

Lampiran 1. Surat Rekomendasi Penelitian Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Denpasar



KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
DIREKTORAT JENDERAL TENAGA KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN DENPASAR
Alamat : Jalan Sanitasi No. 1 Sidakarya, Denpasar
Telp : (0361) 710447, Faksimile : (0361) 710448
Laman (Website) : <https://www.poltekkes-denpasar.ac.id/>
Email : info@poltekkes-denpasar.ac.id



Badung, 14 Juli 2022

Kepada

Nomor : PP.02.01/031/0747 /2022

Lampiran : 1 (satu) gabung

Perihal : Mohon Izin Penelitian

Yth. Kepala Dinas Penanaman

Modal dan Pelayanan

Terpadu Satu Kabupaten

Badung

di-

Badung

Bersama ini kami menghadapkan :

Nama : Ni Putu Setya Puri Cahyani

NIM : P07131219002

Lama Penelitian : 31 Juli 2022 s/d 31 Desember 2022

Judul : Hubungan Aktivitas Sedentari dan Tingkat Konsumsi Zat Gizi Makro dengan Status Gizi Anak Sekolah Pada Pasca Pandemi Covid-19 di SMP Negeri 5 Mengwi

Lokasi Penelitian : SMP Negeri 5 Mengwi



Alamat Penelitian : Jalan Kantor Lurah No.1 Sading, Mengwi, Badung

Bersama ini kami mohon bantuan Bapak/Ibu agar berkenan memberikan ijin bagi mahasiswa tersebut, untuk melakukan penelitian selama menyusun skripsi/tugas akhir.

Demikian surat permohonan ini kami sampaikan, alas perhatian dan kerjasamanya kami sampaikan terima kasih.



Lampiran 2. Surat Keterangan Izin Penelitian SMP Negeri 5 Mengwi

**PEMERINTAH KABUPATEN BADUNG**
DINAS PENDIDIKAN KEPEMUDAAN DAN OLAH RAGA
SMP NEGERI 5 MENGWI
Alamat : Jln. Kantor Larah Saling - Mengwi-Kab. Badung
Tlp. (0361) 9007377, Email : smn5.mengwi@gmail.com


SURAT KETERANGAN
NOMOR : 421/088.1/SMPN 5 MGW/22

Yang bertanda tangan di bawah ini Kepala SMP Negeri 5 Mengwi, Kabupaten Badung, Propinsi Bali dengan ini menerangkan:

Nama : Ni Putu Setya Puri Cahyani ✓
NIM : P07131219002
Program Studi : Sarjana Terapan Gizi
Fakultas : Poltekkes Kemenkes Denpasar
Universitas : Politeknik Kesehatan Denpasar

Memang benar mahasiswa tersebut diatas diijinkan melaksanakan penelitian pada bulan Nopember 2022 di kelas VII dan VIII di SMP Negeri 5 Mengwi.

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


4 April 2022
Kepala SMP Negeri 5 Mengwi
I Made Puriada, S.Pd., M.Pd. ✓
NIP. 19680808 199202 1 004

Lampiran 3. Surat Izin Penelitian Kabupaten Badung



PEMERINTAH KABUPATEN BADUNG
DINAS PENANAMAN MODAL
DAN PELAYANAN TERPADU SATU PINTU
PUSAT PEMERINTAHAN KABUPATEN BADUNG "MANGUPRAJA MANDALA"
JALAN RAYA SEMPIDI, MENGWI, BADUNG BALI (80351)
Telp. (0361) 4715259, Faks : (0361) 4715258 Email : dpmpstspbadungkab@gmail.com
Website : <http://dpmpstsp.badungkab.go.id>

Nomor : 2063/SKP/DPMPSTSP/VII/2022
Lampiran : -
Perihal : Surat Keterangan Penelitian
Kepada :
Yth. Kepala SMP Negeri 5 Mengwi
di -
Manqupura

Berdasarkan permohonan dengan nomor pendaftaran 220715110901, maka Bupati Badung memberikan Surat Keterangan Penelitian Kepada :

Nama : NI PUTU SETYA PURI CAHYANI
Pekerjaan : MAHASISWA
Alamat Pemohon : LINGKUNGAN GROGKAK, KELURAHAN SEMPIDI, KECAMATAN MENGWI, KABUPATEN BADUNG
Nama Instansi : JURUSAN GIZI POLTEKES KEMENKES DENPASAR
Alamat Instansi : JALAN GUMITIR, GANG ANGGREK NO.72, DESA KESIMAN KERTALANGU, KECAMATAN DENPASAR TIMUR, KOTA DENPASAR
Judul Penelitian : HUBUNGAN AKTIVITAS SEDENTARI DAN TINGKAT KONSUMSI ZAT GIZI MAKRO DENGAN STATUS GIZI ANAK SEKOLAH PADA PASCA PANDEMI COVID-19 DI SMP NEGERI 5 MENGWI
Jumlah Peneliti : 1 ORANG
Lokasi Penelitian : SMP NEGERI 5 MENGWI
Tujuan Penelitian : MENGETAHUI HUBUNGAN AKTIVITAS SEDENTARI DAN TINGKAT KONSUMSI ZAT GIZI MAKRO DENGAN STATUS GIZI ANAK SEKOLAH PADA PASCA PANDEMI COVID-19 DI SMP NEGERI 5 MENGWI
Lama Penelitian : 31 JULI 2022 s/d 31 DESEMBER 2022

dengan ketentuan sebagai berikut :

