

## DAFTAR PUSTAKA

- Andrini, P., Aisah, & Ariyanto. (2023, Oktober). Hubungan Pola Makan Dan Aktivitas Fisik Dengan Kejadian Overweight Pada Remaja. *Jurnal Kesehatan Mercusuar*, 6(2), 19-27.  
<https://jurnal.mercubaktijaya.ac.id/index.php/mercusuar/article/download/406/189/3257>
- AKG. (2019). *Angka Kecukupan Gizi Energi, Protein, Lemak, Mineral, dan Vitamin Yang Dianjurkan*. Retrieved Januari 16, 2024, from Lampiran Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 28 Tahun 2019: [http://hukor.kemkes.go.id/uploads/produk\\_hukum/PMK\\_No\\_28\\_Th\\_2019\\_ttg\\_Angka\\_Kecukupan\\_Gizi\\_Yang\\_Dianjurkan\\_Untuk\\_Masyarakat\\_Indonesia.pdf](http://hukor.kemkes.go.id/uploads/produk_hukum/PMK_No_28_Th_2019_ttg_Angka_Kecukupan_Gizi_Yang_Dianjurkan_Untuk_Masyarakat_Indonesia.pdf)
- Abdulkhakim, Tsani, M., Maripa, Anggita, Noviedayantie, Desty, et al. (2023, Februari 8). Ilmu Pangan Dan Gizi Vitamin . <https://digilib.uinsgd.ac.id/64365/>
- Anjarwati, R. (2019, Agustus 14). Hubungan antara Aktivitas Fisik dengan Indeks Massa Tubuh Mahasiswa PJKR Semester 4 di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta Tahun 2019. pp. 1-124.  
<https://eprints.uny.ac.id/65873/1/SKRIPSI%20RIA%20ANJARWATI%20PJKR%202015.pdf>
- Aulia, N. R. (2021, Februari ). Peran Pengetahuan Gizi Terhadap Asupan Energi, Status Gizi Dan Sikap Tentang Gizi Remaja. *Jurnal Ilmiah Gizi dan Kesehatan*, 2(2), 31-35.
- Berkah, A., & Agustiyani , I. (2021). Pengaruh Pola Makan Dengan Kejadian Gastritis di Puskesmas Setu I. *Jurnal Antara Keperawatan* , 4(1), 52-58.  
<http://ojs.abdinusantara.ac.id/index.php/antaraperawat/article/view/462>
- M., Saptiningsih, M., & Indriarini, M. Y. (2021, Februari). Hubungan tivitàs Fisik Dengan Pencegahan Hipertensi Pada Usia Dewasa da:Literature Review. *Jurnal Sahabat Keperawatan* , 3(1), 53-65.  
<https://jurnal.unimor.ac.id/index.php/JSK/article/view/937/473>



Daniati, L., Afriwardi, & Ilmiawati. (2020, Oktober ). Hubungan Aktivitas Fisik dengan Indeks Massa Tubuh (IMT) pada Siswa SMP Negeri 1 Padang. *Jurnal Ilmu Kesehatan Indonesia* , 1(2), 193-198.  
<http://download.garuda.kemdikbud.go.id/article.php?article=2857572&val=25341&title=Hubungan%20Aktivitas%20Fisik%20dengan%20Indeks%20Massa%20Tubuh%20IMT%20pada%20Siswa%20SMP%20Negeri%201%20Padang>

Delavita, T. Z., Ulvie, Y. N., Nugraheni, K., & Latrobdiba, Z. M. (2023, Oktober). Frekuensi, Jenis Camilan dan Aktivitas Fisik dengan Status Gizi Remaja Usia 13-15 Tahun. *Prosiding Seminar Nasional UNIMUS*, 6, 899-908.  
<https://prosiding.unimus.ac.id/index.php/semnas/article/view/1584>

Desi, Ernalina, Y., & Syuryadi, N. (2023, Desember ). Hubungan Pola Makan Dan Aktivitas Fisik Dengan Status Gizi Siswa/I Di SMP IT Al-Alami Indragiri Hulu. *Seminar Nasional Ketahanan Pangan*, 1, 1-12. <https://repository.uin-suska.ac.id/74033/>

Djamaluddin, I., Andiani , & Surasno, D. M. (2022). Hubungan Tingkat Kecukupan Zat Gizi dengan Status Gizi Anak Sekolah Dasar di SD Negeri 48 Kota Ternate Tahun 2019. *Jurnal BIOSAINSTEK*, 4(1), 22-31.  
<https://jurnal.umm.ac.id/index.php/BIOSAINSTEK/article/view/953/656>

Efendi, V. P., & Widodo, A. (2021, Desember ). Literature Review Hubungan Penggunaan Gawai Terhadap Aktivitas Fisik Remaja . *Jurnal Kesehatan Olahraga* , 9(4), 17-26. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-kesehatan-olahraga/article/view/41885>

Fitriani, R., Dewanti, L. P., Kuswari, M., Gifari, N., & Wahyuni, Y. (2020). Hubungan Antara Pengetahuan Gizi Seimbang, Citra Tubuh, Tingkat Kecukupan Energi Dan Zat Gizi Makro Dengan Status Gizi Pada Siswa. *Journal Health and Science Community*, 4(1), 29-38.  
<https://ejournal.ung.ac.id/index.php/gojhes/article/view/5041/1885>



sih, I., Purnomo, S. D., Retnowati, D., Zumaeroh, & Adhitya, B. (2022). Analisis Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Pemenuhan Gizi Keluarga Di sa Cilopadang Kecamatan Majenang. 476-484.

- Ganis, H. Y., Nur, M. L., & Riwu, R. R. (2023, April). Hubungan Antara Durasi Penggunaan Gawai, Aktivitas Fisik Dan Pola Makan Dengan Status Gizi Remaja Di SMPK St. Ignatius Loyola. *Jurnal PAZIH\_Pergizi Pangan DPD NTT*, 12(1), 24-35. <https://pergizipanganntt.id/ejpazih/index.php/filejurnal/article/view/188/182>
- GUSTI, A. A. (2023, November). Hubungan Kualitas Tidur Dan Aktivitas Fisik Terhadap Kesegaran Jasmani Peserta Didik Kelas 9 Smp Maria Assumpta Klaten Dengan Intensitas Penggunaan Gawai Sebagai Variabel Moderasi. 1-146. <https://eprints.uny.ac.id/79633/>
- Hafiza, D., Utami, A., & Niriayah, S. (2020, Oktober ). Hubungan Kebiasaan Makan Dengan Status Gizi Pada Remaja SMP YLPI Pekanbaru. *Jurnal Medika Hutama*, 2(1), 332-342.
- Hanani, R., Badrah, S., & Noviasy, R. (2021, Desember ). Pola Makan, Aktivitas Fisik dan Genetik Mempengaruhi Kejadian Obesitas Pada Remaja . *Jurnal Kesehatan Metro Sai Wawai*, 14(2), 120-129. [https://repository.unmul.ac.id/bitstream/handle/123456789/12015/2665-11231-1-PB%20\(3\).pdf?sequence=1](https://repository.unmul.ac.id/bitstream/handle/123456789/12015/2665-11231-1-PB%20(3).pdf?sequence=1)
- Hakimi, A. N., Sholichah, F., & Hayati, N. (2023, Februari). Hubungan Uang Saku dan Pola Konsumsi Makanan Terhadap Status Gizi Siswa SMP Negeri 16 Semarang. *Jurnal Ilmiah Gizi dan Kesehatan (JIGK)*, 4(2), 32-36. <https://jurnal.umus.ac.id/index.php/JIGK/article/view/1047/656>
- Harahap, N. L., Lestari, W., & Manggabarani, S. (2020, Oktober ). Hubungan Keberagaman Makanan, Makanan Jajanan Dan Aktivitas Fisik Dengan Status Gizi Remaja Di Kabupaten Labuhan Batu. *Nutrire Diaita*, 12(2), 45-51.
- Haura, H. (2021). Hubungan Frekuensi Dan Lama Bermain Game Online Serta Aktivitas Fisik Dan Pola Makan Dengan Status Gizi Remaja Semasa Covid-19 Pada Siswa SMP Islam Al-Kautsar Tangerang Selatan Tahun 2021 . 1-13. <https://repository.upnvj.ac.id/13325/2/AWAL.pdf>



- Herawati, V., Rizqi, E. R., & Afrinis, N. (2023, Maret). Hubungan Asupan Energi dan Pengetahuan Tentang Gizi Seimbang Dengan Status Gizi Remaja Posyandu Remaja Desa Pangkalan Jambi Kecamatan Bukti Batu. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 4(1), 65-77. <https://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/jkt/article/view/12105/9462>

Indrasari, O. R., & Sutikno, E. (2020, Juli). Faktor Yang Mempengaruhi Status Gizi Remaja Usia 16-18 Tahun. *Jurnal Kesehatan Indonesia*, 10(3), 128-132.

Irwanda, M., Suryani, D., Krisnasary, A., & Yandrizar. (2023, Januari ). Gambaran Asupan Energi, Zat Gizi Makro Dan Status Gizi Remaja Di SMP N 14 Kota Bengkulu Tahun 2022. *Jurnal Ilmu Pendidikan Nonformal*, 9(1), 199-208.  
<https://ejurnal.pps.ung.ac.id/index.php/Aksara/article/view/1621/1188>

Kemdikbud. *Pengukuran Status Gizi* . Retrieved Januari 16, 2024, from [https://lmsspada.kemdikbud.go.id/pluginfile.php/549755/mod\\_resource/content/1/Pengukuran%20Status%20Gizi.pdf](https://lmsspada.kemdikbud.go.id/pluginfile.php/549755/mod_resource/content/1/Pengukuran%20Status%20Gizi.pdf)

Kemenkes. (2018, Juni 28). *Aktivitas Fisik Ringan, Sedang dan Berat*. Retrieved Januari 17, 2024, from P2PTM Kementerian Kesehatan Republik Indonesia: <https://p2ptm.kemkes.go.id/infographic-p2ptm/obesitas/aktivitas-fisik-ringan>

Kemenkes. (2023, Oktober 4). *Arti Penting Zat Mineral bagi Tubuh*. Retrieved Mei 6, 2024, from Kementerian Kesehatan Republik Indonesia : [https://yankes.kemkes.go.id/view\\_artikel/2815/arti-penting-zat-mineral-bagi-tubuh#:~:text=Zat%20Mineral%20merupakan%20senyawa%20anorganik%20yang%20diperlukan%20tubuh,mg%20hari.%20Mikromineral%20%28traceelement%29%3A%20diperlukan%20dalam%20jumlah%20%3C%201](https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/2815/arti-penting-zat-mineral-bagi-tubuh#:~:text=Zat%20Mineral%20merupakan%20senyawa%20anorganik%20yang%20diperlukan%20tubuh,mg%20hari.%20Mikromineral%20%28traceelement%29%3A%20diperlukan%20dalam%20jumlah%20%3C%201)

Kemenkes. (2019, Juni 11). *Tabel Batas Ambang Indeks Massa Tubuh (IMT)*. Retrieved Januari 16, 2024, from P2PTM Kementerian Kesehatan Republik Indonesia : <https://p2ptm.kemkes.go.id/infographic-p2ptm/obesitas/tabel-batas-ambang-indeks-massa-tubuh-imt>

Kemenkes. (2021, September 18). *10 Manfaat Melakukan Aktivitas Fisik* . Retrieved Januari 19, 2024, from P2PTM Kementerian Kesehatan Republik Indonesia : <https://p2ptm.kemkes.go.id/infographic-p2ptm/obesitas//10-manfaat-melakukan-aktivitas-fisik>



. (2022, Juli 26). *Prinsip Etik pada Tindakan Keperawatan*. Retrieved Januari 22, 2024, from Kementerian Kesehatan Republik Indonesia :

[https://yankes.kemkes.go.id/view\\_artikel/514/prinsip-etik-pada-tindakan-keperawatan](https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/514/prinsip-etik-pada-tindakan-keperawatan)

Kemenkes. (2022, Juli 6). *Pilar Utama Dalam Prinsip Gizi Seimbang*. Retrieved Januari 13, 2024, from Kementerian Kesehatan Republik Indonesia : [https://yankes.kemkes.go.id/view\\_artikel/179/pilar-utama-dalam-prinsip-gizi-seimbang](https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/179/pilar-utama-dalam-prinsip-gizi-seimbang)

Kemenkes. (2022, November 30). *Fungsi Pangan dan Gizi untuk Kesehatan*. Retrieved Januari 13, 2024, from Kementerian Kesehatan Republik Indonesia : [https://yankes.kemkes.go.id/view\\_artikel/1867/fungsi-pangan-dan-gizi-untuk-kesehatan](https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/1867/fungsi-pangan-dan-gizi-untuk-kesehatan)

Kemenkes. (2022, September 16). *Indeks Massa Tubuh Remaja* . Retrieved Januari 16, 2024, from Kementerian Kesehatan Republik Indonesia : [https://yankes.kemkes.go.id/view\\_artikel/1546/indeks-massa-tubuh-remaja](https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/1546/indeks-massa-tubuh-remaja)

Kemenkes. (2023, Januari 25). *Prevalensi Stunting di Indonesia Turun ke 21,6% dari 24,4%*. Retrieved Januari 13, 2024, from Kementerian Kesehatan Republik Indonesia : <https://www.kemkes.go.id/id/rilis-kesehatan/prevalensi-stunting-di-indonesia-turun-ke-216-dari-244>

Kemenkes. (2023, Mei 25). *Gizi Seimbang Pada Remaja* . Retrieved Januari 13, 2024, from Kementerian Kesehatan Republik Indonesia : [https://yankes.kemkes.go.id/view\\_artikel/2487/gizi-seimbang-pada-remaja](https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/2487/gizi-seimbang-pada-remaja)

Khoerunisa, D., & Istianah, I. (2021, Desember ). The Relationship Of Macro Nutritional Intake And Physical Activity With Nutritional Status In Adolescents. *Jurnal Pangan Kesehatan Dan Gizi*, 2(1), 51-61.

