

LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat izin penelitian



KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
DIREKTORAT JENDERAL TENAGA KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN TANJUNGPURWANA
Jalan Soekarno Hatta – Hatta No.6 Bandar Lampung
Telepon (0721) 783 852 Faksimile : 0721 - 773918



E-mail : direktorat@poltekkes-tjk.ac.id

Website : <http://poltekkes-tjk.ac.id>

Nomor : PP.03.04/F.XLIII/8540/2023
Lampiran : 1 eks
Hal : Izin Penelitian

8 Desember 2023

Yth, Kepala Dinas Penanaman Modal Dan PTSP Kota Bandar Lampung
Di- Tempat

Sehubungan dengan penyusunan Tugas Akhir bagi mahasiswa Tingkat III Program Studi Gizi Program Diploma Tiga Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Tanjungkarang Tahun Akademik 2023/2024, maka kami mengharapkan dapat diberikan izin kepada mahasiswa kami untuk dapat melakukan penelitian di Institusi yang Bpk/Ibu pimpin. Adapun mahasiswa yang melakukan penelitian adalah sebagai berikut :

No	NAMA	JUDUL PENELITIAN	TEMPAT PENELITIAN
1.	Putri Ananda Risa NIM: 2113411063	Gambaran Konsumsi Ikan Segar dan Status Gizi di SD Negeri 03 Bukit Kemiling Permai Kota Bandar Lampung	SD Negeri 03 Bukit Kemiling Permai
2.	Renanda Trihidayah NIM: 2113411067	gambaran Pola Konsumsi Sayur dan Buah Saat Puasa Pada Siswa Kelas 5 SDN 03 Bukit Kemiling Permai Kota Bandar Lampung	
3.	Kisti Azarine Salsabila NIM: 2113411042	Gambaran Tingkat Pengetahuan, Asupan Makan Dan Status Gizi Siswa SMAN 13 Bandar Lampung Tahun 2024	SMAN 13 Bandar Lampung Tahun 2024
4.	Claudie Zahra Priyanto NIM: 2113411011	Gambaran Status Gizi, Asupan Zat Gizi, Dan Pengetahuan Gizi Reproduksi Remaja Putri di SMAN 7 Bandar Lampung Tahun 2024	SMAN 7 Bandar Lampung
5.	Mely Zatila NIM: 2113411050	Gambaran Status Gizi, Pengetahuan, dan Asupan Gizi Remaja Putri Saat Bulan Ramadhan di SMAN 14 Bandar Lampung Tahun 2024	SMAN 14 Bandar Lampung

Atas perhatian dan kerjasamanya diucapkan terima kasih.

Direktur Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tanjungkarang,




Dewi Purwaningsih, S.SiT., M.Kes
NIP 196705271988012001

Tembusan:

- 1.Ka.Jurusan Gizi
- 2.Ka.Dinas Pendidikan & Kebudayaan Kota Bandar Lampung

Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik yang diterbitkan oleh Balai Sertifikasi Elektronik (BSrE), BSSN

Lampiran 2. Surat izin penelitian

**PEMERINTAH KOTA BANDAR LAMPUNG**
SD NEGERI 3 KEMILING PERMAI
Jalan. Perumnas Kemiling Permai Blok W Kecamatan Kemiling Bandar Lampung
Kode Pos. 35153 NPSN: 10807097 email:sdn3kemilingpermai@gmail.com

SURAT BALASAN
Nomor : 422 / 035 /III.01 /V.13/ L3 KP/2024


Sehubungan dengan surat dari Program Studi Gizi Program Diploma Tiga Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Tanjungkarang, Nomor :PP.03.04/F.XLIII/8540/2023, perihal : izin melaksanakan penelitian, maka Kepala SDN 3 Kemiling Permai dengan ini menerangkan nama mahasiswa dibawah ini :


Nama : Renada Trihidayah
NIM : 2113411067
Program Studi : Gizi
Jenjang : D3

Akan mengadakan penelitian dikelas 5 (Lima) SDNegeri 3 Kemiling Permai pada minggu ke 3 dan minggu ke 4 Maret Tahun 2024 guna melengkapi data pada penyusunan skripsi

Demikian Surat Balasan untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Ditetapkan di : Bandar Lampung
Pada Tanggal : 31 Januari 2024
Kepala SD Negeri 3 Kemiling Permai


