

# LAMPIRAN

**Lampiran 1. Surat Izin Penelitian**



# UNIVERSITAS NGUDI WALUYO

## FAKULTAS KESEHATAN

Jalan Diponegoro 186 Ungaran, Kabupaten Semarang, Jawa Tengah 50513

Telepon : (024) 6925408 Faksimile : (024) 6925408

Laman : www.unw.ac.id Surel : ngudiwaluyo@unw.ac.id

Nomor : 0756/SM/FKes/UNW/VIII/2022  
Lampiran : -  
Hal : Penelitian dan Pencarian Data

03 Agustus 2022

Kepada,  
**Yth, Ketua RT. 05 Rw. 01 Desa Pendowo**  
**Kecamatan Bodeh Kabupaten Pemalang**  
Di

Tempat

Dengan hormat,

Bersama ini kami mohonkan ijin untuk mahasiswa Program Studi S1 Gizi Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo :

Nama : Titin Kumala  
Nomor Induk Mahasiswa : 060117A041

Agar diberikan izin melaksanakan **Penelitian dan Pencarian Data** dalam rangka penyelesaian **Skripsi** dengan judul "**Hubungan Asupan Energi, Zat Gizi Makro Dan Aktivitas Fisik Dengan Status Gizi di Masa Pandemi Covid-19 pada Remaja Usia 15-20 Tahun di Desa Pendowo Kecamatan Bodeh Kabupaten Pemalang**"

Demikian surat permohonan ini, atas perhatian dan ijin yang diberikan kami ucapkan terima kasih.

Dekan



Tembusan:  
1. Pertinggal

## Lampiran 2. Kuesioner Penelitian

### KUESIONER AKTIVITAS FISIK

Nama Responden :

Tanggal Pengisian :

| No. | Aktivitas Fisik                                 | PAR | W | (PAR X W) |
|-----|---|-----|---|-----------|
| 1.  | Tidur   | 1.0 |   |           |
| 2.  | Mandi dan berpakaian                            | 2.3 |   |           |
| 3.  | Memasak   | 2.1 |   |           |
| 4.  | Makan   | 1.5 |   |           |
| 5.  | Menyapu   | 2.3 |   |           |
| 6.  | Mengepel  | 2.3 |   |           |
| 7.  | Mencuci baju                                    | 2.3 |   |           |
| 8.  | Mencuci piring                                  | 2.3 |   |           |
| 9.  | Menyetrika baju                                 | 2.3 |   |           |
| 10. | Berjalan  | 3.2 |   |           |
| 11. | Sekolah   | 1.5 |   |           |
| 12. | Mengerjakan tugas                               | 1.5 |   |           |
| 13. | Mengemudi mobil atau motor dari/ke tempat kerja | 2.0 |   |           |
| 14. | Perjalanan ke/dari tempat kerja dengan bus      | 1.2 |   |           |
| 15. | Jogging   | 4.2 |   |           |
| 16. | Badminton                                       | 4.2 |   |           |
|     | Sepak bola                                      | 4.2 |   |           |
| 17. | Menari dan berenang                             | 4.2 |   |           |
|     | Duduk santai                                    | 1.4 |   |           |
| 18. | Menonton tv, menulis dan mengobrol              | 1.4 |   |           |
| 19. | Menanam dan meyiram tanaman                     | 4.1 |   |           |
| 20. | Berdiri membawa beban                           | 2.2 |   |           |

Sumber: *FAO, Human Energy Requirements, 2001*

PAL ditemukan dengan rumus :  $= \left( \frac{\quad}{24} \right)$

Keterangan:

PAL : Physical Activity Level

PAR : Physical Activity Ratio

W : alokasi waktu dalam 24 jam

Kategori tingkat aktivitas fisik berdasarkan nilai PAL:

