

LAMPPIRAN

Lampiran 1. Lembar Persetujuan Responden

LEMBAR PERSETUJUAN RESPONDEN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama :

Umur :

Kelas :

Menyatakan bersedia menjadi subyek (responden) dalam penelitian dari :

Nama : Elsy Afrina Kholliasih

NIM : P032013411055

Program Studi : D-III Gizi

Judul : Gambaran Pola Makan dan Status Gizi Mahasiswa Rantau Jurusan
Gizi Poltekkes Kemenkes Riau

Saya telah mendapatkan penjelasan mengenai hal-hal yang berhubungan dengan penelitian diatas dan saya telah diberikan kesempatan untuk bertanya mengenai hal-hal yang belum dimengerti dan telah mendapatkan jawaban dari pertanyaan yang telah diberikan.

Berdasarkan hal tersebut, saya menyatakan secara sadar dan sukarela untuk ikut sebagai responden dalam penelitian ini serta bersedia menjawab semua pertanyaan dengan sadar dan sebenar-benarnya.

Pekanbaru,.....2023

Responden

(.....)

Lampiran 2. Kuisisioner Karakteristik Responden

A. Identifikasi Responden

Nama Lengkap :
Kelas :
Usia :
No Hp :
Mahasiswa Rantau : Ya Tidak

B. Karakteristik Responden

1. Kota asal domisili responden (**wajib diisi**)

Jawab:

2. Jarak dari Kota asal ke Kota Pekanbaru (**wajib diisi**)

Jawab:

3. Tempat tinggal di kota rantau (Pekanbaru) (**wajib diisi**)

- Kos (Sendiri)
- Kos (Bersama Teman)
- Dirumah keluarga/saudara

4. Uang saku responden per-bulan (**wajib diisi**)

- <1 juta/bulan
- > 1 juta/bulan
- 2 jt-3jt/bulan
- > 3 juta/bulan

5. Cara pengadaan makanan (**Boleh diisi lebih dari satu**)

- Mengolah sendiri (masak)
- Membeli dari luar (makanan siap saji)
- Menggunakan jasa catering
- Disediakan oleh tempat tinggal/kos sebagai fasilitas

C. Pengukuran Status Gizi (*diisi oleh peneliti*)

Berat Badan :
Tinggi Badan :
IMT :
Kategori Status Gizi :

Lampiran 3 Food Frequency Questionnaire (FFQ)

Berilah tanda centang (✓) pada jawaban yang anda pilih.

Jenis Makanan	Frekuensi Makanan					Tidak Pernah	Banyak Porsi (URT)
	Harian			Minggu	Bulan		
	>3x	2x	1x	1-4x	1-3x		
Makanan Pokok							
Nasi Putih							
Nasi Goreng							
Lontong							
Mie Instan							
Roti tawar putih							
Roti tawar coklat							
Bihun							
Biskuit							
Kerupuk udang/ikan							
Singkong							
Kentang							
Talas							
Ubi jalar							
Protein Hewani							
Daging Sapi							
Daging ayam							
Hati ayam							
Ikan bandeng							
Ikan mas							
Ikan gurami							
Ikan bawal							
Ikan kembung							
Ikan lele							
Teri nasi							
Cumi-cumi							
Udang							
Kerang							
Sosis							
Bakso							
Nugget							
Kornet							
Sarden							
Abon sapi							
Ikan teri							
Telur ayam							
Telur bebek							
Telur puyuh							
Susu sapi							
Protein Nabati							
Tahu							
Tempe							
Kacang merah							

Kacang hijau							
Kacang kedelai							
Oncom							
Kacang mete							
Sari kedelai							
Sayuran							
Kacang Panjang							
Wortel							
Brokoli							
Bayam							
Kangkung							
Sawi hijau							
Sawi putub							
Daun singkong							
Toge							
Ketimun							
Labu siam							
Kol							
Jagung							
Terong							
Daun kemangi							
Selada							
Tomat							
Buah							
Alpukat							
Apel							
Jeruk							
Manga							
Papaya							
Rambutan							
Semangka							
Anggur							
Pir							
Pisang							
Kedondong							
Salak							
Sirsak							
Durian							
Melon							
Strawberry							
Jambu							

