

LAMPIRAN INSTRUMEN PENELITIAN

Lampiran 1. Surat Penjelasan Penelitian

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 Penerapan Perilaku Gizi Seimbang Dan Status Gizi Remaja di SMPN 03 Kotabumi Tahun 2024". Tujuan dari penelitian deskriptif ini adalah mengetahui gambaran konsumsi makan beragam, aktivitas fisik, pemantauan berat badan dan status gizi pada remaja usia 13-15 tahun di SMPN 03 Kotabumi. Manfaat dari penelitian ini adalah diperolehnya gambaran terkait konsumsi makan beragam, aktivitas fisik, pemantauan berat badan dan status gizi.

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. Selain itu, Anda akan mengisi kuesioner aktivitas fisik sebanyak 9 pertanyaan dan akan dilakukan wawancara seputar bahan makanan yang Anda konsumsi selama seminggu terakhir dan pemantauan berat badan 1 bulan terakhir. Anda juga akan diukur antropometri tubuhnya meliputi berat badan dan tinggi badan menggunakan timbangan digital, tinggi badan menggunakan mikrotis.

Apabila ada hal-hal diatas yang kurang jelas dan ingin ditanyakan dapat menghubungi saya pada nomor 083168567311 (sdri. Erlyn). Apakah anda masih memiliki hal-hal yang ingin ditanyakan terkait penelitian ini dan prosedurnya?

Lampiran 2. Surat Persetujuan Responden

PERNYATAAN PERSETUJUAN SETELAH PENJELASAN (PSP)

Nama : _____

Jenis kelamin : Pria / Wanita

Tempat /Tanggal Lahir : _____

Usia : _____ tahun

Nomor Handphone : _____

Alamat : _____

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 ***) mengizinkan anak saya untuk menjadi subyek penelitian dengan penuh kesadaran serta tanpa keterpaksaan.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya tanpa tekanan dari pihak manapun.

Kotabumi, 2023

Tim Peneliti,

Orang Tua Responden,

(Erlyn Kasanda)

(.....)

Keterangan :

*) Coret yang tidak perlu

Lampiran 3. Kuesioner FFQ

KUESIONER FFQ KULITATIF

Konsumsi makanan beranekaragam

No	Daftar Makanan	Frekuensi Konsumsi							
		Hari				Minggu			Tidak Pernah
		>6x	4-5x	2-3x	1x	5-6x	3-4x	1-2x	0x
1.	Makanan Pokok								
	- Nasi								
	- Mie								
	- Roti Putih								
	- Biscuit								
	- Singkong/ubi								
	- Jagung								
	- Kentang								
	- Lainnya, - sebutkan								
2.	Lauk Hewani								
	- Ikan lele								
	- Ikan nila								
	- Ikan mas								
	- Ikan gurame								
	- Ikan lais								
	- Ikan asin								
	- Ikan layang								
	- Udang								
	- Cumi-cumi								
	- Telur ayam ras								
	- Telur ayam kampung								
	- Telur bebek								
	- Telur puyuh								
	- Daging ayam								
	- Daging sapi								
	- Daging kambing								

	- Hati ayam								
	- Lainnya, sebutkan								
3.	Lauk Nabati								
	- Tahu								
	- Tempe								
	- Kacang tanah								
	- Kacang ijo								
	- Kacang merah								
	- Kacang kedelai								
	- Susu kedelai								
	- Lainnya, sebutkan								
4.	Sayur-sayuran								
	- Bayam								
	- Kangkung								
	- Sawi hijau								
	- Sawi putih								
	- Daun selada								
	- Timun								
	- Wortel								
	- Kol								
	- Terong ungu								
	- Terong hijau								
	- Buncis								
	- Labu siam								
	- Toge								
	- Daun singkong								
	- Kembang kol								
	- Brokoli								
	- Lainnya, sebutkan								
5.	Buah-buahan								
	- Pisang								
	- Pepaya								

