LAMPIRAN

Lampiran 1 *Informed Consent*

INFORMED CONSENT
SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama :

Usia :

Dengan ini menyatakan bahwa saya **SETUJU** dan **BERSEDIA** untuk terlibat dalam penelitian yang berjudul " Pengaruh Pola Makan Pendonor Terhadap Kejadian Lipemik Di UDD PMI Kabupaten Lumajang Sesuai Hasil Pemeriksaan" yang diselengarakan oleh Discha Aruni Arifianda, Mahasiswa Poltekkes Kemenkes Malang.

Dalam kegiatan ini, saya telah menyadari, memahami, dan menerima bahwa:

1. Saya diminta untuk memberikan informasi dan menjawab pertanyaan yang sejujur-jujurnya.
2. Identitas dan informasi yang saya berikan akan **DIRAHASIAKAN** dan tidak akan disampaikan secara terbuka kepada umum.
3. Guna menunjang kelancaran penelitian yang akan dilaksanakan, maka segala hal yang terkait dengan waktu dan tempat akan disepakati bersama.

Dalam menandatangani lembar ini, saya **TIDAK ADA PAKSAAN** dari pihak manapun sehingga saya bersedia untuk mengikuti penelitian.

Lumajang, ……. 2024

Peneliti	Responden
Discha Aruni Arifianda	(.....)

Lampiran 2 Kuesioner Penelitian

KUISIONER PENELITIAN

Recall 3-12 jam asupan makanan pendonor terhadap kejadian lipemik plasma di UDD PMI Kabupaten Lumajang.

Tanggal :

No :

Inisial pendonor :

Kantong :

Golongan darah :

Jenis kelamin :

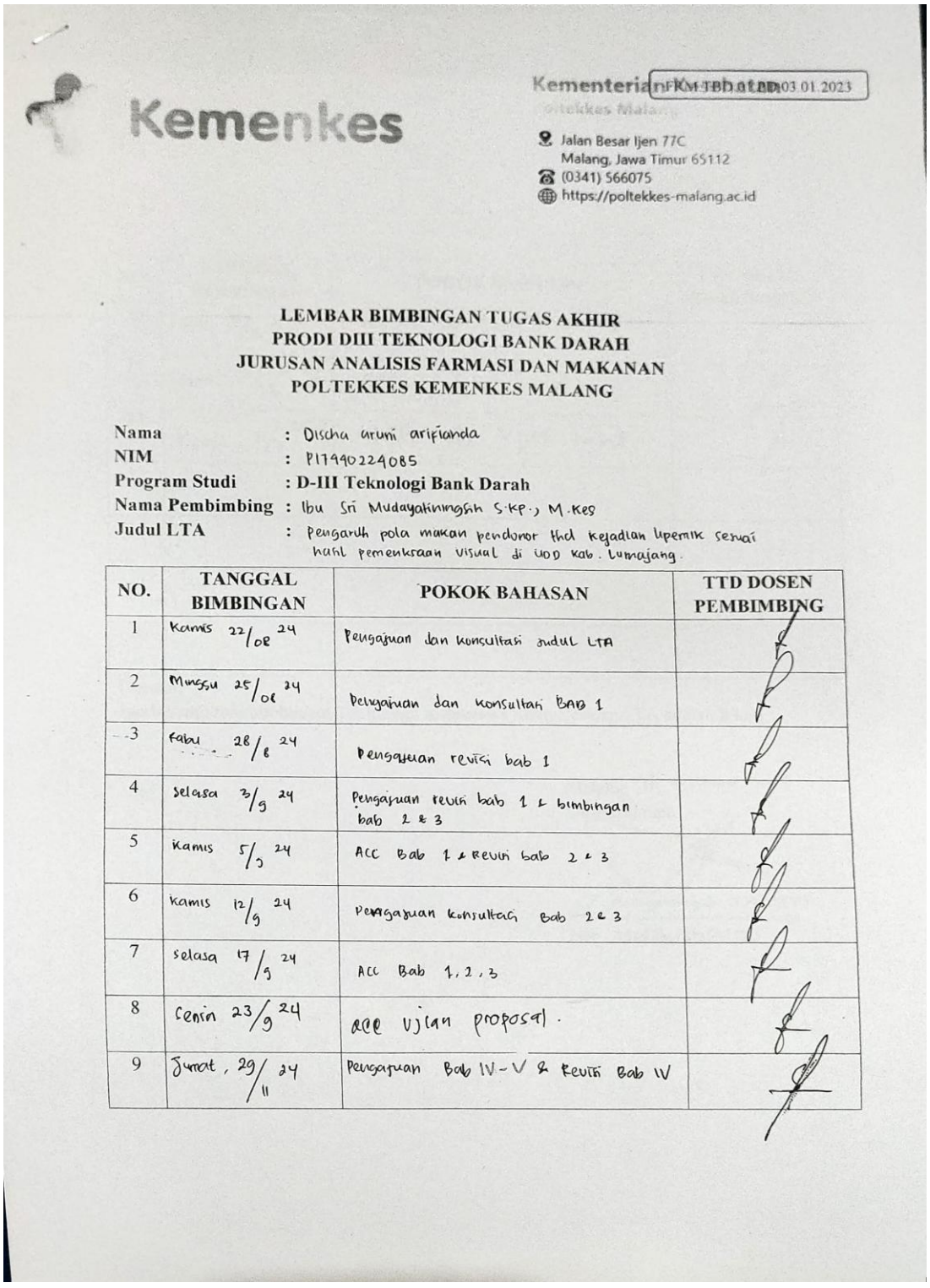
Usia :