Kresnawati , W., Ambarika, R., & Saifulah , D. (2022, Agustus ). Pengetahuan Dan Sikap Ibu Balita Sadar Gizi Terhadap Kejadian Stunting . *Journal Of Health Science Community* , 3(1), 26-33.  
<https://download.garuda.kemdikbud.go.id/article.php?article=3484728&val=304&title=Pengetahuan%20dan%20Sikap%20Ibu%20Balita%20Sadar%20Gizi%20Terhadap%20Kejadian%20Stunting>



- Lahiri, A., Chakraborty, A., Dasgupta, U., Roy, A. K., & Bhattacharyya, K. (2019, July-September). Effect of Dietary Habit and Physical Activity on Overnutrition of Schoolgoing Adolescents: A Longitudinal Assessment in a Rural Block of West Bengal. *Indian Journal of Public Health*, 63(3), 171-177.
- Lailani, F. K., Yuliana, & Yulastri, A. (2022, Desember). Literature Riview : Masalah Terkait Malnutrisi: Penyebab, Akibat, dan Penanggulangannya. *Jurnal Gizi dan Kesehatan*, 2(2), 129-138.
- Laulaulinnuha, D., Sartika, R. S., & Amaliah, L. (2024, April). Hubungan Konsumsi Minuman Manis dan Aktivitas Fisik dengan Status Gizi Lebih Siswa SMP Negeri 13 Kota Serang. *Jurnal Gizi Kerja dan Produktivitas*, 5(1), 157-163. <https://jurnal.untirta.ac.id/index.php/JGKP/article/view/25661>
- Leonardo, C., Dary, & Dese, D. C. (2021). Gambaran Status Gizi dan Aktivitas Fisik Remaja Selama Pandemi COVID-19. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 6(4), 79-84.
- Lestari, J. A., & Indrawati, V. (2023, Mei). Hubungan Durasi Penggunaan Gadget, Aktivitas Fisik, Dan Pola Makan Dengan Status Gizi Remaja Usia 13-15 Tahun Di Desa Sambeng, Kec.Kasiman, Kab.Bojonegoro. *GIZIDO*, 15(1), 14-26. <https://mail.ejurnal.poltekkesmanado.ac.id/index.php/gizi/article/view/1942/1320>
- Lestari, P. (2020, Agustus). Hubungan Pengetahuan Gizi Dan Asupan Makanan Dengan Status Gizi Siswi MTS Darul Ulum. *Sport and Nutrition Journal*, 2(2), 73-80. <https://journal.unnes.ac.id/sju/spnj/article/view/39761/16557>
- Lomboan, F. Y., Malonda, N. S., & Sekeon, S. S. (2020, Oktober). Gambaran Kecukupan Mineral Makro Pada Mahasiswa Semester VI Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas SAM Ratulangi Selama Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 9(6), 67. <https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/kesmas/article/view/30892>





Lupiana, M., Sutrio, & Indriyani, R. (2022). Hubungan Pola Makan Remaja Dengan Indeks Massa Tubuh Di SMP Advent Bandar Lampung. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 6(2), 1135-1144. <https://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/prepotif/article/view/4376/3268>

Mahardini, M. D. (2015, Juni 29). Analisis Risiko Sindrom Metabolik Dengan Pendekatan Stepwise Step 1 WHO . pp. 1-134. [https://repository.unej.ac.id/bitstream/handle/123456789/65889/112110101015\\_Marina%20Devi%20Mahardini.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repository.unej.ac.id/bitstream/handle/123456789/65889/112110101015_Marina%20Devi%20Mahardini.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Makmun, A., & Putri, A. B. (2021, Oktober). Pola Makan Terhadap Obesitas. *Indonesian Journal Of Health*, 2(1), 68-76. <https://citracendekiacebes.org/index.php/INAJOH/article/view/39/13>

Miranda, A. R., & Sari, A. K. (2022, Juli). Gambaran Aktivitas Fisik dan Pola Makan Selama Pandemi Covid-19 Pada Remaja. *Jurnal Riset Kedokteran (JRK)*, 2(1), 21-26. <https://journals.unisba.ac.id/index.php/JRK/article/view/775/609>

Miranda GI. Perbedaan Perilaku Mahasiswa Fakultas Kedokteran dan Non Fakultas Kedokteran Universitas Brawijaya Dalam Konsumsi Camilan. 2018.

Miskiyah, A., & Briawan, D. (2022, Juni). Kualitas Diet, Aktivitas Fisik, dan Status Gizi Remaja, Selama Masa Pandemi Covid-19 di Kota Bogor. *Jurnal Gizi Dietetik*, 1(1), 8-15. [https://r.search.yahoo.com/\\_ylt=AwrOrLIJN6ZlyvoaN6RXNyoA;\\_ylu=Y29sbwNncTEEEcG9zAzQEdnRpZAMEc2VjA3Ny/RV=2/RE=1706601482/RO=10/RU=https%3a%2f%2fjournal.ipb.ac.id%2findex.php%2fgizidietetik%2farticle%2fdownload%2f40800%2f23555%2f/RK=2/RS=xRJledOe4ZRIRw2cBSiHcJXVugQ-](https://r.search.yahoo.com/_ylt=AwrOrLIJN6ZlyvoaN6RXNyoA;_ylu=Y29sbwNncTEEEcG9zAzQEdnRpZAMEc2VjA3Ny/RV=2/RE=1706601482/RO=10/RU=https%3a%2f%2fjournal.ipb.ac.id%2findex.php%2fgizidietetik%2farticle%2fdownload%2f40800%2f23555%2f/RK=2/RS=xRJledOe4ZRIRw2cBSiHcJXVugQ-)

Muharamda , & Effendi, H. (2020, April). Kontribusi Aktivitas Fisik Terhadap Kebugaran Jasmani Siswa SMPN 4 Lembah Gumanti . *Jurnal Stamina* , 3(4), 229-239.



urbaya, & Irwan, Z. (2024). Kebiasaan Makan Dan Status Gizi Pada Remaja Mamuju Menggunakan Adolescents'Food Habits Checklist. *Jurnal SAGO*

*Gizi Dan Kesehatan*, 5(2), 540-546.  
<https://ejournal.poltekkesaceh.ac.id/index.php/gikes/article/view/1678/598>

Nugraha, A. S., & Trisetyaningsih, Y. (2023, Agustus). Hubungan Aktivitas Fisik Remaja Dengan Premenstrual Syndrome (PMS) Di Sekolah Menengah Pertama (SMP) Negeri 1 Seyegan. *Informasi dan promosi kesehatan*, 2(1), 78-90.  
<https://doi.org/10.58439/ipk.v2i1.104>

Nugroho, P. S. (2020, Desember ). Jenis Kelamin Dan Umur Beresiko Terhadap Obesitas Pada Remaja Di Indonesia . *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 7(2), 110-114.

Nurhasanah, Afrika, E., & Rahmawati, E. (2022, Februari ). Hubungan Asi Eksklusif, Status Gizi, Dan Faktor Genetik Terhadap Kejadian Stunting Pada Anak Usia 24-59 Bulan Di Wilayah Kerja Puskesmas SP Padang Kabupaten Ogan Komering Ilir Tahun 2021. *JIKA*, 6(2), 19-26. <http://www.e-journal.ar-rum.ac.id/index.php/JIKA/article/view/142/143>

OpenEpi. (2013, April 6). *Open Source Epidemiologic Statistics for Public Health*. Retrieved Januari 20, 2024, from OpenEpi Version 3.01: [https://www.openepi.com/Menu/OE\\_Menu.htm](https://www.openepi.com/Menu/OE_Menu.htm)

Organization, W. H. (2021, Mei 6). *Kelompok Joint Child Malnutrition Estimates (JME) UNICEF/WHO/WB merilis data baru untuk tahun 2021*. Retrieved Januari 13, 2024, from World Health Organization: <https://www.who.int/news/item/06-05-2021-the-unicef-who-wb-joint-child-malnutrition-estimates-group-released-new-data-for-2021>

Ovan, & Saputra, A. (2020). CAMI: Aplikasi Uji Validitas dan Reabilitas Instrumen Penelitian Berbasis Web. In *Instrumen Penelitian* (pp. 1-27). Sulawesi Selatan , Kabupaten Takalar: Yayasan Ahmar Cendekia Indonesia .  
<https://books.google.co.id/books?hl=id&lr=&id=mZgMEAAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA1&dq=instrumen+penelitian+adalah+&ots=YIEs7zBCpS&sig=cOm6MFOnUzuYiaoD->

[1oeGdZAM&redir\\_esc=y#v=onepage&q=instrumen%20penelitian%20adalah&f=false](https://books.google.co.id/books?hl=id&lr=&id=mZgMEAAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA1&dq=instrumen+penelitian+adalah+&ots=YIEs7zBCpS&sig=cOm6MFOnUzuYiaoD-1oeGdZAM&redir_esc=y#v=onepage&q=instrumen%20penelitian%20adalah&f=false)

. (2019). Angka Kecukupan Gizi Yang Dianjurkan . *Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 28 Tahun 2019*, pp. 1-33.





[http://hukor.kemkes.go.id/uploads/produk\\_hukum/PMK\\_No\\_\\_28\\_Th\\_2019\\_ttg\\_Angka\\_Kecukupan\\_Gizi\\_Yang\\_Dianjurkan\\_Untuk\\_Masyarakat\\_Indonesia.pdf](http://hukor.kemkes.go.id/uploads/produk_hukum/PMK_No__28_Th_2019_ttg_Angka_Kecukupan_Gizi_Yang_Dianjurkan_Untuk_Masyarakat_Indonesia.pdf)

Permenkes. (2014, Agustus 12). *Pedoman Gizi Seimbang*. Retrieved Januari 19, 2024, from Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 41 Tahun 2014: [http://hukor.kemkes.go.id/uploads/produk\\_hukum/PMK%20No.%2041%20ttg%20Pedoman%20Gizi%20Seimbang.pdf](http://hukor.kemkes.go.id/uploads/produk_hukum/PMK%20No.%2041%20ttg%20Pedoman%20Gizi%20Seimbang.pdf)

PERMENKES. (2020). *Standar Antropometri Anak*. Retrieved Januari 16, 2024, from Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia : [http://hukor.kemkes.go.id/uploads/produk\\_hukum/PMK\\_No\\_\\_2\\_Th\\_2020\\_ttg\\_Standar\\_Antropometri\\_Anak.pdf](http://hukor.kemkes.go.id/uploads/produk_hukum/PMK_No__2_Th_2020_ttg_Standar_Antropometri_Anak.pdf)

Putri, R. A., Shaluhiah, Z., & Kusumawati, A. (2020, Juli). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Makan Sehat Pada Remaja SMA Di Kota Semarang. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 8(4), 564-573. <https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/jkm/article/view/27088/24268>

Qomusuddin , I. F., & Romlah, S. (2021). Analisis Data Kuantitatif . In *Analisa Data Kuantitatif Dengan Program IBM SPSS* (pp. 1-20). Yogyakarta: CV Budi Utama  
[https://books.google.co.id/books?hl=id&lr=&id=P3tmEAAQBAJ&oi=fnd&pg=PP1&dq=pengolahan+data+kuantitatif&ots=HOQqiIs35m&sig=-q57DqQx4NExZ-Uj2gXnSEHn6X4&redir\\_esc=y#v=onepage&q=pengolahan%20data%20kuantitatif&f=false](https://books.google.co.id/books?hl=id&lr=&id=P3tmEAAQBAJ&oi=fnd&pg=PP1&dq=pengolahan+data+kuantitatif&ots=HOQqiIs35m&sig=-q57DqQx4NExZ-Uj2gXnSEHn6X4&redir_esc=y#v=onepage&q=pengolahan%20data%20kuantitatif&f=false)

Rahayu, T. B., & Fitriana. (2020, Januari 31). Analisis Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Status Gizi Remaja Putri. *Jurnal Vokasi Kesehatan*, 6(1), 46-51.



i, R. A., Adrianto, R., & Noviasy, R. (2020). Underweight, Stunting, stunting dan Kaitannya Terhadap Asupan Makan, Pengetahuan Ibu, dan nanfaatan Pelayanan Kesehatan. *Jurnal Riset Gizi*, 8(2), 101-106. <https://ejournal.poltekkes-smg.ac.id/ojs/index.php/jrg/article/view/6329/2013>