1. Sebelum mengadakan Penelitian agar melapor kepada Instansi yang dituju serta instansi yang tercantum pada tembusan surat ini.
2. Saat mengadakan Penelitian agar mentaati dan menghormati ketentuan yang berlaku pada lokasi Penelitian dan wilayah setempat.
3. Tidak dibenarkan melakukan kegiatan yang tidak ada kaitannya dengan tujuan penelitian dan apabila melanggar ketentuan yang berlaku maka Surat Keterangan Penelitian ini akan dicabut serta dihentikan segala kegiatannya.
4. Apabila masa berlaku Surat Keterangan Penelitian telah berakhir, sedangkan penelitian belum selesai agar mengurus kembali Surat Keterangan Penelitian sesuai ketentuan yang berlaku.
5. Setelah kegiatan Penelitian selesai, agar melapor ke Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Kabupaten Badung secara daring serta mengunggah hasil penelitian melalui aplikasi www.laperon.badungkab.go.id.

Dikeluarkan di : Mangupura
Pada Tanggal : 20 JULI 2022

**IZIN INI TIDAK
DIPUNGUT BIAYA**

Jangan berikan imbalan dalam bentuk apapun kepada petugas kami sebagai upaya mewujudkan Zona Integritas & Pelayanan Prima



ID:220715110901



KEPALA DINAS PENANAMAN MODAL DAN PELAYANAN TERPADU SATU PINTU KABUPATEN BADUNG,

I MADE AGLUS ARYAWAN, S.T., M.T.
NIP. 19720828 199803 1 018

Tembusan disampaikan kepada :

1. Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Kabupaten Badung.
2. Kepala Dinas Pendidikan, Kepemudaan dan Olahraga Kabupaten Badung.
3. Yang Bersangkutan.
4. Arsip.

1. Dokumen ini diterbitkan sistem LAPERON berdasarkan data dari Pemohon, tersimpan dalam sistem LAPERON, yang menjadi tanggung jawab Pemohon
2. Dalam hal terjadi kekeliruan isi dokumen ini akan dilakukan perbaikan sebagaimana mestinya
3. Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh BSR-E-BSSN



Lampiran 4. Surat Persetujuan Etik Poltekkes Kemenkes Denpasar



KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
BADAN PENGEMBANGAN DAN PEMBERDAYAAN
SUMBER DAYA MANUSIA KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN DENPASAR
KOMISI ETIK PENELITIAN KESEHATAN (KEPK)
Alamat : Jl. Sanitasi No 1 Sidakarya Denpasar Selatan
Telp : (0361) 710447 Faximili : (0361) 710448
Laman (website) : www.poltekkes-denpasar.ac.id



PERSETUJUAN ETIK / ETHICAL APPROVAL

Nomor : LB.02.03/EA/KEPK/ 0609 /2022

Yang bertandatangan di bawah ini Ketua Komisi Etik Penelitian Kesehatan Poltekkes Denpasar, setelah dilaksanakan pembahasan dan penilaian, dengan ini memutuskan protokol penelitian yang berjudul :

Hubungan Aktivitas Sedentari dan Tingkat Konsumsi Zat Gizi Makro dengan Status Gizi Anak Sekolah Pada Pasca Pandemi Covid-19 di SMP Negeri 5 Mengwi

yang mengikutsertakan manusia sebagai subyek penelitian, dengan Ketua Pelaksana/Peneliti Utama :

Ni Putu Setya Puri Cahyani

LAIK ETIK. Persetujuan ini berlaku sejak tanggal ditetapkan sampai dengan batas waktu pelaksanaan penelitian seperti tertera dalam protokol dengan masa maksimum selama 1 (satu) tahun

Pada akhir penelitian, peneliti menyerahkan laporan akhir kepada KEPK-Poltekkes Denpasar. Dalam pelaksanaan penelitian, jika ada perubahan dan/atau perpanjangan penelitian, harus mengajukan kembali permohonan kaji etik penelitian (amandemen protokol)

Denpasar, 2 Agustus 2022

Ketua,



Dr. Ni Korang Yuni Rahyani, S.Si.T., M.Kes

Lampiran 5. Data Pendukung

PERHITUNGAN BESAR SAMPEL MINIMAL

Siswa kelas VII di SMP Negeri 5 mengwi yaitu berjumlah 321 siswa (laki-laki dan perempuan) dan siswa kelas VIII di SMP Negeri 5 Mengwi yaitu berjumlah 363 (laki-laki dan perempuan), sehingga total populasi yaitu 684 siswa. Setelah dimasukkan ke dalam rumus, besar sampel minimal yaitu sebagai berikut.

