

# LAMPIRAN

## Lampiran 1. Surat Izin

Jakarta, 20 Maret 2018

Kepada Yth.  
Ketua / Sekretaris Blok IKM-IKK 2018  
Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara  
di tempat

Dengan Hormat,

Saya Riky Pratama dengan NIM 405150131 ingin mengajukan permohonan izin pengambilan data untuk keperluan skripsi pada mahasiswa angkatan 2017 di blok IKM-IKK 2018 yang dilaksanakan pada :

hari/tanggal : Rabu, 28 Maret 2018  
tempat : R.501 Gd.J FK UNTAR  
waktu : 12.30 – 16.00

Demikian permohonan peminjaman ini saya sampaikan . Atas perhatian dan kerjasamanya, saya mengucapkan terima kasih.

Hormat Kami,

Pembimbing,



dr. Alexander Santoso, M.Gizi  
NIK : 10416010

Peminjam,



Riky Pratama  
NIM: 405150131

## Lampiran 2. *Informed Consent* dan persetujuan responden

### *Inform Consent*

Saya Riky Pratama, mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara Angkatan 2015 akan mengadakan penelitian dengan judul “HUBUNGAN ASUPAN ENERGI DENGAN STATUS GIZI MAHASISWA USIA 16-18 TAHUN DI FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS TARUMANAGARA.” Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan asupan energi dengan status gizi. Dalam penelitian ini, akan dilakukan penimbangan berat badan serta pengukuran tinggi badan dan pengisian kuisioner tentang asupan makanan.

Saya memohon kesediaan saudara/I untuk menjadi responden dan menandatangani lembar persetujuan serta bersedia untuk menjawab kuisioner serta bersedia untuk ditimbang berat badan dan diukur tingginya. Berikut saya lampirkan surat persetujuan menjadi responden.

Atas perhatian saudara/I sebagai responden dalam penelitian ini, saya mengucapkan terimakasih.

Jakarta,..... 2018

Peneliti,

Riky Pratama  
NIM : 405150131

## LEMBAR PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini,

Nama :

Alamat :

No. HP :

Setelah mendapat keterangan dan penjelasan, serta mengerti tujuan penelitian dibawah ini yang berjudul :

**“HUBUNGAN ASUPAN ENERGI DENGAN STATUS GIZI MAHASISWA  
USIA 16-18 TAHUN DI FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS  
TARUMANAGARA.”**

Menyatakan bersedia dan setuju untuk ikut serta dalam penelitian tersebut, dan berhak untuk membatalkan persetujuan ini jika saya merasa dirugikan dalam bentuk apapun.

Jakarta, 28 Maret 2018

Menyetujui,

(.....)

NIM : .....

**Lampiran 3 Data Diri, Karakteristik Responden dan Hasil Pengukuran Antropometri**

**A. Data Diri**

Nama Lengkap :  
 NIM :  
 Jenis Kelamin :  
 Usia :  
 Tempat/ Tanggal Lahir :  
 Alamat :  
 No.HP :  
 Id Line :  
 Email :

**B. Karakteristik Responden**

1. Konsumsi Obat Penambah BB a. Ya  b.  Tidak
2. Konsumsi Obat Penurun BB a. Ya  b.  Tidak
3. Kebiasaan Makan  Teratur b. Tidak Teratur
4. Frekuensi Makan Sehari a. 1x b. 2x  c. 3x d. >3x
5. Kebiasaan Berolahraga  Ya b. Tidak
6. Frekuensi Berolahraga a. Setiap Hari  b. 1-3x/minggu c. ....
7. Riwayat Penyakit Tidak Menular a. Ya, .....  b. Tidak  
 (Hipertensi, Diabetes, dll)

**C. Pengukuran Antropometri**

Pemeriksaan	Pengukuran 1	Pengukuran 2	Rata-Rata
Berat Badan	93,2	93,2	93,2
Tinggi Badan	166	166	166
IMT			36,8

Kalori : 4531,5

Lampiran 4 *Semiquantitative Food Frequency Questionnaire*<sup>20</sup>

NAMA : ..... NIM : .....