- Rumida, & Doloksaribu, L. G. (2021, Juni). Pola Makan Dan Status Gizi Remaja Di Smp Budi Murni 2 Medan. *IO*(1), 26-30.  
<https://jurnal.uisu.ac.id/index.php/wahana/article/view/4282/3070>
- Salsabiila, D. M., Witradharma, T. W., & Yuliantini, E. (2023, Juni). Kaitan Kebiasaan Makan Dan Aktivitas Fisik Pada Remaja Dengan Kejadian Gizi Lebih di SMPN 1 Kota Bengkulu. *Jurnal Gizi dan Kesehatan (JGK)*, 3(1), 29-36.  
<https://jurnal.poltekkespalembang.ac.id/index.php/jgk/article/view/1672/909>
- Sardi, M., Tobing, M. N., Putri, A. w., Nasution, A. M., Pratiw, A., ButarButar, K. A., et al. (2021). Klaim Kandungan Zat Gizi pada Berbagai Kudapan (Snack) Tinggi Serat : Literature Review. *Jurnal Andaliman: Jurnal Gizi Pangan, Klinik dan Masyarakat*, 1(1), 39-45.  
<https://download.garuda.kemdikbud.go.id/article.php?article=2974897&val=26605&title=Klaim%20Kandungan%20Zat%20Gizi%20pada%20Berbagai%20Kudapan%20Snack%20Tinggi%20Serat%20%20Literature%20Review>
- Setianingsih, L. Z. (2023). Status Gizi dengan Kejadian Anemia pada Remaja: Literatur Review. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Delima*, 5(2), 80-85.
- Shafa, A. T. (2024, Maret). Hubungan Pengetahuan Gizi Dan Asupan Makanan Terhadap Status Gizi Remaja Di SMPN 5 Sumedang Pada Tahun 2023. *Skripsi*.  
<https://repository.upnvj.ac.id/28553/>
- Singh, A., & Purohit, B. (2011). Evaluation of Global Physical Activity Questionnaire (GPAQ) among Healthy and Obese Health Professionals in Central India. *Baltic Journal Of Health And Physical Activity* , 3(1), 34-43.  
<https://www.balticsportscience.com/cgi/viewcontent.cgi?article=1374&context=journal>
- Situmeang , S. S., Bukit, R., & Lubis, T. A. (2023). Analysis Of Factors Affecting Company Value With Managerial Ownership As Moderating Variables Listed On The Indonesia Stock Exchange For The 2012-2015 Period. *International Journal of Economic, Business, Accounting, Agriculture Management and Administration (IJEBAAS)*, 3(5), 1639-1646.  
<https://radjapublika.com/index.php/IJEBAAS/article/view/1156/1058>



- Stikes Husada. (2023, April 15). Status Gizi Menurut Kemenkes dan Faktor yang Mempengaruhi. *Admisi Husada Borneo*. Retrieved Agustus 25, 2024, from <https://stikeshb.ac.id/status-gizi-menurut-kemenkes-dan-faktor-yang-mempengaruhi/>
- Suriani, N., Risnita, & Jailani, M. S. (2023, Juli 1). Konsep Populasi dan Sampling Serta Pemilihan Partisipan Ditinjau Dari Penelitian Ilmiah Pendidikan . *Jurnal Pendidikan Islam* , 1(2), 24-36. <https://ejournal.yayasanpendidikandzurriyatulquran.id/index.php/ihsan/article/view/55/32>
- Uce, L. (2018). Pengaruh Asupan Makanan Terhadap Kualitas Pertumbuhan dan Perkembangan Anak Usia Dini . *Jurnal Pendidikan Anak* , 4(2), 79-92. <https://jurnal.ar-raniry.ac.id/index.php/bunayya/article/view/6810/4089>
- Unicef. (2021, April). *Strategi Komunikasi Perubahan Sosial dan Perilaku: Meningkatkan Gizi Remaja Di Indonesia*. Retrieved Januari 13, 2024, from Unicef Indonesia : <https://www.unicef.org/indonesia/media/9251/file/Ringkasan%20Eksekutif%20Strategi%20Komunikasi.pdf>
- Unicef. (2021, April). *Strategi Komunikasi Perubahan Sosial dan Perilaku: Meningkatkan Gizi Remaja Di Indonesia*. Retrieved Januari 13, 2024, from Unicef Indonesia : <https://www.unicef.org/indonesia/media/9251/file/Ringkasan%20Eksekutif%20Strategi%20Komunikasi.pdf>
- Uramako, D. F. (2021, Desember ). Faktor Determinan yang Berpengaruh Terhadap Status Gizi Remaja. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada* , 10(2), 560-567.



- P., Shifa, N. A., & Rukiah, N. (2024). Hubungan Kebiasaan Makan dan Aktivitas Fisik Dengan Status Gizi Pada Remaja Tahun 2024. *Jurnal Kesehatan dan Kedokteran* , 1(2), 46-56. <https://journal.lpkd.or.id/index.php/ViMed/article/view/125/154>

Verawati, B., Afrinis, N., & Yanto, N. (2021, April). Hubungan Asupan Protein Dan Ketahanan Pangan Dengan Kejadian Stunting Pada Balita Di Masa Pandemi Covid 19 . 5(1), 415-423. <https://staff.universitaspahlawan.ac.id/upload/publikasi/360-lampiran.pdf>

Wahyuni, R., Ma'ruf, A., & Mulyono, E. (2019). Hubungan Pola Makan Terhadap Kadar Gula Darah Penderita Diabetes Mellitus. *Jurnal Medika Karya Ilmiah Kesehatan*, 4(2), 2541-4615. <http://jurnal.stikeswhs.ac.id/index.php/medika>

Waluyani, I., Siregar, F. N., Anggreini, D., Aminuddin, & Yusuf, M. U. (2022, Juli). Pengaruh Pengetahuan, Pola Makan, dan Aktivitas Fisik Remaja Terhadap Status Gizi di SMPN 31 Medan, Kecamatan Medan Tuntungan. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 1(1), 28-35. <https://jurnal.ilmubersama.com/index.php/PubHealth/article/view/31/35>

Wati, N., Ariani, M., & Fetriyah, U. H. (2023, Mei 01). Aktivitas Fisik, Asupan Serat Dan Status Ekonomi Dengan Kejadian Obesitas Pada Remaja Di Smp Negeri 11 Kota Banjarmasin. *Malahayati Nursing Journal*, 5(5), 1576-1586. [https://karya.brin.go.id/id/eprint/23625/1/2655-2728\\_5\\_5\\_2023-26.pdf](https://karya.brin.go.id/id/eprint/23625/1/2655-2728_5_5_2023-26.pdf)

Winarsih. (2018). Pengantar ilmu gizi dalam kebidanan. Yogyakarta: Pustaka Baru.

WHO. (2021, Januari 28). *GSHS Core Questionnaire modules (2021)*. Retrieved Januari 30 , 2024, from World Health Organization : [https://www.who.int/publications/m/item/gshs-core-questionnaire-modules-\(2021\)](https://www.who.int/publications/m/item/gshs-core-questionnaire-modules-(2021))

WHO. (2022, Oktober 5). *Aktivitas Fisik* . Retrieved Januari 16, 2024, from World Health Organization : <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity>



24, Maret 1). *Malnutrition* . Retrieved April 1, 2024, from World Health Organization : <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/malnutrition/>

1. Prevention of Iron Deficiency Anaemia in Adolescent: Role of Weekly Iron and Folic Acid Supplementation. Geneva: World Health Organization.

- Widnatusifah, E. Battung, S., Bahar, B., Jafar, M., Amalia, M. (2020). Gambaran Asupan Zat Gizi Dan Status Gizi Remaja Pengungsian Petobo Kota Palu. *Jurnal Gizi Masyarakat Indonesia: The Journal of Indonesian Community Nutrition*, 9(1), pp.17–29. <https://doi.org/10.30597/jgmi.v9i1.10155>
- Wigiyandiaz, J. A., Purba, M. B., & Padmawat, R. S. (2020). Pola Makan Dan Aktivitas Fisik Remaja Akhir Dengan Riwayat Diabetes Di Yogyakarta. *Journal of The Indonesian Nutrition Association*, 43(2), 87-96. [https://www.persagi.org/ejournal/index.php/Gizi\\_Indon/article/view/283/257](https://www.persagi.org/ejournal/index.php/Gizi_Indon/article/view/283/257)
- Yuningsih, D. E. (2023, Februari 28). *Masalah Gizi pada Remaja*. Retrieved Januari 13, 2024, from Kementrian Kesehatan Republik Indonesia : [https://yankes.kemkes.go.id/view\\_artikel/2214/masalah-gizi-pada-remaja](https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/2214/masalah-gizi-pada-remaja)
- Yurisna, Sattu, M., Lanyumba, F. S., & Otoluwa, A. S. (2023, Januari). Gambaran Asupan Gizi Makro, Vitamin D Dan Aktivitas Fisik Pada Remaja Obesitas Di SMP Kota Luwuk Tahun 2022. *Buletin Kesehatan Mahasiswa* , 1(2), 61-68. <https://journal.fkmuntika.ac.id/index.php/jpmeo/article/view/159/97>



# LAMPIRAN



Optimized using  
trial version  
[www.balesio.com](http://www.balesio.com)



## Lampiran 1. Lembaran Penjelasan Penelitian

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Peneliti : Fauziah  
NIM : R011201070  
Program Studi : Ilmu Keperawatan  
Pembimbing : 1. Syahrul, S.Kep., Ns., M.Kes., Ph.D.  
2. Akbar Harisa, S.Kep., Ns., MN.

Dalam proses menyelesaikan pendidikan Sarjana Keperawatan Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Keperawatan, Universitas Hasanuddin. Mekan dilakukan penelitian ini yang berjudul “Gambaran Aktivitas Fisik, Kebiasaan Makan dan Asupan Makanan Dengan Status Gizi Remaja SMP di kota Makassar”. Manfaat dari penelitian ini adalah sebagai acuan untuk meningkatkan status gizi remaja khususnya di SMP Negeri 46 yang berada di daerah Puskesmas Bara-Baraya dan SMP Negeri 13 yang berada di daerah Puskesmas Kassi-Kassi kota Makassar dengan melakukan pemantauan terkait faktor yang berhubungan dengan status gizi remaja. Adapun cara kerja dalam penelitian ini adalah dengan melakukan pengisian data-data identitas atau data demografi responden dalam kuesioner yang telah disediakan dan menanyakan kesediaannya menjadi responden. Jika responden bersedia selanjutnya akan dilakukan pengukuran tinggi badan dan berat badan dengan menggunakan alat yang telah di tingkat ketelitiannya. Selanjutnya akan dilakukan pengisian kuesioner tentang aktivitas fisik, kebiasaan makan serta akan dilakukan pengkajian dan makanan responden selama 24 jam.



Saya sebagai peneliti memohon kesediaan siswa-siswi secara sukarela untuk berpartisipasi sebagai responden dalam penelitian ini. Penelitian ini tidak akan menimbulkan akibat atau hal yang negatif yang dapat merugikan atau menimbulkan kekacauan bagi siswa-siswi tersebut atau sekolah yang bersangkutan. Semua data dan informasi yang diberikan akan dipergunakan sebaik-baiknya untuk kepentingan penelitian dan akan dijamin kerahasiaannya oleh peneliti. Jika siswa-siswi bersedia menjadi responden, maka dimohon kesediaannya untuk menandatangani lembar persetujuan yang peneliti lampirkan.

Apabila siswa-siswi ingin mengundurkan diri selama penelitian berlangsung karena ada hal-hal yang kurang berkenan, maka siswa-siswi dapat mengungkapkan langsung atau menghubungi peneliti.

Nama : Fauziah

No.Hp : 0895806621505

Hormat peneliti,

Fauziah



## Lampiran 2. Lembar Persetujuan Menjadi Responden (*Informed Consent*)

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama (inisial) :

No.Hp :

Alamat lengkap :

Setelah mendengar atau membaca dan memahami penjelasan mengenai tujuan, manfaat dan tahap-tahap penelitian ini yang diberikan, menyatakan setuju untuk ikut dalam penelitian ini secara sukarela tanpa paksaan. Saya percaya dan yakin bahwa keamanan dan kerahasiaan identitas dan data penelitian akan terjamin dan saya akan menyetujui semua data saya yang dihasilkan pada penelitian ini untuk disajikan dalam bentuk lisan maupun tulisan pada laporan penelitian.

Makassar,.....

Responden Penelitian

Saksi

(.....)

(.....)



### Lampiran 3. Lembar Kuesioner Penelitian

#### Hubungan Aktivitas Fisik, Kebiasaan Makan dan Asupan Makanan Dengan Status Gizi Pada Remaja SMP Di Kota Makassar

##### Petunjuk Pengisian:

1. Bacalah pertanyaan dengan teliti
2. Isilah data demografi terlebih dahulu
3. Beri tanda checklist pada salah satu kolom yang sesuai dengan data anda
4. Jika pada kolom tidak ada yang sesuai dengan data anda, silahkan mengisi jawaban anda pada kolom lainnya

##### A. Data Demografi

No. Absen : .....

Nama sekolah : .....

Kelas VII VIII

Nama (inisial) : .....

