

LAMPIRAN

A. Lampiran 1. Informed Consent

FORMULIR PERNYATAAN KESEDIAAN SEBAGAI SAMPEL PENELITIAN

(INFORMED CONSENT)

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama :

Alamat :

Umur :

Bersedia berpartisipasi sebagai sampel pada penelitian yang berjudul “Hubungan Kebiasaan sarapan pagi, Aktivitas Fisik, dan Pola Tidur Terhadap Status Gizi Anak Sekolah Dasar Di SDN Oesapa Kecil 2 Kota Kupang”

Yang dilakukan oleh :

Nama : Candra Ayu Cahyana Klakik

Nim : PO5303241221111

Progran studi : D-III Gizi Kemenkes Poltekkes Kupang

Kupang,2025

Sampel

(.....)

B. Lampiran 2. Quisioner Penelitian

Kuesioner Kualitas Tidur

Anak Sekolah Dasar

NAMA :

KELAS :

NO	Masalah tidur	Tidak pernah	1x seminggu	2x seminggu	>3x seminggu
1	Tidak mampu tertidur selama 30 menit sejak berbaring				
2	Terbangun di 53etika malam atau terlalu dini				
3	Terbangun untuk ke kamar mandi				
4	Tidak mampu bernafas dengan Leluasa				
5	Batuk atau mengorok				
6	Kedinginan di malam hari				
7	Kepanasan di malam hari				
8	Mimpi buruk				
9	Merasa nyeri				
10	Alasan lain				
11	Seberapa sering anda menggunakan obat tidur				
12	Seberapa sering anda mengantuk ketika melakukan aktivitas di siang hari				
		Sangat baik	Cukup baik	Cukup buruk	Sangat buruk
13	Selama bulan terakhir, bagaimana kamu menilai kepuasan tidur kamu?				

KUESIONER RECALL AKTIVITAS FISIK

NAMA :

JENIS KELAMIN :

KELAS :

NO	Aktivitas Fisik	Durasi (jam/menit)	PAR (diisi peneliti)	PAR x W (menit)
1	Tidur		1,0	
2	Mandi / berpakaian		2,4	
3	Makan		1,4	
4	Duduk santai		1,2	
5	Menyapu, membersihkan rumah		2,8	
6	Mengepel		4,4	
7	Mencuci piring		1,7	
8	Menonton TV		1,64	
9	Berjalan kaki		2,1	
10	Mengerjakan tugas		1,8	
11	Olahraga : - main bola, - bersepeda, - lari		8,0 6,7 6,34	
12	Kegiatan lain : - membaca - tari - main game - main drum/musik		1,22 5,09 1,5 3,71	
	Jumlah Total			

Ket : PAL : tingkat aktivitas fisik

PAR : jumlah energi yang dikeluarkan untuk setiap jenis aktivitas

W : waktu

$$PAL = \frac{\sum(PAR \times W)}{24 \text{ jam}}$$

- a. Ringan (sedentary lifestyle) = 1,40-1,69
- b. Sedang (active or moderately active lifestyle) = 1,70-1,99
- c. Berat (vigorous or vigorously active lifestyle) = 2,00-2,40

Nilai PAR (*Physical Activity Ratio*)

Aktivitas Fisik	PAR (Physical Activity Ratio) Laki-laki	PAR (Physical Activity Ratio) Perempuan
Aktivitas Umum		
Tidur	1.0	1.0
Berbaring	1.2	1.2
Berdiri	1.4	1.5
Duduk	1.2	1.2
Berpakaian	2.4	3.3
Mencuci tangan/wajah dan rambut	2.3	
Menganyam rambut		1.8
Makan dan minum	1.4	1.6
Transportasi		
Berjalan (berjalan-jalan keliling)	2.1	2.5
Jalan pelan	2.8	3.0
Jalan cepat	3.8	
Jalan menanjak/mendaki	7.1	5.4
Jalan menurun/turun	3.5	3.2
Naik tangga	5.0	
Duduk di bis/kendaraan/kereta	1.2	
Bersepeda	5.6	3.6
Berepeda di jalan tanah	7.0	
Mengendarai sepeda motor	2.0	
Mengendarai mobil/truk	2.0	
Aktivitas dengan Beban		
Berjalan dengan beban 15-20 kg		3.5
Berjalan dengan beban 25-30 kg		3.9
Membawa beban 20-30 kg dikepala	3.5	

