

L
A
M
P
I
R
A
N

Lampiran 1. Kuesioner Identitas

KUESIONER PENELITIAN
GAMBARAN PERILAKU MAKAN DAN STATUS GIZI PADA LANSIA
DIDESA WAYTAWAR KABUPATEN WAYKANAN TAHUN 2023

Tanggal :

No Responden :

A. IDENTITAS RESPONDEN

Nama Responden :

Umur :

Jenis Kelamin :

Berat Badan : kg

Tinggi Lutut : cm

Lampiran 2. Kuisoner Perilaku Makan Pada Lansia

Kuesioner Perilaku Makan

1. Isi dari pesan 4 pilar gizi seimbang yaitu ...
 - a. Makan makanan yang beragam, perilaku hidup bersih, rajin
 - b. makan sayur dan buah, makan teratur
 - c. Sarapan pagi, perilaku hidup bersih, makan buah dan sayur,
 - d. memperhatikan label pada makanan kemasan
2. Prinsip gizi seimbang digambarkan dengan?
 - a. Nampan makananku
 - b. Segitiga menu seimbang
 - c. Tumpeng gizi seimbang
 - d. Piring sajiku
3. Visualisasi Isi piringku menganjurkan konsumsi makanan pokok dalam sekali makan yaitu ...
 - a. 1/3 bagian dari ½ piring
 - b. 2/3 bagian dari ½ piring
 - c. ½ bagian dari 1 piring
 - d. ¼ bagian dari 1 piring
4. Visualisasi Isi piringku menganjurkan konsumsi lauk pauk yang terdiri dari sumber protein hewani dan nabati dikonsumsi dalam sekali makan yaitu ...
 - a. 1/3 bagian dari ½ piring
 - b. 2/3 bagian dari ½ piring
 - c. ½ bagian dari 1 piring
 - d. ¼ bagian dari 1 piring
5. Mengonsumsi sayuran dalam sehari sesuai dengan anjuran gizi seimbang yaitu
 - a. 1-2 porsi
 - b. 2-3 porsi
 - c. 3-4 porsi
 - d. 1 porsi saja
6. Mengonsumsi buah - buahan dalam sehari sesuai dengan anjuran gizi seimbang yaitu
 - a. 1-2 porsi
 - b. 2-3 porsi
 - c. 3-4 porsi
 - d. 1 porsi saja
7. Berapakah anjuran maksimal konsumsi gula dalam sehari ?
 - a. 4 sendok makan
 - b. 5 sendok makan
 - c. 6 sendok makan
 - d. 7 sendok makan

8. Berapakah anjuran maksimal konsumsi minyak dalam sehari ?
 - a. 4 sendok makan
 - b. 5 sendok makan
 - c. 6 sendok makan
 - d. 7 sendok makan
9. Contoh bahan makanan sumber utama tenaga yaitu ...
 - a. Roti, daging, singkong, tempe
 - b. Nasi, kentang, mie, ubi
 - c. Nasi, ikan, bihun, tahu
 - d. Mie, telur, ubi, jagung
10. Sarapan dapat memenuhi kebutuhan energi harian sebanyak ...
 - a. 15 % dari kebutuhan energi total
 - b. 20 % dari kebutuhan energi total
 - c. 25 % dari kebutuhan energi total
 - d. 30 % dari kebutuhan energi total
11. Fungsi mineral bagi tubuh yaitu
 - a. Melancarkan proses sekresi organ tubuh, zat penghasil energi, mengatur keseimbangan asam-basa dalam tubuh
 - b. Sumber energi utama, zat pengatur, membantu metabolisme tubuh
 - c. Mengatur keseimbangan asam-basa dalam tubuh, regulasi hormone, ko-faktor enzim
 - d. Zat penghasil energi, ko-enzim dalam mensintetis zat gizi makro, mengatur keseimbangan asam-basa dalam tubuh
12. Terganggunya proses pencernaan akibat kurang mengkonsumsi serat akan menyebabkan
 - a. Dispepsia
 - b. Konstipasi
 - c. Asites
 - d. Perut kembung
13. Salah satu gangguan makan yang terjadi pada lansia adalah ...
 - a. Anemia
 - b. Hiperemesis
 - c. Bulimia
 - d. Konstipasi
14. Mengkonsumsi makanan sumber energi yang melebihi kebutuhan secara terus menerus akan mengakibatkan ...
 - a. Anoreksia
 - b. Underweight
 - c. Overweight
 - d. Bulimia
15. Kategori Status Gizi gemuk ditandai dengan nilai IMT yaitu?
 - a. $\leq 18,0$
 - b. $> 18,0 - 23,0$
 - c. $\leq 24,0$
 - d. $> 25,0 - 30,0$