Lampiran 4 Formulir Food Recall 24 Jam

Waktu Makan	Nama Makanan	Bahan Makanan		
		Jenis	Berat	
			URT	Gram
Pagi				
Selingan Pagi				
Makan Siang				
Selingan Siang				

Makan Malam				
Selingan Malam				

Lampiran 5 Surat Izin Penelitian

 **KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA**
DIREKTORAT JENDERAL TENAGA KESEHATAN
POLTEKES KEMENKES RIAU
Jl. Hekri Nomor 103, Kel. Hanyan, Kec. Sukajadi Kota Pekanbaru 28122
Telepon : (0761) 36581 Fax : (0761) 20636
Email : poltekkespekanbaru@yahoo.co.id , info@akr.ac.id Website : www.akr.ac.id

Nomor : KH.03.01/1.1/225/2023 23 Mei 2023
Lampiran : 1 (satu) lembar
Hal : Izin Penelitian

Yth,
Kepala Unit Laboratorium Terpadu
Politeknik Kesehatan Kemenkes Riau
di
Tempat

Dengan Hormat,
Bersama ini kami sampaikan kepada Bapak/Ibu bahwa mahasiswa 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, kami mohon bantuan Bapak/Ibu agar dapat memberikan izin dan memfasilitasi untuk melakukan pengumpulan data di lokasi yang akan menjadi tempat penelitian kepada mahasiswa.

Nama : Elsy Afrina Kholilasih
NIM : P032013411055
Judul Penelitian : Gambaran pola Makan dan Status Gizi Mahasiswa Rantau Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Riau.

Demikianlah disampaikan atas bantuan dan kerjasamanya diucapkan terima kasih.

Wakil Direktur I Poltekkes
Kemenkes Riau,

Alkausyari Aziz

Lampiran 6 Kegiatan Penelitian di Poltekkes Kemenkes Riau



Lampiran 7 Hasil Pengolahan Data

No	Jarak Kota Asal Domisili (km)	Tampat Tinggal	USIA	BB	TB	IMT	Kategori Status Gizi	Pola Makan									
								Makanan Pokok		Lauk Hewani		Lauk Nabati		Sayuran		Buahan	
								P	Kat	P	Kat	P	Kat	P	Kat	P	Kat
1	350	Kos (bersama teman)	20	45.5	157.5	18.34	Kurus (ringan)	3	cukup	3	cukup	0.6	kurang	1	kurang	1	kurang
2	125	Kos (sendiri)	19	51.2	153.5	21.64	Normal	4.1	lebih	2.3	cukup	3	cukup	1.2	kurang	0.5	kurang
3	103	Kos (bersama teman)	19	51.9	159	20.5	Normal	3.5	cukup	3.5	cukup	1.4	kurang	2.3	kurang	1.8	kurang
4	250.2	Kos (sendiri)	18	42.6	158.8	16.9	Kurus (berat)	3	cukup	3.3	cukup	1.3	kurang	6	lebih	2.4	cukup
5	236	Kos (bersama teman)	21	42	150	18.66	Normal	5	lebih	4.1	lebih	4.2	lebih	5.5	lebih	0.6	kurang
6	106.1	Kos (sendiri)	19	49.3	158.4	19.65	Normal	3.4	cukup	2	cukup	4.2	lebih	3.4	cukup	1.2	kurang
7	164	Kos (sendiri)	19	52.1	158	20.87	Normal	4.2	lebih	2.4	cukup	3.2	cukup	2.6	kurang	2.1	cukup
8	186.8	Kos (sendiri)	18	67	155	17.75	Kurus (ringan)	5.3	lebih	2.5	cukup	3.7	cukup	2.9	kurang	3.2	lebih
9	67.3	Kos (sendiri)	18	36	151	15.788	Kurus (berat)	2.3	kurang	3.2	cukup	0	kurang	0.6	kurang	4	lebih
10	292	Dirumah Keluarga/saudara	18	44	158	17.625	Kurus (ringan)	2.3	kurang	2.1	cukup	3	cukup	5.2	lebih	7	lebih
11	292	Kos (sendiri)	19	60	168	21.2	Normal	5.2	lebih	2.3	cukup	3.8	cukup	2.1	kurang	0	kurang
12	49	Kos (sendiri)	19	47.2	159.5	18.67	Normal	2.3	cukup	3	cukup	2.4	cukup	2.4	kurang	3	cukup
13	261	Dirumah Keluarga/saudara	19	40	145	19.04	Normal	3.6	cukup	2	cukup	2	cukup	2	kurang	0.3	kurang
14	237.7	Kos (sendiri)	19	42.9	152	18.57	Normal	9.3	lebih	8	lebih	3	cukup	3	cukup	2	cukup
15	230.2	Kos (bersama teman)	19	40	148	18.26	Kurus (ringan)	4.3	lebih	1.3	kurang	1.2	kurang	1.3	kurang	4	lebih
16	238	Kos (sendiri)	1	45	151.8	19.53	Normal	3.6	cukup	2.4	cukup	3.2	cukup	1.4	kurang	2.3	cukup
17	160	Kos (sendiri)	20	48	148	21.91	Normal	3.2	cukup	4.2	lebih	3	cukup	4.2	lebih	4.2	lebih
18	130	Dirumah Keluarga/saudara	19	44	158.6	17.5	Kurus (ringan)	4.1	lebih	0.6	kurang	0.1	kurang	0.3	kurang	0.4	kurang
19	189	Kos (sendiri)	19	51.5	149	23.32	Normal	9.2	lebih	3	cukup	2.5	cukup	2.4	kurang	5.9	lebih