Membawa beban 35-60 kg dikepla	5.8	
Membawa beban 27 kg dengan selempang di bahu	5.0	
Memuat karung berisi 9 kg ke atas truk	5.79	
Memuat karung berisi 16 kg ke atas truk	9.65	
Menarik gerobak dengan tangan tanpa beban	4.82	
Menarik gerobak dengan tangan dengan beban 185-370 kg	8.3	
Pekerjaan rumah tangga		
Pekerjaan memasak		
Mencari Kayu	3.3	
Menimba air dari sumur		4.5
Memotong kayu bakar	4.2	
Meremas adonan		3.4
Membuat tortila		2.4
Membersihkan sayuran	1.9	1.5
Berbelanja		4.6
Meremas kelapa		2.4
Mencuci piring		1.7
Pengasuhan Anak		
Memandikan anak		3.5
Menggendong anak		
Membersihkan Rumah		
Membersihkan rumah (tidak spesifik)		2.8
Memukul keset/karpet		6.2
Merapikan tempat tidur (iklim tropis)		3.4
Merapikan tempat tidur (musim dingin)		4.9

Sumber : (FAO/WHO/UNO, 2001)

KUESIONER PENELITIAN KEBIASAAN SARAPAN PAGI ANAK SEKOLAH DASAR

Nama :

Kelas :

No	Pertanyaan	Tidak pernah	Jarang	sering	Selalu
1	Saya sarapan pagi antara pukul 06:00 – 08:00				
2	Saya sarapan pagi lebih dari pukul 08:00				
3	Saya mengonsumsi sumber karbohidrat, (nasi, mie, sereal, roti, dll) saat sarapan				
4	Saya mengonsumsi sumber protein (ikan, ayam, daging sapi) saat sarapan.				
5	Saya mengonsumsi sumber nabati (tahu, tempe) saat sarapan				
6	Saya mengonsumsi sumber serat (sayur- sayuran, buah- buahan) saat sarapan				
7	Saya mengonsumsi beraneka jenis makanan saat sarapan				
8	Saya mengonsumsi satu jenis makanan saat sarapan				

Sumber: (Hanim dkk., 2022)

Lampiran 3. Hasil SPSS

Statistics

	Jenis Kelamin	Status Gizi	Tidak mampu tertidur selama 30 menit sejak berbaring	Terbangun ketika malam atau terlalu dini	Terbangun untuk kamar mandi
N Valid	58	58	58	58	58
Missing	0	0	0	0	0

Statistics

	Tidak mampu bernapas dengan leluasa	Batuk atau mengorok	Kedinginan di malam hari	Kepanasan di malam hari	Mimpi buruk
N Valid	58	58	58	58	58

Missing	0	0	0	0	0
---------	---	---	---	---	---

Statistics

		Merasa nyeri	Alasan lain	Seberapa sering anda menggunakan obat tidur	Serapa sering anda mengantuk ketika melakukan aktivitas setiap hari	Selama bulan terakhir bagaimana kamu menilai kepuasan tidur kamu
N	Valid	58	58	58	58	58
	Missing	0	0	0	0	0

Statistics

		Total kualitas tidur	Total aktivitas	Sarapan pagi antara pukul 06:00-08:00	Sarapan pagi lebih dari pukul 08:00	Mengonsumsi sumber KH (Nasi, Mie, Sereal, Roti, dll) saat sarapan
N	Valid	58	58	58	58	58
	Missing	0	0	0	0	0

Statistics

		Mengonsumsi sumber protein (ika, ayam, daging sapi saat sarapan	mengonsumsi sumber nabati (tahu, tempe) saat sarapan	mengonsumsi sumber serat (sayur-sayuran, buah-buahan) saat sarapan	mengonsumsi beraneka jenis makanan saat sarapan	Mengonsumsi satu jenis makanan
N	Valid	58	58	58	58	58
	Missing	0	0	0	0	0

Statistics

Total kebiasaan sarapan pagi

N	Valid	58
	Missing	0

Frequency Table

Jenis Kelamin

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Laki-laki	36	62.1	62.1	62.1
	Perempuan	22	37.9	37.9	100.0

Total	58	100.0	100.0
-------	----	-------	-------

Status Gizi

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Buruk	9	15.5	15.5	15.5
	Gizi kurang	14	24.1	24.1	39.7
	Gizi baik	32	55.2	55.2	94.8
	Gizi lebih	1	1.7	1.7	96.6
	Obesitas	2	3.4	3.4	100.0
	Total	58	100.0	100.0	

Tidak mampu tertidur selama 30 menit sejak berbaring

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak pernah	38	65.5	65.5	65.5
	1x seminggu	15	25.9	25.9	91.4
	2x seminggu	5	8.6	8.6	100.0
	Total	58	100.0	100.0	