- a. Ringan = 1.40 – 1.69
- b. Sedang = 1.70 – 1.99
- c. Berat = 2.00 – 2.40

### Lampiran. 3 Output SPSS

#### Frequencies

##### Usia

|          | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|----------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid 15 | 9         | 12,0    | 12,0          | 12,0               |
| 16       | 6         | 8,0     | 8,0           | 20,0               |
| 17       | 26        | 34,7    | 34,7          | 54,7               |
| 18       | 24        | 32,0    | 32,0          | 86,7               |
| 19       | 10        | 13,3    | 13,3          | 100,0              |
| Total    | 75        | 100,0   | 100,0         |                    |

##### Jenis Kelamin

|                 | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-----------------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid Perempuan | 61        | 81,3    | 81,3          | 81,3               |
| Laki-laki       | 14        | 18,7    | 18,7          | 100,0              |
| Total           | 75        | 100,0   | 100,0         |                    |

##### Tingkat Pendidikan

|           | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-----------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid SMP | 4         | 5,3     | 5,3           | 5,3                |
| SMA       | 71        | 94,7    | 94,7          | 100,0              |
| Total     | 75        | 100,0   | 100,0         |                    |

##### Kategori status gizi

|                   | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-------------------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid Gizi kurang | 1         | 1,3     | 1,3           | 1,3                |
| Gizi baik         | 61        | 81,3    | 81,3          | 82,7               |
| Gizi Lebih        | 10        | 13,3    | 13,3          | 96,0               |
| Obesitas          | 3         | 4,0     | 4,0           | 100,0              |
| Total             | 75        | 100,0   | 100,0         |                    |

##### Kategori Asupan Energi

|              | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|--------------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid Kurang | 33        | 44,0    | 44,0          | 44,0               |
| Baik         | 37        | 49,3    | 49,3          | 93,3               |
| Lebih        | 5         | 6,7     | 6,7           | 100,0              |
| Total        | 75        | 100,0   | 100,0         |                    |

**Kategori asupan protein**

|       | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid | Kurang    | 60      | 80,0          | 80,0               |
|       | Baik      | 14      | 18,7          | 98,7               |
|       | Lebih     | 1       | 1,3           | 100,0              |
|       | Total     | 75      | 100,0         | 100,0              |

**Kategori asupan lemak**

|       | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid | Kurang    | 24      | 32,0          | 32,0               |
|       | Baik      | 26      | 34,7          | 66,7               |
|       | Lebih     | 25      | 33,3          | 100,0              |
|       | Total     | 75      | 100,0         | 100,0              |

**Kategori asupan karboidrat**

|       | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid | Kurang    | 29      | 38,7          | 38,7               |
|       | Baik      | 33      | 44,0          | 82,7               |
|       | Lebih     | 13      | 17,3          | 100,0              |
|       | Total     | 75      | 100,0         | 100,0              |

## Crosstabs

**Kategori Asupan Energi \* Kategori status gizi Crosstabulation**

|                        |                                 |                                 | Kategori status gizi |           |            |          | Total  |
|------------------------|---------------------------------|---------------------------------|----------------------|-----------|------------|----------|--------|
|                        |                                 |                                 | Gizi kurang          | Gizi baik | Gizi lebih | Obesitas |        |
| Kategori Asupan Energi | Kurang                          | Count                           | 1                    | 27        | 3          | 2        | 33     |
|                        |                                 | % within Kategori Asupan Energi | 3,0%                 | 81,8%     | 9,1%       | 6,1%     | 100,0% |
|                        | Baik                            | Count                           | 0                    | 29        | 7          | 0        | 36     |
|                        |                                 | % within Kategori Asupan Energi | 0,0%                 | 80,6%     | 19,4%      | 0,0%     | 100,0% |
|                        | Lebih                           | Count                           | 0                    | 4         | 0          | 1        | 5      |
|                        |                                 | % within Kategori Asupan Energi | 0,0%                 | 80,0%     | 0,0%       | 20,0%    | 100,0% |
| Total                  | Count                           | 1                               | 60                   | 10        | 3          | 74       |        |
|                        | % within Kategori Asupan Energi | 1,4%                            | 81,1%                | 13,5%     | 4,1%       | 100,0%   |        |