20	103	Kos (bersama teman)	19	53	155.8	21.81	Normal	2.2	kurang	4	cukup	3	cukup	4	cukup	0.12	kurang
21	25.7	Kos (sendiri)	20	47	153	20.08	Normal	3.7	cukup	2	cukup	1.2	kurang	3.1	cukup	2.8	cukup
22	225	Dirumah Keluarga/saudara	19	60	160	23.43	Normal	3.4	cukup	2.7	cukup	4.3	lebih	6.1	lebih	3.5	lebih
23	291.1	Kos (sendiri)	20	45	150	20	Normal	2.3	kurang	2	cukup	2.5	cukup	0.2	kurang	0.2	kurang
24	195.3	Kos (sendiri)	19	46	160	18	Kurus (ringan)	2.1	kurang	3.4	cukup	3.5	cukup	1.2	kurang	0	kurang
25	222	Kos (sendiri)	19	55.9	161	21.2	Normal	8.4	lebih	4.7	lebih	3.1	cukup	7.9	lebih	3.2	lebih
26	302.67	Kos (sendiri)	19	50	148	22.83	Normal	5.7	lebih	3.7	cukup	6.25	lebih	7.3	lebih	2.6	cukup
27	151	Kos (sendiri)	19	42	165	15.42	kurus (berat)	3	cukup	5.4	lebih	1.8	kurang	8.2	lebih	0.5	kurang
28	122.2	Kos (sendiri)	18	55	155	22.9	Normal	5	lebih	2.7	cukup	1.2	kurang	2	kurang	3.5	lebih
29	506.3	Kos (bersama teman)	19	40	149	18	Kurus (ringan)	3.1	cukup	3.3	cukup	2.5	cukup	5.8	lebih	5.8	lebih
30	227	Kos (sendiri)	19	39	160	15.2	Kurus (berat)	2.7	kurang	1.2	kurang	1.2	kurang	0.8	kurang	1.1	kurang
31	130	Kos (sendiri)	19	50	152	21.64	Normal	13	lebih	3.1	cukup	1.2	kurang	5.8	lebih	0.5	kurang
32	410.5	Kos (sendiri)	19	37	144	17.84	Kurus (ringan)	8.6	lebih	4.6	lebih	3.6	cukup	5.2	lebih	4.1	lebih
33	165	Kos (bersama teman)	20	56	169	19.04	Normal	7.6	lebih	8.1	lebih	3.75	cukup	1.1	kurang	0	kurang
34	256	Kos (sendiri)	19	58.6	160	21.09	Normal	8.4	lebih	2.1	cukup	6.25	lebih	6.3	lebih	4.7	lebih
35	106.5	Kos (sendiri)	18	60	160	23	Normal	7.3	lebih	8.5	lebih	5.6	lebih	5.2	lebih	10.3	lebih
36	85	Kos (bersama teman)	17	52.4	156.6	21.38	Normal	3.3	cukup	4.5	lebih	3	cukup	3	cukup	1.3	kurang
37	164	Kos (sendiri)	21	63	162.5	24	Normal	7.3	lebih	5	lebih	2.5	cukup	7.3	lebih	5.8	lebih
38	94.6	Kos (sendiri)	19	40	157	16.22	Kurus (berat)	2.1	kurang	2.9	cukup	2.4	cukup	5.8	lebih	1.7	kurang
39	50	kos 9s	19	46	155	19.14	Normal	3.2	cukup	4.5	lebih	4.1	lebih	0.4	kurang	1.3	kurang
40	103	Kos (sendiri)	20	45	165	16.5	Kurus (berat)	3	cukup	2	cukup	0.5	kurang	4.1	lebih	1.1	kurang
41	222	Kos (sendiri)	19	46	163	17.35	Kurus (ringan)	1	kurang	3.9	cukup	1.8	kurang	1.1	kurang	1.2	kurang
42	410.5	kos (bersama teman)	19	59	150	26.22	Gemuk (ringan)	9.3	lebih	3.1	cukup	6.2	lebih	2.9	kurang	2	cukup
43	110	Kos (bersama teman)	18	49	164	17.99	Kurus (ringan)	5	lebih	6.5	lebih	7.5	lebih	8.8	lebih	2.9	cukup
44	256.3	Kos (bersama teman)	19	80	155	33.3	Gemuk (berat)	8.1	lebih	9.6	lebih	0.6	kurang	1.5	kurang	6.1	lebih