Terbangun ketika malam atau terlalu dini

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak pernah	25	43.1	43.1	43.1
	1x seminggu	24	41.4	41.4	84.5
	2x seminggu	9	15.5	15.5	100.0
	Total	58	100.0	100.0	

Terbangun untuk kamar mandi

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak pernah	27	46.6	46.6	46.6

	1x seminggu	26	44.8	44.8	91.4
	2x seminggu	5	8.6	8.6	100.0
	Total	58	100.0	100.0	

Tidak mampu bernapas dengan leluasa

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak pernah	35	60.3	60.3	60.3
	1x seminggu	14	24.1	24.1	84.5
	2x seminggu	9	15.5	15.5	100.0
	Total	58	100.0	100.0	

Batuk atau mengorok

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	0	2	3.4	3.4	3.4
	Tidak pernah	33	56.9	56.9	60.3
	1x seminggu	22	37.9	37.9	98.3
	2x seminggu	1	1.7	1.7	100.0
	Total	58	100.0	100.0	

Kedinginan dimalam hari

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak pernah	38	65.5	65.5	65.5
	1x seminggu	16	27.6	27.6	93.1
	2x seminggu	4	6.9	6.9	100.0
	Total	58	100.0	100.0	

Kepanasan dimalam hari

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak pernah	31	53.4	53.4	53.4
	1x seminggu	22	37.9	37.9	91.4
	2x seminggu	5	8.6	8.6	100.0

Total	58	100.0	100.0	
-------	----	-------	-------	--

Mimpi buruk

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak pernah	38	65.5	65.5	65.5
	1x seminggu	12	20.7	20.7	86.2
	2x seminggu	8	13.8	13.8	100.0
	Total	58	100.0	100.0	

Merasa nyeri

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak pernah	32	55.2	55.2	55.2
	1x seminggu	21	36.2	36.2	91.4
	2x seminggu	5	8.6	8.6	100.0
	Total	58	100.0	100.0	

Alasan lain

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak pernah	35	60.3	60.3	60.3
	1x seminggu	21	36.2	36.2	96.6
	2x seminggu	2	3.4	3.4	100.0
	Total	58	100.0	100.0	

Seberapa sering anda menggunakan obat tidur

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak pernah	40	69.0	69.0	69.0
	1x seminggu	9	15.5	15.5	84.5
	2x seminggu	9	15.5	15.5	100.0
	Total	58	100.0	100.0	

Serapa sering anda mengantuk ketika melakukan aktivitas setiap hari

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak pernah	22	37.9	37.9	37.9
	1x seminggu	25	43.1	43.1	81.0
	2x seminggu	11	19.0	19.0	100.0
	Total	58	100.0	100.0	

Selama bulan terakhir bagaimana kamu menilai kepuasan tidur kamu

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sangat baik	30	51.7	51.7	51.7
	Cukup baik	21	36.2	36.2	87.9
	Cukup buruk	7	12.1	12.1	100.0
	Total	58	100.0	100.0	

Total kualitas tidur

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Baik	34	58.6	58.6	58.6
	Kurang baik	24	41.4	41.4	100.0
	Total	58	100.0	100.0	

Total aktivitas

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Ringan	43	74.1	74.1	74.1
	Sedang	14	24.1	24.1	98.3
	Berat	1	1.7	1.7	100.0
	Total	58	100.0	100.0	

Sarapan pagi antara pukul 06:00-08:00

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
--	--	-----------	---------	---------------	--------------------

Valid	Tidak pernah	15	25.9	25.9	25.9
	Jarang	42	72.4	72.4	98.3
	Sering	1	1.7	1.7	100.0
	Total	58	100.0	100.0	

Sarapan pagi lebih dari pukul 08:00

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Ridak pernah	21	36.2	36.2	36.2
	Jarang	36	62.1	62.1	98.3
	Sering	1	1.7	1.7	100.0
	Total	58	100.0	100.0	

Mengonsumsi sumber KH (Nasi, Mie, Sereal ,Roti, dll) saat sarapan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak pernah	17	29.3	29.3	29.3
	Jarang	40	69.0	69.0	98.3
	Selalu	1	1.7	1.7	100.0
	Total	58	100.0	100.0	