Tanda Tangan Petugas

NutriSurvey for Windows versi Indonesia - C:\Program Files (x86)\NutriSurvey Versi Indonesia\recall 50.epi

File Edit Perhitungan Makanan Extra'S T4 ber???

Wanita 51-65 tahun 1 Hari Porsi

	Makanan	Jumlah	kkal	water	protein	fat	carbohyd	dietary	alcohol	PUFA	cholest	Vit. A	carotene	Vit. E	Vi
1	nasi putih	100	130,0	0,0	2,4	0,2	28,6	0,3	0,0	0,1	0,0	0,0	0,0	0,0	
2	telur ceplok	50	95,5	0,0	6,0	7,6	0,5	0,0	0,0	2,1	201,5	90,5	0,0	0,0	
3	pepes tahu	50	38,0	0,0	4,1	2,4	0,9	0,6	0,0	1,4	0,0	0,0	0,0	0,0	
4															
5	nasi putih	100	130,0	0,0	2,4	0,2	28,6	0,3	0,0	0,1	0,0	0,0	0,0	0,0	
6	telur ceplok	50	95,5	0,0	6,0	7,6	0,5	0,0	0,0	2,1	201,5	90,5	0,0	0,0	
7	pepes tahu	50	38,0	0,0	4,1	2,4	0,9	0,6	0,0	1,4	0,0	0,0	0,0	0,0	
8															
9	nasi putih	100	130,0	0,0	2,4	0,2	28,6	0,3	0,0	0,1	0,0	0,0	0,0	0,0	
10	pepes tahu	50	38,0	0,0	4,1	2,4	0,9	0,6	0,0	1,4	0,0	0,0	0,0	0,0	
11	sambal	15	15,3	0,0	0,6	0,8	2,7	1,2	0,0	0,4	0,0	199,8	0,0	0,0	
12															
13															
14															
15															

Total analysis:

- energy 710.3 kcal
- water 0.0 g
- protein (18%) 31.9 g
- fat (29%) 23.7 g
- carbohydr. (53%) 92.4 g
- dietary fiber 3.9 g
- alcohol (0%) 0.0 g
- PUFA 9.0 g
- cholesterol 403.0 mg
- Vit. A 380.8 µg
- carotene 0.0 mg
- Vit. E 0.0 mg
- Vit. B1 0.3 mg
- Vit. B2 0.7 mg
- Vit. B6 0.4 mg
- folic acid eq. 0.0 µg
- Vit. C 3.6 mg
- sodium 130.0 mg
- potassium 485.1 mg
- calcium 221.6 mg
- magnesium 210.9 mg
- phosphorus 433.6 mg
- iron 10.2 mg
- zinc 3.5 mg

Lampiran 5. Surat Penelitian



KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
DIREKTORAT JENDERAL TENAGA KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN TANJUNGPURWADARA

Jalan Soekarno - Hatta No.6 Bandar Lampung
 Telp. : 0721 - 783 852 Faksimile : 0721 - 773918