Jenis Kelamin Laki-laki Perempuan

Tanggal lahir .....:Tanggal .....:Bulan .....:Tahun

Usia : .....

Suku : .....

Pekerjaan orangtua : .....

Rata-rata penghasilan orangtua   $\geq 3.640.000,$

(perbulan)   $< 3.640.000,$

Handphone/WA : .....



## B. Pemeriksaan Fisik

Tinggi Badan :

Berat Badan :

IMT :

## C. Kuesioner

### 1. Kebiasaan Makan

Pertanyaan	Selalu	Sering	Kadang-kadang	Jarang	Tidak Pernah
<b>Konsumsi Sayur dan Buah</b>					
Dalam seminggu biasa, berapa hari Anda makan buah?					
Dalam seminggu, berapa hari Anda makan sayuran?					
<b>Konsumsi Garam</b>					
Seberapa sering Anda menambahkan garam atau saus asin seperti kecap asin pada makanan Anda tepat sebelum Anda memakannya atau saat Anda memakannya?					
Seberapa sering garam, bumbu asin, atau saus asin ditambahkan saat ibu anda memasak atau menyiapkan makanan di rumah					
Seberapa sering Anda mengonsumsi makanan olahan tinggi garam? Yang saya maksud makanan olahan tinggi adalah makanan yang telah dari kondisi alaminya,					



seperti camilan asin dalam kemasan, makanan asin kalengan termasuk acar, makanan asin yang disiapkan di restoran cepat saji, keju, bacon, dan daging olahan					
Seberapa pentingkah bagi Anda mengurangi garam dalam pola makan anda?	<input type="checkbox"/> sangat penting <input type="checkbox"/> penting <input type="checkbox"/> tidak penting				
Apakah menurut Anda terlalu banyak garam atau saus asin dalam makanan Anda dapat menyebabkan masalah kesehatan?	<input type="checkbox"/> Ya <input type="checkbox"/> Tidak				

<b>Jawablah pertanyaan dibawah ini jika anda lakukan salah satu hal berikut ini secara teratur untuk mengontrol asupan garam Anda</b>	<b>Ya</b>	<b>Tidak</b>
membatasi konsumsi makanan olahan		
memperhatikan kandungan garam atau natrium pada label makanan		
Membeli alternatif rendah garam/natrium		
menggunakan bumbu selain garam saat memasak		
menghindari makan makanan yang disiapkan di luar rumah		
melakukan hal lain secara khusus untuk mengontrol asupan garam Anda		

<b>Pertanyaan</b>	<b>Selalu</b>	<b>Sering</b>	<b>Kadang-kadang</b>	<b>Jarang</b>	<b>Tidak Pernah</b>
<b>Rasa Lapar</b>					
Selama 30 hari terakhir, seberapa sering anda kelaparan karena tidak cukup makanan di rumah					
<b>Minuman yang dikonsumsi</b>					
Selama 7 hari terakhir, berapa kali minum sekaleng, botol atau minuman ringan bersoda sprait, Fanta, coca cola,					
hari terakhir, berapa kali					





anda meminum sekaleng, botol, atau segelas minuman manis (contoh: minum instan yang dibeli atau dibuat dirumah yang memiliki rasa manis)					
--	--	--	--	--	--

## 2. Aktivitas Fisik

Pekerjaan	
<b>Contoh aktivitas Fisik berat :</b> <b>1. Kehutanan</b> <b>2. Menggergaji kayu keras</b> <b>3. Pembajakan sawah</b> <b>4. Memotong tanaman</b> <b>5. Berkebun</b> <b>6. Menggiling</b> <b>7. Bekerja</b> <b>8. Membuat furniture</b> <b>9. Menginstruksikan olahraga aerobic</b> <b>10. Mengirim paket pos</b> <b>11. Mengemudikan becak</b>	
- Apakah aktivitas sehari-hari Anda melibatkan aktivitas berat yang menyebabkan peningkatan besar dalam pernapasan atau detak jantung,	<input type="checkbox"/> Ya <input type="checkbox"/> Tidak
- Dalam seminggu biasa, berapa hari Anda melakukan aktivitas berat?	..... Hari
- Berapa banyak waktu yang Anda habiskan untuk melakukan aktivitas berat di tempat anda pada hari biasa?	..... : ..... (Jam:Menit)
<b>Contoh aktivitas fisik sedang :</b> <b>1. Membersihkan</b> <b>2. Mencuci</b> <b>3. Berkebun</b> <b>4. Memasak susu sapi pakai tangan</b> <b>5. Memangam dan memanen tanaman</b> <b>6. Menggali tanah kering (dengan</b> <b>7. Mengerjakan kayu (memahat atau menggergaji kayu lunak)</b> <b>8. Mencampur semen</b> <b>9. Berjalan dengan beban dikepala</b> <b>10. Menimba air</b> <b>11. Merawat hewan</b>	



<b>7. Menenun</b>		
-	Apakah pekerjaan Anda melibatkan aktivitas dengan intensitas sedang, yang menyebabkan peningkatan kecil dalam pernapasan atau detak jantung, seperti jalan cepat [ <i>atau membawa beban ringan</i> ]?	<input type="checkbox"/> Ya <input type="checkbox"/> Tidak
-	Dalam seminggu biasa, berapa hari Anda melakukan aktivitas dengan intensitas sedang sebagai bagian dari aktivitas Anda?	..... Hari
-	Berapa banyak waktu yang Anda habiskan untuk melakukan aktivitas intensitas sedang di tempat anda pada hari biasa?	..... : ..... (Jam:Menit)
<b>Bepergian dari satu tempat ke tempat yang lainnya</b>		
-	Apakah Anda berjalan kaki atau menggunakan sepeda (sepeda kayuh) untuk pergi dari suatu tempat?	<input type="checkbox"/> Ya <input type="checkbox"/> Tidak
-	Dalam seminggu biasa, berapa hari Anda berjalan kaki atau bersepeda untuk pergi ke dan dari suatu tempat?	..... Hari
-	Berapa lama waktu yang Anda habiskan untuk berjalan kaki atau bersepeda untuk bepergian pada hari biasa?	..... : ..... (Jam:Menit)
<b>Di Waktu Kosong</b>		
-	Apakah Anda melakukan olahraga dengan intensitas tinggi, kebugaran,	<input type="checkbox"/> Ya <input type="checkbox"/> Tidak



	atau mengisi waktu kosong yang menyebabkan peningkatan pernapasan atau detak jantung yang besar, <b>Contoh : lari, sepak bola, tenis, tari balet, berenang cepat, senam yang kuat</b>	
-	Dalam seminggu biasa, berapa hari Anda melakukan olahraga dengan intensitas berat, kebugaran, atau kegiatan <i>waktu kosong</i> ?	..... Hari
-	Berapa banyak waktu yang Anda habiskan untuk melakukan olahraga, kebugaran, atau kegiatan di waktu kosong dengan intensitas tinggi pada hari biasa?	..... : ..... (Jam:Menit)
-	Apakah Anda melakukan olahraga intensitas sedang, aktivitas kebugaran atau kegiatan di waktu kosong yang menyebabkan peningkatan kecil dalam pernapasan atau detak jantung <b>Contohnya : jogging, bersepeda, berenang, bola voli, menari, menunggangi kuda, yoga, senam rendah</b>	<input type="checkbox"/> Ya <input type="checkbox"/> Tidak
-	Dalam seminggu biasa, berapa hari Anda melakukan olahraga intensitas sedang, kebugaran, atau kegiatan di waktu kosong?	..... Hari
	berapa banyak waktu yang Anda habiskan untuk melakukan olahraga intensitas sedang, kebugaran, atau kegiatan di waktu	..... : ..... (Jam:Menit)



	kosong <i>pada</i> hari biasa?	
<b>Perilaku kurang gerak</b>		
-	Berapa banyak waktu yang biasanya Anda habiskan untuk duduk atau berbaring atau tidur pada hari-hari biasa?	..... : ..... (Jam:Menit)



### Formulir *Food Recall* 24 Jam

No. Responden :

Nama :

Umur :

Jenis Kelamin :

Waktu Makan	Nama Makanan	URT	Gram
Pagi			
Siang			
Malam			

Keterangan:

URT : Ukuran Rumah Tangga, contohnya: piring, mangkok, potong, sendok, gelas, dll.



## Lampiran 4. Standar Operasional Prosedur (SOP)

### Pengukuran Tinggi Badan dan Berat Badan

#### A. Pengukuran Tinggi Badan

1. Menggunakan alat microtoise
  - a. Meletakkan alat pada dinding yang datar dan tinggi
  - b. Pasang alat setinggi 2 meter
  - c. Pastikan alat dapat digunakan dengan baik
  - d. Pastikan penerangan ruangan cukup
  - e. Posisikan responden berdiri di bawah alat microtoise Tanpa menggunakan alas kaki maupun atribut kepala yang dapat mempengaruhi hasil pengukuran
  - f. Selanjutnya tarik meteran alat microtoise sampai tersentuh pucuk kepala responden
  - g. Setelah alat menunjukkan hasil ukurannya, lalu di catat dan responden bisa kembali memakai atributnya.

#### B. Penimbangan Berat Badan

1. Menggunakan alat timbangan berat badan (timbangan digital)
    - a. Meletakkan timbangan ditempat yang datar dan keras
    - b. Pastikan penerangan ruangan cukup
    - c. Nyalakan timbangan, lalu pastikan angka yang muncul 00,0 pada timbangan
- Sebelum naik ke atas timbangan, pastikan responden untuk melepaskan alas kaki, pakaian luar, atau atribut yang beresiko mempengaruhi hasil berat badan





- e. Selanjutnya responden naik keatas timbanga, berposisi yang tegak dengan pandangan kedepan, dan tidak bergerak sampai angka ditimbangan menunjukkan hasil berat badannya
- f. Setelah itu, responden boleh turun dari timbangan dan memakai atributnya kembali.



Lampiran 5. Master Tabel

MASTER TABEL

Karakteristik, Status Gizi Aktivitas Fisik, Kebiasaan Makan, Dan Asupan Makanan Siswa-Siswi SMP Negeri 46 kota Makassar dan SMP Negeri 13 kota Makassar

Kode Responden	Asal Sekolah	Kelas	JK	Tanggal Lahir	Usia	Suku	Pekerjaan Orangtua	Penghasilan Orangtua	Kategori Status Gizi	Aktivitas Fisik	Kebiasaan Makan	Energi	water	Protein	Lemak	Karbohidrat	Serat	Vit A	Vit B1	Vit B2	Vit C	Besi	Seng	Magesium	Kalsium	Natrium
1	1	2	1	12/08/2010	2	1	1	1	3	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
2	1	2	2	23/07/2009	3	1	3	2	3	3	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
3	1	2	2	08/10/2010	3	4	1	1	4	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
4	1	2	2	08/03/2008	5	1	1	1	3	3	2	1	2	1	1	2	2	1	2	1	1	1	1	1	1	2
5	1	2	2	30/07/2008	5	3	4	1	3	3	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
6	1	2	2	14/12/2010	3	2	1	1	3	2	1	1	2	1	1	2	2	2	2	1	2	2	1	1	2	2
7	1	2	2	18/05/2010	2	2	3	1	4	3	2	2	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2
8	1	2	2	12/09/2010	3	2	4	1	3	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
9	1	2	2	03/10/2010	3	4	5	2	3	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
				3/02/2009	4	1	1	1	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
				10/04/2010	3	2	1	1	3	3	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2





				011																			
30	1	2	2	24/01/2010	3	2	4	1	3	3	1	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2
31	1	2	2	25/10/2009	3	2	4	1	3	3	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
32	1	2	2	07/07/2010	3	2	4	2	3	2	1	1	2	1	1	1	2	1	1	2	2	1	1
33	1	1	1	25/02/2011	2	1	4	1	5	2	1	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	2	2
34	1	1	2	28/12/2010	2	2	4	2	3	2	1	2	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2
35	1	1	1	03/07/2011	1	1	5	2	3	2	1	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2
36	1	1	1	14/12/2010	2	3	5	2	3	3	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
37	1	1	1	13/08/2010	2	1	4	1	3	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
38	1	2	2	13/11/2010	3	2	1	1	3	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
39	1	1	2	19/07/2010	2	2	4	1	3	3	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
40	1	1	2	10/02/2010	3	6	4	1	3	2	1	1	2	1	1	1	2	2	2	1	2	2	1
41	1	1	2	23/04/2011	1	2	2	1	4	3	1	2	2	1	2	1	2	1	2	1	2	2	1
42	1	1	2	25/05/2011	2	1	1	2	3	3	1	1	2	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2
43	1	1	2	08/05/2011	2	2	2	1	3	2	1	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	1	2
44	1	2	1	19/04/2011	3	2	3	1	3	3	1	1	1	1	2	2	2	1	2	2	2	1	2
				25/06/2011	1	2	2	2	5	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
				7/10/2010	3	2	4	1	3	3	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2



