

## LAMPIRAN

### Lampiran 1. Pernyataan Kesiediaan untuk Menjadi Responden.

#### PERNYATAAN KESEDIAAN UNTUK MENJADI RESPONDEN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama :

Usia :

Jenis Kelamin :

Setelah mendapat penjelasan tentang maksud dan tujuan serta memahami penelitian yang dilakukan dengan judul “Gambaran Asupan Zat Gizi Makro dan Aktivitas Fisik Terhadap Status Gizi Pada Remaja di SMPN 27 Pekanbaru”.

Yang dibuat oleh :

Nama : Nadila Khairulnisa Fitri

NIM : P032013411025

Jurusan : Gizi Poltekkes Kemenkes Riau

Partisipasi responden sangat saya harapkan dan hasil penelitian hanya digunakan untuk kepentingan dan keperluan penelitian saja. Dengan ini saya menyatakan kesediaan untuk berperan serta menjadi subjek penelitian sesuai dengan data yang diperlukan. Demikian pernyataan ini saya buat dengan penuh kesadaran tanpa ada paksaan dari pihak manapun.

Pekanbaru,.....2023

Responden

(.....)

**Lampiran 2. Identitas Responden.**

**IDENTITAS RESPONDEN**

Nama :

Tempat/Tanggal lahir :

Usia :

Jenis kelamin :

Alamat :

No. wa/hp :

Data Antropometri

Berat badan (\*) :

Tinggi badan (\*) :

Status gizi (\*) :

Keterangan :

(\*) Pengukuran antropometri responden (diisi peneliti).

**Lampiran 3. Formulir Food Recall 24 Jam.**

**FORMULIR FOOD RECALL 24 JAM**

Nama :

Hari/Tanggal :

<b>Waktu Makan</b>	<b>Nama Menu</b>	<b>Bahan Makanan</b>	<b>Banyaknya</b>	
			<b>URT</b>	<b>Gram</b>
Makan pagi				
Snack pagi				
Makan siang				

Snack siang				
Makan malam				
Snack malam				

Sumber : *Sirajuddin, 2018*

**Lampiran 4. Formulir Aktivitas Fisik 24 Jam.**

**FORMULIR AKTIVITAS FISIK 24 JAM**

Nama :

Hari/Tanggal :

<b>Aktivitas Fisik</b>	<b>PAR</b>	<b>Lama Melakukan (W)</b>	<b>Total (W x PAR)</b>
<b>Kegiatan Umum</b>			
Tidur	1,0		
Berbaring	1,2		
Duduk	1,2		
Berdiri	1,4		
Berpakaian	2,8		
Mencuci wajah/rambut	2,3		
Mandi	2,3		
Makan dan minum	1,5		
Nonton tv	1,6		
Membaca	1,4		
Menulis	1,4		
Beribadah	1,4		
<b>Kegiatan Transportasi</b>			
Jalan	2,3		
Naik motor	1,5		
Naik mobil	2,0		
Naik tangga	5,0		
<b>Kegiatan rumah</b>			
Memasak	2,1		
Mencuci piring	1,7		
Mencuci pakaian	2,8		
Menjemur pakaian	4,4		

Menyetrika pakaian	1,7		
Menyapu lantai	2,3		
Mengepel lantai	4,4		
Merapikan tempat tidur	3,4		
Membersihkan jendela	3,0		
<b>Kegiatan Olahraga</b>			
Lari jarak jauh	6,4		
Lari sprint	8,2		
Sit up/push up	5,4		
Basket	7,1		
Sepak bola	8,0		
Renang	9,0		
Tenis	5,8		
Voli	6,0		

Sumber : *FAO/WHO/UNU, 2001*

## Lampiran 5. Surat Izin Penelitian Poltekkes Kemenkes Riau.



Nomor : KH.03.01/1.1/150/2023  
Lampiran : 1 (satu) lembar  
Hal : Izin Penelitian

4 April 2023

Yth,

Kepala Dinas Penanaman Modal dan  
Pelayanan Terpadu Satu Pintu Provinsi Riau  
di  
Tempat

Bersama ini kami sampaikan kepada Bapak/Ibu bahwa mahasiswa/i Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Riau Tahun Akademik 2022/2023 diwajibkan untuk membuat Karya Tulis Ilmiah yang merupakan salah satu persyaratan untuk menyelesaikan Pendidikan Diploma III Gizi.

