

LAMPIRAN

Lampiran 1 Penjelasan sebelum persetujuan (PSP)

Penjelasan sebelum persetujuan (PSP)

AssalamualaimWr.Wb

Pengenalkan

Nama saya : Naila Azizaturrohmah

Pekerjaan : Mahasiswa Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Tanjungkarang

Saya akan melakukan pengumpulan data tentang “Gambaran Pengetahuan Pola Konsumsi Makanan Seimbang dan Status Gizi Santriwati di Pondok Pesantren Baitun Nur Kabupaten Lampung Tengah Tahun 2025”. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran pengetahuan pola konsumsi makanan dan status gizi santriwati di pondok pesantren Baitun Nur Kabupaten Lampung Tengah Tahun 2025.

Sasaran penelitian adalah santriwati di Pondok Pesantren Baitun Nur Kabupaten Lampung Tengah. Pengambilan data dilakukan oleh tenaga pengumpul data yang merupakan mahasiswa jurusan gizi Poltekkes Kemenkes Tanjungkarang. Terhadap santriwati dilakukan wawancara menggunakan kuesioner untuk mengetahui pola makanan seimbang, pengukuran tinggi badan dan penimbangan berat badan untuk mengetahui status gizi.

Pengumpulan data diperkirakan akan memerlukan waktu 30 menit setiap responden. 15 menit pertama untuk mengisi kuesioner, 15 menit selanjutnya untuk penimbangan berat badan dan tinggi badan. Kami sangat berharap partisipasi santriwati sukarela tanpa paksaan.

Identitas siswa dan semua informasi yang diberikan akan dirahasiakan dan hanya digunakan untuk kepentingan penelitian ini. Apabila ada pertanyaan terkait penelitian ini dapat menghubungi Naila Azizaturrohmah (0896287410620)

Lampiran 2 Lembar Informed Consent

INFORMED CONSECT

**PERNYATAAN PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN
(PENELITIAN GAMBARAN PENGETAHUAN POLA KONSUMSI
MAKANAN SEIMBANG DAN STATUS GIZI SANTRIWATI DI
PONDOK PESANTREN BAITUN NUR KABUPATEN LAMPUNG
TENGAH TAHUN 2025)**

Yang bertanda tangan dibawah ini

Nama :.....

Usia :.....

Nomor HP :.....

Saya telah mendapatkan penjelasan secara rinci dan telah mengerti mengenai hal yang berkaitan dengan “Gambaran Pengetahuan Pola Konsumsi Makanan Seimbang dan Status Gizi Santriwati di Pondok Pesantren Baitun Nur Kabupaten Lampung Tengah 2025” oleh Mahasiswa Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Tanjungkarang.

Responden penelitian mendapat kesempatan mengajukan pertanyaan mengenai segala sesuatu yang berhubungan dengan penelitian tersebut. Oleh karena itu, saya **(bersedia / tidak bersedia*)**. Secara sukarela untuk menjadi subjek penelitian dengan penuh kesadaran tanpa keterpaksaan.

Peneliti

Tanggulangi, 16 April 2025

Responden

Naila Azizaturrohmah

(.....)

Ket.

***Coret salah satu**

Lampiran 3 Kuesioner Karakteristik Responden

PEDOMAN PENGUMPULAN DATA
GAMBARAN PENGETAHUAN POLA KONSUMSI MAKANAN
SEIMBANG DAN STATUS GIZI SANTRIWATI DI PONDOK
PESANTREN BAITUN NUR KABUPATEN LAMPUNG TENGAH TAHUN
2025

A. Identitas Responden

1. Nama :
2. Kelas :
3. Tempat/Tanggal Lahir :
4. Alamat :
5. Nomor HP :

B. Data Antropometri

1. Berat Badan :
2. Tinggi badan :
3. IMT :

Lampiran 4 Kuesioner Pengetahuan Pola konsumsi makanan

Nama Responden :

Umur Responden :

Kelas :