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

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

Nomor : PP.03.01/I.1/1863-109/2023
 Lampiran : Eks
 Hal : Izin Penelitian

16 Maret 2023

Yang Terhormat, Kepala Dinas Penanaman Modal Dan PTSP Kab. Way Kanan
 Di – Way Kanan

Sehubungan dengan penyusunan Laporan Tugas Akhir bagi mahasiswa Tingkat III Program Studi Gizi Program Diploma Tiga Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Tanjungsari Tahun Akademik 2022/2023, maka kami mengharapkan dapat diberikan izin kepada mahasiswa kami untuk dapat melakukan penelitian di Institusi yang Bpk/Ibu pimpin. Adapun mahasiswa yang akan melakukan penelitian adalah sebagai berikut :

No	NAMA	JUDUL PENELITIAN	TEMPAT PENELITIAN
1	Enjile Nada Putri	Gambaran Perilaku Makan Dan Status Gizi Pada Lansia Di Desa Waytawar Kabupaten Waykanan Tahun 2023	Desa Waytawar Kabupaten Waykanan

Atas perhatian dan kerjasamanya diucapkan terima kasih.



Dewi Purwaningsih, S.Si.T., M.Kes
 NIP. 196705271988012001

Tembusan :

1. Ka. Jurusan Gizi
2. Kepala Desa Waytawar Kabupaten Waykanan

Lampiran 6. Balasan Surat Penelitian



**PEMERINTAH KABUPATEN WAY KANAN
DINAS PENANAMAN MODAL DAN
PELAYANAN TERPADU SATU PINTU**

Komplek Perkantoran Pemerintah Kabupaten Way Kanan, KM.2 Blambangan Umpu
WAY KANAN – LAMPUNG Telp./Fax : (0723) 461056

Kode Pos 34711

SURAT KETERANGAN

No : 500/ /01 /IV.17-WK/2023

Kami yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : MERKY DEFRIENC, S.Sos., MM
NIP : 19730323 200312 1 005
Pangkat/Golongan : Pembina/IV.a
Jabatan : Analis kebijakan Madya/Koordinator Fungsional Bidang Perizinan Dinas
Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Kabupaten Way
Kanan

Dengan ini menerangkan bahwa permohonan Surat Keterangan Penelitian atas nama :

Nama : ENJLLE NADA PUTRI
Tempat Tanggal Lahir : GUNUNG CAHYA, 12 JULI 2001
Alamat : KAMPUNG GUNUNG CAHYA RT. 005 RW. 002
KECAMATAN PAKUAN RATU KABUPATEN WAY KANAN.
Lokasi Penelitian : KAMPUNG WAY TAWAR KECAMATAN PAKUAN RATU

Berdasarkan data / persyaratan yang diserahkan ke Kantor Dinas PMPTSP, kami telah memeriksa dan telah memenuhi syarat untuk pembuatan Surat Keterangan Penelitian, namun sementara masih ***dalam proses.***

Demikian surat keterangan ini diterbitkan untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Blambangan Umpu, 24 Mei 2023
a.n KEPALA DINAS PENANAMAN MODAL
DAN PELAYANAN TERPADU SATU PINTU
KABUPATEN WAY KANAN
KOORDINATOR BIDANG PERIZINAN