Rumus :

$$n = \frac{N}{1 + N(e)^2}$$

Keterangan :

n = besar sampel

N = besar populasi

e = kelonggaran ketidaktelitian karena kesalahan pengambilan sampel yang dapat ditoleransi (0,1).

Perhitungan :

$$n = \frac{N}{1 + N(e)^2}$$

$$n = \frac{684}{1 + 684 (0,1)^2}$$

$$n = \frac{684}{1 + 684 (0,01)}$$

$$n = \frac{684}{1 + 6,84}$$

$$n = \frac{684}{7,84}$$

$$n = 87,24 = 90 \text{ sampel}$$

PERHITUNGAN JUMLAH SAMPEL SETIAP KELAS

Siswa kelas VII (VII A-VII J) di SMP Negeri 5 mengwi yaitu berjumlah 321 siswa (laki-laki dan perempuan) dan siswa kelas VIII (VIII A-VIII K) di SMP Negeri 5 Mengwi yaitu berjumlah 363 (laki-laki dan perempuan), sehingga total populasi yaitu 684 siswa. Setelah dimasukkan ke dalam rumus slovin, besar sampel minimal didapatkan sebanyak 90 sampel. Pengambilan sampel disetiap kelas menggunakan rumus *proporsional simple random sampling*.

Rumus :

$$\frac{NK}{N} \times n$$

Keterangan :

NK = besar populasi perkelas

N = besar populasi

n = besar sampel

Perhitungan sampel kelas VII :

$$\text{Kelas VII A} = \frac{32}{684} \times 90 = 4,21 = 4 \text{ orang}$$

$$\text{Kelas VII B} = \frac{33}{684} \times 90 = 4,34 = 5 \text{ orang}$$

$$\text{Kelas VII C} = \frac{32}{684} \times 90 = 4,21 = 4 \text{ orang}$$

$$\text{Kelas VII D} = \frac{32}{684} \times 90 = 4,21 = 4 \text{ orang}$$

$$\text{Kelas VII E} = \frac{32}{684} \times 90 = 4,21 = 4 \text{ orang}$$

$$\text{Kelas VII F} = \frac{32}{684} \times 90 = 4,21 = 4 \text{ orang}$$

$$\text{Kelas VII G} = \frac{31}{684} \times 90 = 4,07 = 5 \text{ orang}$$

$$\text{Kelas VII H} = \frac{32}{684} \times 90 = 4,21 = 4 \text{ orang}$$

$$\text{Kelas VII I} = \frac{32}{684} \times 90 = 4,21 = 4 \text{ orang}$$

$$\text{Kelas VII J} = \frac{33}{684} \times 90 = 4,34 = 5 \text{ orang}$$

Perhitungan sampel kelas VIII :

$$\text{Kelas VIII A} = \frac{33}{684} \times 90 = 4,34 = 4 \text{ orang}$$

$$\text{Kelas VIII B} = \frac{33}{684} \times 90 = 4,34 = 4 \text{ orang}$$

$$\text{Kelas VIII C} = \frac{33}{684} \times 90 = 4,34 = 4 \text{ orang}$$

$$\text{Kelas VIII D} = \frac{34}{684} \times 90 = 4,47 = 5 \text{ orang}$$

$$\text{Kelas VIII E} = \frac{33}{684} \times 90 = 4,34 = 5 \text{ orang}$$

$$\text{Kelas VIII F} = \frac{32}{684} \times 90 = 4,21 = 4 \text{ orang}$$

$$\text{Kelas VIII G} = \frac{33}{684} \times 90 = 4,34 = 4 \text{ orang}$$

$$\text{Kelas VIII H} = \frac{33}{684} \times 90 = 4,34 = 4 \text{ orang}$$

$$\text{Kelas VIII I} = \frac{33}{684} \times 90 = 4,34 = 4 \text{ orang}$$

$$\text{Kelas VIII J} = \frac{33}{684} \times 90 = 4,34 = 4 \text{ orang}$$

$$\text{Kelas VIII K} = \frac{33}{684} \times 90 = 4,34 = 4 \text{ orang}$$

Total Sampel = 89,94 orang

Total Pembulatan = 90 orang

Dari perhitungan dengan rumus diatas, diperoleh sampel untuk masing-masing kelas 4-5 orang. Dikarenakan pembulatan jumlah sampel pada masing-masing kelas, maka total sampel yang ditemukan sebanyak 90 sampel.