45	280	Kos (bersama teman)	19	39	154	16	Kurus (berat)	3.4	kurang	3	cukup	0.3	kurang	0	kurang	0.5	kurang
46	168.5	Dirumah Keluarga/saudara	19	56	155	23.3	Normal	4	cukup	3.1	cukup	2.5	cukup	1.5	kurang	3.8	kurang
47	166.6	Kos (sendiri)	19	46	151	19.9	Normal	4	cukup	2.7	cukup	0	kurang	0.6	kurang	0	kurang
48	259.1	Kos (sendiri)	19	42	150	18.67	Normal	8.5	lebih	2.7	cukup	2.5	cukup	3.5	cukup	3.2	kurang
49	168.5	Kos (bersama teman)	18	68	162	25	Normal	5	lebih	3.1	cukup	4.4	lebih	9.1	lebih	6.2	lebih
50	164	Kos (sendiri)	18	43	148	19.6	Normal	5.1	lebih	2.4	cukup	4.4	lebih	4.1	lebih	3.3	lebih
51	186	rumah pribadi	20	50	148	22.83	Normal	3.2	cukup	2	cukup	1.5	kurang	3.6	cukup	2.3	cukup
52	274	Kos (sendiri)	18	48	154	20.33	Normal	5.8	lebih	2.3	cukup	4.4	lebih	2.9	kurang	1.2	kurang
53	188.3	Kos (sendiri)	20	65	163	24.5	Normal	5.7	lebih	3.1	cukup	3.1	cukup	2.4	kurang	0	kurang
54	160	Kos (bersama teman)	19	51	154	21.5	Normal	6.5	lebih	4.8	lebih	0.6	kurang	7.4	lebih	2.9	cukup
55	193.4	Kos (sendiri)	20	43	155	17.9	Kurus (ringan)	2.9	kurang	1.9	kurang	2.5	cukup	1.8	kurang	0.5	kurang
56	216	Kos (sendiri)	20	60	167	21.51	Normal	4.1	lebih	3.2	cukup	0.6	kurang	2.1	kurang	2	cukup
57	130	Kos (sendiri)	20	45	150	20	Normal	6.5	lebih	5.6	lebih	6.25	lebih	8.8	lebih	0	kurang
58	282.7	Kos (sendiri)	18	40	153	17.08	Kurus (ringan)	2.9	kurang	4.8	lebih	4	cukup	2.9	kurang	2.9	cukup
59	107.5	Kos (bersama teman)	20	53	156	23	Normal	5.4	lebih	3.9	cukup	2.5	cukup	3.8	cukup	1.2	kurang
60	107.5	Kos (bersama teman)	19	42	153	17.9	Normal	4.2	lebih	2.5	cukup	5	lebih	1.5	kurang	1.2	kurang
61	107.5	Kos (sendiri)	19	45.5	157	18.2	Kurus (ringan)	3	cukup	2.7	cukup	3.75	cukup	1.2	kurang	1.2	kurang
62	323	Dirumah Keluarga/saudara	20	58	158	23.2	Normal	9.6	lebih	5.4	lebih	3.1	cukup	9.8	lebih	3.5	kurang
63	276.9	Kos (sendiri)	19	49	153	20.9	Normal	8.1	lebih	3.3	cukup	2.5	cukup	5.6	lebih	3.8	lebih
64	836	Kos (bersama teman)	19	38.9	156	15.98	Kurus (berat)	1.3	kurang	3.8	cukup	1.7	kurang	1.4	kurang	0.5	kurang
65	218.6	Kos (bersama teman)	20	47.2	164	17.54	Kurus (ringan)	2.7	cukup	3.5	cukup	3.1	cukup	4.4	cukup	8.5	lebih
66	646	Kos (sendiri)	18	67	155	27.88	Gemuk (berat)	3.4	cukup	2.2	cukup	1.9	kurang	1.8	kurang	2.1	cukup
67	107.5	Kos (sendiri)	20	45.3	153	19.35	Normal	3.5	cukup	2.5	cukup	1.25	kurang	2.1	kurang	0.3	kurang
68	59.8	Kos (bersama teman)	19	44	157	17.85	Kurus (ringan)	2.4	cukup	3.1	cukup	2.5	cukup	2.6	kurang	1.7	kurang
69	186	Kos (bersama teman)	20	60	165	22.04	Normal	5.7	lebih	3.5	cukup	0	kurang	0	kurang	2.9	cukup