Lampiran 7. Data SPSS

1	USIA	JENIS KELAK	ENER	PROTE	LEMA	KARB	AKG ENERGI	AKG PROT	AKG LEM	AKG KARB	% ENER	% PROT	% LEM	% KARB
2	74	WANITA	768,9	23,8	26,1	110,7	1550	58	45	230	49,6	41,0	45,0	48,1
3	75	WANITA	1199,7	50,4	51,5	137,8	1550	58	45	230	77,4	86,9	88,8	59,9
4	60	WANITA	827	33,2	14,4	136,5	1800	60	50	280	45,9	55,3	24,0	48,8
5	74	WANITA	775,7	20,1	31,8	106,8	1550	58	45	230	50,0	34,7	54,8	46,4
6	60	WANITA	975,1	32,3	29,2	143,2	1800	60	50	280	54,2	53,8	48,7	51,1
7	60	PRIA	662,9	26,3	6,8	120,1	2150	65	60	340	30,8	40,5	10,5	35,3
8	70	WANITA	1578,4	35,9	29,8	292,7	1550	58	45	230	101,8	61,9	51,4	127,3
9	61	PRIA	594,8	32,7	11,7	87	2150	65	60	340	27,7	50,3	18,0	25,6
10	64	WANITA	1132,9	37	42,1	153,9	1800	60	50	280	62,9	61,7	70,2	55,0
11	70	PRIA	1017,6	34,6	46,7	120,5	1800	64	50	275	56,5	54,1	73,0	43,8
12	73	WANITA	1966,1	31,2	23,5	416,3	1550	58	45	230	126,8	53,8	40,5	181,0
13	62	PRIA	800	19,5	37,8	98,8	2150	65	60	340	37,2	30,0	58,2	29,1
14	62	WANITA	760,1	39,8	14,5	113,8	1800	60	50	280	42,2	66,3	24,2	40,6
15	64	PRIA	741,8	26,5	23	102,5	2150	65	60	340	34,5	40,8	35,4	30,1
16	60	WANITA	1030,2	40,5	42,8	123,6	1800	60	50	280	57,2	67,5	71,3	44,1
17	65	PRIA	706,3	25,3	21,9	104,9	1800	64	50	275	39,2	39,5	34,2	38,1
18	67	WANITA	1127	22	18,9	219,8	1550	58	45	230	72,7	37,9	32,6	95,6
19	64	PRIA	571,3	17,5	16,2	87,7	2150	65	60	340	26,6	26,9	24,9	25,8
20	74	WANITA	1346,7	34,7	21,9	251,7	1550	58	45	230	86,9	59,8	37,8	109,4
21	61	WANITA	670,9	15,5	21,9	105,3	1800	60	50	280	37,3	25,8	36,5	37,6
22	63	WANITA	875,2	21,2	46,2	93,5	1800	60	50	280	48,6	35,3	77,0	33,4
23	70	PRIA	797,5	25,6	23,3	120,5	1800	64	50	275	44,3	40,0	36,4	43,8
24	63	WANITA	1029,5	30,6	32,8	154,8	1800	60	50	280	57,2	51,0	54,7	55,3
25	61	WANITA	613,5	17,6	19,6	90,4	1800	60	50	280	34,1	29,3	32,7	32,3
26	75	WANITA	792,5	22,6	17,5	136,4	1550	58	45	230	51,1	39,0	30,2	59,3
27	72	PRIA	787,5	22,7	40	81,8	1800	64	50	275	43,8	35,5	62,5	29,7
28	75	WANITA	672,2	22,1	11,7	115,4	1550	58	45	230	43,4	38,1	26,0	50,2
29	62	PRIA	607,3	17,4	12,3	103,7	2150	65	60	340	28,2	26,8	18,9	30,5
30	62	WANITA	537	17,3	5,6	103	1800	60	50	280	29,8	28,8	9,3	36,8
31	60	PRIA	1409,7	22,9	21,9	284,3	2150	65	60	340	65,6	35,2	33,7	83,6
32	64	WANITA	733,6	15,9	35,3	86,6	1800	60	50	280	40,8	26,5	58,8	30,9
33	61	PRIA	761,8	25,8	20	121,6	2150	65	60	340	35,4	39,7	30,8	35,8
34	63	WANITA	1385,3	27,5	25,7	263,8	1800	60	50	280	77,0	45,8	42,8	94,2
35	64	PRIA	579,8	15,8	9,3	104,9	2150	65	60	340	27,0	24,3	14,3	30,9
36	63	WANITA	568,4	17,7	9,4	102,8	1800	60	50	280	31,6	29,5	15,7	36,7
37	72	PRIA	871,3	29	30,6	121,3	1800	64	50	275	48,4	45,3	47,8	44,1
38	62	WANITA	431,7	10,5	2,5	88,7	1800	60	50	280	24,0	17,5	4,2	31,7
39	63	WANITA	1421,4	23	21,7	286,8	1550	58	45	230	91,7	39,7	37,4	124,7
40	75	WANITA	631,2	26	16,5	90,8	1550	58	45	230	40,7	44,8	28,4	39,5
41	66	WANITA	850,1	21	34,9	116,6	1550	58	45	230	54,8	36,2	60,2	50,7
42	70	WANITA	925	42	16,2	151,1	1550	58	45	230	59,7	72,4	27,9	65,7
43	63	PRIA	799,2	43,6	19,2	108	1800	64	50	275	44,4	68,1	30,0	39,3
44	63	WANITA	568,4	17,2	13,6	91,8	1550	58	45	230	36,7	29,7	23,4	39,9
45	65	WANITA	610,9	29,3	7,2	105,6	1550	58	45	230	39,4	50,5	12,4	45,9
46	76	WANITA	755	24,5	33,8	110	1550	58	45	230	48,8	43,3	41,0	43,8