Lampiran 6. Persetujuan Setelah Penjelasan

PERSETUJUAN SETELAH PENJELASAN
(INFORMED CONSENT)
SEBAGAI PESERTA PENELITIAN

Yang terhormat Bapak/Ibu/Saudara/Adik, kami meminta kesediannya untuk berpartisipasi dalam penelitian ini. Keikutsertaan dari penelitian ini bersifat sukarela/tidak memaksa. Mohon untuk dibaca penjelasan dibawah dengan seksama dan disilahkan bertanya bila ada yang belum dimengerti.

Judul	Hubungan Aktivitas Sedentari dan Tingkat Konsumsi Zat Gizi Makro dengan Status Gizi Anak Sekolah Pada Pasca Pandemi COVID-19 Di SMP Negeri 5 Mengwi.
Peneliti Utama	Ni Putu Setya Puri Cahyani
Institusi	Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar
Peneliti Lain	7 orang
Lokasi Penelitian	SMP Negeri 5 Mengwi
Sumber pendanaan	Swadana

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan aktivitas sedentari dan tingkat konsumsi zat gizi makro dengan status gizi. Jumlah peserta sebanyak 92 orang dengan syarat yaitu :

a. Kriteria Inklusi

1. Siswa yang masih tercatat sebagai pelajar kelas VII dan VIII di SMP Negeri 5 Mengwi
2. Siswa berumur antara 13-15 tahun

3. Mampu berkomunikasi
4. Bersedia menjadi sampel
5. Tidak dalam keadaan sakit

b. Kriteria Eksklusi

1. Siswa yang sakit
2. Siswa yang mengalami kejadian tidak terduga (pindah sekolah atau lainnya)

Peserta akan diukur tinggi badan dan berat badannya lalu kemudian akan mengisi kuesioner ASAQ serta akan diwawancara mengenai tingkat konsumsi zat gizi makro dengan menjawab beberapa pertanyaan yang diajukan oleh enumerator, dimana waktu dalam wawancara adalah 20 menit. Pengambilan data hanya dilakukan empat kali selama penelitian, untuk pengambilan data tingkat konsumsi zat gizi makro dilakukan 2 kali pengambilan data dengan jarak 1 minggu.

Kepesertaan dalam penelitian ini tidak memberikan manfaat secara langsung kepada peserta penelitian, tetapi dengan penelitian ini peserta dapat mengetahui aktivitas sedentari dan tingkat konsumsi zat gizi makro selama bersekolah yang dijalankan sehari-hari oleh peserta.

Atas kesediaan berpartisipasi dalam penelitian ini maka akan diberikan imbalan sebagai pengganti waktu yang diluangkan untuk penelitian ini. Peneliti menjamin kerahasiaan semua data peserta penelitian ini dengan menyimpannya dengan baik dan hanya digunakan untuk kepentingan penelitian.

Kepesertaan Bapak/Ibu/Saudara/Adik pada penelitian ini bersifat sukarela. Bapak/Ibu/Saudara/Adik dapat menolak untuk menjawab pertanyaan yang diajukan pada penelitian atau menghentikan kepesertaan dari penelitian kapan saja tanpa ada sanksi.

Sebagai ucapan terima kasih atas partisipasi sebagai responden penelitian, peneliti akan memberikan bingkisan berupa satu paket alat tulis yang berisikan *notebook*, pulpen, pensil dan penghapus.

Jika setuju untuk menjadi peserta penelitian ini, Bapak/Ibu/Saudara/Adik diminta untuk menandatangani formulir ‘Persetujuan Setelah Penjelasan (*Informed Consent*)’ Sebagai *Peserta Penelitian atau ‘Wali’ setelah Bapak/Ibu/Saudara/Adik benar-benar memahami tentang penelitian ini. Bapak/Ibu/Saudara/Adik akan diberi Salinan persetujuan yang sudah ditanda tangani ini.

Bila selama berlangsungnya penelitian terdapat perkembangan baru yang dapat memengaruhi keputusan Bapak/Ibu/Saudara/Adik untuk kelanjutan kepesertaan dalam penelitian, peneliti akan menyampaikan hal ini kepada Bapak/Ibu/Saudara/Adik.

Bila ada pertanyaan yang perlu disampaikan kepada peneliti, silakan hubungi peneliti :

Ni Putu Setya Puri Cahyani

Mahasiswa Jurusan Gizi Prodi Gizi dan Dietetika Program Sarjana Terapan

Hp. 081353420301

Email: setyacahyani22@gamil.com

Tanda tangan Bapak/Ibu/Saudara/Adik dibawah ini menunjukkan bahwa Bapak/Ibu/Saudara/Adik telah membaca, telah memahami dan telah mendapat kesempatan untuk bertanya kepada peneliti tentang penelitian ini dan **menyetujui untuk menjadi peserta *penelitian/Wali.**

Tanda Tangan dan Nama

Tanggal (wajib diisi): / /

Hubungan dengan Peserta/ Subyek Penelitian:

(Wali dibutuhkan bila calon peserta adalah anak < 14 tahun, lansia, tuna grahita, pasien dengan kesadaran kurang – koma)