**Kategori asupan protein \* Kategori status gizi Crosstabulation**

|                         |                                  |                                  | Kategori status gizi |           |            |          | Total  |
|-------------------------|----------------------------------|----------------------------------|----------------------|-----------|------------|----------|--------|
|                         |                                  |                                  | Gizi kurang          | Gizi baik | Gizi lebih | Obesitas |        |
| Kategori asupan protein | Kurang                           | Count                            | 1                    | 48        | 9          | 2        | 60     |
|                         |                                  | % within Kategori asupan protein | 1,7%                 | 80,0%     | 15,0%      | 3,3%     | 100,0% |
|                         | Baik                             | Count                            | 0                    | 12        | 1          | 1        | 14     |
|                         |                                  | % within Kategori asupan protein | 0,0%                 | 85,7%     | 7,1%       | 7,1%     | 100,0% |
|                         | Lebih                            | Count                            | 0                    | 1         | 0          | 0        | 1      |
|                         |                                  | % within Kategori asupan protein | 0,0%                 | 100,0%    | 0,0%       | 0,0%     | 100,0% |
| Total                   | Count                            | 1                                | 61                   | 10        | 3          | 75       |        |
|                         | % within Kategori asupan protein | 1,3%                             | 81,3%                | 13,3%     | 4,0%       | 100,0%   |        |

**Kategori asupan lemak \* Kategori status gizi Crosstabulation**

|                       |        |   | Kategori status gizi |             |             |           | Total        |
|-----------------------|--------|---|----------------------|-------------|-------------|-----------|--------------|
|                       |        |   | Gizi kurang          | Gizi baik   | Gizi lebih  | Obesitas  |              |
| Kategori asupan lemak | Kurang | Count<br>% within Kategori asupan lemak | 0<br>0,0%            | 21<br>87,5% | 2<br>8,3%   | 1<br>4,2% | 24<br>100,0% |
|                       | Baik   | Count<br>% within Kategori asupan lemak | 1<br>3,8%            | 20<br>76,9% | 4<br>15,4%  | 1<br>3,8% | 26<br>100,0% |
|                       | Lebih  | Count<br>% within Kategori asupan lemak | 0<br>0,0%            | 20<br>80,0% | 4<br>16,0%  | 1<br>4,0% | 25<br>100,0% |
| Total                 |        | Count<br>% within Kategori asupan lemak | 1<br>1,3%            | 61<br>81,3% | 10<br>13,3% | 3<br>4,0% | 75<br>100,0% |

**Kategori Aktivitas Ffisik \* Kategori status gizi Crosstabulation**

|                           |        |   | Kategori status gizi |             |             |            | Total        |
|---------------------------|--------|---|----------------------|-------------|-------------|------------|--------------|
|                           |        |   | Gizi kurang          | Gizi baik   | Gizi lebih  | Obesitas   |              |
| Kategori Aktivitas Ffisik | Ringan | Count<br>% within Kategori Aktivitas Ffisik | 0<br>0,0%            | 43<br>78,2% | 10<br>18,2% | 2<br>3,6%  | 55<br>100,0% |
|                           | Sedang | Count<br>% within Kategori Aktivitas Ffisik | 1<br>5,6%            | 17<br>94,4% | 0<br>0,0%   | 0<br>0,0%  | 18<br>100,0% |
|                           | Berat  | Count<br>% within Kategori Aktivitas Ffisik | 0<br>0,0%            | 1<br>50,0%  | 0<br>0,0%   | 1<br>50,0% | 2<br>100,0%  |
| Total                     |        | Count<br>% within Kategori Aktivitas Ffisik | 1<br>1,3%            | 61<br>81,3% | 10<br>13,3% | 3<br>4,0%  | 75<br>100,0% |