Petunjuk pengisian

Isilah tabel mengenai asupan makanan yang anda makan selama 3-12 jam sebelum donor darah dibawah ini dengan jujur dan sesingkat-singkatnya.

No	Waktu Makan	Bahan Makanan (berlemak/berminyak)	Frekuensi	Keterangan
1	3-6 Jam			
	6-9 Jam			
	9-12 Jam			

Lampiran 3 Lembar Bimbingan



Kementerian Kesehatan
Poltekkes Malang

Jalan Besar Ijen 77C
Malang, Jawa Timur 65112
(0341) 566075
https://poltekkes-malang.ac.id

LEMBAR BIMBINGAN TUGAS AKHIR
PRODI DIII TEKNOLOGI BANK DARAH
JURUSAN ANALISIS FARMASI DAN MAKANAN
POLTEKKES KEMENKES MALANG

Nama : Dischа arumi aripfanda
NIM : P17490224085
Program Studi : **D-III Teknologi Bank Darah**
Nama Pembimbing : Ibu Sri Mudayatiningsih S.KP., M.Kes
Judul LTA : Pengaruh pola makan pendonor thd kejadian lipemik serwi hasil pemeriksaan visual di UDD Kab. Lumajang.

NO.	TANGGAL BIMBINGAN	POKOK BAHASAN	TTD DOSEN PEMBIMBING
1	Kamis 22/08 24	Pengajuan dan konsultasi judul LTA	
2	Minggu 25/08 24	Pengajuan dan konsultasi BAB 1	
3	Rabu 28/8 24	Pengajuan revisi bab 1	
4	selasa 3/9 24	Pengajuan revisi bab 1 & bimbingan bab 2 & 3	
5	kamis 5/9 24	ACC Bab 1 & Revisi bab 2 & 3	
6	kamis 12/9 24	Pengajuan konsultasi Bab 2 & 3	
7	selasa 17/9 24	ACC Bab 1, 2, 3	
8	senin 23/9 24	ACC ujian proposal.	
9	Jumat, 29/11 24	Pengajuan Bab IV-V & Revisi Bab IV	

Kementerian Kesehatan
Poltekkes Malang

Jalan Besar Ijen 77C
Malang, Jawa Timur 65112
(0341) 566075
https://poltekkes-malang.ac.id