Peneliti

Tanda Tangan dan Nama

Tanggal

Tanda tangan saksi diperlukan pada formulir Consent ini hanya bila

- Peserta Penelitian memiliki kemampuan untuk mengambil keputusan, tetapi tidak dapat membaca/ tidak dapat bicara atau buta
- Wali dari peserta penelitian tidak dapat membaca/ tidak dapat bicara atau buta
- Komisi Etik secara spesifik mengharuskan tanda tangan saksi pada penelitian ini (misalnya untuk penelitian resiko tinggi dan atau prosedur penelitian invasive)

Catatan:

Saksi harus merupakan keluarga/guru/wali kelas/kepala sekolah peserta penelitian, tidak boleh anggota tim penelitian.

Saksi:

Saya menyatakan bahwa informasi pada formulir penjelasan telah dijelaskan dengan benar dan dimengerti oleh peserta penelitian atau walinya dan persetujuan untuk menjadi peserta penelitian diberikan secara sukarela.

Nama dan Tanda tangan saksi

Tanggal

(Jika tidak diperlukan tanda tangan saksi, bagian tanda tangan saksi ini dibiarkan kosong)

*coret yang tidak perlu

Lampiran 7. Formulir Identitas Responden

FORMULIR IDENTITAS RESPONDEN

Terima kasih telah meluangkan waktu untuk membantu penelitian ini. Anda akan membantu untuk lebih memahami tentang aktivitas sedentari dan tingkat konsumsi yang dilakukan remaja saat bersekolah dengan cara menjawab beberapa pertanyaan dalam kuesioner ini. Pengisian kuesioner ini membutuhkan waktu sekitar 10-15 menit untuk diselesaikan. Jawaban yang jujur dan benar akan menghasilkan data yang akurat.

Pertanyaan dalam kuesioner ini mencakup:

1. Identitas Respondent
2. Data Antropometri
3. Data riwayat makan 24 jam
4. Data aktivitas sedentari yang dilaksanakan.

Data yang telah Anda berikan bersifat rahasia dan hanya akan diketahui oleh Anda dan peneliti. Semua informasi yang diberikan hanya dimanfaatkan untuk kepentingan hasil/publikasi penelitian. Maka dari itu, silahkan menjawab setiap pertanyaan dengan jujur.

Hormat saya,

Ni Putu Setya Puri Cahyani

Tanggal Pengisian:

IDENTITAS RESPONDENT

() Diisi oleh Peneliti*

Kode Respondent (*) :.....
Email address :.....
Nama :.....
Jenis Kelamin :.....
TTL :.....
Usia :.....
Alamat :.....
No. Handphone :.....

DATA ANTROPOMETRI

() Diisi oleh Peneliti*

Berat Badan (kg) :.....
Tinggi Badan (cm) :.....
IMT (*) :.....
IMT/U (*) :.....
Status Gizi (*) :.....

Lampiran 8. Hasil Turnitin

HUBUNGAN AKTIVITAS SEDENTARI DAN TINGKAT KONSUMSI ZAT GIZI MAKRO DENGAN STATUS GIZI ANAK SEKOLAH PADA PASCA PANDEMI COVID-19 DI SMP NEGERI 5 MENGWI

ORIGINALITY REPORT

27 %	27 %	8 %	13 %
SIMILARITY INDEX	INTERNET SOURCES	PUBLICATIONS	STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1	repository.poltekkes-denpasar.ac.id Internet Source	5 %
2	Submitted to Badan PPSDM Kesehatan Kementerian Kesehatan Student Paper	2 %
3	eprints.poltekkesjogja.ac.id Internet Source	1 %
4	ejournal.unesa.ac.id Internet Source	1 %
5	repository.unair.ac.id Internet Source	1 %
6	www.slideshare.net Internet Source	1 %
7	docplayer.info Internet Source	1 %
8	repository.unhas.ac.id Internet Source	1 %

Lampiran 9. Kuesioner Aktivitas Sedentari

KUESIONER AKTIVITAS SEDENTARI

Nama Sampel :

Umur Sampel :

Hari, Tanggal :

Pikirkan ketika Senin-Sabtu saat bersekolah dan setelah bersekolah, lalu pikirkan berapa lama Anda melakukan aktivitas berikut dalam satuan jam atau menit.