Mengonsumsi sumber protein (ika, ayam, daging sapi saat sarapan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	tidak perah	15	25.9	25.9	25.9
	jarang	42	72.4	72.4	98.3
	sering	1	1.7	1.7	100.0
	Total	58	100.0	100.0	

mengonsumsi sumber nabati (tahu, tempe) saat sarapan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	tidak pernah	32	55.2	55.2	55.2
	jarang	25	43.1	43.1	98.3

	sering	1	1.7	1.7	100.0
	Total	58	100.0	100.0	

mengonsumsi sumber serat (sayur-sayuran, buah-buahan) saat sarapan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	tidak pernah	24	41.4	41.4	41.4
	jarang	34	58.6	58.6	100.0
	Total	58	100.0	100.0	

mengonsumsi beraneka jenis makanan saat sarapan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	tidak pernah	31	53.4	53.4	53.4
	jarang	24	41.4	41.4	94.8
	sering	2	3.4	3.4	98.3
	selalu	1	1.7	1.7	100.0
	Total	58	100.0	100.0	

Mengonsumsi satu jenis makanan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak pernah	24	41.4	41.4	41.4
	Jarang	33	56.9	56.9	98.3
	Sering	1	1.7	1.7	100.0
	Total	58	100.0	100.0	

Total kebiasaan sarapan pagi

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Jarang	16	27.6	27.6	27.6
	Sering	28	48.3	48.3	75.9
	Selalu	14	24.1	24.1	100.0
	Total	58	100.0	100.0	

Case Processing Summary

	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
Status Gizi * Total kualitas tidur	58	100.0%	0	0.0%	58	100.0%

Status Gizi * Total kualitas tidur Crosstabulation

			Total kualitas tidur		Total
			Baik	Kurang baik	
Status Gizi	Buruk	Count	4	5	9
		% within Status Gizi	44.4%	55.6%	100.0%
		% within Total kualitas tidur	11.8%	20.8%	15.5%
		% of Total	6.9%	8.6%	15.5%
	Gizi kurang	Count	9	5	14
		% within Status Gizi	64.3%	35.7%	100.0%
		% within Total kualitas tidur	26.5%	20.8%	24.1%
		% of Total	15.5%	8.6%	24.1%
	Gizi baik	Count	19	13	32
		% within Status Gizi	59.4%	40.6%	100.0%
		% within Total kualitas tidur	55.9%	54.2%	55.2%
		% of Total	32.8%	22.4%	55.2%
	Gizi lebih	Count	1	0	1
		% within Status Gizi	100.0%	0.0%	100.0%
		% within Total kualitas tidur	2.9%	0.0%	1.7%
		% of Total	1.7%	0.0%	1.7%
	Obesitas	Count	1	1	2
		% within Status Gizi	50.0%	50.0%	100.0%
		% within Total kualitas tidur	2.9%	4.2%	3.4%
		% of Total	1.7%	1.7%	3.4%
Total	Count		34	24	58
	% within Status Gizi		58.6%	41.4%	100.0%
	% within Total kualitas tidur		100.0%	100.0%	100.0%
	% of Total		58.6%	41.4%	100.0%

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymptotic Significance (2-sided)
Pearson Chi-Square	1.706 ^a	4	.790
Likelihood Ratio	2.055	4	.726
Linear-by-Linear Association	.291	1	.589
N of Valid Cases	58		

Case Processing Summary

	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
Status Gizi * Total aktivitas	58	100.0%	0	0.0%	58	100.0%

Status Gizi * Total aktivitas Crosstabulation

			Total aktivitas			Total
			Ringan	Sedang	Berat	
Status Gizi	Buruk	Count	7	2	0	9
		% within Status Gizi	77.8%	22.2%	0.0%	100.0%
		% within Total aktivitas	16.3%	14.3%	0.0%	15.5%
		% of Total	12.1%	3.4%	0.0%	15.5%
	Gizi kurang	Count	10	3	1	14
		% within Status Gizi	71.4%	21.4%	7.1%	100.0%
		% within Total aktivitas	23.3%	21.4%	100.0%	24.1%
		% of Total	17.2%	5.2%	1.7%	24.1%
	Gizi baik	Count	23	9	0	32
		% within Status Gizi	71.9%	28.1%	0.0%	100.0%
		% within Total aktivitas	53.5%	64.3%	0.0%	55.2%
		% of Total	39.7%	15.5%	0.0%	55.2%
	Gizi lebih	Count	1	0	0	1
		% within Status Gizi	100.0%	0.0%	0.0%	100.0%
		% within Total aktivitas	2.3%	0.0%	0.0%	1.7%
		% of Total	1.7%	0.0%	0.0%	1.7%
	Obesitas	Count	2	0	0	2