47	1	1	2	12/06/2011	2	3	2	1	3	2	1	1	2	2	2	1	2	1	2	2	1	1	2	1	2	2	
48	1	1	1	24/10/2011	1	2	1	1	3	2	1	1	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	
49	1	1	2	16/10/2010	2	2	1	2	3	2	1	1	2	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	
50	1	1	1	04/05/2011	2	2	1	1	2	3	1	1	2	2	1	1	2	2	1	2	2	2	1	1	2	2	
51	1	1	1	19/11/2010	2	3	4	1	3	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	
52	1	1	2	05/07/2011	1	3	4	1	3	3	1	1	2	1	1	2	2	2	2	2	2	1	2	2	1	2	2
53	1	1	1	11/06/2011	2	1	2	1	3	3	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	
54	1	1	1	23/01/2011	2	1	2	2	4	1	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	
55	1	1	2	22/11/2010	2	2	5	2	3	3	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	
56	1	1	2	30/11/2010	3	3	4	2	3	3	1	2	2	1	1	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	2	
57	1	1	2	28/05/2011	2	1	1	1	3	2	2	1	2	1	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	1	2	
58	1	1	1	08/11/2010	2	2	3	1	3	2	1	2	2	1	2	1	2	2	1	2	2	1	1	1	2	2	
59	1	1	1	16/03/2011	2	1	3	1	3	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	
60	1	1	1	03/01/2011	2	2	7	1	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	
61	1	1	2	30/03/2011	2	2	1	1	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	
62	1	1	2	24/01/2010	3	2	1	1	3	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	
				16/04/2011	2	1	4	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
				4/10/2	1	2	1	1	1	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2



				010																						
65	1	1	2	03/11/2010	2	1	1	1	3	3	1	2	1	1	1	2	2	2	2	2	2	1	1	1	2	2
66	1	1	1	23/09/2010	2	4	2	1	3	2	1	1	1	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	1	2	2
67	1	1	2	10/07/2011	1	2	1	1	2	3	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2
68	1	1	1	06/04/2011	2	1	2	1	3	3	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	1	2	2
69	1	1	2	24/07/2011	1	3	4	1	3	2	1	2	1	2	1	1	2	2	1	2	2	1	2	1	1	2
70	1	1	2	21/02/2011	2	2	1	1	3	2	2	1	2	1	1	1	2	1	1	1	2	2	1	1	1	2
71	1	1	2	03/01/2011	2	2	4	1	3	2	1	1	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2
72	1	1	2	01/09/2011	2	10	1	2	3	3	1	2	2	2	2	2	2	1	2	1	2	2	2	1	2	2
73	1	1	1	14/10/2010	3	2	1	1	3	2	1	2	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	1	1	2
74	1	1	1	23/11/2010	3	2	2	1	3	2	1	2	2	1	1	2	2	1	2	1	2	2	1	1	2	2
75	1	1	1	25/08/2010	2	1	1	1	3	3	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
76	1	1	2	08/07/2010	2	4	1	1	3	3	1	1	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
77	1	1	2	15/11/2011	1	3	4	1	3	3	2	1	2	1	1	1	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2
78	1	1	2	30/09/2011	2	2	2	1	3	3	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
79	1	1	2	05/06/2011	2	2	1	1	3	3	2	1	2	1	1	1	2	1	2	1	2	2	1	1	2	2
				09/09/2011	1	3	1	2	3	3	2	1	2	1	2	1	2	1	1	1	2	1	2	1	1	2
				09/09/2010	2	10	1	2	3	3	1	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2





82	1	1	1	15/08/2011	2	2	2	1	2	3	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	
83	1	1	1	10/08/2010	2	1	5	2	3	3	1	2	1	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	
84	1	1	1	01/05/2011	2	2	1	1	3	3	1	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	
85	1	1	2	28/02/2011	2	1	4	1	5	3	1	1	2	1	1	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2	
86	1	1	2	14/11/2010	2	1	4	2	4	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	
87	1	1	2	24/06/2011	1	2	4	1	3	3	2	1	2	1	1	2	2	1	2	2	1	1	1	1	2	2
88	1	1	2	16/09/2009	3	2	4	2	3	2	1	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	
89	1	1	1	23/09/2010	3	1	1	1	3	3	2	1	2	1	2	1	2	1	1	1	2	1	2	2	1	2
90	1	2	1	30/07/2010	2	2	4	1	3	3	2	1	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	1	2	2	
91	1	2	2	26/01/2010	3	2	4	1	3	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	
92	1	2	1	08/11/2009	3	3	4	1	3	3	1	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	
93	1	2	1	24/07/2009	3	7	2	1	3	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	
94	1	2	2	31/10/2009	3	2	4	1	4	3	2	2	2	2	2	1	2	1	2	2	2	2	2	1	2	2
95	1	2	1	16/10/2010	2	2	3	1	3	3	2	1	2	1	2	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	
96	1	2	2	19/03/2010	3	2	1	2	4	2	1	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	1	1	2	2	
97	1	2	1	18/05/2010	2	2	1	1	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	
				15/11/2010	2	2	5	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	
				10/11/2010	2	2	4	1	3	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	





117	2	1	2	05/09/2011	2	2	1	1	3	3	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	
118	2	1	2	29/09/2010	2	1	5	2	5	3	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	
119	2	1	2	27/10/2010	2	1	5	2	3	2	1	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	
120	2	1	1	08/10/2011	1	1	4	2	4	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	
121	2	1	2	13/04/2011	2	2	1	1	5	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	
122	2	1	2	11/09/2010	2	1	3	1	5	3	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	
123	2	1	1	24/01/2011	2	9	1	2	5	3	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	
124	2	1	2	07/07/2011	1	3	5	2	3	3	2	2	1	1	2	1	2	2	2	2	2	1	2	1	2	
125	2	1	2	01/01/2011	2	2	1	1	3	2	2	1	2	1	1	1	2	2	2	1	2	2	1	1	1	
126	2	1	2	29/11/2010	2	2	3	1	3	2	1	1	2	1	2	1	2	2	2	1	2	2	2	1	2	
127	2	1	1	22/02/2011	2	1	5	2	3	3	1	2	2	1	1	2	2	1	2	1	1	1	1	1	2	
128	2	1	2	29/06/2011	1	1	4	1	3	3	1	2	2	1	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	
129	2	1	1	09/11/2010	2	1	5	2	5	3	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	
130	2	1	1	26/01/2011	2	1	1	1	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	
131	2	1	2	07/05/2011	1	2	2	1	3	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	
132	2	1	1	08/07/2011	2	2	1	1	3	3	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	
				09/12/2010	2	1	5	2	3	2	1	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
				13/06/2011	2	1	5	2	5	3	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2





152	2	1	2	25/11/2010	2	1	5	2	3	3	1	1	1	1	1	1	2	2	2	1	2	2	1	1	2	2	
153	2	1	1	04/03/2011	2	2	1	1	1	3	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	
154	2	1	2	21/04/2011	2	1	1	2	3	3	1	1	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	1	1	2	
155	2	2	2	12/04/2010	3	1	1	2	2	2	2	1	2	1	1	2	2	1	2	1	2	2	1	1	2	2	
156	2	2	1	04/04/2010	3	2	1	2	3	3	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	
157	2	2	2	01/07/2010	2	2	1	1	3	3	1	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	
158	2	2	2	24/12/2009	3	2	2	1	3	3	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	
159	2	2	1	17/03/2010	3	2	5	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	
160	2	2	2	20/09/2010	2	1	2	2	2	3	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	
161	2	2	2	24/05/2010	3	1	5	2	4	3	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	
162	2	2	1	22/04/2009	4	2	5	2	5	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	
163	2	2	2	05/10/2009	3	1	1	1	3	3	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	
164	2	2	1	16/05/2010	3	1	5	2	3	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	
165	2	2	2	14/10/2010	2	1	5	2	3	1	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	
166	2	2	1	08/12/2009	3	1	1	2	4	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	
167	2	2	2	14/09/2010	2	1	1	1	5	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	
				14/05/2010	3	1	1	2	3	2	1	2	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2
				7/12/2	3	1	2	2	3	3	1	2	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2



				009																			
170	2	2	1	30/10/2009	3	1	2	1	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
171	2	2	1	26/12/2009	4	1	1	2	5	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
172	2	2	1	20/07/2009	3	2	3	1	3	3	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
173	2	2	2	02/08/2010	2	2	1	1	5	3	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
174	2	2	2	16/04/2010	3	2	2	1	5	3	1	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	2	2
175	2	2	1	13/09/2009	3	2	1	1	3	3	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
176	2	2	1	22/08/2010	2	2	4	1	3	3	2	1	1	1	2	1	1	2	2	2	2	1	1
177	2	2	1	20/09/2009	3	2	4	1	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
178	2	2	2	20/01/1900	2	1	5	2	3	3	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
179	2	2	1	20/02/2010	3	1	1	1	4	2	1	1	2	1	1	2	2	2	2	2	1	1	2
180	2	2	1	07/07/2010	2	2	1	1	3	3	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
181	2	2	1	18/10/2009	3	1	1	1	3	3	2	2	1	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2
182	2	2	1	01/11/2011	2	2	1	2	4	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
183	2	2	2	3/10/10	2	2	5	2	3	1	1	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2
184	2	2	2	22/02/2009	4	2	1	1	3	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
				25/05/2009	4	10	1	1	3	3	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
				5/05/2011	2	1	1	1	4	3	1	1	2	1	1	1	2	2	2	2	2	1	2



187	2	1	2	28/02/2011	2	10	1	2	5	3	1	1	2	1	1	1	2	2	2	1	2	2	1	1	1	2
188	2	1	2	06/10/2011	1	1	5	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2
189	2	1	1	18/05/2011	2	2	4	1	3	3	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
190	2	1	2	27/07/2011	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
191	2	1	1	03/05/2011	2	1	3	1	3	2	1	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2
192	2	1	2	06/01/2011	2	1	1	1	3	3	1	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
193	2	1	1	29/08/2011	2	2	1	2	2	3	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
194	2	1	2	04/03/2011	2	1	3	2	3	2	1	2	2	1	1	1	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2
195	2	1	1	08/11/2010	2	1	1	2	3	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
196	2	1	1	10/12/2010	2	2	1	1	3	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
197	2	1	2	20/02/2011	2	2	5	2	3	3	2	1	2	1	1	1	2	2	2	1	2	2	1	1	1	2
198	2	1	1	05/04/2011	2	1	1	1	3	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
199	2	1	1	27/11/2010	2	2	5	2	3	3	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
200	2	2	2	20/02/2010	3	1	5	2	3	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
201	2	2	2	19/09/2010	2	2	2	2	3	3	1	2	2	2	1	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2
202	2	2	2	03/08/2010	2	2	4	1	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
				9/06/2009	3	1	3	2	5	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
				10/05/2	3	1	4	1	3	3	1	1	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2







222	2	2	2	05/07/2010	2	2	1	1	3	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	
223	2	2	2	09/09/2009	3	1	2	2	2	2	1	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	
224	2	2	1	21/06/2009	3	2	1	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	
225	2	2	2	29/03/2010	3	2	1	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	
226	2	2	1	02/07/2009	3	2	1	1	3	3	2	1	2	1	1	1	2	2	1	2	2	2	1	1	2	2
227	2	2	2	15/06/2010	2	3	1	2	3	3	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	
228	2	2	2	12/05/2010	3	5	1	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	
229	2	2	2	29/01/2010	3	1	5	2	3	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	
230	2	2	1	20/06/2010	2	3	4	2	3	3	1	1	2	1	1	1	2	2	2	1	2	2	2	1	1	2
231	2	2	2	17/07/2010	2	1	1	2	4	3	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	
232	2	2	2	13/12/2009	3	10	1	2	3	3	1	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	
233	2	2	2	22/01/2009	4	4	1	1	3	1	1	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	
234	2	2	1	07/02/2010	3	2	3	1	3	3	1	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	
235	2	2	1	25/05/2010	3	2	1	2	5	2	1	1	2	1	1	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	
236	2	2	1	26/08/2010	2	1	5	2	3	3	1	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	
237	2	2	1	15/04/2010	3	4	1	2	3	3	1	2	2	1	1	2	2	1	2	1	2	1	2	1	2	2
				7/09/2010	2	2	5	2	3	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
				13/01/2010	3	2	1	2	3	2	1	2	2	1	1	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	2



				010																						
240	2	2	1	11/01/2010	3	1	4	1	3	3	1	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2	
241	2	2	1	23/10/2011	2	2	1	1	5	3	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	
242	2	1	1	28/11/2010	2	2	4	1	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	
243	2	1	2	18/10/2009	3	1	1	1	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	
244	2	1	1	08/03/2011	2	1	5	2	2	3	1	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	
245	2	1	2	12/05/2011	2	1	3	1	4	2	1	1	2	1	1	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	
246	2	1	1	23/05/2011	2	2	2	1	3	3	2	2	2	1	1	2	2	2	2	1	2	2	1	2	2	
247	2	1	2	23/01/1900	2	2	5	2	3	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	
248	2	1	2	09/08/2010	2	1	1	1	3	2	1	1	2	2	2	2	2	1	2	2	2	1	1	2	2	
249	2	1	2	21/12/2010	2	2	1	2	3	3	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	
250	2	1	2	11/12/2010	2	2	3	2	3	1	2	2	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	
251	2	1	1	16/06/2011	1	2	1	2	5	3	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	1	2	1	2	
252	2	1	1	30/03/2011	1	1	5	2	3	3	1	1	1	2	2	1	2	2	2	2	2	1	1	2	2	
253	2	1	2	06/03/2010	3	2	4	2	3	2	2	1	2	1	1	1	2	1	2	1	2	2	1	1	2	
254	2	1	1	29/03/2011	2	1	5	2	3	3	1	1	2	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	1	2	
				6/06/2010	2	2	5	2	3	3	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	
				4/03/2010	3	1	4	1	4	2	1	1	2	1	1	2	2	2	2	1	2	2	1	2	2	