Tabel 15
Kuesioner Aktivitas Sedentari

Kegiatan	Senin	Selasa	Rabu	Kamis	Jumat	Sabtu
	Jam/Menit	Jam/Menit	Jam/Menit	Jam/Menit	Jam/Menit	Jam/Menit
Menonton acara televisi						
Menonton video (DVD, video di <i>youtube</i> , dll)						
Bermain <i>playstation</i> , <i>game</i> di laptop, komputer, hp, maupun tablet.						
Menggunakan komputer untuk mengerjakan PR						

Mengerjakan PR tidak pada komputer						
Membaca novel/komik/majalah						
Belajar tambahan/ les						
Duduk di alat transportasi (sepeda, motor, mobil, bus, dll)						
Mengerjakan kerajinan atau melakukan <i>hobby</i> (selain berolahraga, menari, dan aktivitas fisik dengan pengeluaran energi yang sedang/tinggi)						
Menggunakan <i>social media</i>						
Bermain alat musik/mendengarkan musik						

Lampiran 10. Formulir Food Recall 24 Jam

FORMULIR FOOD RECALL 24 JAM

Nama Sampel :

Umur Sampel :

Hari, Tanggal :

Jabarkan komponen makanan yang dikonsumsi (misal : nasi, tempe, ayam, dll)

Tabel 16
Formulir Food Recall 24 Jam

Waktu Makan	Nama Makanan	Banyaknya		Ket
		URT	*Estimasi Berat (Gram)	
Makan Pagi				
Snack Pagi				

Makan Siang				
Snack Siang				
Makan Malam				
Snack Malam				

Keterangan :

URT : Ukuran Rumah Tangga misalkan buah, potong, sendok makan, dll.

*Estimasi Berat (gr) : Tidak perlu diisi oleh responden

Lampiran 11. Dokumentasi Kegiatan Penelitian

Tabel 17
Dokumentasi Penelitian

(Pengukuran antropometri, Wawancara recall, Wawancara Aktivitas sedentari,
Pemberian Bingkisan)



Lampiran 12. Contoh Perhitungan Status Gizi, Data Aktivitas Sedentari, dan Tingkat Konsumsi

1. Perhitungan Status Gizi

- **Identitas**

Usia : 13 tahun
Jenis kelamin : Laki-laki
BB : 63,9 kg
TB : 149,3 cm

- **Perhitungan IMT**

$$\text{IMT} = \frac{\text{Berat Badan (Kg)}}{\text{Tinggi Badan (m)}^2}$$

$$\text{IMT} = \frac{63,9}{1,493^2}$$

$$\text{IMT} = \frac{63,9}{2,23}$$

$$\text{IMT} = 28,65 \text{ kg/m}^2$$

- **Perhitungan Z-Score berdasarkan IMT/U**

Nilai Individu Subyek – Nilai Median Baku Rujukan

$$\text{Z-score} = \frac{\text{Nilai Individu Subyek} - \text{Nilai Median Baku Rujukan}}{\text{Nilai Simpang Baku Rujukan}}$$

$$\text{Z-score} = \frac{28,65 - 18,7}{(\text{Nilai} + 1\text{SD} - \text{IMT median})}$$

$$\text{Z-score} = \frac{28,65 - 18,7}{21,5 - 18,7}$$

$$\text{Z-score} = \frac{9,95}{2,8}$$

$$\text{Z-score} = + 3,55 \text{ (Obesitas)}$$

Catatan :

- 1) Gizi buruk (severely thinnes) = < -3SD
- 2) Gizi kurang (thinnes) = -3 SD s/d < -2SD
- 3) Gizi baik (Normal) = - 2 SD s/d + 1 SD
- 4) Gizi lebih (overweight) = + 1 SD s/d + 2 SD
- 5) Obesitas (obese) = > + 2 SD

2. Perhitungan Data Rata-rata Aktivitas Sedentari

Tabel 18
Contoh Perhitungan Aktivitas Sedentari

Kegiatan	Senin	Selasa	Rabu	Kamis	Jumat	Sabtu	Rata-rata (Total aktivitas senin- sabtu dibagi 6)
	Menit	Menit	Menit	Menit	Menit	Menit	
Menonton acara televisi	420	480	550	480	510	510	491,67
Menonton video (DVD, video di <i>youtube</i> , dll)	510	510	510	510	560	720	553,33
Bermain <i>playstation</i> , <i>game</i> di laptop, komputer, hp, maupun tablet.	420	420	550	550	550	720	535
Menggunakan komputer untuk mengerjakan PR	180	0	120	180	0	0	80
Mengerjakan PR tidak pada komputer	180	0	180	180	0	0	90
Membaca novel/komik/ majalah	0	0	0	0	0	720	120
Belajar tambahan/ les	0	90	0	0	90	0	30

Duduk di alat transportasi (sepeda, motor, mobil, bus, dll)	60	60	120	60	120	60	80
Mengerjakan kerajinan atau melakukan <i>hobby</i> (selain berolahraga, menari, dan aktivitas fisik dengan pengeluaran energi yang sedang/tinggi)	0	0	0	0	0	270	45
Menggunakan <i>social media</i>	720	720	750	750	750	810	750
Bermain alat musik/ mendengarkan musik	480	560	560	480	500	780	560
Rata-rata Aktivitas dalam 1 Hari (Rata-rata aktivitas senin-sabtu dibagi 11)							303,18 (5,1 jam)
Kategori Aktivitas Sedentari							Tinggi