	% within Status Gizi	100.0%	0.0%	0.0%	100.0%
	% within Total aktivitas	4.7%	0.0%	0.0%	3.4%
	% of Total	3.4%	0.0%	0.0%	3.4%
Total	Count	43	14	1	58
	% within Status Gizi	74.1%	24.1%	1.7%	100.0%
	% within Total aktivitas	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
	% of Total	74.1%	24.1%	1.7%	100.0%

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymptotic Significance (2- sided)
Pearson Chi-Square	4.457 ^a	8	.814
Likelihood Ratio	4.845	8	.774
Linear-by-Linear Association	.218	1	.641
N of Valid Cases	58		

Case Processing Summary

	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
Status Gizi * Total kebiasaan sarapan pagi	58	100.0%	0	0.0%	58	100.0%

Status Gizi * Total kebiasaan sarapan pagi Crosstabulation

			Total kebiasaan sarapan pagi			Total
			Jarang	Sering	Selalu	
Status Gizi	Buruk	Count	2	6	1	9
		% within Status Gizi	22.2%	66.7%	11.1%	100.0%
		% within Total kebiasaan sarapan pagi	12.5%	21.4%	7.1%	15.5%
		% of Total	3.4%	10.3%	1.7%	15.5%
	Gisi kurang	Count	5	7	2	14
		% within Status Gizi	35.7%	50.0%	14.3%	100.0%
		% within Total kebiasaan sarapan pagi	31.3%	25.0%	14.3%	24.1%

		% of Total	8.6%	12.1%	3.4%	24.1%
	Gizi baik	Count	8	14	10	32
		% within Status Gizi	25.0%	43.8%	31.3%	100.0%
		% within Total kebiasaan sarapan pagi	50.0%	50.0%	71.4%	55.2%
		% of Total	13.8%	24.1%	17.2%	55.2%
	Gizi lebih	Count	1	0	0	1
		% within Status Gizi	100.0%	0.0%	0.0%	100.0%
		% within Total kebiasaan sarapan pagi	6.3%	0.0%	0.0%	1.7%
		% of Total	1.7%	0.0%	0.0%	1.7%
	Obesitas	Count	0	1	1	2
		% within Status Gizi	0.0%	50.0%	50.0%	100.0%
		% within Total kebiasaan sarapan pagi	0.0%	3.6%	7.1%	3.4%
% of Total		0.0%	1.7%	1.7%	3.4%	
Total	Count	16	28	14	58	
	% within Status Gizi	27.6%	48.3%	24.1%	100.0%	
	% within Total kebiasaan sarapan pagi	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	
	% of Total	27.6%	48.3%	24.1%	100.0%	

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymptotic Significance (2-sided)
Pearson Chi-Square	6.880 ^a	8	.550
Likelihood Ratio	7.368	8	.498
Linear-by-Linear Association	1.054	1	.305
N of Valid Cases	58		

Lampiran 1. Master Tabel

<https://docs.google.com/spreadsheets/d/19e4TGkFnMySzw9rnycA8fJpcuCU3sIdDiDpvaB192BQ/edit?usp=sharing>