	- Jeruk								
	- Manga								
	- Anggur								
	- Salak								
	- Pir								
	- Melon								
	- Jambu								
	- Apel								
	- Semangka								
	- Nanas								
	- Lainnya, sebutkan								

Lampiran 4. Kuesioner Aktivitas Fisik

KUESIONER AKTIVITAS FISIK

No.	Pertanyaan	Ya/Tidak	Frekuensi	Durasi (Waktu)
1.	Selama dua hari terakhir, apakah anda melakukan aktivitas berat 3000-1500 MET-menit/minggu? Misalnya : 1. Senam 2. Bersepeda cepat 3. Berlari 4. Sepak bola 5. Futsal 6. Voli 7. Basket 8. Berenang 9. Beladiri			
2.	Selama seminggu terakhir, apakah anda melakukan aktivitas sedang 20-30 menit/hari atau 600 MET-menit/minggu ? Misalnya : 1. Bersepeda dengan kecepatan sedang 2. Menari 3. Menyapu 4. Mengepel lantai 5. Bermain badminton 6. Lompat tali 7. Jogging 8. Upacara bendera Tidak termasuk berjalan			
3.	Selama dua hari terakhir, apakah anda berjalan kaki minimal 10-15 menit/hari? Misalnya :			

	1. Berjalan kaki dari rumah dan sekolah 2. Berjalan kaki dari suatu tempat ke tempat lain 3. Berjalan kaki untuk rekreasi, olahraga, bersenam			
--	---	--	--	--

➤ Rumus aktivitas fisik :

Total MET-menit/minggu = aktivitas berat (8,0 x durasi x frekuensi) + aktivitas sedang (4,0 x durasi x frekuensi) + aktifitas rendah (3,3 x durasi x frekuensi).

➤ Klasifikasi aktifitas fisik

1. Ringan (<600MET-menit/minggu)
2. Sedang (600 – 1500MET-menit/minggu)
3. Berat (>1500MET-menit/minggu)

Lampiran 5. Kuesioner Pemantauan BB dan Status Gizi

KUESIONER **“Pemantauan Berat Badan dan Status Gizi”**

DATA PRIBADI

Nama :

Umur :

Jenis kelamin :

Tempat/Tanggal Lahir :

PEMANTAUAN BERAT BADAN

1. Kapan terakhir kali adik menimbang berat badan ?
2. Berapa kali adik menimbang berat badan dalam 1 bulan ?

PENGUKURAN STATUS GIZI

Tinggi badan : cm


Berat badan : kg

IMT :

Lampiran 6. Surat Izin Penelitian

	KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA DIREKTORAT JENDERAL TENAGA KESEHATAN POLITEKNIK KESEHATAN TANJUNGPURUNING 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/8527/2023	8 Desember 2023													
Lampiran	: 1 eks														
Hal	: Izin Penelitian														
<p>Yth, Kepala Dinas Penanaman Modal Dan PTSP Kabupaten Lampung Utara Di- Tempat</p> <p>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 :</p>															
<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"><thead><tr><th>No</th><th>NAMA</th><th>JUDUL PENELITIAN</th><th>TEMPAT PENELITIAN</th></tr></thead><tbody><tr><td>1.</td><td>Quswatul Qoiria NIM: 2113411064</td><td>Gambaran Status Gizi, Keragaman Konsumsi Pangan Dan Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Pada Anak Prasekolah Di PAUD Plamboyan Kabupaten Lampung Utara Tahun 2024</td><td>PAUD Plamboyan</td></tr><tr><td>2.</td><td>Erlin Kasanda NIM: 2113411032</td><td>Gambaran Penerapan Perilaku Gizi Seimbang Dan Status Gizi Remaja Di SMPN 03 Kotabumi Tahun 2024</td><td>SMPN 03 Kotabumi</td></tr></tbody></table>				No	NAMA	JUDUL PENELITIAN	TEMPAT PENELITIAN	1.	Quswatul Qoiria NIM: 2113411064	Gambaran Status Gizi, Keragaman Konsumsi Pangan Dan Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Pada Anak Prasekolah Di PAUD Plamboyan Kabupaten Lampung Utara Tahun 2024	PAUD Plamboyan	2.	Erlin Kasanda NIM: 2113411032	Gambaran Penerapan Perilaku Gizi Seimbang Dan Status Gizi Remaja Di SMPN 03 Kotabumi Tahun 2024	SMPN 03 Kotabumi
No	NAMA	JUDUL PENELITIAN	TEMPAT PENELITIAN												
1.	Quswatul Qoiria NIM: 2113411064	Gambaran Status Gizi, Keragaman Konsumsi Pangan Dan Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Pada Anak Prasekolah Di PAUD Plamboyan Kabupaten Lampung Utara Tahun 2024	PAUD Plamboyan												
2.	Erlin Kasanda NIM: 2113411032	Gambaran Penerapan Perilaku Gizi Seimbang Dan Status Gizi Remaja Di SMPN 03 Kotabumi Tahun 2024	SMPN 03 Kotabumi												
Atas perhatian dan kerjasamanya diucapkan terima kasih.															
<p>Direktur Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tanjungkarang,</p>  <p>Dewi Purwaningsih, S.SiT., M.Kes NIP 196705271988012001</p>															
Tembusan: 1.Ka.Jurusan Gizi 2.Ka.Dinas Pendidikan & Kebudayaan Kabupaten Utara															
<small>Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik yang diterbitkan oleh Balai Sertifikasi Elektronik (BSrE), BSSN</small>															