Bahan Makanan	Frekuensi Konsumsi										Porsi Konsumsi			URT				
	Tidak Pernah	Per Hari (dalam kali)			Per Minggu (dalam kali)			Per Bulan (dalam Kali)			Lain-lain							
		1	2	3	>3	1	2	3	4	5					6	<1	1	2
Makanan Sumber Karbohidrat																		
Nasi Putih				✓										1	2	3	Centong A/B	300
Nasi Merah					✓									1	2	3	Centong A/B	71,43
Nasi Tim Ayam								✓						1	2	3	Piring	4
Bubur Eencer							✓							1	2	3	Mangkok B/C	128,57
Ketupat														1	2	3	Buah A/B	4,67
Mie Rebus													✓	1	2	3	Sendok Makan	3
Bihun Rebus													✓	1	2	3	Sendok Makan	3
Kentang Rebus							✓							1	2	3	Buah A/B/C	171,43
Perkedel Kentang							✓							1	2	3	Buah A/B/C	17,14
Singkong Rebus													✓	1	2	3	Potong A/B	16
Ubi Jalar Rebus													✓	1	2	3	Buah A/B/C	5,33
Jagung Rebus														1	2	3	Potong	3,5
Flavermut														1	2	3	Sendok makan	68,57
Roti Gandum													✓	1	2	3	Iris	60
Roti Putih													✓	1	2	3	Iris A/B/C	
Kacang-Kacangan dan Produknya																		
Tahu Goreng														1	2	2	Potong A/B/C	57,14
Tempe Goreng														1	2	3	Potong A/B/C	83,33
Tempe Orek							✓							1	2	3	Sendok Makan	17,14
Oncom							✓							1	2	3	Potong Sedang	28,57

Susu Kacang										1	2	3	Gelas	10,57
Kacang Tanah	✓									1	2	3	Sendok Makan	9,57
Kacang Kedelai	✓									1	2	3	Sendok Makan	9,33
Kacang Hijau										1	2	3	Sendok Makan	9,33
.....														
<b>Laauk Pauk</b>														
Telur Ayam									✓				Butir	51,43
Telur Puyuh									✓				Butir	9,17
Telur Bebek									✓				Butir	9,32
Empal Sapi									✓				Potong	1,67
Rendang Sapi									✓				Potong	1,33
Semur Sapi									✓				Potong	1,67
Daging Babi									✓				Potong	3
Daging Bebek									✓				Potong	1,5
Daging HAM									✓				Iris	3
Sosis Goreng									✓				Buah <sup>B</sup> / <sub>B</sub>	4,17
Bakso Rebus									✓				Buah <sup>B</sup> / <sub>B</sub> / <sub>C</sub>	12,34
Abon Sapi									✓				Sendok Makan	4,23
Ayam Goreng									✓				Potong	72,36
.....														
Hati Ayam										1	2	3	Potong	
Ampela Ayam	✓									1	2	3	Potong	
Nugget										1	2	3	Buah	9,23
Ikan Kembang									✓	1	2	3	Ekor <sup>A</sup> / <sub>B</sub> / <sub>C</sub>	3
Ikan Tenggiri									✓	1	2	3	Ekor <sup>A</sup> / <sub>B</sub> / <sub>C</sub>	10,67
Ikan Lele										1	2	3	Ekor <sup>A</sup> / <sub>B</sub> / <sub>C</sub>	
Ikan Tongkol	✓									1	2	3	Ekor <sup>A</sup> / <sub>B</sub> / <sub>C</sub>	
Cumi									✓	1	2	3	Ekor <sup>A</sup> / <sub>B</sub> / <sub>C</sub>	5,33
Udang									✓	1	2	3	Ekor <sup>A</sup> / <sub>B</sub> / <sub>C</sub>	6,67
Sarden									✓	1	2	3	Potong <sup>A</sup> / <sub>B</sub>	1,17