Tanggal Wawancara :

1. Menurut anda pengertian dari gizi adalah....
 - a. Sesuatu yang identik dengan makanan
 - b. Sesuatu yang sehat
 - c. Sesuatu tentang makanan dan hubungannya dengan kandungan gizi yang baik
 - d. Lain-lain
2. Yang termasuk zat gizi yang diperlukan oleh tubuh....
 - a. Karbohidrat dan protein
 - b. Karbohidrat, protein, lemak dan mineral
 - c. Karbohidrat, protein, lemak, vitamin dan mineral
 - d. Vitamin dan mineral
3. Apa fungsi dari makakanan yang anda ketahui....
 - a. Sebagai zat pembanguan dan sebagai zat tenaga
 - b. Sebagai sumber pembangaun
 - c. Memberi rasa kenyang
 - d. Sebagai zat pembangun, zat tenaga, dan zat pengatur
4. Makanan yang merupakan sumber energi adalah....
 - a. Nasi, jagung, ubi dan kentang
 - b. Daging
 - c. Telur
 - d. Sayur dan buah
5. Apa saja sumber protein hewani yang anda ketahui....
 - a. Tahu dan tempe

- b. Susu dan buah
 - c. Nasi, kentang dan jagung
 - d. Ikan dan daging
6. Apa saja sumber protein nabati yang anda ketahui....
- a. Telur dan ikan
 - b. Nasi, kentang, dan jagung
 - c. Tahu dan tempe
 - d. Sayur dan buah
7. Buah apakah yang mengandung banyak vitamin C....
- a. Jeruk, manga dan jambu biji
 - b. Jeruk dan manga
 - c. Apel dan anggur
 - d. Jambu air dan jambu biji
8. Dibawah ini contoh makanan yang seimbang adalah....
- a. Nasi + ikan + buah
 - b. Nasi + ikan + tempe + sayuran + buah
 - c. Nasi + tampe + sayuran + buah
 - d. Nasi + sayuran + bauh
9. Yang termasuk makanan jenis junk food adalah....
- a. Soto ayam
 - b. Lemper
 - c. Pizza
 - d. Rendang
10. Sumber makanan yang mengandung banyak zat besi (Fe) adalah....
- a. Sumber hewani
 - b. Sumber nabati
 - c. Kacang kacangan
 - d. sayur dan buah

No	Pertanyaan	Benar	Salah
11.	Zat iodium penting bagi tubuh untuk membentuk perkembangan otak dan sistem syaraf		
12.	Status gizi tidak dapat dikontrol melalui penghitungan berat badan setiap bulannya		
13.	Konsumsi ikan, telur, dan susu sangat baik untuk usia remaja		
14.	Protein nabati lebih baik dibanding protein hewani karena memiliki komposisi asam amino yang lebih komplit		
15.	Konsumsi ikan lebih dianjurkan dibanding konsumsi daging		
16.	Konsumsi tempe 4 potong dalam sehari cukup untuk memenuhi kebutuhan protein harian pada remaja		
17.	Kandungan kolesterol lebih banyak pada daging dibanding ikan		
18.	Fungsi makanan adalah untuk membuat kenyang		
19.	Akibat kurang makan makanan yang mengandung zat besi dapat menyebabkan anemia		
20.	Orang yang memiliki berat badan normal, artinya kebutuhan energi sudah terpenuhi		

Sumber : (Ummah, 2019)

Lampiran 5 Surat Izin Penelitian



Kementerian Kesehatan
 Direktorat Jenderal
 Sumber Daya Manusia Kesehatan
 Politeknik Kesehatan Tanjungkarang
 Jalan Soekarno Hatta No.6 Bandar Lampung
 Lampung 35145
 Telp (0721) 783952
 https://www.poltekkes-tjk.ac.id