Lampiran 7. Surat Balasan Penanaman Modal

 **PEMERINTAH KABUPATEN LAMPUNG UTARA**
DINAS PENANAMAN MODAL DAN PELAYANAN TERPADU SATU PINTU
Jl. Soekarno Hatta Kelurahan Tanjung Harapan Kecamatan Kotabumi Selatan
Telp /Fax (0724) 3290462 Kode Pos 34511 Email dpmpstp.lampura@gmail.com

SURAT KETERANGAN IZIN PENELITIAN
Nomor : 503/ 18 /SKIP/20.4-LU/2024

Dasar : Surat permohonan Izin Penelitian No : PP.03.04/F.XLIII/2023
tanggal 08 Desember 2023.

Yang bertanda tangan di bawah ini Kepala Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu (DPMPSTP) Kabupaten Lampung Utara, Dengan Ini Memberikan Izin Penelitian Kepada :

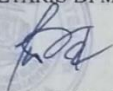
Nama	: ERLYN KASANDA
NIM	: 2113411032
Jurusan	: Gizi Diploma III
Universitas	: Poltekkes Kemenkes Tanjung Karang (Program Studi Gizi Diploma Tiga)
Judul Penelitian	: <i>Gambaran Penerapan Prilaku Gizi Seimbang Dan Status Gizi Remaja Di SMPN 3 Kotabumi Tahun 2024</i>

Untuk melakukan penelitian/ pengumpulan data dalam rangka penyusunan skripsi, berlokasi di **SMP N 3 KOTABUMI LAMPUNG UTARA**.



Demikian Surat Keterangan Izin Penelitian ini dibuat dengan sebenarnya untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Kotabumi, 13 Februari 2024

a.n KEPALA DINAS PENANAMAN MODAL
DAN PELAYANAN TERPADU SATU PINTU
KABUPATEN LAMPUNG UTARA
SEKRETARIS DPMPSTP


IWAN SAGITA RIZA, S.IP, M.H
Pembina
NIP. 19741113 201001 1 004

Lampiran 8. Surat Balasan Pihak Sekolah

 **PEMERINTAH KABUPATEN LAMPUNG UTARA**
DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UPTD SMP NEGERI 3 KOTABUMI
NPSN : 10802933 AKREDITASI A
Jalan Wredatama No.56/B Tanjungaman Telp. (0724) 21810 e-mail : smpn3ktb@yahoo.co.id 

Surat Keterangan
NOMOR : 420 / 045 / 14 - LU / SMP N 3 KTB / 2021

Dasar : Surat Keterangan Izin Penelitian dari Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Kabupaten Lampung Utara Nomor Surat : 503/18/SKIP/20.4-LU/2024.