SANEL BAHARUDDIN, S.Pd., MM
NIP. 19720930 200604 2 005

 Dipindai dengan CamScanner

Lampiran 3. Pernyataan Persetujuan Responden

Lampiran 7. Lembar Persetujuan Responden

**PERNYATAAN PERSETUJUAN SETELAH PENJELASAN
(PSP)**

Nama : Naura Ramadhani Sidi

Jenis kelamin : P

Tempat / Tanggal Lahir : Bandar Lampung / 5 November

Usia : 11 tahun

Nomor Handphone : -

Alamat : Dusun Wak X

Telah mendapatkan penjelasan mengenai prosedur penelitian dan mendapat kesempatan mengajukan pertanyaan mengenai segala sesuatu yang berhubungan dengan penelitian tersebut.

Oleh karena itu saya : bersedia (~~tidak bersedia~~*) secara sukarela untuk menjadi subyek penelitian dengan penuh kesadaran serta tanpa keterpaksaan.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya tanpa tekanan dari pihak manapun.
Bandar Lampung, 25 Maret 2024

Tim Peneliti, Responden,

(Renanda Trihidayah) Naura
(.....)

Keterangan :
*) Coret yang tidak perlu



**GAMBARAN POLA KONSUMSI SAYUR DAN BUAH SAAT
PUASA PADA SISWA KELAS 5 DI SD NEGERI 3 BUKIT
KEMILING PERMAI KOTA BANDAR LAMPUNG TAHUN
2024**

No. Responden:

--	--	--	--	--

Enumerator:

Informed Consent

PENJELASAN UNTUK MENDAPATKAN PERSETUJUAN

Selamat pagi/ siang/ sore

Saya mahasiswa Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Tanjungkarang. Saat ini saya sedang melakukan penelitian deskriptif yang berjudul "Gambaran Pola Konsumsi Sayur Dan Buah Saat Puasa Pada Siswa Kelas 5 Di SD Negeri 3 Bukit Kemiling Permai Kota Bandar Lampung Tahun 2024". Tujuan dari penelitian deskriptif ini adalah mengetahui gambaran asupan serat yang dikonsumsi, frekuensi, porsi, pengetahuan, ketersediaan dan preferensi sayur dan buah pada siswa kelas 5 di SD Negeri 3 Bandar Lampung. Manfaat dari penelitian ini adalah diperolehnya gambaran terkait asupan konsumsi sayur dan buah pada saat berpuasa.

Informasi dari anda sangat penting sebagai pembelajaran dan masukan akan hal tersebut. Karena itu saya berharap keterbukaan dan kejujuran untuk menyampaikan informasi apa adanya. Nama dan identitas Anda akan dirahasiakan. Kegiatan ini bersifat sukarela dan sekiranya Anda berkeberatan tidak menjadi masalah.

Tidak ada bahaya yang ditimbulkan dari penelitian ini. Anda tidak akan menerima imbalan atau penghasilan tetapi tim peneliti akan memberikan kompensasi berupa bingkisan snack. Selain itu, Anda akan mengisi kuesioner pengetahuan sebanyak 20 pertanyaan, kuesioner pencatatan bahan makan yang di konsumsi sehari dan akan dilakukan wawancara seputar makanan yang Anda konsumsi selama 2 hari secara tidak berturut-turut.

Bila Anda bersedia, saya berharap Anda dapat memberikan ijin tertulis, namun apabila tidak bersedia saya ucapkan terimakasih dan selamat berkarya. Apabila ada hal-hal diatas yang kurang jelas dan ingin ditanyakan dapat menghubungi saya pada nomor Lampiran 4.

Infromd consent

082371801127 (sdri. Renanda). Apakah anda masih memiliki hal-hal yang ingin ditanyakan terkait penelitian ini dan prosedurnya?

Lampiran 5. Kuesioner *food record*

Lampiran . . .
 FROM ESTIMATED FOOD RECORD

Nama : B

Kelas : Ia

Waktu	Nama makanan	Rincian perbahan	Portsi (URT)
sahur			
09.00-09.45	Nasi		1 Portsi
	Pisang		100 gram
selingan berbuka			
18.00	Kebab		1 Portsi
makanan lengkap stlh berbuka	Nasi		1 Portsi
18.08			
selingan malam	Kolak D manggak		1 Portsi 1 Portsi

150 gr .