Sehubungan dengan hal tersebut di atas, kami meminta bantuan Bapak/Ibu agar kiranya dapat memberikan Izin atau memfasilitasi kegiatan mahasiswa/i yang tersebut dalam lampiran surat ini supaya dapat melakukan pengumpulan data di lokasi yang akan menjadi tempat penelitiannya.

Demikianlah disampaikan atas perhatian dan kerjasamanya diucapkan terima kasih.

Wakil Direktur I Poltekkes  
Kemenkes Riau,



Alkausyari Aziz

## Lampiran 6. Surat Izin Penelitian Dinas Penanaman Modal.



**PEMERINTAH PROVINSI RIAU**  
**DINAS PENANAMAN MODAL DAN PELAYANAN TERPADU SATU PINTU**  
Gedung Menara Lancang Kuning Lantai I dan II Komp. Kantor Gubernur Riau  
Jl. Jend. Sudirman No. 480 Telp. (0781) 33084 Fax. (0781) 33117 **PEKANBARU**  
Email : [dpmptsp@riau.go.id](mailto:dpmptsp@riau.go.id)

### REKOMENDASI

Nomor : 503/DPMPTSP/INON (IZIN-RISET)/55597  
T E N T A N G

PELAKSANAAN KEGIATAN RISET/PRA RISET  
DAN PENGUMPULAN DATA UNTUK BAHAN KTI



1.04.02.01

Kepala Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Provinsi Riau, setelah membaca Surat Permohonan Penelitian dari : **Wakil Direktur I Poltekkes Kemenkes Riau, Nomor : KH.03.01/1.1/150/2023 Tanggal 4 April 2023**, dengan ini memberikan rekomendasi kepada:

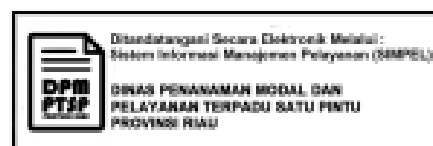
- |                      |   |   |
|----------------------|---|---|
| 1. Nama              | : | <b>NADILA KHAIRULNISA FITRI</b>   |
| 2. NIM/ KTP          | : | <b>P032013411025</b>  |
| 3. Program Studi     | : | <b>GIZI</b>   |
| 4. Jenjang           | : | <b>DIII</b>   |
| 5. Alamat            | : | <b>JALAN EMBUN PAGI NOMOR 111</b>   |
| 6. Judul Penelitian  | : | <b>GAMBARAN ASUPAN ZAT GIZI MAKRO DAN AKTIVITAS FISIK TERHADAP STATUS GIZI PADA REMAJA DI SMPN 27 PEKANBARU</b> |
| 7. Lokasi Penelitian | : | <b>SMPN 27 PEKANBARU</b>  |

Dengan ketentuan sebagai berikut:

1. Tidak melakukan kegiatan yang menyimpang dari ketentuan yang telah ditetapkan.
2. Pelaksanaan Kegiatan Penelitian dan Pengumpulan Data ini berlangsung selama 6 (enam) bulan terhitung mulai tanggal rekomendasi ini diterbitkan.
3. Kepada pihak yang terkait diharapkan dapat memberikan kemudahan serta membantu kelancaran kegiatan Penelitian dan Pengumpulan Data dimaksud.

Demikian rekomendasi ini dibuat untuk dipergunakan seperlunya.

Dibuat di : Pekanbaru  
Pada Tanggal : 10 April 2023



#### Tambahan :

Disampaikan Kepada Yth :

1. Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Provinsi Riau di Pekanbaru
2. Walikota Pekanbaru  
Up. Kaban Kesbangpol dan Linmas di Pekanbaru
3. Wakil Direktur I Poltekkes Kemenkes Riau di Pekanbaru
4. Yang Bersangkutan



Lampiran 7. Surat Izin Penelitian Kesbangpol.