Optimized using trial version [www.balesio.com](http://www.balesio.com)

257	2	2	2	19/06/2010	3	2	1	1	3	3	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	
258	2	2	2	10/11/2009	3	2	5	2	5	3	2	1	2	1	1	1	2	2	1	1	2	2	1	2	1	2
259	2	2	2	26/08/2010	2	1	1	1	3	1	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2
260	2	2	2	04/06/2010	2	1	2	1	3	3	1	2	1	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2
261	2	2	2	19/02/2010	3	1	1	2	3	2	1	2	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
262	2	2	2	25/04/2010	3	2	2	1	3	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
263	2	2	2	14/08/2009	3	2	5	2	5	3	1	1	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2
264	2	2	2	01/01/2010	3	2	1	1	3	3	1	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
265	2	2	2	01/05/2010	3	1	5	2	3	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
266	2	2	2	28/12/2009	2	2	2	2	3	3	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
267	2	2	2	17/12/2009	3	2	3	2	3	1	1	1	2	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
268	2	2	2	10/12/2009	3	1	3	2	3	2	1	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2	2
269	2	1	2	15/11/2010	2	2	5	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
270	2	1	2	30/12/2010	2	4	1	2	3	3	1	2	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2
271	2	2	2	31/03/2010	3	1	2	1	3	3	1	1	2	1	1	1	2	2	2	2	2	1	1	2	2	2
272	2	1	2	25/09/2011	1	2	4	2	2	2	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	2	1	2
				13/04/2011	2	2	4	2	3	3	2	2	1	2	2	1	2	2	2	2	2	1	1	2	2	2
				0/11/2	3	2	2	1	3	2	1	2	2	2	2	1	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2



				009																									
275	2	1	2	19/03/2011	2	2	1	1	4	3	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
276	2	1	1	14/07/2011	1	2	5	2	5	3	1	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	1		
277	2	1	1	09/10/2011	2	3	1	2	3	2	1	2	2	2	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	1	2	2		
278	2	1	2	12/12/2011	1	1	2	2	3	1	1	2	2	2	2	1	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	1	
279	2	1	1	28/09/2010	2	1	1	2	3	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	
280	2	1	2	11/07/2011	1	2	5	2	3	3	1	2	2	1	1	1	2	2	2	2	2	2	1	2	1	2	1		
281	2	1	1	22/07/2011	2	2	1	2	3	3	1	1	2	1	1	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	2	2		
282	2	1	2	15/09/2011	1	2	2	2	5	3	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2		
283	2	1	2	14/04/2011	2	3	6	1	5	2	1	1	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2		
284	2	1	1	14/01/1900	2	2	2	1	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2		
285	2	1	2	08/07/2011	1	1	1	1	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2		
286	2	1	1	01/02/2011	2	1	5	2	3	3	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2		
287	2	1	2	16/12/2011	1	3	4	1	4	3	2	1	2	1	2	1	2	2	2	2	2	1	2	1	2	1	2		
288	2	1	1	23/03/2011	2	2	7	1	3	3	1	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2		
289	2	1	1	09/04/2011	2	1	2	2	4	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2		



## Lampiran 6. Daftar Coding

Jenis Kelamin	Kode
Laki-Laki	1
Perempuan	2

Kelas	Kode
VII	1
VIII	2

Usia	Kode
12 Tahun	1
13 Tahun	2
14 Tahun	3
15 Tahun	4
16 Tahun	5

Penghasilan Orangtua	Kode
<3.640.000	1
≥3.640.000	2

Aktivitas Fisik	Kode
Rendah	1
Sedang	2
Tinggi	3

Nama Sekolah	Kode
SMPN 46 KOTA MAKASSAR	1
SMPN 13 KOTA MAKASSAR	2

Kebiasaan Makan	Kode
Baik	1
	2

Pekerjaan Orangtua	Kode
Karyawan Swasta	1
Wiraswasta	2
Wirusaha	3
Buruh	4
Pns	5
honor	6
pensiun	7
lainnya	8

Asupan Gizi	Kode
Terpenuhi	1
Tidak Terpenuhi	2

Suku	Kode
Bugis	1
Makassar	2
Toraja	3
Jawa	4
Manado	5
Mandar	6
Betawi	7
selayar	8
batak	9
lainnya	10

Status Gizi	Kode
Buruk	1
Kurang	2
Baik	3
Lebih	4
Obesitas	5



**Lampiran 7. Hasil Analisa Data Uji SPSS**

**FREKUENSI KARAKTERISTIK RESPONDEN**

**Sekolah**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	SMPN 46 Kota Makassar	101	34.9	34.9	34.9
	SMPN 13 Kota Makassar	188	65.1	65.1	100.0
	Total	289	100.0	100.0	

**Kelas**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Kelas 7	154	53.3	53.3	53.3
	Kelas 8	135	46.7	46.7	100.0
	Total	289	100.0	100.0	

**Jenis Kelamin**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Laki-Laki	125	43.3	43.3	43.3
	Pria	164	56.7	56.7	100.0
	Total	289	100.0	100.0	



Optimized using  
trial version  
[www.balesio.com](http://www.balesio.com)

### Usia

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	12 Tahun	30	10.4	10.4	10.4
	13 Tahun	153	52.9	52.9	63.3
	14 Tahun	96	33.2	33.2	96.5
	15 Tahun	8	2.8	2.8	99.3
	16 Tahun	2	.7	.7	100.0
	Total	289	100.0	100.0	

### Suku

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Bugis	115	39.8	39.8	39.8
	Makassar	132	45.7	45.7	85.5
	Toraja	18	6.2	6.2	91.7
	Jawa	13	4.5	4.5	96.2
	Manado	2	.7	.7	96.9
	Mandar	1	.3	.3	97.2
	Betawi	1	.3	.3	97.6
		1	.3	.3	97.9
		1	.3	.3	98.3
		5	1.7	1.7	100.0



Total	289	100.0	100.0
-------	-----	-------	-------

### Pekerjaan Orangtua

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Karyawan Swasta	117	40.5	40.5	40.5
	Wiraswasta	40	13.8	13.8	54.3
	Wirausaha	21	7.3	7.3	61.6
	Buruh	54	18.7	18.7	80.3
	Pns	52	18.0	18.0	98.3
	Honor	2	.7	.7	99.0
	Pensiun	3	1.0	1.0	100.0
	Total	289	100.0	100.0	

### Penghasilan Orangtua

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	<3.640.000	158	54.7	54.7	54.7
	≥3.640.000	131	45.3	45.3	100.0
Total		289	100.0	100.0	





## FREKUENSI AKTIVITAS FISIK

### KATEGORI AKTIVITAS FISIK

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	16	5.5	5.5	5.5
	Sedang	104	36.0	36.0	41.5
	Tinggi	169	58.5	58.5	100.0
	Total	289	100.0	100.0	

### Rata-Rata (menit)

		berapa banyak waktu yang dihabiskan untuk melakukan aktivitas berintensitas tinggi	berapa banyak waktu yang dihabiskan untuk melakukan aktivitas berintensitas sedang	berapa lama waktu yang anda habiskan dalam berjalan kaki atau bersepeda untuk berpergian	berapa banyak waktu yang anda habiskan untuk olahraga, kebugaran atau rekreasi dala intensitas tinggi	berapa banyak waktu yang anda habiskan untuk olahraga, kebugaran atau rekreasi dala intensitas sedang	Berapa banyak waktu yang biasanya anda habiskan untuk duduk atau berbaring pada hari biasa
N	Valid	289	289	289	289	289	289
	Missing	0	0	0	0	0	0
Mean		58.63	91.33	53.51	70.87	77.64	359.17
Std. Deviation		82.746	86.822	72.359	91.445	81.068	240.945
		0	0	0	0	0	1
		420	600	360	480	420	1200



## FREKUENSI KEBIASAAN MAKAN

### Dalam seminggu brapa hari makan buah

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Selalu	50	17.3	17.3	17.3
	Sering	13	4.5	4.5	21.8
	Kadang-Kadang	88	30.4	30.4	52.2
	Jarang	136	47.1	47.1	99.3
	Tidak Pernah	2	.7	.7	100.0
	Total	289	100.0	100.0	

### Dalam seminggu brapa hari makan sayur

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Selalu	147	50.9	50.9	50.9
	Sering	21	7.3	7.3	58.1
	Kadang-Kadang	56	19.4	19.4	77.5
	Jarang	62	21.5	21.5	99.0
	Tidak Pernah	3	1.0	1.0	100.0
	Total	289	100.0	100.0	



ing anda menambahkan garam atau saus asin kedalam makanan anda

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak Pernah	23	8.0	8.0	8.0
	Jarang	79	27.3	27.3	35.3
	Kadang-Kadang	125	43.3	43.3	78.5
	Sering	36	12.5	12.5	91.0
	Selalu	26	9.0	9.0	100.0
	Total	289	100.0	100.0	

**seberapa sering anda menambahkan garam, bumbu asin atau saos asin kedalam masakan atau menyiapkan makanan dirumah**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak Pernah	7	2.4	2.4	2.4
	Jarang	29	10.0	10.0	12.5
	Kadang-Kadang	72	24.9	24.9	37.4
	Sering	119	41.2	41.2	78.5
	Selalu	62	21.5	21.5	100.0
	Total	289	100.0	100.0	

**seberapa sering anda mengonsumsi makanan tinggi garam**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak Pernah	18	6.2	6.2	6.2
	Sering	72	24.9	24.9	31.1



Kadang-Kadang	110	38.1	38.1	69.2
Sering	57	19.7	19.7	88.9
Selalu	32	11.1	11.1	100.0
Total	289	100.0	100.0	

**seberapa pentingkah bagi anda mengurangi garam dalam pola makan anda?**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sangat Penting	91	31.5	31.5	31.5
	Penting	164	56.7	56.7	88.2
	Tidak Penting	34	11.8	11.8	100.0
	Total	289	100.0	100.0	

**apakah terlalu banyak garam atau saus asin dalam makanan menyebabkan masalah kesehatan**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Ya	250	86.5	86.5	86.5
	Tidak	39	13.5	13.5	100.0
	Total	289	100.0	100.0	

**apakah anda membatasi konsumsi makanan olahan**



	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
	186	64.4	64.4	64.4
	103	35.6	35.6	100.0

Total	289	100.0	100.0
-------	-----	-------	-------

**apakah anda memperhatikan kandungan garam atau natrium pada label makanan**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Ya	149	51.6	51.6	51.6
	Tidak	140	48.4	48.4	100.0
	Total	289	100.0	100.0	

**apakah anda membeli makanan alternatif lain yang rendah garam/natrium**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Ya	126	43.6	43.6	43.6
	Tidak	163	56.4	56.4	100.0
	Total	289	100.0	100.0	

**apakah anda menggunakan bumbu selain garam saat memasak**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Ya	217	75.1	75.1	75.1
	Tidak	72	24.9	24.9	100.0
	Total	289	100.0	100.0	



**apakah anda menghindari makanan olahan di luar rumah**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Ya	113	39.1	39.2	39.2
	Tidak	175	60.6	60.8	100.0
	Total	288	99.7	100.0	
Missing	System	1	.3		
Total		289	100.0		

**apakah anda melakukan hal lain secara khusus untuk mengontrol asupan garam anda**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Ya	148	51.2	51.2	51.2
	Tidak	141	48.8	48.8	100.0
	Total	289	100.0	100.0	

**selama 30 terakhir, seberapa sering anda kelaparan karena tidak ada cukup makanan dirumah**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
ernah		87	30.1	30.1	30.1



Jarang	87	30.1	30.1	60.2
Kadang-Kadang	88	30.4	30.4	90.7
Sering	17	5.9	5.9	96.5
Selalu	10	3.5	3.5	100.0
Total	289	100.0	100.0	

**selama 7 hari terakhir, berapa kali anda meminum minuman bersoda**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak Pernah	79	27.3	27.3	27.3
	Jarang	118	40.8	40.8	68.2
	Kadang-Kadang	16	5.5	5.5	73.7
	Sering	68	23.5	23.5	97.2
	Selalu	8	2.8	2.8	100.0
	Total	289	100.0	100.0	

**selama 7 hari terakhir, berapa kali anda meminum minuman manis**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak Pernah	20	6.9	6.9	6.9
	Jarang	129	44.6	44.6	51.6
	Kadang-Kadang	40	13.8	13.8	65.4
	Sering	79	27.3	27.3	92.7
	Selalu	21	7.3	7.3	100.0



Total	289	100.0	100.0
-------	-----	-------	-------

### Kebiasaan\_Makan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Baik	208	72.0	72.0	72.0
	Buruk	81	28.0	28.0	100.0
	Total	289	100.0	100.0	