Lampiran 6. Kuesioner *food recall*

Tamiriran

FOOD RECALL 2X24 JAM (Hari ke -1)

Nama Responden : S

newawancara :

tanggal :

Waktu	Menu	Bahan makanan	Berat (gr)	URT
10.15	Pempek tahu	Pempek tahu		5 bh 3 bh
	Nasi	Beras	100g	1 kg
	Ikan goreng	Ikan tongkol	40g	1 ptg
	Bening Bayam	Bayam Jagung	15g 20g	
	tempe goreng	tempe	50g	2 ptg
04.00	Nasi	Beras	150g	1/2 ctg
	busung kangkung	kangkang	25	2 sdm
	ayam goreng	ayam	40g	1 ptg

Lampiran 7. Kuesioner Preferensi

Lampiran

Preferensi Sayur dan Buah

No	Preferensi	Sayur dan Buah yang disukai	Jika suka beri tanda ✓	Jenis pengolahan yang disukai Bening/ Tumis / Gula	Ketersediaan Sayur dan Buah dalam sebulan terakhir beri tanda ✓	
1	Jenis sayur	1. Daun katuk	✓	B	✓	
		2. Daun melinjo				Prit
		3. Daun pepaya				Prit
		4. Daun singkong	✓	T	✓	
		5. Daun Bayam	✓	B	✓	
		6. Kangkung	✓	T	✓	
		7. Pokcoy				Prit
		8. Sawi caisin				Prit
		9. Jamur	✓	T	✓	
		10. Brokoli	✓	B	✓	
		11. Buncis				Prit
		12. Ketimun				
		13. Kol				
		14. Labu				lembek
		15. Oyong				lembek
		16. Kacang panjang				
		17. Kembang kool				
		18. Tauge				lembek
		19. Terong				
		20. Wortel	✓	B	✓	
2	Jenis buah	1. Alpukat	✓		✓	
		2. Anggur	✓		✓	
		3. Apel				asin
		4. Apel malaang				asin
		5. Belimbing	✓		✓	
		6. Buah naga	✓		✓	
		7. Duku				asin
		8. Durian	✓		✓	
		9. Jeruk				asin
		10. Kiwi	✓		✓	
		11. Mangga				lembek
		12. Manggis	✓		✓	
		13. Markisa	✓		✓	
		14. Melon	✓		✓	
		15. Nanas				asin
16. Pear				asin		
17. Pepaya	✓		✓			
18. Pisang	✓		✓			
19. Rambutan	✓		✓			
20. Salak						
21. Sawo	✓		✓			
22. Semangka	✓		✓			
23. Sirsak	✓		✓			
24. Srikaya	✓		✓	lembek		
25. Strawberry	✓		✓			

Lampiran 8. Kuesioner ketersediaan

Lampiran 8. Kuesioner ketersediaan

Petunjuk pengisian

1. Beri tanda ceklis bila sayur dan buah tersedia di rumah (bukan yang di konsumsi)
2. Selama 7 hari

Ketersediaan sayur dan buah

No	Ketersediaan sayur dan buah	Beri √ jika tersedia						
		Beri						
		Senin	Selasa	Rabu	Kamis	Jumat	Sabtu	Minggu
1.	Apakah orang tua menyediakan sayur untuk dikonsumsi setiap hari dalam seminggu di rumah (sayur)	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
2.	Apakah orang tua menyediakan buah untuk dikonsumsi setiap hari dalam seminggu di rumah (buah)	✓			✓			