Nomor : PP.01.04/F.XXXV/1312/2025
 Lampiran : 1 eks
 Hal : Izin Penelitian

26 Februari 2025

Yth, Pimpinan Pondok Pesantren Baitun Nur Kabupaten Lampung Tengah
 Di- Tempat

Sehubungan dengan penyusunan Laporan Tugas Akhir bagi mahasiswa Tingkat III Program Studi Gizi Program Diploma Tiga Jurusan Giizi Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tanjungkarang Tahun Akademik 2024/2025, maka dengan ini kami mengajukan permohonan izin penelitian bagi mahasiswa di institusi yang Bapak/Ibu Pimpin. Adapun mahasiswa yang melakukan penelitian adalah sebagai berikut:

NO	NAMA	JUDUL	TEMPAT PENELITIAN
1.	Naila Azizaturrohman NIM: 2213411098	Gambaran Pengetahuan Pola Konsumsi Makanan Seimbang Dan Status Gizi Santriwati Di Pondok Pesantren Baitun Nur Kabupaten Lampung Tengah Tahun 2025	Ponpes Baitun Nur

Atas perhatian dan kerjasamanya diucapkan terima kasih.

Direktur Politeknik Kesehatan Kementerian
 Kesehatan Tanjungkarang,



Dewi Purwaningsih, S.SiT., M.Kes

Tembusan:
 Ka.Jurusan Gizi

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://whs.kemkes.go.id> Untuk verifikasi keaslian tanda tangan elektronik, silahkan unggah dokumen pada laman <https://tts.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 6 Surat Izin Penelitian dari Pondok Pesantren Baitun Nur



لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ مُحَمَّدٌ رَسُولُهُ

YAYASAN PONDOK PESANTREN BAITUN NUR

Akta Notaris Arief Hamidi BS, SH. No. 09 Tanggal 10 Januari 2007

SK Menkumham RI No. AHU 0021124.AH.01.12 Tanggal 14 April 2016

Alamat : Jl. SMP Negeri I Punggur, Tanggulangin Kec. Punggur Kab. Lampung Tengah Prov.

Lampung Email : Officialponpesbaitunnur@gmail.com Kode Pos 34152 HP. 081278853744

SURAT KETERANGAN

Nomor : 056 /SK.JP/ YPPBN / IV//2025

Sehubungan dengan surat Izin Penelitian dari Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tanjung karang Tahun2024/2025, Nomor : PP.01.04/F.XXXV/1312/2025, Prihal : Izin Penelitian, tertanggal 26 Februari 2025, maka dengan ini saya :

Nama : KH. Masruri
 NIY : 001
 Jabatan : Pengasuh Pondok Pesantren Baitun Nur
 Alamat : Jl. SMP Negeri I Punggur, Tanggulangin Kec. Punggur Kab.
 Lampung Tengah Prov. Lampung

Dengan ini menerangkan nama mahasiswa/i di bawah ini :

Nama : Naila Azizaturrohman
 NPM : 2213411098
 SemeSter : -
 Fakultas/Program Studi : D3 Gizi

Benar telah mengadakan penelitian di Yayasan Pondok Pesantren Baitun Nur Punggur pada tanggal tertanggal 26 februari 2025 s.d selesai guna melengkapi data pada penyusunan Tugas Akhir/Skripsi yang berjudul : **"GAMBARAN PENGETAHUAN POLA KONSUMSI MAKANAN SEIMBANG DAN STATUS GIZI SANTRIWIATI DI PONDOK PESANTREN BAITUN NUR KABUPATEN LAMPUNG TENGAH TAHUN 2025"**.