Catatan :

- 1) Rendah (< 2 jam sehari)
- 2) Sedang (2-5 jam sehari)
- 3) Tinggi (> 5 jam sehari)

- Mengonversi Hasil Recall 1

Tabel 19
Contoh Konversi Recall 1

Waktu	Menu	Bahan Makanan	Berat	Energi	Protein		LEMAK	KH
					Hewani	Nabati		
Makan Pagi	Nasi putih	Beras giling	70	252	0	4,76	0,49	55,23
	Sup Ikan	Ikan segar	100	113	17	0	4,5	0
		Minyak kelapa sawit	8	72,16	0	0	8	0
	Tempe Bumbu Kuning	Tempe kedele murni	75	111,75	0	8,725	2	9,525
		Minyak kelapa sawit	8	72,16	0	0	8	0
	Tumis Wortel Tauge	Wortel	50	21	0	0,6	0,15	4,65
		Tauge kacang ijo	50	11,5	0	1,45	0,1	2,05
		Minyak kelapa sawit	7	63,14	0	0	7	0
Snack Pagi	Kue Bolu Pisang	Bolu Pisang	100	197	0	3,3	2,6	65,6
Sub Total				913,71	17	18,835	22,84	137,055
Makan Siang	Nasi putih	Beras giling	70	252	0	4,76	0,49	55,23
	Telur Balado	Telur ayam	60	97,2	7,68	0	6,9	0,42
		Minyak kelapa sawit	10	90,2	0	0	10	0
	Pepes Ikan	Ikan segar	75	84,75	12,75	0	3,375	0
		Minyak kelapa sawit	5	45,1	0	0	5	0

	Pepes Tahu	Tahu	50	34	0	3,9	1,3	0,8
	Sup Wortel Tauge	Tauge	50	9	0	0,4	0,1	2,05
		Wortel	50	21	0	0,6	0,15	4,65
		Minyak kelapa sawit	5	45,1	0	0	5	0
	Buah	Melon	100	28	0	0,5	0,2	26,9
Snack Siang	Curros coklat	Curros coklat	100	197	0	3,3	2,6	65,6
Sub Total				903,35	20,43	13,46	25,115	155,65
Makan Malam	Nasi putih	Beras giling	70	252	0	4,76	0,49	55,23
	Ayam BB Bali	Ayam	60	181,2	10,92	0	10	0
		Minyak kelapa sawit	5	45,1	0	0	5	0
	Botok Tempe	Tempe kedele murni	50	74,5	0	5,15	1	6,35
		Minyak kelapa sawit	5	45,1	0	0	5	0
	Udang saus tiram	Udang segar	50	45,5	10,5	0	0,1	0,05
	Tumis Labu Siam Wortel	Labu siam	50	13	0	0,3	0,05	3,35
		Wortel	50	21	0	0,6	0,15	4,65
Minyak kelapa sawit		5	45,1	0	0	5	0	
Snack Malam	Gorengan	Pisang goreng	100	46	0	0,5	0	22,2
Sub Total				768,5	21,42	11,31	26,79	91,83
Total				2585,6	102,455	74,745	384,535	
Kebutuhan				2.266,2	84,98	62,95	339,93	

- Mengonversi *Recall 2*

Tabel 19
Contoh Konversi *Recall 2*

Waktu	Menu	Bahan Makanan	Berat	Energi	Protein		LEMAK	KH
					Hewani	Nabati		
Makan Pagi	Nasi Putih	Beras giling	50	180	0	3,4	0,35	39,45
	Telur Bumbu Petis	Telur ayam	50	81	6,4	0	2,75	0,35
		Minyak kelapa sawit	5	45,1	0	0	5	0
	Tempe goreng	Tempe kedele murni	50	74,5	0	9,15	2	13,35
		Minyak kelapa sawit	5	45,1	0	0	5	0
	Tumis Tauge Labu Siam	Tauge kacang ijo	25	5,75	0	0,725	0,05	3,025
		Labu siam	25	6,5	0	0,15	0,025	3,025
		Minyak kelapa sawit	3	27,06	0	0	3	0
Snack Pagi	Dadar gulung	Dadar gulung	200	394	0	6,6	5,2	151,2
Sub Total				859,01	6,4	20,025	23,375	210,4
Makan Siang	Nasi Putih	Beras giling	50	180	0	3,4	0,35	39,45
	Ayam Bumbu Kare	Ayam	40	120,8	7,28	0	5	0
		Minyak kelapa sawit	2	18,04	0	0	2	0
	Cah Tahu	Tahu	30	20,4	0	2,34	1,38	0,48
		Minyak kelapa sawit	2	18,04	0	0	2	0
Telur Bumbu Merah	Telur ayam	50	81	6,4	0	2,75	0,35	