## UJI KENDALL TAU

### Correlations

|                 |                         | Kategori<br>Asupan Energi | Kategori status<br>gizi |
|-----------------|-------------------------|---------------------------|-------------------------|
| Kendall's tau_b | Correlation Coefficient | 1,000                     | ,076                    |
|                 | Kategori Asupan Energi  |                           |                         |
|                 | Sig. (2-tailed)         | .                         | ,493                    |
|                 | N                       | 74                        | 74                      |
|                 | Correlation Coefficient | ,076                      | 1,000                   |
|                 | Kategori status gizi    |                           |                         |
| Sig. (2-tailed) | ,493                    | .                         |                         |
| N               | 74                      | 75                        |                         |

### Correlations

|                 |                         | Kategori<br>asupan protein | Kategori status<br>gizi |
|-----------------|-------------------------|----------------------------|-------------------------|
| Kendall's tau_b | Correlation Coefficient | 1,000                      | -,030                   |
|                 | Kategori asupan protein |                            |                         |
|                 | Sig. (2-tailed)         | .                          | ,792                    |
|                 | N                       | 75                         | 75                      |
|                 | Correlation Coefficient | -,030                      | 1,000                   |
|                 | Kategori status gizi    |                            |                         |
| Sig. (2-tailed) | ,792                    | .                          |                         |
| N               | 75                      | 75                         |                         |

### Correlations

|                 |                         | Kategori<br>asupan lemak | Kategori status<br>gizi |
|-----------------|-------------------------|--------------------------|-------------------------|
| Kendall's tau_b | Correlation Coefficient | 1,000                    | ,067                    |
|                 | Kategori asupan lemak   |                          |                         |
|                 | Sig. (2-tailed)         | .                        | ,532                    |
|                 | N                       | 75                       | 75                      |
|                 | Correlation Coefficient | ,067                     | 1,000                   |
|                 | Kategori status gizi    |                          |                         |
| Sig. (2-tailed) | ,532                    | .                        |                         |
| N               | 75                      | 75                       |                         |



**Correlations**

|                 |   | Kategori asupan karbohidrat | Kategori status gizi |
|-----------------|---|-----------------------------|----------------------|
| Kendall's tau_b | Correlation Coefficient                     | 1,000                       | -,079                |
|                 | Kategori asupan karbohidrat Sig. (2-tailed) | .                           | ,482                 |
|                 | N   | 73                          | 73                   |
|                 | Correlation Coefficient                     | -,079                       | 1,000                |
|                 | Kategori status gizi Sig. (2-tailed)        | ,482                        | .                    |
|                 | N   | 73                          | 75                   |

**Correlations**

|                 |   | Kategori Aktivitas Ffisik | Kategori status gizi |
|-----------------|---|---------------------------|----------------------|
| Kendall's tau_b | Correlation Coefficient                   | 1,000                     | -,197                |
|                 | Kategori Aktivitas Ffisik Sig. (2-tailed) | .                         | ,080                 |
|                 | N   | 75                        | 75                   |
|                 | Correlation Coefficient                   | -,197                     | 1,000                |
|                 | Kategori status gizi Sig. (2-tailed)      | ,080                      | .                    |
|                 | N   | 75                        | 75                   |

**Correlations**

|                 |   | Kategori Aktivitas Ffisik | Kategori status gizi |
|-----------------|---|---------------------------|----------------------|
| Kendall's tau_b | Correlation Coefficient                   | 1,000                     | -,197                |
|                 | Kategori Aktivitas Ffisik Sig. (2-tailed) | .                         | ,080                 |
|                 | N   | 75                        | 75                   |
|                 | Correlation Coefficient                   | -,197                     | 1,000                |
|                 | Kategori status gizi Sig. (2-tailed)      | ,080                      | .                    |
|                 | N   | 75                        | 75                   |

#### Lampiran 4. Dokumentasi Penelitian



Gambar.1 Pengukuran berat badan



Gambar.2 Pengukuran Tinggi Badan



Gambar 3. Pengukuran BB dan TB



Gambar 4. Wawancara *FFQ*



Gambar 5. Pengisian kuesioner aktivitas fisik



Gambar 6. Pengisian kuesioner FFQ