IDENTITAS					ANTROPOMETRI				KUALITAS TIDUR												
No	NAMA	Tanggal Lahir	UMUR	JENIS KELAMIN	KODE	BB	TB	STATUS GIZI (IMT/U)	KODE	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12
1	Maria	27-06-2014	10	Perempuan	2	29.6	135	Gizi baik	3	1	3	1	2	1	2	3	1	1	2	1	
2	Delviana	20-12-2012	12	Perempuan	2	34.4	142	Gizi baik	3	1	1	3	2	3	3	1	1	1	1	3	
3	Allyando	25-11-2014	10	Laki-laki	1	24.6	148	Gizi Buruk	1	1	1	2	1	1	1	1	2	2	2	1	
4	Canissa	27-08-2014	10	Perempuan	2	29.2	139	Gizi baik	3	2	3	1	2	0	1	2	1	1	2	1	
5	Prisilia	18-11-2013	11	Perempuan	2	27.2	136	Gizi baik	3	1	1	2	1	0	3	3	2	3	1	1	
6	Juan	13-03-2014	11	Laki-laki	1	21.5	137	Gizi buruk	1	1	1	2	1	1	2	1	1	2	1	3	
7	Abdul	23-01-2014	11	Laki-laki	1	46.5	151	Gizi lebih	4	1	2	2	1	2	1	2	3	1	1	1	
8	Jainal	14-02-2014	11	Laki-laki	1	59	149	Obesitas	5	1	2	1	1	1	2	1	1	1	1	1	
9	Mikael	13-01-2014	11	Laki-laki	1	27.4	145	Gizi kurang	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
10	Amakor	28-02-2014	11	Laki-laki	1	34.3	151	Gizi baik	3	2	2	1	1	1	1	1	1	2	2	1	
11	Sandra	14-07-2014	10	Perempuan	2	24.7	137	Gizi buruk	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	2	1	
12	Davan	06-10-2013	11	Laki-laki	1	40.9	146	Gizi baik	3	1	1	2	1	2	2	1	1	1	1	1	
13	Dhede	17-12-2013	11	Laki-laki	1	29.2	1.932	Gizi baik	3	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	
14	Glennar	27-02-2014	11	Laki-laki	1	25.6	2.161	Gizi buruk	1	2	1	1	1	2	1	2	1	1	1	1	
15	Nadya	30-08-2014	10	Perempuan	2	31.6	1.904	Gizi baik	3	1	3	1	1	2	2	1	1	1	2	2	
16	Hannah	24-05-2014	11	Perempuan	2	42.3	2.22	Gizi baik	3	1	3	1	1	1	1	2	1	3	1	3	
17	Jors	12-08-2014	10	Laki-laki	1	26.7	1.85	Gizi baik	3	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	2	
18	Pedro R	15-04-2014	11	Laki-laki	1	24.2	1.96	Gizi buruk	1	1	2	1	1	2	2	1	2	2	1	1	
19	Pedro K	20-11-2014	10	Laki-laki	1	16.8	1.44	Gizi buruk	1	1	2	3	1	2	1	3	1	1	1	3	
20	Maxwell	09-03-2014	11	Laki-laki	1	24.2	1.796	Gizi kurang	2	1	1	1	3	1	1	2	2	2	1	3	
21	Alfayet	07-06-2014	11	Laki-laki	1	30.4	1.85	Gizi baik	3	3	2	2	1	2	2	1	3	1	2	1	
22	Dikson	20-01-2014	11	Laki-laki	1	43.5	2.19	Gizi baik	3	2	2	1	2	1	3	1	1	1	2	1	
23	Yosua	01-08-2014	10	Laki-laki	1	32.1	2.074	Gizi baik	3	1	1	2	3	1	1	2	1	1	1	1	

Lampiran 5. Dokumentasi



Lampiran 6. Permohonan ijin penelitian



Kementerian Kesehatan
Direktorat Jenderal
Sumber Daya Manusia Kesehatan
Politeknik Kesehatan Kupang
Jalan Piet A. Tallo, Liliba, Oebobo
Kupang, Nusa Tenggara Timur 85111
(0380) 8800256
<https://www.poltekkeskupang.ac.id>

Nomor : PP.06.02/F.XXIX/3679/2025
Hal : Permohonan Ijin Penelitian

16 Mei 2025

Yth. Kepala Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan
Terpadu Satu Pintu Provinsi Nusa Tenggara Timur
Jalan Basuki Rahmat No.1 Naikolan, Kota Kupang

Dalam rangka penyusunan Karya Tulis Ilmiah bagi Mahasiswa Poltekkes Kemenkes
Kupang Tahun Akademik 2024/2025, maka mohon kiranya diberikan ijin untuk melakukan
penelitian bagi mahasiswa :

Nama Peneliti : CHANDRA AYU C. KLAKIK
NIM : PO5303241221111
Jurusan/Prodi : D-III Gizi
Judul : Hubungan Kebiasaan Sarapan Pagi Aktifitas Fisik dan Kualitas
Tidur Terhadap Status Gizi Anak Sekolah Dasar di SD Negeri
Oesapa Kecil 2 Kota Kupang
Tempat Penelitian : SD Negeri Oesapa Kecil 2 Kota Kupang

Demikian permohonan kami, atas perhatian dan kerja samanya diucapkan terima
kasih.

Direktur Politeknik Kesehatan
Kementerian Kesehatan Kupang



Irfan, SKM., M.Kes

Kementerian Kesehatan tidak menerima suap dan/atau gratifikasi dalam bentuk apapun. Jika terdapat potensi
suap atau gratifikasi silahkan laporkan melalui HALO KEMENKES 1500567 dan <https://wbs.kemkes.go.id>. Untuk
verifikasi keaslian tanda tangan elektronik, silahkan unggah dokumen pada laman
<https://tte.kominfo.go.id/verifyPDF>



*Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik
yang diterbitkan oleh Balai Besar Sertifikasi Elektronik (BSrE), Badan Siber dan Sandi Negara*