Ikan Asin										2	3	Potong	1,5
Ikan Teri										2	3	Sendok Makan	1
.....													
.....													
Sayuran													
Sayur Lodeh										1/2	2	Sendok Sayur	1
Sayur Sop										1/2	1	Sendok Sayur	34,24
Sayur Asem										1/2	2	Sendok Sayur	1
Terong Balado										1/2	1	Potong	
Bayam Bening										1/2	1	Sendok Sayur	17,14
Tumis Kangkung										1/2	1	Sendok Makan	8,57
Tumis Tauge										1/2	2	Sendok Makan	2,86
Tumis Kacang Panjang										1/2	2	Sendok Makan	4,23
Tumis Sawi Hijau										1/2	2	Sendok Makan	0,5
Wortel										1/2	2	Potong	38,57
Buncis										1/2	2	Potong	14,29
Ketimun										1/2	2	Potong	13,29
.....													
.....													
Buah-buahan													
Alpokai										1/2	2	Buah	48,57
Apel										1/2	2	Buah	57,14
Jambu Biji										1/2	1	Buah A/B	
Jambu Air										1/2	2	Buah	2,8
Mangga										1/2	2	Buah	100
Pear										1/2	1	Buah	257,14
Nanas										1/2	1	Potong Sedang	57,14
Semangka										1/2	2	Potong Sedang	114,28
Pepaya										1/2	1	Potong Besar	57,14
Melon										1/2	1	Potong Besar	57,14

Kiwi										1/2	1	2	Buah	14,29
Jeruk			✓							1/2	1	2	Buah	17,14
Buah Naga						✓				1/2	1	2	Buah	1,33
Anggur										1	2	3	Buah	3,43
Susu dan produknya serta Minuman Lain														
Susu Sapi			✓							1/2	1	2	Gelas	400
Susu Kambing		✓								1/2	1	2	Gelas	
Teh Manis			✓							1/2	1	2	Gelas	57,14
Teh Tawar			✓							1/2	1	2	Gelas	800
Kopi Susu					✓					1/2	1	2	Gelas	203,14
Kopi Hitam					✓					1/2	1	2	Gelas	194,57
Selai										1/2	1	2	Sendok Mikan	4,29
Madu					✓					1/2	1	2	Sendok Mikan	2,14
Sirup					✓					1/2	1	2	Sendok Mikan	2,14
Gula					✓					1/2	1	2	Sendok Mikan	1,43
Yogurt					✓					1/2	1	2	Gelas	28,57
Minuman Soda									✓	1/2	1	2	Gelas	13,33
Makanan Siap Saji dan Kue														
Soto Mie			✓							1	2	3	Mangkok	25,71
Siomay			✓							1	2	3	Mangkok	94,29
Sate Ayam			✓							1	2	3	Tusuk	7,14
Sate Kambing		✓								1	2	3	Tusuk	
Pizza										1	2	3	Potong	28,57
Mie Goreng			✓							1	2	3	Porsi	42,86
Kwetiau Goreng			✓							1	2	3	Porsi	39,29
Bihun Goreng			✓							1	2	3	Porsi	35,71
Bakso									✓	1	2	3	Porsi	13,33



Lontong Sayur	✓											1	2	3	Porsi	50
Gado-gado	✓											1	2	3	Porsi	28,57
Bubur Ayam		✓										1	2	3	Porsi	128,57
Ayam Goreng dada		✓										1	2	3	Potong	28,57
Tepung ..... dada			✓									1	2	3	Potong	4
Martabak Manis			✓									1	2	3	Potong	4
Martabak Telor												1	2	3	Potong	5
Bolu Kukus	✓											1	2	3	Buah	11,43
Bakpao	✓											1	2	3	Buah	2,86
Brownies	✓											1	2	3	Buah	5,23
Donat Gula	✓											1	2	3	Buah	21,43
Kebab	✓											1	2	3	Porsi	7,14
Lapis Legit	✓											1	2	3	Potong	8,57
Lapis Surabaya	✓											1	2	3	Potong	5
Lemper Ayam	✓											1	2	3	Potong	12,14
Pempek	✓											1	2	3	A / B / C	7,14
Lumpia	✓											1	2	3	Buah	14,29
Pastel	✓											1	2	3	Buah	17,14
Pisang Goreng	✓											1	2	3	Buah	14,29
Pisang Molen	✓											1	2	3	Buah	11,29
Risoles Sayuran	✓											1	2	3	Buah	17,14
Singkong Goreng	✓											1	2	3	Buah	28,57
Tahu Isi	✓											1	2	3	Buah	10,71
Ubi Goreng	✓									✓		1	2	3	Buah	17,14
Keripik	✓											1	2	3	Genggam	
.....																
.....																