70	202	Kos (sendiri)	20	49	157	19.9	Normal	5.3	lebih	2.1	cukup	1.25	kurang	0.8	kurang	0.8	kurang
71	1.301	Kos (sendiri)	19	90	160	35.2	Gemuk (berat)	8.1	lebih	3.3	cukup	8.75	lebih	1.5	kurang	2.1	cukup
72	1309	Kos (sendiri)	21	80	160	31.25	Gemuk (berat)	5.1	lebih	3.2	cukup	4.2	lebih	1.7	kurang	0.6	kurang
73	216	Kos (bersama teman)	20	62	154	26.14	Gemuk (ringan)	4.6	lebih	8.7	lebih	6.25	lebih	5.8	lebih	1.5	kurang
74	216	Kos (bersama teman)	20	52	159	20.56	Normal	6.1	lebih	1.25	kurang	1.25	kurang	0.3	kurang	0	kurang
75	205	Kos (bersama teman)	20	40	150	17.8	Kurus (ringan)	3.1	cukup	3.1	cukup	3.8	cukup	2.4	kurang	1.2	kurang
76	190	Kos (bersama teman)	20	45	148	20.54	Normal	1.9	kurang	2.9	cukup	2.5	cukup	2.4	kurang	1.4	kurang
77	153	Kos (sendiri)	20	69	154	26.99	Gemuk (ringan)	5.3	lebih	2.9	cukup	2.5	cukup	4.1	lebih	3.8	lebih
78	213	Kos (sendiri)	20	64	152	27.7	Gemuk (berat)	2	cukup	3.3	cukup	3.1	cukup	0.8	kurang	1.4	kurang
79	183	Kos (sendiri)	20	58.3	155	24.27	Gemuk (ringan)	5	lebih	2.2	cukup	2.5	cukup	2.3	kurang	2.4	cukup
80	40.7	Kos (sendiri)	20	63	155	26.2	Gemuk (ringan)	6.5	lebih	4.5	lebih	2.5	cukup	4.4	lebih	1.7	kurang
81	280	Kos (sendiri)	20	54	162	20.6	Normal	5.7	lebih	2.9	cukup	1.25	kurang	4.7	lebih	1.2	kurang
82	200	Dirumah Keluarga/saudara	20	66	161	25.46	Gemuk (ringan)	7.3	lebih	4.2	lebih	2.4	cukup	1.3	kurang	0	kurang
83	227.5	Kos (sendiri)	20	43	160	16.8	Kurus (berat)	4.7	lebih	2	cukup	1.9	kurang	0	kurang	0	kurang
84	25	Kos (sendiri)	19	50	165	18.4	Kurus (ringan)	3.1	cukup	2.1	cukup	1.4	kurang	0	kurang	2.3	cukup
85	41	Kos (bersama teman)	20	60	163	22.58	Normal	3.1	cukup	0.2	kurang	3.1	cukup	0.6	kurang	0.5	kurang
86	1220	Kos (sendiri)	20	46	150	20.44	Normal	3.15	cukup	3.05	cukup	4.1	lebih	6.37	lebih	4.15	lebih
87	101.2	Kos (bersama teman)	20	42	152	18.17	Kurus (ringan)	2.25	kurang	0.17	kurang	0.1	kurang	0.2	kurang	0.4	kurang
88	40	Kos (sendiri)	20	54	159	21.4	Normal	5.1	lebih	2.3	cukup	0.4	kurang	0.2	kurang	0.5	kurang
89	102.2	Kos (bersama teman)	20	44	153	18.8	Normal	2.4	kurang	4.2	lebih	2.4	cukup	1.3	kurang	3.1	lebih
90	40	Kos (bersama teman)	20	40	155	16.64	Kurus (berat)	1.8	kurang	2.7	cukup	0.3	kurang	1.5	kurang	1	kurang
91	200	Kos (sendiri)	20	56	158	22.48	Normal	3.2	cukup	1.63	kurang	1.05	kurang	0.42	kurang	0.62	kurang
92	265	Kos (bersama teman)	20	47	153.5	20	Normal	3.5	cukup	1.5	kurang	0.4	kurang	0.6	kurang	0.4	kurang
93	60.6	Kos (sendiri)	20	47	158	19.1	Normal	2.4	kurang	3.05	cukup	0.65	kurang	0.42	kurang	0.35	kurang
94	297	Kos (sendiri)	20	47	149	21.16	Normal	4.4	lebih	6.1	lebih	5.5	lebih	4	cukup	5.3	kurang