Lampiran 8. Antropometri

No	Berat Badan	Umur	Jenis Kelamin	Tinggi Lutut	Estimasi TB	IMT
1	50	74	Wanita	58,72	174	16,51
2	45	60	Wanita	48	158	18,02
3	45	60	Wanita	48	158	18,02
4	50	74	Wanita	50	158,62	20,02
5	55	60	Wanita	48	158,32	22,03
6	65	60	Pria	58,72	179	20,28
7	65	70	Wanita	59,01	175	21,22
8	66	61	Pria	45,01	152,67	28,56
9	40	64	Wanita	60	179	12,48
10	43	70	Pria	60	182	12,98
11	43	73	Wanita	58,72	174	14,20
12	60	62	Pria	45	152,61	25,96
13	60	62	Wanita	47	156	24,65
14	60	64	Pria	55	172	20,28
15	65	60	Wanita	55	171	22,22
16	65	65	Pria	50	163	24,46
17	45	67	Wanita	50	161	17,36
18	45	64	Pria	50	162	17,14
19	45	74	Wanita	48	155	18,73
20	45	61	Wanita	48	158	18,02
21	60	63	Wanita	48	157	24,34
22	62	70	Pria	45,05	152	26,83
23	62	63	Wanita	47	155	25,80
24	45	61	Wanita	54	169	15,75

25	45	75	Wanita	52	162	17,14
26	47	72	Pria	58	178	14,83
27	48	75	Wanita	58	173	16,03
28	46	62	Pria	46,02	154	19,39
29	55	62	Wanita	44	150	24,44
30	55	60	Pria	51	164	20,44
31	55	64	Wanita	48	157	22,31
32	55	61	Pria	45	152	23,80
33	74	63	Wanita	45	152	32,02
34	74	64	Pria	50	162	28,19
35	62	63	Wanita	57	174	20,47
36	62	72	Pria	60	182	18,71
37	62	62	Wanita	60	179	19,35
38	65	69	Wanita	48	156	26,70
39	65	75	Wanita	48	154	27,40
40	50	66	Wanita	58	175	16,32
41	50	70	Wanita	48	155	20,81
42	55	69	Pria	48	158	22,03
43	54	69	Wanita	45	150	24
44	53	65	Wanita	59	177	16,91
45	53	75	Wanita	48	154	22,34
46	55	63	Pria	50	162	20,95
47	55	75	Wanita	48	159	21,75
48	65	62	Pria	50	162	24,76
49	50	73	Wanita	53	169	17,50
50	70	60	Pria	52	166	25,40

Lampiran 9. Dokumentasi