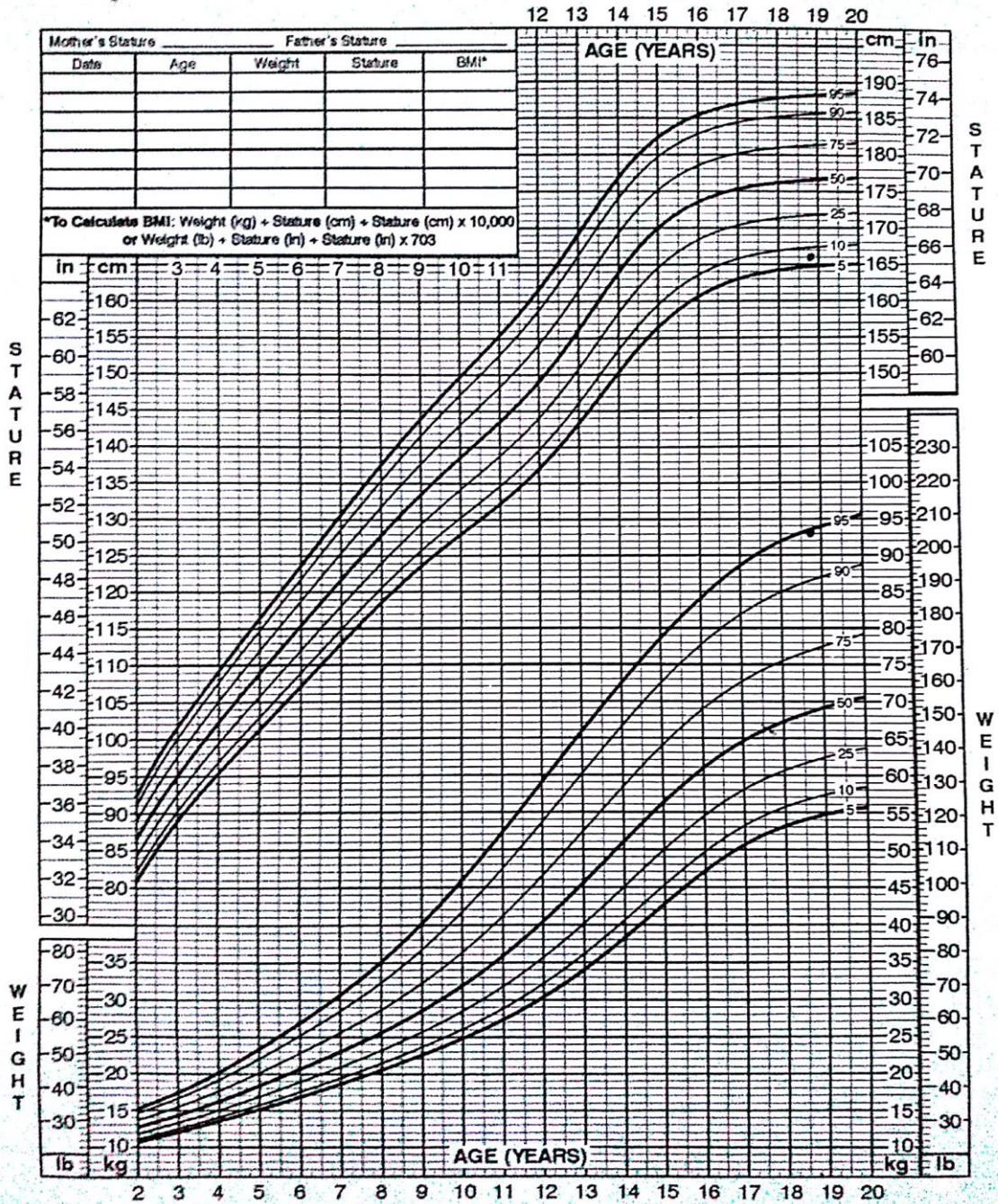
Lampiran 5. Kurva CDC 2000

2 to 20 years: Boys

Stature-for-age and Weight-for-age percentiles

NAME \_\_\_\_\_

RECORD # \_\_\_\_\_



Published May 16, 2000 (modified 11/21/00).  
SOURCE: Developed by the National Center for Health Statistics in collaboration with  
the National Center for Chronic Disease Prevention and Health Promotion (2000).  
<http://www.cdc.gov/growthcharts>

