putih giling	50	180,4		3,3	0,3	39,8	0,4		0,2	0,0	0,0	
16 ikan tongkol	60	66,5		14,4	0,6	0,0	0,0		0,2	27,6	9,6	
17 minyak kelapa sawit	4	34,5		0,0	4,0	0,0	0,0		0,1	0,0	200,0	
18												
19												
20												
21												

Display options: TA A% FA MA NC

Total analysis:

energy 1486,2 kcal
water - g
protein (19%) 67,9 g
fat (28%) 47,0 g
carbohydr. (54%) 195,9 g
dietary fiber 6,7 g
alcohol (0%) - g
PUFA 3,7 g
cholesterol 612,2 mg
Vit. A 1283,2 µg
carotene - mg
Vit. E (eq.) 6,7 mg
Vit. B1 0,9 mg
Vit. B2 1,0 mg
Vit. B6 1,0 mg
tot. fol. acid 159,9 µg
Vit. C 36,0 mg
sodium 341,4 mg
potassium 1406,0 mg
calcium 358,0 mg
magnesium 154,3 mg
phosphorus 858,3 mg
iron 7,4 mg
zinc 4,9 mg

DOKUMENTASI



Lampiran Koesioner Recall 1x24 Jam

LAMPIRAN

Form Food Recall 24 jam

Nama Responden : KIVANA ARI DAORI
 Tanggal wawancara : 17 Mei 2024
 Usia : 23 thn
 Berat badan : 49 kg
 Tinggi badan : 157

Waktu	Menu makanan	Bahan makanan	Cara pengolahan	URT	Berat (gram)
Pagi	Nasi, tahu, ikan asin			Nasi 2 sanduk - Tahu 2 Potong - Ikan 1 ekor	
Snack pagi	Poti			1 Potong	
Siang	Bakso			1 Porsi	
Snack sore	-			-	
Malam	Nasi, tempe			- Nasi 2 sanduk - Tempe 5 Potong	

Lampiran Koesioner Aktivitas Fisik

KUESIONER AKTIVITAS FISIK

No	Aktivitas Fisik	PAR	Waktu Atau Lama Melakukan (jam)	(PAR X W) (24 Jam)
1	Tidur	1,0	720 menit	30
2	Berkendara dalam bus/mobil	1,2	45 menit	2,25
3	Aktivitas santai (nonton TV, dan mengobrol)	1,4	60 menit	3,5
4	Kegiatan ringan (beribadah, duduk santai)	1,4	25 menit	1,45
5	Makan	1,5	25 menit	1,56
6	Duduk	1,5	50 menit	3,12
7	Mengendarai mobil	2,0	15 15 menit	1,25
8	Mengendarai motor	1,5	15 menit	0,93
9	Berdiri membawa barang yang ringan	2,2	20 menit	1,83
10	Mandi dan berpakaian	2,3	20 menit	1,91
11	Menyapu, membersihkan rumah (mengepel), dan mencuci baju	2,3	60 menit	5,75
12	Mencuci piring dan menyetrika	1,7	30 menit	2,12
13	Memasak	2,1	15 menit	1,31
14	Berjalan kaki	3,2	20 menit	2,66
15	Berkebun(mencabut rumput,tanam- tanaman, dll)	4,1	20 menit	3,41
16	Olahraga ringan (jalan kaki)	4,2	15 menit	2,62
17	Olahraga berat(shit up, pust up, bersepeda,lari)	4,5	15 menit	2,81

$$= 68,48 : 1440$$

$$= 0,04$$

Lampiran 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.dpmptsp.nttprov.id Email : dpmptsp.nttprov@gmail.com
KUPANG 85117

SURAT IZIN PENELITIAN

NOMOR : 070/1726/DPMPTSP.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 Timur

Dengan ini memberikan Izin Penelitian kepada :

Nama : Tuti Urianti Tuke
NIM : PO5303241210175
Jurusan/Prodi : DIII – Gizi
Instansi/Lembaga : Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang

Untuk melaksanakan penelitian, dengan rincian sebagai berikut :

Judul Penelitian : HUBUNGAN PENGETAHUAN GIZI, ASUPAN ZAT GIZI MAKRO DAN
AKTIVITAS FISIK DENGAN STATUS LINGKAR PINGGANG WANITA
USIA SUBUR DI KUA KELAPA LIMA

Lokasi Penelitian : Kantor Urusan Agama Kecamatan Kelapa Lima Kota Kupang

Waktu Pelaksanaan

- a. Mulai : 04 Mei 2024
- b. Berakhir : 20 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, 03 Mei 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.

Lampiran Surat Izin Abis penelitian



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
KANTOR KEMENTERIAN AGAMA KOTA KUPANG
KANTOR URUSAN AGAMA KECAMATAN KELAPA LIMA**

Jl. Kakatua Nomor: 11. Kel Bonipoi Kec. Kota Lama Kupang NTT

Yang bertanda tangan di bawa ini :

Nama : Muchsin,S.Ag

Jabatan : Kepala KUA Kelapa Lima

Dengan ini mengatakan bahwa mahasiswa yang beridentitas :

Nama : Tuti Urianti Tuke

Nim : PO5303241210175

Program studi : D-III Gizi

Telah selesai melakukan penelitian dengan mengambil data penelitian di KUA Kelapa Lima yang terhitung mulai tanggal 04 Mei s/d 20 Mei 2024 untuk memperoleh data penelitian dalam rangka Menyusun Laporan Tugas Akhir yang berjudul **“Hubungan Pengetahuan, Asupan Zat Gizi Makro dan Aktivitas Fisik dengan Status Lingkar Pinggang Pada Wanita Usia Subur”**

Demikian surat keterangan ini di buat dan di berikan kepada yang bersangkutan untuk di pergunakan sepenuhnya

Kupang 21 Mei 2024

Kepala KUA Kelapa Lima



Muchsin,S.Ag

Nip. 197002162005011002

POLTEKKES KEMENKES KUPANG
PRODI GIZI
FORMULIR BIMBINGAN LAPORAN TUGAS AKHIR

NAMA MAHASISWA :	Tuti Unanti Tute
NIM :	P05303241210175
JUDUL LTA :	Hubungan Pengetahuan gizi makro dan aktivitas fisik dengan lingkaran linggang Peranakan pada UUS di kua kelurahan Lima

Nama Pembimbing : ASMULYATI S. SALEH, SST. M. GZ

NO	TGL/BLN/THN	TOPIK BIMBINGAN	TTD PEMBIMBING
1	10 / 10 / 2023	konsul Judul.	
2	02 / 11 / 2023	konsul Judul	
3	09 / 11 / 2023	Konsul Judul	
4	29 / 11 / 2023	Bimbingan Proposal Bab 1	
5	15 / 12 / 2023	Bimbingan Proposal Bab 1 dan II	
6	08 / 01 / 2024	Bimbingan Proposal. II dan III	

7	12-01-2024	Bimbingan keaworan 2u proposal bab I-III	A
8	6-03-2024	ATC Proposal	A
9	18 April 2024	Turun Penelitian	A
10	22-04-2024	Turun Penelitian	A
11	26-04-2024	Turun Penelitian	A
12	29-04-2024	Konsul Hasil	A
13	13-05-2024	Konsul Pembahasan	A
14	20/05-2024	ATC LTA	A