**PEMERINTAH KOTA PEKANBARU**  
**BADAN KESATUAN BANGSA DAN POLITIK**

JL. ARIFIN AHMAD NO. 39 TELP. – FAX : (0761) 39399 PEKANBARU

**SURAT KETERANGAN PENELITIAN**

Nomor : BL.04.00/Kesbangpol/1012/2023



- a. Dasar :
1. Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 14 Tahun 2008 Tentang Keterbukaan Informasi Publik.
  2. Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 25 Tahun 2009 Tentang Pelayanan Publik.
  3. Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 18 Tahun 2016 Tentang Perangkat Daerah.
  4. Peraturan Menteri Dalam Negeri Nomor 3 Tahun 2018 Tentang Penerbitan Surat Keterangan Penelitian.
  5. Peraturan Daerah Kota Pekanbaru Nomor 9 Tahun 2016 Tentang Pembentukan dan Susunan Perangkat Daerah Kota Pekanbaru.

- b. Menimbang :
- Rekomendasi dari Kepala Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Provinsi Riau, nomor 503/DPMPSTP/NON IZIN-RISSET/55686 tanggal 10 April 2023, perihal pelaksanaan kegiatan Penelitian Riset/Pra Riset dan pengumpulan data untuk bahan Skripsi.

**MEMBERITAHUKAN BAHWA :**

1. Nama : NADILA KHAIRUNNISA FITRI
2. NIM : P032013411025
3. Fakultas : GIZI POLTEKKES KEMENKES RIAU
4. Jurusan : GIZI
5. Jenjang : DIII
6. Alamat : JL. EMBUN PAGI NO. III KEL. TANGKERANG LABUAI KEC. BUKIT RAYA-PEKANBARU
7. Judul Penelitian : GAMBARAN ASUPAN ZAT GIZI MAKRO DAN AKTIVITAS FISIK TERHADAP STATUS GIZI PADA REMAJA DI SMPN 27 PEKANBARU
8. Lokasi Penelitian : DINAS PENDIDIKAN KOTA PEKANBARU

Untuk Melakukan Penelitian, dengan ketentuan sebagai berikut :

1. Tidak melakukan kegiatan yang menyimpang dari ketentuan yang telah ditetapkan yang tidak ada hubungan dengan kegiatan Riset/Pra Riset/ Penelitian dan pengumpulan data ini.
2. Pelaksanaan kegiatan Riset ini berlangsung selama 6 (enam) bulan dihitung mulai tanggal Surat Keterangan Penelitian ini diterbitkan.
3. Berpakaian sopan, mematuhi etika Kantor/Lokasi Penelitian, bersedia meninggalkan foto copy Kartu Tanda Pengenal.
4. Melaporkan hasil Penelitian kepada Walikota Pekanbaru c.q Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Kota Pekanbaru, paling lambat 1 (satu) minggu setelah selesai.

Demikian Rekomendasi ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Pekanbaru, 12 April 2023



**PEMERINTAH KOTA PEKANBARU**  
**BADAN KESATUAN BANGSA DAN POLITIK KOTA PEKANBARU**

**Sekretaris**

**HADI SANJOYO, AP, M.Si**

**PEMBINA TINGKAT I**

**NIP. 19740410 199311 1 001**

**Tembusan**

- Yth :
1. Wakil Dirketur I POLTEKKES KEMENKES Riau di Pekanbaru.
  2. Yang Bersangkutan.

Lampiran 8. Surat Izin Penelitian Dinas Pendidikan.



PEMERINTAH KOTA PEKANBARU  
**DINAS PENDIDIKAN**

Jl. H. Syamsul Bahri No. 8 Kelurahan Sungaisibam Kecamatan Bina Widya  
Kode Pos. 28293 Telp. (0761) 42788, 855287 Fax. (0761) 47204  
PEKANBARU  
website : www.disdikpku.org email : disdikpku@yahoo.com

Nomor : 800/Disdik.Sekretaris I/01967/2023  
Lampiran :  
Perihal : Izin Melaksanakan Riset / Penelitian