Lampiran 7. 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.dpmpptsp.nttprov.id Email : dpmpptsp.nttprov@gmail.com
KUPANG 85117

SURAT IZIN PENELITIAN
NOMOR : 500.16.7.2-000.9.2/1631/DPMPPTSP/2025

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : **Noldy Hosea Pellokila, S.Sos, MM**
Jabatan : **Pil. Kepala Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Provinsi Nusa Tenggara Timur**

Dengan ini memberikan izin Penelitian kepada :

Nama : **Candra Ayu Cahyana Klakik**
NIM : **PO.5303241221111**
Jurusan/Prodi : **D-III Gizi**
Instansi/Lembaga : **Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang**

Untuk melaksanakan penelitian, dengan rincian sebagai berikut :

Judul Penelitian : **HUBUNGAN KEBIASAAN SARAPAN PAGI, AKTIVITAS FISIK DAN KUALITAS TIDUR TERHADAP STATUS GIZI ANAK SEKOLAH DASAR DI SDN OESAPA KECIL 2 KUPANG**

Lokasi Penelitian : **SD Negeri Oesapa Kecil Kota Kupang**

Waktu Pelaksanaan

a. Mulai : **19 Mei 2025**
b. Berakhir : **19 Juni 2025**

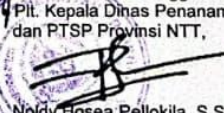
Dengan ketentuan yang harus ditaati, sebagai berikut :

1. Sebelum melakukan kegiatan penelitian, terlebih dahulu melaporkan kedatangannya kepada Bupati/Walikota Cq. Kepala Kesbangpol/DPMPPTSP 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, 19 Mei 2025

a.n. Gubernur Nusa Tenggara Timur
Pil. Kepala Dinas Penanaman Modal
dan PTSP Provinsi NTT,


Noldy Hosea Pellokila, S.Sos, MM
Pembina utama Muda
NIP. 197411271998031005

Tembusan :

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

CS Dipindai dengan CamScanner

Lampiran 8. Surat selesai ijin penelitian

	PEMERINTAH KOTA KUPANG DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN UPTD SEKOLAH DASAR NEGERI OESAPA KECIL 2 NPSN : 50304961- NSS : 101246004034 <i>Jln. Samratulangi V Kel.Oesapa Barat,Kec Kelapa Lima, Kota Kupang. Telepon : (0189) 8431340</i>																									
SURAT KETERANGAN SELESAI PENELITIAN NOMOR: 110/SKet/SD OK.2 /VII/2025																										
Yang bertanda tangan dibawah ini, <table border="0" style="width: 100%;"><tr><td style="width: 30%;">Nama</td><td>: Sebsel Miha Balo, S.Pd</td></tr><tr><td>NIP</td><td>: 197102172007011016</td></tr><tr><td>Pangkat/golongan</td><td>: Penata III/D</td></tr><tr><td>Jabatan</td><td>: Kepala Sekolah</td></tr><tr><td>Unit kerja</td><td>: UPTD SD Negeri Oesapa Kecil 2 Kota Kupang</td></tr></table> Menerangkan dengan sesungguhnya bahwa mahasiswa yang namanya tersebut dibawah ini <table border="0" style="width: 100%;"><tr><td style="width: 30%;">Nama</td><td>: Candra Ayu Cahyana Klakik</td></tr><tr><td>TTL</td><td>: Kupang, 01 Agustus 2003</td></tr><tr><td>Jenis Kelamin</td><td>: Perempuan</td></tr><tr><td>NIM</td><td>: PO530324122111</td></tr><tr><td>Semester</td><td>: VI (enam)</td></tr><tr><td>Program Studi</td><td>: Gizi</td></tr><tr><td>Universitas</td><td>: Poltekkes Kemenkes Kupang</td></tr></table> Adalah benar – benar mahasiswa yang namanya tersebut diatas telah melaksanakan penelitian dengan judul "HUBUNGAN KEBIASAAN SARAPAN PAGI, AKTIVITAS FISIK DAN KUALITAS TIDUR TERHADAP ANAK SEKOLAH DASAR DI SDN OESAPA KECIL 2 KUPANG" selama 3 hari terhitung tanggal 28 Mei 2025 – 30 Mei 2025 dan telah berakhir dengan baik serta dilaksanakan dengan penuh rasa tanggung jawab. Demikian surat keterangan ini kami buat dengan sesungguhnya untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.  Kupang, 15 Juni 2025 Kepala UPTD SDN Oesapa Kecil 2 Sebsel Miha Balo, S.Pd NIP. 197102172007011016			Nama	: Sebsel Miha Balo, S.Pd	NIP	: 197102172007011016	Pangkat/golongan	: Penata III/D	Jabatan	: Kepala Sekolah	Unit kerja	: UPTD SD Negeri Oesapa Kecil 2 Kota Kupang	Nama	: Candra Ayu Cahyana Klakik	TTL	: Kupang, 01 Agustus 2003	Jenis Kelamin	: Perempuan	NIM	: PO530324122111	Semester	: VI (enam)	Program Studi	: Gizi	Universitas	: Poltekkes Kemenkes Kupang
Nama	: Sebsel Miha Balo, S.Pd																									
NIP	: 197102172007011016																									
Pangkat/golongan	: Penata III/D																									
Jabatan	: Kepala Sekolah																									
Unit kerja	: UPTD SD Negeri Oesapa Kecil 2 Kota Kupang																									
Nama	: Candra Ayu Cahyana Klakik																									
TTL	: Kupang, 01 Agustus 2003																									
Jenis Kelamin	: Perempuan																									
NIM	: PO530324122111																									
Semester	: VI (enam)																									
Program Studi	: Gizi																									
Universitas	: Poltekkes Kemenkes Kupang																									