		Minyak kelapa sawit	2	18,04	0	0	2	0
	Sup Timun Wortel	Ketimun	25	4,5	0	0,2	0,05	1,025
		wortel	25	10,5	0	0,3	0,075	2,325
	Buah	Pisang rebus	100	99	0	1,2	0,2	35,8
Snack Siang	Roti strawberry	Roti strawberry	200	246,25	0	4,125	3,25	94,5
Sub Total				816,57	13,68	11,565	19,055	173,93
Makan Malam	Nasi Putih	Beras giling	50	180	0	3,4	0,35	39,45
	Ikan Bumbu Merah	Ikan segar	50	56,5	8,5	0	2,25	0
		Minyak kelapa sawit	5	45,1	0	0	5	0
	Tempe Goreng	Tempe kedele murni	50	74,5	0	9,15	2	13,35
		Minyak kelapa sawit	5	45,1	0	0	5	0
	Tumis Wortel Labu Siam	Wortel	30	12,6	0	0,36	0,09	3,79
		Labu siam	30	7,8	0	0,18	0,03	3,01
		Minyak kelapa sawit	1	9,02	0	0	1	0
Tum Telur	Telur ayam	50	81	6,4	0	2,75	0,35	
	Minyak kelapa sawit	2	18,04	0	0	2	0	
Snack Malam	Terang bulan keju 2 pcs	Terang bulan keju 2 pcs	100	156	0	0,5	0	92,2
Sub Total				685,66	14,9	13,59	20,47	152,15
Total				2403,68	81,34	67,22	572,95	
Kebutuhan				2.266,2	84,98	62,95	339,93	

- **Menghitung Tingkat Konsumsi**

- **Energi**

$$\begin{aligned} &= \frac{\text{Hasil Recall 1} + \text{Hasil Recall 2} : 2}{\text{Kebutuhan Energi}} \times 100\% \\ &= \frac{2585,6 + 2403,68 : 2}{2.266,2} \times 100\% \\ &= \mathbf{110,1\% \text{ (Berlebih)}} \end{aligned}$$

- **Karbohidrat**

$$\begin{aligned} &= \frac{\text{Hasil Recall 1} + \text{Hasil Recall 2} : 2}{\text{Kebutuhan Karbohidrat}} \times 100\% \\ &= \frac{384,535 + 572,95 : 2}{339,93} \times 100\% \\ &= \mathbf{140,8\% \text{ (Berlebih)}} \end{aligned}$$

- **Protein**

$$\begin{aligned} &= \frac{\text{Hasil Recall 1} + \text{Hasil Recall 2} : 2}{\text{Kebutuhan Protein}} \times 100\% \\ &= \frac{102,455 + 81,34 : 2}{84,98} \times 100\% \\ &= \mathbf{108,1\% \text{ (Adekuat)}} \end{aligned}$$

- **Lemak**

$$\begin{aligned} &= \frac{\text{Hasil Recall 1} + \text{Hasil Recall 2} : 2}{\text{Kebutuhan Lemak}} \times 100\% \\ &= \frac{74,745 + 67,22 : 2}{62,95} \times 100\% \\ &= \mathbf{112,8\% \text{ (Berlebih)}} \end{aligned}$$

Catatan :

- 1) Defisit : < 80% Kebutuhan
- 2) Adekuat : 80-110% Kebutuhan
- 3) Berlebih : >110% Kebutuhan

Lampiran 13. Surat Pernyataan Persetujuan Publikasi Repository

SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI REPOSITORY

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Ni Putu Setya Puri Cahyani
NIM : P07131219002
Program Studi : Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika
Jurusan : Gizi
Tahun Akademik : 2022/2023
Alamat : Banjar Grokgak Sempidi, Gang Bima, No.6, Mengwi
Nomor HP/Email : 081353420301 / setyacahyani22@gmail.com

Dengan ini menyerahkan karya tulis ilmiah berupa skripsi dengan judul :

“Hubungan Aktivitas Sedentari dan Tingkat Konsumsi Zat Gizi Makro dengan Status Gizi Anak Sekolah pada Pasca Pandemi COVID-19 di SMP Negeri 5 Mengwi”

1. Dan menyetujuinya menjadi hak milik Poltekkes Kemenkes Denpasar serta memberikan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif untuk disimpan, dialih mediakan, dikelola dalam pangkalan data dan publikasinya di internet atau media lain untuk kepentingan akademis selama tetap mencantumkan nama penulis sebagai pemilik Hak Cipta.
2. Pernyataan ini saya buat dengan bersungguh-sungguh. Apabila dikemudian hari terbukti ada pelanggaran Hak Cipta/Plagiarisme dalam karya ilmiah ini, maka segala tuntutan hukum yang timbul akan saya tanggung pribadi tanpa melibatkan pihak Poltekkes Kemenkes Denpasar.

Demikian surat pernyataan ini saya buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Denpasar, 20 Juni 2023
Yang menyatakan


Ni Putu Setya Puri Cahyani
NIM.P07131219002