Demikian Surat Keterangan ini kami buat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Punggur, 17 April2025

Pengasuh

Pondok Pesantren Baitun Nur



Lampiran 7 Daftar Hadir

DAFTAR HADIR RESPONDEN PENELITIAN
GAMBARAN PENGETAHUAN POLA KONSUMSI MAKANAN SEIMBANG DAN
STATUS GIZI SANTRIWIATI DI PONDOK PESANTREN BAITUN NUR KABUPATEN
LAMPUNG TENGAH

HARI : Rabu s.d. Kamis
TANGGAL : 15 April 2025 s.d. 16 April 2025
TEMPAT : Pondok Pesantren Baitun Nur

NO	NAMA	KELAS	NO. HP	PARAF
1.	Asma Zahrotul Khatia	7	0811.626.000	<i>[Signature]</i>
2.	Shifa Ayu Hafid	7		<i>[Signature]</i>
3.	Farah Alif Syarifah	7	0811.603.8166	<i>[Signature]</i>
4.	Sanny Anggraeni Sari	8	08228199569	<i>[Signature]</i>
5.	Nut Khurrotulisa	8	0811.841.010	<i>[Signature]</i>
6.	Desera Falaqulhadi	9	0852.39.44405	<i>[Signature]</i>
7.	Aminda Arifina	9		<i>[Signature]</i>
8.	Ay. Susca Zamira	8	0886.6744461	<i>[Signature]</i>
9.	Jessica Anbelica	8		<i>[Signature]</i>
10.	Amara Anwar Luthan	8	0815251149	<i>[Signature]</i>
11.	Rumadisa Anwarani	8	08179008210	<i>[Signature]</i>
12.	Falla Zakiya D.	8	0810097460	<i>[Signature]</i>
13.	Alurra Rattamah	8	0821.7574.100	<i>[Signature]</i>
14.	M. Fata Azzah	7	0811.308.300	<i>[Signature]</i>
15.	Alma Dhuha Kusuma	7	0823.175.808	<i>[Signature]</i>
16.	Yusufina Azzah O.	7	0812.6126.201	<i>[Signature]</i>

17.	Ridwan Nurul H.	7		<i>[Signature]</i>
18.	Melinda Sisk Oktavia	7	0811.200.800	<i>[Signature]</i>
19.	Tahartha Nurul H.	7		<i>[Signature]</i>
20.	Devila Nurul H.	7	0811.300.800	<i>[Signature]</i>
21.	Canaga Nurul H.	7	0811.300.800	<i>[Signature]</i>
22.	Yana Nurul H.	7	0811.300.800	<i>[Signature]</i>
23.	Nurul H.	7		<i>[Signature]</i>
24.	Nurul H.	7		<i>[Signature]</i>
25.	Nurul H.	7		<i>[Signature]</i>
26.	Nurul H.	7		<i>[Signature]</i>
27.	Nurul H.	7		<i>[Signature]</i>
28.	Nurul H.	7		<i>[Signature]</i>
29.	Nurul H.	7		<i>[Signature]</i>
30.	Nurul H.	7		<i>[Signature]</i>
31.	Nurul H.	7		<i>[Signature]</i>
32.	Nurul H.	7		<i>[Signature]</i>
33.	Nurul H.	7		<i>[Signature]</i>
34.	Nurul H.	7		<i>[Signature]</i>
35.	Nurul H.	7		<i>[Signature]</i>
36.	Nurul H.	7		<i>[Signature]</i>
37.	Nurul H.	7		<i>[Signature]</i>
38.	Nurul H.	7		<i>[Signature]</i>
39.	Nurul H.	7		<i>[Signature]</i>