Pekanbaru, 13 April 2023  
Kepada Yth,  
SMPN 27 Kota Pekanbaru

di -  
Pekanbaru

Berdasarkan surat dari Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Kota Pekanbaru nomor : BL.04.00/Kesbangpol/1012/2023 tanggal 12 April 2023 perihal Izin Riset / Penelitian, atas nama :

Nama : NADHA KHAIRU NISA FITRI  
NIM : 032013111025  
Mahasiswa : GIZI POLTEKKES KEMENKES RIAU  
Judul Penelitian : GAMBARAN ASUPAN ZAT GIZI MAKRO DAN AKTIVITAS FISIK TERHADAP STATUS GIZI PADA REMAJA DI SMPN 27 PEKANBARU

Pada prinsipnya kami dapat menyetujui yang bersangkutan melaksanakan riset pada SMPN 27 Kota Pekanbaru, sehubungan dengan itu diharapkan agar saudara dapat membantu kelancaran tugas yang bersangkutan.

Demikian disampaikan, atas perhatian dan kerjasamanya diucapkan terima kasih.

an, KEPALA DINAS PENDIDIKAN  
KOTA PEKANBARU  
Sekretaris



H. MUZAILIS, S.Pd, MM  
Pembina Tingkat I ( IV / b )  
NIP. 19650921 198902 1 001

**Lampiran 9. Hasil Perhitungan Data.**

No	Nama	Umur	JK	E	P	L	KH	AF	ST
1	Keyza	13	P	2494,2	59,5	59,2	431,1	1,63	1,61
2	Efril	14	P	2537,1	62,2	96,7	346,1	1,48	1,04
3	Ashyra	14	P	2672,7	89,8	81,8	389,2	1,49	1,16
4	Putri	14	P	1459,2	35,4	38,9	236,6	1,71	-2,06
5	Fuji	14	P	1862,1	47,6	40,5	325,5	1,45	-2,15
6	Adinda	14	P	1724,1	49,4	40,6	284,9	1,48	-2,06
7	Fatimah	14	P	1653,7	45,5	79,6	187	1,55	-2,01
8	Tiara	15	P	1530,4	46,6	23,9	278,7	1,54	-2,24
9	Indra	14	L	1822,6	50,3	88,9	199,2	1,85	-2,87
10	Amuslim	14	L	2198,7	58	86,4	290,6	1,74	-2,47
11	Rifay	14	L	1961,4	55,5	58,8	297	1,93	-2,29
12	Windi	15	P	2012,3	46,3	80,1	270,9	1,41	0,39
13	Pasya	15	L	2071,4	59	79	286,1	1,48	0,42
14	Syalsabilla	14	P	2118	74	47,5	337,9	1,47	-1,22
15	Wahyuni	14	P	2047,7	70	87,1	243,8	1,42	-0,98
16	Okta	14	P	1809,6	49	61	259,7	1,52	-1,42
17	Della	14	P	1900,7	54,8	48,9	306,9	1,66	-0,50
18	Hafifah	14	P	1905,3	35,1	95,2	220,4	1,40	0,68
19	Sri	13	P	1537,3	55,5	37,4	237,6	1,47	-0,63
20	Widya	15	P	1901,9	59,5	52	294,9	1,87	0,56
21	Azrina	15	P	1891,6	54,8	92	206,5	1,48	-0,73
22	Nia	14	P	2018	50,6	87,3	252,7	1,48	0,07
23	Yola	15	P	1916,8	53,4	60,7	281,2	1,41	0,27
24	Dini	14	P	2092,1	69	61,2	314,7	1,79	-0,71
25	Indah	14	P	1868,8	44,1	52	302,7	1,43	-0,84
26	Aurelia	14	P	1903,1	41,6	65,5	282,6	1,55	-0,21
27	Haura	14	P	2015,7	46,8	94,1	241,4	1,45	-0,35
28	Gifani	14	P	2034,9	66,6	38,5	346,9	1,47	0,38
29	Chika	14	P	1787	60,7	87,6	189,6	1,41	-0,18