Yang bertanda tangan di bawah ini :

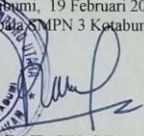
Nama : **RAHAYU, S.Pd**
NIP : 196402031985032004
Pangkat / Gol : Pembina TK 1 / IV b
Jabatan : Kepala SMP Negeri 3 Kotabumi
AlamatSekolah : Jl. Wredatama No. 56 B TanjungAman
Kotabumi Selatan 34511

Menerangkan dengan sebenarnya bahwa nama yang tercantum di bawah ini :

Nama : **ERLYN KASANDA**
NIM : 2113411032
Jurusan : Gizi Diploma III
Program Studi : Poltekkes Kemenkes Tanjung Karang
(Program Studi Gizi Diploma Tiga)

Di perkenankan untuk melakukan penelitian / pengumpulan data di SMP Negeri 3 Kotabumi Lampung Utara dalam rangka penyusunan skripsi. Dengan judul skripsi sebagai berikut :
"Gambaran Penerapan Prilaku Gizi Seimbang Dan Status Gizi Remaja di SMPN 3 Kotabumi Tahun 2024"

Demikian surat keterangan ini kami buat dengan sebenarnya agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Kotabumi, 19 Februari 2024
Kepala SMPN 3 Kotabumi

RAHAYU, S.Pd
NIP. 196402031985032004

Lampiran 9. Data Hasil Penelitian

Statistics

umur dalam tahun

N	Valid	72
	Missing	0

umur dalam tahun

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	12 tahun	7	9.7	9.7
	13 tahun	54	75.0	84.7
	14 tahun	11	15.3	100.0
	Total	72	100.0	100.0

Statistics

		jenis kelamin	aktivitas fisik	pemantauan berat badan	terakhir timbang berat badan	berapa kali timbang bb dlm sebulan	IMT menurut Umur
N	Valid	72	72	72	72	72	72
	Missing	0	0	0	0	0	0

jenis kelamin

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	laki-laki	37	51.4	51.4
	perempuan	35	48.6	100.0
	Total	72	100.0	100.0

aktivitas fisik

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Ringan (<600MET)	48	66.7	66.7
	Sedang (600-1500MET)	21	29.2	95.8
	Berat (>1500MET)	3	4.2	100.0
	Total	72	100.0	100.0

pemantauan berat badan

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Baik 1x/bln	10	13.9	13.9	13.9
Valid tidak baik <1x/bln	62	86.1	86.1	100.0
Total	72	100.0	100.0	

terakhir timbang berat badan

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
tdk pernah	58	80.6	80.6	80.6
1 bln lalu	10	13.9	13.9	94.4
Valid 2 bln lalu	2	2.8	2.8	97.2
3 bln lalu	1	1.4	1.4	98.6
6 bln lalu	1	1.4	1.4	100.0
Total	72	100.0	100.0	

berapa kali timbang bb dlm sebulan

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
.00	60	83.3	83.3	83.3
1x	7	9.7	9.7	93.1
Valid 2x	4	5.6	5.6	98.6
3x	1	1.4	1.4	100.0
Total	72	100.0	100.0	

IMT menurut Umur

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Gizi Kurang (-3SD sd <-2SD)	9	12.5	12.5	12.5
	Gizi baik (-2SD sd +1SD)	55	76.4	76.4	88.9
	Gizi lebih (+1SD sd +2SD)	2	2.8	2.8	91.7
	Obesitas (>+2SD)	6	8.3	8.3	100.0
	Total	72	100.0	100.0	

Statistics

sesuai pgs atau tidak

N	Valid	72
	Missing	0

sesuai pgs atau tidak

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sesuai PGS	6	8.3	8.3	8.3
	Tidak Sesuai PGS	66	91.7	91.7	100.0
	Total	72	100.0	100.0	

DOKUMENTASI