40.	Nurul H.	7	0811.300.800	<i>[Signature]</i>
41.	Nurul H.	7	0811.300.800	<i>[Signature]</i>
42.	Nurul H.	7	0811.300.800	<i>[Signature]</i>
43.	Nurul H.	7	0811.300.800	<i>[Signature]</i>
44.	Nurul H.	7	0811.300.800	<i>[Signature]</i>
45.	Nurul H.	7	0811.300.800	<i>[Signature]</i>
46.	Nurul H.	7	0811.300.800	<i>[Signature]</i>
47.	Nurul H.	7	0811.300.800	<i>[Signature]</i>
48.	Nurul H.	7	0811.300.800	<i>[Signature]</i>
49.	Nurul H.	7	0811.300.800	<i>[Signature]</i>
50.	Nurul H.	7	0811.300.800	<i>[Signature]</i>
51.	Nurul H.	7	0811.300.800	<i>[Signature]</i>
52.	Nurul H.	7	0811.300.800	<i>[Signature]</i>
53.	Nurul H.	7	0811.300.800	<i>[Signature]</i>
54.	Nurul H.	7	0811.300.800	<i>[Signature]</i>
55.	Nurul H.	7	0811.300.800	<i>[Signature]</i>
56.	Nurul H.	7	0811.300.800	<i>[Signature]</i>
57.	Nurul H.	7	0811.300.800	<i>[Signature]</i>
58.	Nurul H.	7	0811.300.800	<i>[Signature]</i>
59.	Nurul H.	7	0811.300.800	<i>[Signature]</i>
60.	Nurul H.	7	0811.300.800	<i>[Signature]</i>
61.	Nurul H.	7	0811.300.800	<i>[Signature]</i>
62.	Nurul H.	7	0811.300.800	<i>[Signature]</i>

63.	Nurul H.	7		<i>[Signature]</i>
64.	Nurul H.	7		<i>[Signature]</i>
65.	Nurul H.	7		<i>[Signature]</i>
66.	Nurul H.	7		<i>[Signature]</i>
67.	Nurul H.	7		<i>[Signature]</i>
68.	Nurul H.	7		<i>[Signature]</i>
69.	Nurul H.	7		<i>[Signature]</i>
70.	Nurul H.	7		<i>[Signature]</i>

Lampiran 8 Lembar Pesetujuan Responden

INFORMED CONSENT

**PERNYATAAN PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN
(PENELITIAN GAMBARAN PENGETAHUAN POLA KONSUMSI
MAKANAN SEIMBANG DAN STATUS GIZI SANTRIWATI DI
PONDOK PESANTREN BAITUN NUR KABUPATEN LAMPUNG
TENGAH TAHUN 2025)**

Yang bertanda tangan dibawah ini

Nama : Ranoka Aya Nurrahma
Usia : 19 tahun
Nomor HP : 087563352444

Saya telah mendapatkan penjelasan secara rinci dan telah mengerti mengenai hal yang berkaitan dengan "Gambaran Pengetahuan Pola Konsumsi Makanan Seimbang dan Status Gizi Santriwati di Pondok Pesantren Baitun Nur Kabupaten Lampung Tengah 2025" oleh Mahasiswa Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Tanjungkarang.

Responden penelitian mendapat kesempatan mengajukan pertanyaan mengenai segala sesuatu yang berhubungan dengan penelitian tersebut. Oleh karena itu, saya (bersedia / ~~tidak bersedia~~*), Secara sukarela untuk menjadi subjek penelitian dengan penuh kesadaran tanpa keterpaksaan.

Peneliti

Tanggulangin, 16 April 2025

Responden



Naila Azizarunohmah

Ket.

*Coret salah satu



(...Ranoka Aya N...)

PEDOMAN PENGUMPULAN DATA
GAMBARAN PENGETAHUAN POLA KONSUMSI MAKANAN SEIMBANG
DAN STATUS GIZI SANTRIWATI DI PONDOK PESANTREN BAITUN NUR
KABUPATEN LAMPUNG TENGAH TAHUN 2025

A. Identitas Responden

1. Nama : *Ranaka Alga Numinri*
2. Kelas : *VII*
3. Tempat/Tanggal Lahir : *Bangun Sari 07, 08 2011*
4. Alamat : *Bangun Sari, Biki, Lamteag*
5. Nomor HP : *085368332434*

B. Data Antropometri

1. Berat Badan : *50,2*
2. Tinggi badan : *151,5*
3. IMT : $\frac{50,2}{151,5^2} = \frac{50,2}{2295,25} = 21,9$ (Normal)
 Gisibah

Nama Responden : Ramika Alga Nurani
 Umur Responden : 19 tahun
 Kelas : VII
 Tanggal Wawancara : 06 April 2025