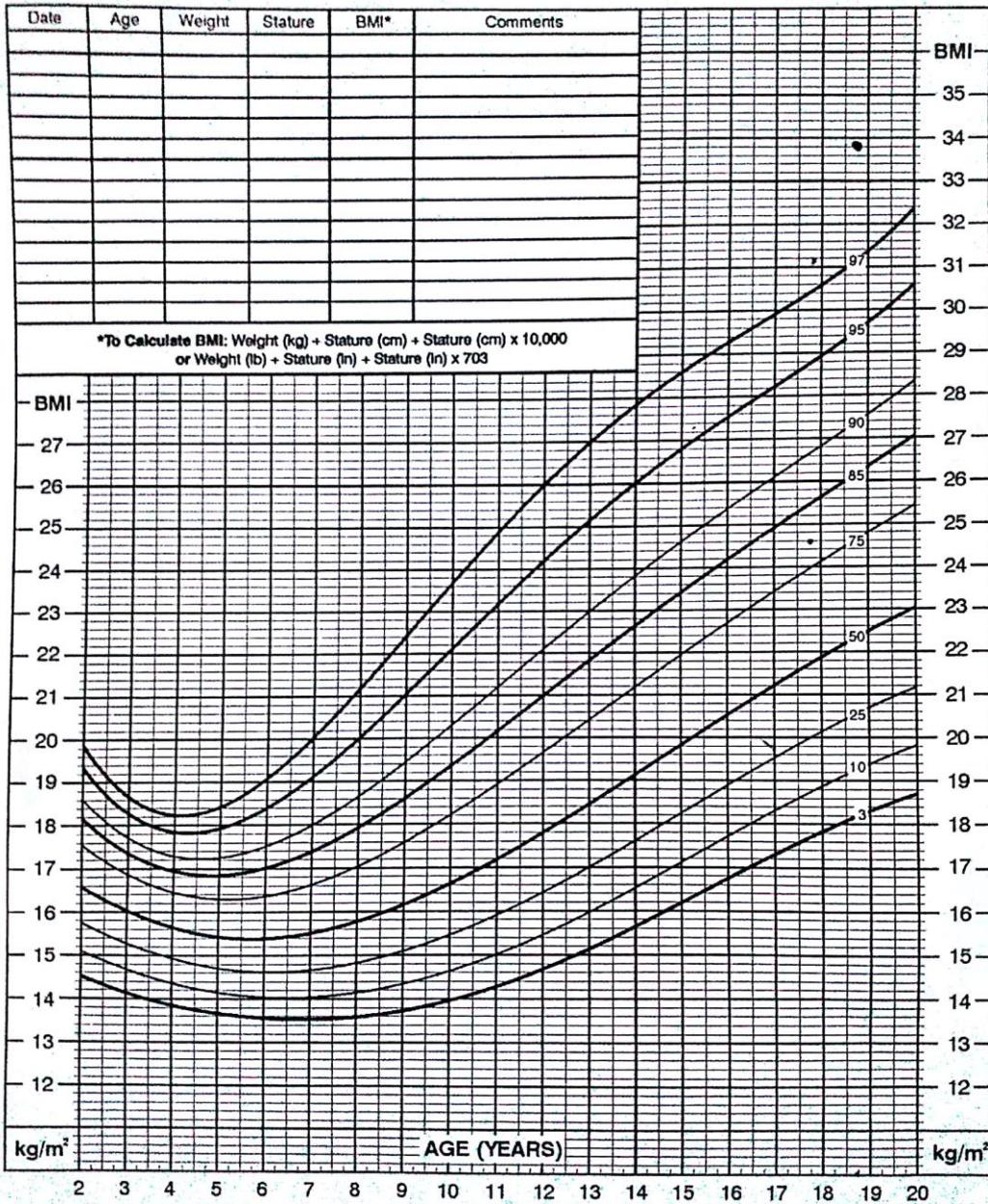


SAFER • HEALTHIER • PEOPLE™

2 to 20 years: Boys  
Body mass Index-for-age percentiles

NAME \_\_\_\_\_

RECORD # \_\_\_\_\_



Published May 30, 2000 (modified 10/18/00).  
SOURCE: Developed by the National Center for Health Statistics in collaboration with  
the National Center for Chronic Disease Prevention and Health Promotion (2000).  
<http://www.cdc.gov/growthcharts>