### FREKUENSI ASUPAN MAKANAN

#### Energi

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Terpenuhi	70	24.2	24.2	24.2
	Tidak Terpenuhi	219	75.8	75.8	100.0
	Total	289	100.0	100.0	

#### Water

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
		23	8.0	8.0	8.0
	Terpenuhi	266	92.0	92.0	100.0





Total		289	100.0	100.0
-------	--	-----	-------	-------

### Protein

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Terpenuhi	103	35.6	35.6	35.6
	Tidak Terpenuhi	186	64.4	64.4	100.0
Total		289	100.0	100.0	

### Lemak

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Terpenuhi	73	25.3	25.3	25.3
	Tidak Terpenuhi	216	74.7	74.7	100.0
Total		289	100.0	100.0	

### Karbohidrat

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Terpenuhi	60	20.8	20.8	20.8
	Tidak Terpenuhi	229	79.2	79.2	100.0
Total		289	100.0	100.0	



**Serat (g)**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Terpenuhi	2	.7	.7	.7
	Tidak Terpenuhi	287	99.3	99.3	100.0
	Total	289	100.0	100.0	

**VitA**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Terpenuhi	44	15.2	15.2	15.2
	Tidak Terpenuhi	245	84.8	84.8	100.0
	Total	289	100.0	100.0	

**Vit B1 (mg)**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Terpenuhi	15	5.2	5.2	5.2
	Tidak Terpenuhi	274	94.8	94.8	100.0
	Total	289	100.0	100.0	

**Vit B2 (mg)**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Terpenuhi	56	19.4	19.4	19.4
	Tidak Terpenuhi	233	80.6	80.6	100.0
	Total	289	100.0	100.0	



Optimized using  
trial version  
[www.balesio.com](http://www.balesio.com)

Tidak Terpenuhi	233	80.6	80.6	100.0
Total	289	100.0	100.0	

### VitC

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Terpenuhi	13	4.5	4.5	4.5
	Tidak Terpenuhi	276	95.5	95.5	100.0
	Total	289	100.0	100.0	

### Besi

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Terpenuhi	26	9.0	9.0	9.0
	Tidak Terpenuhi	263	91.0	91.0	100.0
	Total	289	100.0	100.0	

### Seng

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
		54	18.7	18.7	18.7
	Terpenuhi	235	81.3	81.3	100.0
	Total	289	100.0	100.0	



### Magnesium

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Terpenuhi	81	28.0	28.0	28.0
	Tidak Terpenuhi	208	72.0	72.0	100.0
	Total	289	100.0	100.0	

### Kalsium

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Terpenuhi	25	8.7	8.7	8.7
	Tidak Terpenuhi	264	91.3	91.3	100.0
	Total	289	100.0	100.0	

### Natrium

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Terpenuhi	10	3.5	3.5	3.5
	Tidak Terpenuhi	279	96.5	96.5	100.0
	Total	289	100.0	100.0	



## KEBUTUHAN DAN INTAKE ASUPAN GIZI

### Kebutuhan

		ENERGI	WATER	PROTEIN	LEMAK	KARBO HIDRAT	SERAT	VIT A	VIT B1	VIT B2	VIT C	BESI	SENG	MAGNE SIUM	KAL SIU M	NATRIU M
N	Valid	289	289	289	289	289	289	289	289	289	289	289	289	289	289	289
	Missing	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Mean	2177.509	2074.567	65.761	73.391	318.097	30.779	600.000	1.132	1.127	67.457	12.709	9.678	216.557	1200.000	1487.543
	Std. Deviation	185.1126	76.7294	4.8529	5.5047	26.1043	2.6378	.0000	.0603	.1484	7.5933	2.4732	1.1009	17.1391	.0000	43.9047
	Minimum	1900.0	1850.0	50.0	65.0	280.0	27.0	600.0	1.0	1.0	50.0	8.0	8.0	160.0	1200.0	1300.0
	Maximum	2400.0	2150.0	70.0	80.0	350.0	34.0	600.0	1.2	1.3	75.0	15.0	11.0	230.0	1200.0	1600.0

### Statistics

		ENERGI	WATER	PROTEIN	LEMAK	KARBO HIDRAT	SERAT	VIT A	VIT B1	VIT B2	VIT C	BESI	SENG	MAGN ESIUM	KALSI UM	NATRIU M
Valid		289	289	289	289	289	289	289	289	289	289	289	289	289	289	289
Missing		0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Mean		956.040	49.379	42.113	189.479	5.253	311.255	.384	.628	14.628	4.789	5.387	152.421	327.744	333.149	



Std. Deviation	680.2592	479.0744	30.4509	27.0163	119.7452	4.4900	620.3348	.4111	.4803	54.0156	4.2456	2.7669	96.2643	395.7512	366.4489
Minimum	141.0	185.0	4.8	.7	28.3	.3	.0	.0	.0	.0	.5	.5	18.0	7.0	1.0
Maximum	3585.9	2649.5	242.9	147.0	633.2	50.1	9493.0	4.0	2.9	696.2	48.9	16.5	627.3	2516.6	2907.4

### FREKUENSI STATUS GIZI

#### STATUS GIZI

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Buruk	2	.7	.7	.7
	Kurang	19	6.6	6.6	7.3
	Baik	214	74.0	74.0	81.3
	Lebih	26	9.0	9.0	90.3
	Obesitas	28	9.7	9.7	100.0
	Total	289	100.0	100.0	



## SPSS HASIL UJI VALIDITAS

### Correlations

		Dalam seminggu brapa hari makan buah	Dalam seminggu brapa hari makan sayur	seberapa sering anda menambahka n garam atau saus asin kedalam makanan anda	seberapa sering anda menambahkan garam, bumbu asin atau saos asin kedalam masakan atau menyiapkan makanan dirumah	seberapa sering anda mengonsumsi makanan tinggi garam	selama 30 terakhir, seberapa sering anda kelaparan karena tidak ada cukup makanan dirumah	selama 7 hari terakhir, berapa kali anda meminum minuman bersoda	selama 7 hari terakhir, berapa kali anda meminum minuman manis	skortotal
Dalam seminggu brapa hari makan buah	Pearson Correlation	1	.047	.115	.025	.160	-.023	.216	.163	.416*
	Sig. (2-tailed)		.798	.530	.890	.381	.900	.234	.372	.018
	N	32	32	32	32	32	32	32	32	32
Dalam seminggu brapa hari makan sayur	Pearson Correlation	.047	1	.300	-.165	.037	.278	-.034	-.214	.351*
	Sig. (2-tailed)	.798		.096	.367	.841	.124	.851	.240	.049
	N	32	32	32	32	32	32	32	32	32
n ation (2-tailed)		.115	.300	1	.455**	.575**	.282	.224	-.014	.745**
		.530	.096		.009	.001	.118	.217	.939	.000



garam atau saus asin kedalam makanan anda	N	32	32	32	32	32	32	32	32	32
seberapa sering anda menambahkan garam, bumbu asin atau saos asin kedalam masakan atau menyiapkan makanan dirumah	Pearson Correlation	.025	-.165	.455**	1	.395*	.077	.012	.044	.465**
	Sig. (2-tailed)	.890	.367	.009		.025	.676	.946	.813	.007
seberapa sering anda mengonsumsi makanan tinggi garam selama 30 terakhir,	N	32	32	32	32	32	32	32	32	32
seberapa sering anda kelaparan karena tidak ada	Pearson Correlation	.160	.037	.575**	.395*	1	-.058	.169	.295	.637**
	Sig. (2-tailed)	.381	.841	.001	.025		.751	.355	.102	.000
	N	32	32	32	32	32	32	32	32	32
	Pearson Correlation	-.023	.278	.282	.077	-.058	1	-.011	-.108	.406*
	Sig. (2-tailed)	.900	.124	.118	.676	.751		.951	.557	.021
	N	32	32	32	32	32	32	32	32	32





selama 7 hari terakhir, berapa kali anda meminum minuman bersoda	Pearson Correlation	.216	-.034	.224	.012	.169	-.011	1	.503**	.510**
	Sig. (2-tailed)	.234	.851	.217	.946	.355	.951		.003	.003
	N	32	32	32	32	32	32	32	32	32
selama 7 hari terakhir, berapa kali anda meminum minuman manis	Pearson Correlation	.163	-.214	-.014	.044	.295	-.108	.503**	1	.401*
	Sig. (2-tailed)	.372	.240	.939	.813	.102	.557	.003		.023
	N	32	32	32	32	32	32	32	32	32
skortotal	Pearson Correlation	.416*	.351*	.745**	.465**	.637**	.406*	.510**	.401*	1
	Sig. (2-tailed)	.018	.049	.000	.007	.000	.021	.003	.023	
	N	32	32	32	32	32	32	32	32	32

\*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

\*\*. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).



## SPSS HASIL UJI RELIABILITAS

### Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	32	100.0
	Excluded <sup>a</sup>	0	.0
	Total	32	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.694	9



## Lampiran 8. Persuratan

### Surat Izin Pengambilan Data Awal Dari Dinas Pendidikan Kota Makassar



## PEMERINTAH KOTA MAKASSAR DINAS PENDIDIKAN

Jalan Anggrek Nomor 2 Kelurahan Paropo Kecamatan Panakkukang  
Kota Makassar 90231, Sulawesi Selatan  
Laman : <http://disdik.makassar.go.id> E-mail : [disdikkotamaks@gmail.com](mailto:disdikkotamaks@gmail.com)

Makassar, 16 Januari 2024

Nomor : 0235/Rekom/Dikdas/I/2024  
Lampiran : -  
Hal : Surat Izin

Kepada  
Yth. Dekan Bidang Akademik dan Kemahasiswaan Fakultas Keperawatan  
Universitas Hasanuddin  
Di  
Makassar

Dengan Hormat, berdasarkan surat Wakil Dekan Bidang Akademik dan Kemahasiswaan Fakultas Keperawatan Universitas Hasanuddin Makassar Nomor : 126/UN4.18.1/DL.16/2024 tanggal 11 Januari 2024 perihal Permohonan Izin Observasi/pengambilan Data Awal di Satuan Pendidikan SMP Negeri/Swasta Makassar oleh Mahasiswa:

Nama : Fauziah  
Nomor Pokok : R011201070  
Program Studi : Ilmu Keperawatan

terkait penyelesaian studi/penyusunan skripsi dengan judul "**Hubungan Aktifitas Fisik dan Pola Makan dengan Status Gizi pada Remaja di Sekolah Kota Makassar**". Yang akan dilaksanakan pada bulan Januari s.d Februari 2024 dengan metode **Purposive Sampling**.

Sehubungan dengan hal tersebut, kami sampaikan bahwa pada prinsipnya permohonan saudara dapat disetujui dengan ketentuan :

1. Berkoordinasi dengan Kepala Sekolah yang bersangkutan;
2. Tidak mengganggu proses belajar mengajar di sekolah;
3. Tetap Menerapkan Protokol Kesehatan.

Demikian surat izin ini disampaikan untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.



**H. MUHYIDDIN, S.E, M.M**  
Pangkat : Pembina Utama Muda  
NIP. 19680417 199401 1 002

dan :  
kota Makassar (sebagai laporan) di Makassar.  
masing-masing kepala sekolah.



## Lembar Persetujuan Izin Penelitian



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,  
RISET DAN TEKNOLOGI  
UNIVERSITAS HASANUDDIN  
FAKULTAS KEPERAWATAN  
Jl. Perintis Kemerdekaan Km. 10 Makassar 90245  
Laman : [keperawatan@unhas.ac.id](mailto:keperawatan@unhas.ac.id)

LAMPIRAN 5 No. 808/UN4.18.1/KP.06.07/2023

### SURAT PERSETUJUAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Syahrul, S.Kep, Ns, M.Kes., Ph.D.  
NIP : 19820419 200604 1 002  
Jabatan : Wakil Dekan Bidang Akademik dan Kemahasiswaan Fakultas  
Keperawatan Universitas Hasanuddin

Menyetujui yang bersangkutan dibawah ini :

Nama : Fauziah  
Jabatan : Mahasiswa Fak. Keperawatan Univ. Hasanuddin  
NIM : R011201070  
Program Studi : Ilmu Keperawatan

Untuk melakukan penelitian dengan metode *Proportionated Stratified Random Sampling*, dengan judul :

*"Hubungan Aktivitas Fisik, Kebiasaan Makan, dan Asupan Makanan dengan Status Gizi Remaja SMP di Kota Makassar."*

Demikian surat ini dibuat, untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Makassar, 2 Mei 2024



Tembusan :

1. Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan Fak. Kep. Unhas
2. Kepala Bagian Tata Usaha
3. Arsip



## Surat Rekomendasi Etik dari Fakultas Keperawatan



**KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,  
RISET DAN TEKNOLOGI  
UNIVERSITAS HASANUDDIN  
FAKULTAS KEPERAWATAN  
KOMITE ETIK PENELITIAN KESEHATAN**

Sekretariat : Lantai 2 Fakultas Keperawatan UNHAS  
Jl. Perintis Kemerdekaan Kampus Tamalanrea Km.10 Makassar 90245  
Laman : kepk\_fkepuh@unhas.ac.id