Lampiran 9. Kuesioner pengetahuan

Lampiran

FROM KUESIONER

Nama : g
Jenis kelamin : Perempuan
Umur : 11 tahun
Kelas : V (A) β: 14

Pengetahuan Gizi

- Seorang anak harus mengkonsumsi gizi seimbang, Apakah yang di maksud gizi seimbang....
 - a. Gizi seimbang adalah makanan yang terdiri dari makanan pokok, lauk pauk dan sayuran
 - b. Susunan pangan sehari-hari yang mengandung zat gizi dalam jumlah yang sesuai dengan kebutuhan tubuh
 - c. Gizi seimbang adalah makanan yang terdiri dari makanan pokok dan lauk pauk saja
 - d. Gizi seimbang adalah makanan yang terdiri dari sayur-sayuran saja
- Berikut ini contoh menu seimbang yaitu....
 - a. Nasi, tempe, tumis kangkung dan jeruk
 - b. Nasi, ikan, tahu, sayur sop dan buah
 - c. Nasi, tempe goreng dan buah
 - d. Nasi, tempe, tahu dan buah
- Beras, singkong, jagung adalah makanan sumber....
 - a. Lemak
 - b. Karbohidrat
 - c. Vitamin
 - d. Serat
- Karbohidrat di dalam tubuh di gunakan sebagai sumber
 - a. Energi
 - b. Zat pembangun
 - c. Cadangan energi dan pelarut vitamin A, D,E, K
 - d. Pengatur
- Contoh sumber protein nabati di bawah ini adalah
 - a. Tempe
 - b. Telur
 - c. Kacang panjang
 - d. Ikan
- Dibawah ini yang termasuk olahan protein hewani kecuali
 - a. Bakso ikan
 - b. Bola- bola tahu
 - c. Nugget udang
 - d. Pempek ikan

CS Dipindai dengan CamScanner

7. Fungsi protein hewani bagi tubuh di bawah ini....

- a. Untuk pertumbuhan dan memperkuat daya tubuh
- b. Untuk menambah nafsu makan
- c. Untuk melancarkan pencernaan
- d. Untuk terhindar dari sakit batuk

8. Selain vitamin C dalam buah dan sayur juga terdapat vitamin D, apa fungsi vitamin D untuk tubuh kita....

- a. Untuk menambah nafsu makan
- b. Untuk daya tahan tubuh
- c. Untuk Kesehatan tulang
- d. Tidak tahu

9. Bayam, kangkung, melon, jeruk adalah makanan sumber....

- a. Vitamin dan mineral
- b. Lemak
- c. Protein
- d. Karbohidrat

10. Dibawah ini makanan buah yang mengandung tinggi vitamin C

- a. Jeruk
- b. Semangka
- c. Anggur
- d. Melon

11. Dibawah ini yang termasuk kelompok buah- buahan adalah....

- a. Timun, wortel, tomat
- b. Jeruk, apel, melon
- c. Bayam, sawi, seledri
- d. Melon, tomat, bayam

12. Dibawah ini manfaat mengkonsumsi sayur adalah

- a. Memperlancar buang air besar
- b. Membuat tubuh kita mudah sakit
- c. Membuat kita anemia
- d. Membuat kita diare

13. Sayur apa yang bagus untuk Kesehatan mata....

- a. Jeruk, melon
- b. Wortel, brokoli
- c. Wortel, strawberry
- d. Bayam, jeruk

14. Konsumsi sayur sebaiknya dikonsumsi seberapa sering...

- a. Seminggu sekali
- b. Sebulan sekali
- c. Setiap hari
- d. Setiap minggu

15. Asupan sayuran yang mengandung serat, memberi kebaikan kepada Kesehatan organ.....

- a. Usus
- b. Mata
- c. Telinga
- d. Jantung

16. Kekurangan vitamin C dapat mengakibatkan.....

- a. Gangguan penglihatan
- b. Merusak tulang
- c. Daya tahan tubuh menurun
- d. Membuat demam

17. Penyakit yang timbul akibat kekurangan vitamin C pada buah adalah.....

- a. Sariawan
- b. Gatal-gatal
- c. Beri-beri
- d. Demam

18. Akibat dari kurangnya konsumsi sayur adalah.....

- a. Meningkatkan risiko sembelit (susah BAB)
- b. Mudah terkena demam berdarah
- c. Meningkatkan rasa lapar
- d. Membuat badan sehat

19. Akibat kurang mengkonsumsi buah adalah

- a. Mudah luka
- b. Mudah sakit
- c. Gusi berdarah
- d. Sakit perut

20. Serat adalah makanan yang berasal dari buah dan sayur yang sangat berperan untuk.....

- a. Melancarkan pencernaan
- b. Sebagai pelengkap
- c. Melancarkan darah
- d. Membuat tubuh menjadi bugar

Lampiran 9. Dokumentasi Kegiatan



Dokumentasi bersama siswa



Dokumentasi dengan ibu kepala sekolah



Dokumentasi saat penjelasan



Dokumentasi pengisian kuesioner



Dokumentasi saat wawancara



Dokumentasi pengisian kuesioner