## Lampiran 6. Pengkategorian Asupan Energi

### PEREMPUAN

Inisial	Umur	Kalori	Pengkategoriaan	Kategori :		
YK	18	1618,2	1	Kurang (<100%)	<2125 kkal	33
GEK	18	1498,3	1	Normal (100% - 130%)	2125-2762,5 kkal	4
ARP	18	4158,3	3	Lebih (>130%)	>2762,5 kkal	14
ODL	17	4153	3			
CS	18	959,5	1			
QA	16	2934	3			
NCI	17	1007,6	1			
HL	18	2997,9	3			
MS	18	1853,2	1			
SMI	18	3391,3	3			
IT	18	1005,3	1			
EPCS	18	2137,2	2			
HA	18	2446,1	2			
PEC	18	966	1			
CDL	18	794,9	1			
GMKS	18	1491,8	1			
V	18	2867,1	3			
FDP	18	1078,1	1			
EE	18	1604,1	1			
BM	17	2235,8	2			
SGIP	17	1159,6	1			
SY	17	714,5	1			
PS	18	1437,1	1			
MLB	18	692,1	1			
VA	18	1119,7	1			
INA	18	3513,6	3			
SCL	18	1689,7	1			
DRO	18	950,7	1			
CCDG	18	3925,3	3			
BHK	18	2913,6	3			
RTF	18	1935,3	1			
ST	18	1023,4	1			
N	18	1641,1	1			
WT	18	1598,7	1			
TP	18	1994,8	1			
AF	18	3279,2	3			
JF	18	967,5	1			
BEE	18	3305,4	3			
DAW	18	857,4	1			
CC	18	992,4	1			
MPU	18	912,4	1			
SL	18	4493	3			
LS	18	1077,4	1			
A	18	4226,2	3			
EAV	18	1477,4	1			
VG	18	1525,3	1			
HAS	18	2157,7	2			
JA	18	790,2	1			
RA	18	4951,8	3			
CF	18	2050,7	1			
TM	18	1336,4	1			

### LAKI-LAKI

Inisial	Umur	Kalori (kkal)	Pengkategorian	Kategori		
EB	18	1790	1	Kurang (<100%AKG)	< 2675 kkal	19
DPS	18	3296,8	2	Normal (100% - 130%AKG)	2675-3477,5 kkal	4
AXW	18	1832,8	1	Lebih (>130%AKG)	>3477,5 kkal	1
CAT	17	950,3	1			
MWP	17	3453,5	2			
JA	17	2609,4	1			
J	18	2409,6	1			
FF	18	3477,1	2			
ILM	18	3311,2	2			
MJA	18	1817,5	1			
LAS	18	1320,5	1			
RMRNPP	18	1998	1			
ARS	18	1087,8	1			
ET	18	2438,8	1			
MF	18	1355,5	1			
ILYKY	18	1545,5	1			
DG	18	1718,2	1			
HA	18	1174,5	1			
E	18	644,2	1			
SJC	18	4531,5	3			
GADC	18	1778,2	1			
K	18	1356,7	1			
WGS	18	1930,8	1			
JDCN	18	1085,7	1			

## Lampiran 7. Dokumentasi Penelitian



# DAFTAR RIWAYAT HIDUP

## Data Pribadi

Nama Lengkap : Riky Pratama  
NIM : 405150131  
Jenis kelamin : Laki-laki  
Tempat/tanggal lahir : Pangkalpinang, 08 Februari 1998  
Agama : Buddha  
Alamat : Jl. Mandala Utara II No.6c  
Nomor Hp : 081297955370  
E-mail : kikypr022@gmail.com



## Riwayat Pendidikan

- 2001-2003 : TK Pembinaan Pangkalpinang
- 2003-2009 : SD Pembinaan Pangkalpinang
- 2009-2012 : SMP Pembinaan Pangkalpinang
- 2012-2015 : SMA Santo Yosef Pangkalpinang
- 2015-Sekarang : Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara

## Pengalaman Organisasi Selama Studi di FK UNTAR

- 2015-2016, Anggota muda DPM FK UNTAR
- 2015-2016, Anggota divisi Academic AMSA-UNTAR
- 2015-2017, Anggota Paduan Suara Universitas Tarumanagara (PSUT)
- 2016-2017, Koordinator Divisi Aspirasi & Advokasi DPM FK UNTAR
- 2016-2017, Vice Executive Board of Academic AMSA-UNTAR
- 2017-Sekarang, Ketua Umum DPM FK UNTAR