95	161.8	Kos (bersama teman)	20	80	160	31.25	Gemuk (berat)	3.5	cukup	6.7	lebih	4.1	lebih	0.6	kurang	2.6	cukup
96	152	Kos (sendiri)	20	68	168	24.09	Normal	4	cukup	2.5	cukup	2.4	cukup	1.3	kurang	0	kurang
97	256.3	Kos (sendiri)	21	47	156	19.34	Normal	3.1	cukup	2.1	cukup	2.4	cukup	0	kurang	4	lebih
98	72	Kos (sendiri)	19	46	154	19.4	Normal	3.6	cukup	3	cukup	4	lebih	3.6	cukup	1.7	kurang
99	107.5	Kos (sendiri)	20	43	155	17.89	Kurus (ringan)	2.1	kurang	2	cukup	3.1	cukup	0.2	kurang	0.5	kurang
100	300.17	Kos (sendiri)	20	60	160	23.4	Normal	2.2	kurang	1.15	kurang	0.75	kurang	0.75	kurang	0.38	kurang
101	40	Kos (bersama teman)	20	60	163	22.58	Normal	4	cukup	3.1	cukup	3.6	cukup	0	kurang	2.7	cukup
102	1.220	Kos (sendiri)	20	46	150	20.44	Normal	5	lebih	2.2	cukup	3.1	cukup	2.3	kurang	2.4	cukup
103	78.92	Kos (bersama teman)	19	39	152	17	Kurus (ringan)	1.1	kurang	0.22	kurang	0.3	kurang	0.6	kurang	0.5	kurang