 Ditanda dengan Capretor

Lampiran 9. Surat cek plagiasi

	Kementerian Kesehatan Poltekkes Kupang Jalan Piet A. Tallo, Liliba, Oribobo, Kupang, Nusa Tenggara Timur 85111 (0380) 8000256 https://poltekkeskupang.ac.id
PERPUSTAKAAN TERPADU	
<u>https://perpus-terpadu.poltekkeskupang.ac.id/ ; e-mail: perpustakaanterpadu61@gmail.com</u>	
SURAT KETERANGAN HASIL CEK PLAGIASI	
Dengan ini menerangkan bahwa	
Nama	: Candra Ayu Cahyana Klakik
Nomor Induk Mahasiswa	: PO5303241221111
Dosen Pembimbing	: Maria Goreti Pantalcon, S.KM.MPH
Penguji	: Alberth M. Bau Mali, S.Kep,Ns.MPH
Jurusan	: D-III Gizi
Judul Karya Ilmiah	: HUBUNGAN KEBIASAAN SARAPAN PAGI, AKTIVITAS FISIK, DAN POLA TIDUR TERHADAP STATUS GIZI ANAK SEKOLAH DASAR DI SDN OESAPA KECIL 2 KOTA KUPANG
Laporan Tugas Akhir yang bersangkutan di atas telah melalui proses cek plagiasi menggunakan Strike Plagiarism dengan hasil kemiripan (similarity) sebesar 26%. Demikian surat keterangan ini dibuat agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.	
Kupang, 10 September 2025 Admin Strike Plagiarism  Murry Jermias Kale, SST NIP. 198507042010121002	

Lampiran 10. LoogBook

Nama Mahasiswa	:	Candra Ayu Cahyana Klarif
NIM	:	05303291221111
Nama Pembimbing	:	Mania Goret Pantalon, S.KM.MPH
Judul LTA	:	Hubungan Aktivitas Fisik, Kebiasaan Sarapan, Kualitas tidur terhadap Status Gizi pada anak sekolah dasar di SDN Oesapa Kecil 2 Kupang

No	Waktu Konsultasi	Kegiatan / Materi Konsultasi	Tanda Tangan Pembimbing
1	10/12/2024	Judul Proposal	Mania
2	20/12/2024	Latar Belakang	Mania
3	10/1/2025	Revisi bab 1	Mania
4	16/1/2025	Revisi bab 2 dan 3	Mania

No	Waktu Konsultasi	Kegiatan / Materi Konsultasi	Tanda Tangan Pembimbing
5.	17/1/2025	revisi bab 2 dan bab 3.	Maiz
6	20/1/2025	Questioner	Maiz
7.	21/1/2025	revisi Questioner dan Aec	Maiz
8.	30/1/2025	Konsul revisi proposal	Maiz
9.	03/05/2025	Konsul revisi proposal	Maiz
10.	05/05/2025	revisi Proposal	Maiz

No	Waktu Konsultasi	Kegiatan / Materi Konsultasi	Tanda Tangan Pembimbing
11.	11/05/2025	Konsul revisi proposal	Mania
12.	17/05/2025	Konsul revisi proposal	Mania
13.	18/05/2025	Konsul revisi proposal	Mania
14.	20/05/2025	Revisi proposal	Mania
15	23/05/2025	Revisi Proposal	Mania

 Diunduh dengan Creative Commons