### REKOMENDASI PERSETUJUAN ETIK

Nomor : 1068/UN4.18.3/TP.01.02/2024

Tanggal: 04 Juni 2024

Dengan ini Menyatakan bahwa Protokol dan Dokumen yang Berhubungan dengan Protokol berikut ini telah mendapatkan Persetujuan Etik :

No Protokol	UH2405100	No Sponsor Protokol	
Peneliti Utama	<b>Fauziah</b>	Sponsor	
Judul Peneliti	Hubungan Aktivitas Fisik, Kebiasaan Makan, dan Asupan Makanan dengan Status Gizi pada Remaja SMP di Kota Makassar		
No Versi Protokol	1	Tanggal Versi	<b>30 Mei 2024</b>
No Versi PSP	1	Tanggal Versi	<b>30 Mei 2024</b>
Tempat Penelitian	SMP Negeri 13 Kota Makassar dan SMP Negeri 46 Kota Makassar		
Jenis Review	<input checked="" type="checkbox"/> Exempted <input type="checkbox"/> Expedited <input type="checkbox"/> Fullboard	Masa berlaku <b>04 Juni 2024</b> sampai <b>04 Juni 2025</b>	Frekuensi review lanjutan
Ketua KEPK	Nama : <b>Dr. Kadek Ayu Erika, S.Kep., Ns., M.Kes</b>	Tanda Tangan 	
Sekretaris KEPK	Nama : <b>Dr. Hastuti, S.Kep., Ns., M.Kes</b>	Tanda Tangan 	

**Kewajiban Peneliti Utama :**

- Menyerahkan Amandemen Protokol untuk persetujuan sebelum di implementasikan
- Menyerahkan Laporan SAE ke Komite Etik dalam 24 jam dan dilengkapi dalam 7 hari dan Laporan *Suspected Unexpected Serious Adverse Reaction* (SUSAR) dalam 72 jam setelah Peneliti Utama menerima laporan
- Menyerahkan Laporan Kemajuan (progress report) setiap 6 bulan untuk penelitian resiko tinggi dan setiap setahun untuk penelitian resiko rendah
- Menyerahkan laporan akhir setelah penelitian berakhir
- Melaporkan penyimpangan dari protokol yang disetujui (*protocol deviation/violation*)
- Mematuhi semua peraturan yang ditentukan





**Surat Izin dari Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu (PTSP) Provinsi Sulawesi Selatan**



**PEMERINTAH PROVINSI SULAWESI SELATAN  
DINAS PENANAMAN MODAL DAN PELAYANAN TERPADU SATU PINTU**

Jl. Bougenville No.5 Telp. (0411) 441077 Fax. (0411) 448936  
Website : <http://simap-new.sulselprov.go.id> Email : [ptsp@sulselprov.go.id](mailto:ptsp@sulselprov.go.id)  
Makassar 90231

Nomor : 11177/S.01/PTSP/2024 Kepada Yth.  
Lampiran : - Walikota Makassar  
Perihal : Izin penelitian

di-  
Tempat

Berdasarkan surat Dekan Fak. Keperawatan Univ. Hasanuddin Makassar Nomor : 01359/UN4.18/PT.01.04/2024 tanggal 03 Mei 2024 perihal tersebut diatas, mahasiswa/peneliti dibawah ini:

N a m a : FAUZIAH  
Nomor Pokok : R011201070  
Program Studi : Ilmu Keperawatan  
Pekerjaan/Lembaga : Mahasiswa (S1)  
Alamat : Jl. P. Kemerdekaan Km 10, Makassar  
PROVINSI SULAWESI SELATAN

Bermaksud untuk melakukan penelitian di daerah/kantor saudara dalam rangka menyusun SKRIPSI, dengan judul :

**" HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK, KEBIASAAN MAKAN DAN ASUPAN MAKANAN DENGAN STATUS GIZI PADA REMAJA SMP DI KOTA MAKASSAR "**

Yang akan dilaksanakan dari : Tgl. **07 Mei s/d 20 Juni 2024**

Sehubungan dengan hal tersebut diatas, pada prinsipnya kami *menyetujui* kegiatan dimaksud dengan ketentuan yang tertera di belakang surat izin penelitian.

Demikian Surat Keterangan ini diberikan agar dipergunakan sebagaimana mestinya.

Diterbitkan di Makassar  
Pada Tanggal 07 Mei 2024

**KEPALA DINAS PENANAMAN MODAL DAN PELAYANAN TERPADU  
SATU PINTU PROVINSI SULAWESI SELATAN**



**ASRUL SANI, S.H., M.Si.**  
Pangkat : PEMBINA TINGKAT I  
Nip : 19750321 200312 1 008

Tembusan Yth  
Dekan Fak. Keperawatan Univ. Hasanuddin Makassar di Makassar,  
sertinggal.



# Surat Izin dari Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu (PTSP) Kota Makassar



PEMERINTAH KOTA MAKASSAR  
DINAS PENANAMAN MODAL DAN PELAYANAN TERPADU SATU PINTU  
Jl. Jendral Ahmad Yani No. 2 Makassar 90171  
Website: [dpmpstp.makassarkota.go.id](http://dpmpstp.makassarkota.go.id)



## SURAT KETERANGAN PENELITIAN Nomor: 070/2274/SKP/SB/DPMPSTP/5/2024

### DASAR:

- Peraturan Menteri Dalam Negeri Republik Indonesia Nomor 3 Tahun 2018 tentang Penerbitan Keterangan Penelitian.
- Peraturan Daerah Nomor 8 Tahun 2016 tentang Pembentukan Organisasi Perangkat Daerah
- Peraturan Walikota Nomor 4 Tahun 2023 tentang Penyelenggaraan Perizinan Berbasis Resiko, Perizinan Non Berusaha dan Non Perizinan
- Keputusan Walikota Makassar Nomor 954/503 Tahun 2023 Tentang Pendelegasian Kewenangan Perizinan Berusaha Berbasis Resiko, Perizinan Non Berusaha dan Non Perizinan yang Menjadi Kewenangan Pemerintah Daerah Kepada Kepala Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Kota Makassar Tahun 2023
- Surat Kepala Dinas Penanaman Modal Dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Provinsi Sulawesi Selatan nomor 11177/S.01/PTSP/2024, Tanggal 07 Mei 2024
- Rekomendasi Teknis Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Kota Makassar nomor 2276/SKP/SB/BKBP/5/2024

### Dengan Ini Menerangkan Bahwa :

Nama : FAUZIAH  
NIM / Jurusan : R011201070 / Ilmu Keperawatan  
Pekerjaan : Mahasiswa (S1) / Universitas Hasanuddin Makassar  
Alamat : Jl. P. Kemerdekaan Km 10, Makassar  
Lokasi Penelitian : Terlampir,-  
Waktu Penelitian : 07 Mei 2024 - 20 Juni 2024  
Tujuan : Skripsi  
Judul Penelitian : HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK, KEBIASAAN MAKAN DAN ASUPAN MAKANAN DENGAN STATUS GIZI PADA REMAJA SMP DI KOTA MAKASSAR

Dalam melakukan kegiatan agar yang bersangkutan memenuhi ketentuan sebagai berikut:

- Surat Keterangan Penelitian ini diterbitkan untuk kepentingan penelitian yang bersangkutan selama waktu yang sudah ditentukan dalam surat keterangan ini.
- Tidak dibenarkan melakukan penelitian yang tidak sesuai / tidak ada kaitannya dengan judul dan tujuan kegiatan penelitian.
- Melaporkan hasil penelitian kepada Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Kota Makassar melalui email [bidangekosobudkesbangpolmks@gmail.com](mailto:bidangekosobudkesbangpolmks@gmail.com).
- Surat Keterangan Penelitian ini dicabut kembali apabila pemegangnya tidak menaati ketentuan tersebut diatas.



Ditetapkan di Makassar

Pada tanggal: 2024-05-17 10:51:30



Ditandatangani secara elektronik oleh  
KEPALA DINAS PENANAMAN MODAL  
DAN PELAYANAN TERPADU SATU PINTU  
KOTA MAKASSAR

HELMY BUDIMAN, S.STP., M.M.



ibusan Kepada Yth:

Pimpinan Lembaga/Instansi/Perusahaan Lokasi Penelitian;  
Pertinggal,-

## Surat Izin Penelitian Dari Dinas Pendidikan Kota Makassar



### PEMERINTAH KOTA MAKASSAR DINAS PENDIDIKAN

Jl. Anggrek No. 2 Kel. Paropo Kec. Panakkukang  
Kota Makassar 90231, Sulawesi Selatan

laman: <https://disdik.makassar.go.id> email : [disdikkotamks@gmail.com](mailto:disdikkotamks@gmail.com)

#### IZIN PENELITIAN

NOMOR :070/471/KJUmkep/VI/2024

Dasar : Surat Kepala Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Kota Makassar Nomor : 070/2274/SKP/SB/DPMPTSP/5/2024 Tanggal 17 Mei 2024 Maka Kepala Dinas Pendidikan Kota Makassar :

#### MENGIZINKAN

Kepada : Nama : **FAUZIAH**  
NIM/Jurusan : R011201070 / Ilmu Keperawatan  
Pekerjaan : Mahasiswa (S1)  
Alamat : Jl. Perintis Kemerdekaan Km.10, Makassar

Untuk : Mengadakan *Penelitian di UPT SPF SMPN 13 dan 46 Kota Makassar* dalam rangka *Penyusunan Skripsi* pada Universitas Hasanuddin dengan judul penelitian:

**"HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK, KEBIASAAN MAKAN DAN ASUPAN MAKANAN DENGAN STATUS GIZI PADA REMAJA SMP DI KOTA MAKASSAR"**

Dengan ketentuan sebagai berikut :

1. Harus melapor pada Kepala Sekolah yang bersangkutan.
2. Tidak mengganggu proses kegiatan belajar mengajar di Sekolah.
3. Harus mematuhi tata tertib dan peraturan di Sekolah yang berlaku.
4. Hasil 1 ( satu ) exemplar di laporkan kepada Kepala Dinas Pendidikan Kota Makassar.

Demikian izin penelitian ini di berikan untuk di gunakan seb.gaimana mestinya.

Dikeluarkan di : Makassar  
Pada Tanggal : 20 Mei 2024

An.KEPALA DINAS

Sekretaris

UB

Plt. Kasubag Umum Dan Kepegawaian

**MOH. ARWAN UMAR, S.Pd,M.M**

Pangkat : Penata Tk.I

NIP : 198010012003121009





## Surat Keterangan Telah Meneliti di SMP Negeri 13 Kota Makassar



PEMERINTAH KOTA MAKASSAR  
UPT SPF SMP NEGERI 13 MAKASSAR

Jln.Tamalate VI No.2 Perumnas Panakukang  
Tlp.0411 -868415 Makassar

Website:smpn13makassar.sch.id, Email:smpn13\_mksr@yahoo.co.id



### SURAT KETERANGAN

Nomor : 800/287/UPT SPF SMPN.13/VI/2024

Yang bertanda tangan di bawah ini, Kepala SMP Negeri 13 Makassar menerangkan bahwa :

Nama	: Fauziah
NIM	: R011201070
Pekerjaan	: Mahasiswa (S1)
Program studi	: Ilmu Keperawatan
Alamat	: Perum. Dewi Karmila Sari Blok C5 No. 8

Benar yang bersangkutan tersebut diatas telah selesai melaksanakan penelitian di SMP Negeri 13 Makassar pada tanggal 30 Mei – 13 Juni 2024, untuk penyusunan *skripsi* dengan judul :  
**"HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK, KEBIASAAN MAKAN, DAN ASUPAN MAKANAN DENGAN STATUS GIZI PADA REMAJA SMP DI KOTA MAKASSAR "**

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk di pergunakan sebagaimana mestinya.

Makassar, 19 Juni 2024

Kepala SMP Negeri 13 Makassar



Drs. R. M. I., M. Pd.

Pangkat : Pembina Utama Muda

NIP. 19661109 199602 1 002



## Surat Keterangan Telah Meneliti di SMP Negeri 46 Kota Makassar



### SURAT KETERANGAN

Nomor : 303/421.3/SMPN-46/VI/2024

Sehubungan dengan surat dari Dinas Penanaman Modal Dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu, Nomor 11177/S.01/PTSP/2024, Surat Keterangan Penelitian tertanggal 2024-5-7, maka Kepala UPT SPF SMP Negeri 46 Makassar dengan ini menerangkan nama mahasiswa di bawah ini :

Nama : Fauziah

Nomor Pokok : R011201070

Program Studi : Ilmu Keperawatan

Jenjang : S1

Benar telah mengadakan penelitian di UPT SPF SMP Negeri 46 Makassar pada tanggal 7 Mei 2024 s.d 20 Juni 2024 dengan judul Penelitian "**HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK, KEBIASAAN MAKAN DAN ASUPAN MAKANAN DENGAN STATUS GIZI PADA REMAJA SMP DI KOTA MAKASSAR**"

Demikianlah surat ini kami sampaikan. Atas kerjasamanya kami ucapkan terimakasih.

Makassar, 20 Juni 2024

Kepala UPT SPF SMPN 46 Makassar



Sri Devi Lathari, S. Pd., M.M

Pang. Pembina Muda/IV.c

NIP. 19640822 198903 2 006



## Lampiran 9. Dokumentasi Penelitian