## Partisipasi dalam Organisasi Selama Studi di FK UNTAR

- 2015, Anggota Dana, World Alzheimer's Day, AMSA-UNTAR
- 2016, Koordinator Humas, Seminar AMSA, AMSA-UNTAR
- 2016, Anggota Acara, Hospital Visit, AMSA-UNTAR
- 2016, Anggota Humas, Forum Komunikasi, DPM FK UNTAR
- 2016, Penyanyi, Mid Year Concert "Audite! The Voice that Flow", PSUT
- 2016, Anggota Acara, Drama Musical : Aladdin, Gita Swara FK UNTAR
- 2016, Anggota Konsumsi Penerimaan Mahasiswa Baru, BEM FK UNTAR

- 2016, Koordinator Konsumsi, Serah Terima Jabatan, DPM FK UNTAR
- 2016, Anggota Publikasi dan Dokumentasi, Musyawarah Kerja Mahasiswa, DPM FK UNTAR
- 2016, General Delegate, Rapat Kerja Nasional, AMSA-Indonesia
- 2016, Koordinator Logistik, Proposal, LPJ, Photoshop Training, DPM FK UNTAR
- 2016, Koordinator Transportasi, Antibiotics Awareness Day, AMSA-UNTAR
- 2016, Ketua Pelaksana, Legislative Training, DPM FK UNTAR
- 2016, Koordinator Acara, LOSER VI, AMSA-UNTAR
- 2016, Anggota Acara Tutorial Semester Ganjil, DPM FK UNTAR
- 2016, Anggota Medis, Kathina Tali Kasih, Cetiya Dhanna Manggala
- 2016, Koordinator Acara, Forum Komunikasi Semester Ganjil, DPM FK UNTAR
- 2017, Supervisor Local Paper and Poster Training, DPM FK UNTAR
- 2017, Anggota Medis, Metta Day XXII, Dharmayana UNTAR
- 2017, General Delegate, Indonesian Medical Student Training and Competition, AMSA-Indonesia
- 2017, Koordinator Publikasi dan Dokumentasi, Tutorial Semester Genap, DPM FK UNTAR
- 2017, Penyanyi dalam acara Seminar Hukum Nasional BEM FH UNTAR, PSUT
- 2017, Koordinator Acara, EOTY 2017 AMSA UNTAR
- 2017, Koordinator Acara, SEMINAR FK UNTAR 2017
- 2017, Anggota Publikasi dan Dokumentasi, BAKGS Faith 1.0 AMSA UNTAR
- 2017, Penanggung Jawab, Musyawarah Kerja Mahasiswa DPM FK UNTAR
- 2017, Penanggung Jawab, Legislative Training, DPM FK UNTAR
- 2017, Penanggung Jawab, Tutorial Ganjil, DPM FK UNTAR
- 2017, Penanggung Jawab, Forum Komunikasi Ganjil, DPM FK UNTAR
- 2018, Anggota Medis, Metta Day XXIII, Dharmayana UNTAR
- 2018, Penanggung Jawab, Tutorial Genap, DPM FK UNTAR
- 2018, Penanggung Jawab, Forum Komunikasi Genap, DPM FK UNTAR
- 2018, Penanggung Jawab, Serah Terima Jabatan, DPM FK UNTAR

### **Partisipasi dalam Pelatihan Selama Studi di FK UNTAR**

- 2015, Legislative Training DPM FK UNTAR
- 2015, Leadership and Organization Skill toward Educated Resource VI AMSA-UNTAR
- 2015, Training Camp Paduan Suara Universitas Tarumanagara
- 2016, Local Paper and Poster Training AMSA-UNTAR
- 2016, Five Star Doctor Training BEM FK UNTAR
- 2016, PRICE EAMSC AMSA-UI
- 2017, Latihan Dasar Kepemimpinan Mahasiswa BEM FK UNTAR

### **Prestasi Akademik Selama Studi di FK UNTAR**

- 2017, TOP 10, Lomba Public Poster IMSTC 2017 di Universitas Pelita Harapan