B-16

1. Menurut anda pengertian dari gizi adalah ...
 - a. Sesuatu yang identik dengan makanan
 - b. Sesuatu yang sehat
 - ☒ c. Sesuatu tentang makanan dan hubungannya dengan kandungan gizi yang baik
 - d. Lain-lain
2. Yang termasuk zat gizi yang diperlukan oleh tubuh....
 - a. Karbohidrat dan protein
 - b. Karbohidrat, protein, lemak dan mineral
 - ☒ c. Karbohidrat, protein, lemak, vitamin dan mineral
 - d. Vitamin dan mineral
3. Apa fungsi dari makanan yang anda ketahui...
 - ☒ a. Sebagai zat pembangun dan sebagai zat tenaga
 - b. Sebagai sumber pembangun
 - c. Memberi rasa kenyang
 - ☐ d. Sebagai zat pembangun, zat tenaga, dan zat pengatur
4. Makanan yang merupakan sumber energi adalah...
 - ☒ a. Nasi, jagung, ubi dan kentang
 - b. Daging
 - c. Telur
 - d. Sayur dan buah
5. Apa saja sumber protein hewani yang anda ketahui...
 - a. Tahu dan tempe
 - b. Susu dan buah

- c. Nasi, kentang dan jagung
~~a. Ikan dan daging~~
6. Apa saja sumber protein nabati yang anda ketahui...
- a. Telur dan ikan
b. Nasi, kentang, dan jagung
~~c. Tahu dan tempe~~
d. Sayur dan buah
7. Buah apakah yang mengandung banyak vitamin C....
- ~~a. Jeruk, manga dan jambu biji~~
b. Jeruk dan manga
c. Apel dan anggur
d. Jambu air dan jambu biji
8. Dibawah ini contoh makanan yang seimbang adalah...
- a. Nasi + ikan + buah
~~b. Nasi + ikan + tempe + sayuran + buah~~
c. Nasi + tempe + sayuran + buah
d. Nasi + sayuran + buah
9. Yang termasuk makanan jenis junk food adalah....
- a. Soto ayam
b. Lempeng
~~c. Pizza~~
d. Rendang
10. Sumber makanan yang mengandung banyak zat besi (Fe) adalah....
- ~~a. Sumber hewani~~
b. Sumber nabati
c. Kacang-kacangan
~~d. sayur dan buah~~

No	Pertanyaan	Benar	Salah
11.	Zat iodum penting bagi tubuh untuk membentuk perkembangan otak dan sistem syaraf	✓	
12.	Status gizi tidak dapat dikontrol melalui penghitungan berat badan setiap bulannya		✓
13.	Konsumsi ikan, telur, dan susu sangat baik untuk usia remaja	✓	
14.	Protein nabati lebih baik dibanding protein hewani karena memiliki komposisi asam amino yang lebih lengkap	✓	
15.	Konsumsi ikan lebih dianjurkan dibanding konsumsi daging	✓	
16.	Konsumsi tempe 4 potong dalam sehari cukup untuk memenuhi kebutuhan protein harian pada remaja		✓
17.	Kandungan kolesterol lebih banyak pada daging dibanding ikan	✓	
18.	Fungsi makanan adalah untuk membuat kenyang		✓
19.	Akibat kurang makan makanan yang mengandung zat besi dapat menyebabkan anemia	✓	
20.	Orang yang memiliki berat badan normal, artinya kebutuhan energi sudah terpenuhi	✓	

Lampiran 11 Dokumentasi



Lampiran 12 Hasil Olah Data

pengetahuan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Kurang	29	43,9	43,9	43,9
	Cukup	32	48,5	48,5	92,4
	Baik	5	7,6	7,6	100,0
	Total	66	100,0	100,0	

imt

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Gizi kurang	8	12,1	12,1	12,1
	Gizi baik	56	84,8	84,8	97,0
	Gizi lebih	2	3,0	3,0	100,0
	Total	66	100,0	100,0	