30	Nur	15	P	1844,4	39,3	27,4	353	1,46	-1,17
31	Riris	14	P	2011,7	48,7	78,7	268,5	1,64	-0,11
32	Rizal	15	L	2119,3	56,5	64	329,5	2,01	-0,11
33	Josandi	14	L	2051,3	51,4	67	313,9	1,87	-0,97
34	Aditya	15	L	2233,1	60,1	92,9	282,8	1,44	0,48
35	M. Fajri	15	L	2027,7	52,6	92,6	236,4	1,76	-0,98
36	Amelia	14	P	2020,4	72	59,3	292,8	1,47	-0,01
37	Azil	14	L	2193,7	63,8	47,1	370	1,58	-1,37
38	Enjelika	14	P	2091,4	49,1	59,7	334,4	1,44	0,03
49	Ayu	14	P	2157,1	66,3	89,3	267,9	1,49	-0,57
40	Resniati	14	P	1916,8	50,5	83,8	232,9	1,45	-0,25
41	Imam	14	L	1972	55,6	72,7	271,5	1,66	0,50
42	Alif	15	L	2308,2	64,6	61,8	363,3	1,59	-0,54
43	Hafiza	14	P	1992,6	61,3	89,3	224,5	1,61	-1,52
44	Alya	15	P	1725	54,1	45,5	271,2	1,79	0,18
45	Maharani	14	P	1897,7	53,5	51,7	299,1	1,52	0,35
46	Kesya	15	P	2238,4	67,5	86,5	290,5	1,46	-0,35
47	Dea	14	P	1997,9	50	76,4	267,7	1,49	-0,28
48	Najwa	14	P	2194,8	79,5	55	336,5	1,46	-0,45
49	Sifani	13	P	2043	49,1	71,8	290,3	1,40	-0,50
50	Afrialvin	14	L	2018,9	60	91,9	285,5	1,54	-0,82
51	Natan	14	L	2303,1	58,3	52	396,1	1,54	-0,02
52	Hendi	14	L	2164	70,1	72,2	306,4	1,48	-0,98
53	Zahran	14	L	2376,4	75	67,5	358	1,42	0,55
54	Andika	15	L	2053,8	58,8	44,2	345,2	1,48	0,50
55	Farel	14	L	2072,5	63,3	95,5	233,3	1,65	0,68
56	Surya	14	L	1948,9	47,8	92,2	220,5	1,47	0,33
57	Raditya	14	L	2288,2	65,5	85,6	306,2	1,73	0,63
58	Reza	14	L	1738,4	55,3	81,9	195,4	1,56	0,46

**Lampiran 10. Hasil Dokumentasi Penelitian.**



## Lampiran 11. Surat Keterangan Penelitian.



**PEMERINTAH KOTA PEKANBARU**  
**SEKOLAH MENENGAH PERTAMA NEGERI 27 PEKANBARU**  
Jl. Nelayan No. 221 Kelurahan Sri Meranti Kecamatan Rumbai 28261 Telp. (0761) 8044043  
NSS : 201096006066 NPSN. 10404489 Akreditasi : A Email : smpn27.pku@gmail.com

**SURAT KETERANGAN**  
Nomor :421.3/SMPN27-2023/026

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : HASRIDA NENGLELI,M.Pd  
NIP : 196905051998022002  
Jabatan : Kepala Sekolah SMP Negeri 27 Pekanbaru

Menerangkan bahwa nama tersebut dibawah :

Nama : Nadila Khairulnisa Fitri  
NIM : P032013411025  
Program Studi : Gizi  
Perguruan Tinggi : Politeknik Kementerian Kesehatan Riau

Telah melaksanakan Penelitian di SMP Negeri 27 Pekanbaru Tanggal 03 Mei 2023 guna memenuhi Penyusunan Tugas Akhir dengan judul “ GAMBARAN ASUPAN ZAT GIZI MAKRO DAN AKTIFITAS FISIK TERHADAP STATUS GIZI PADA REMAJA DI SMP NEGERI 27 PEKANBARU “

Demikian surat keterangan ini di buat, agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya, kemudian kepada yang berkepentingan harap menjadi periksa adanya.

Pekanbaru, 05 Mei 2023  
Kepala Sekolah  
  
**HASRIDA NENGLELI, M.Pd**  
NIP. 19690505 199802 2 002