NO.	TANGGAL BIMBINGAN	POKOK BAHASAN	TTD DOSEN PEMBIMBING
10	Rabu, 11/12 2024	Pengajuan Bab I-V & Abstrak	
11	Senin, 23/12 2024	acc. Cetak Lengkap	
12	Kamis, 2/1 2025	acc utk. Ujian hasil	
13			
14			
15			
16			

Catatan:
Jumlah minimal bimbingan TA hingga mahasiswa menyelesaikan TA adalah **8 kali**

Malang, 18 September 2024
Disetujui oleh

Sri Mudayatiningsih S.Kp., M.Kes
NIP. 196905151993032003

Lampiran 4 Lembar Checklist Plasma Yang Mengalami Lipemik

Tgl	No.	Inisial	No Kantong	Goldar	Usia	Kelamin	Pola Makan	Kejadian Lipemik		
								KERUH	SANGAT KERUH	TIDAK LIPEMIK
	1									
	2									
	3									
	4									
	5									
	6									
	7									
	8									
	9									
	10									
	11									
	12									
	13									

	14									
	15									
	16									
	17									
	18									
	19									
	20									
	21									
	22									
	23									
	24									
	25									
	26									
	27									
	28									
	29									
	30									
	31									

	32									
	34									
	35									
	36									
	37									
	38									
	39									
	40									
	41									
	42									
	43									
	44									
	45									

Tgl	No.	Inisial	No Kantong	Goldar	Usia	Kelamin	Pola Makan	Kejadian Lipemik		
								KERUH	SANGAT KERUH	TIDAK LIPEMIK
16/10	1	SA	030	B	63	L	CL			✓
	2	IW	004	O	51	L	CL			✓
	3	EF	005	B	30	P	RL			✓
	4	I	026	O	56	L	CL			✓
	5	S	027	O	23	L	CL			✓
	6	K	015	O	33	P	RL			✓
	7	W	029	B	50	P	RL			✓
	8	M	140	O	20	L	RL	✓		
	9	YK	014	O	54	P	RL			✓
	10	R	024	O	20	L	RL			✓
17/10	11	NP	069	O	57	L	RL			✓
	12	AH	070	O	26	L	RL			✓
	13	DT	146	B	39	P	RL			✓
	14	FA	014	O	47	P	TL			✓
	15	EP	048	O	63	P	TL		✓	
	16	MR	052	O	44	P	RL	✓		

18/10	17	BW	148	B	36	P	RL			✓
	18	SA	011	AB	31	P	CL			✓
	19	MY	081	AB	27	P	RL			✓
	20	SI	012	B	27	L	RL			✓
	21	D	051	A	68	P	RL			✓
	22	A	055	O	46	L	RL			✓
	23	NE	147	B	39	L	CL			✓
19/10	24	MD	101	O	31	L	TL			✓
	25	NP	132	O	30	L	TL			✓
	26	IM	102	O	34	P	RL	✓		
	27	YA	105	B	26	P	RL			✓
	28	S	104	O	52	L	RL			✓
	29	J	052	A	25	L	RL			✓
	30	YH	103	B	44	L	TL			✓
	31	MK	053	O	25	L	RL			✓
	32	MU	054	B	39	P	RL			✓
	33	LF	091	O	34	L	TL			✓
	34	HP	133	O	35	L	RL			✓

	35	AI	002	O	29	L	TL			✓
	36	YP	095	B	34	L	RL			✓
	37	MI	094	O	25	L	RL			✓
	38	AS	077	B	49	L	TL			✓
21/10	39	R	122	B	18	L	RL			✓
	40	JS	123	O	31	L	CL			✓
	41	LP	080	A	38	L	CL			✓
	42	NW	124	O	60	L	TL			✓
	43	EH	121	O	65	L	CL			✓
23/10	44	K	004	O	23	P	RL	✓		
16/10	45	MN	028	B	22	L	RL			✓

Lampiran 5 Surat Izin Penelitian

Kementerian Kesehatan
Poltekkes Malang
Jalan Besar Ijen 77C
Malang, Jawa Timur 65112
(0341) 566075
https://poltekkes-malang.ac.id

No : PP.06.02/F.XXI.20/0753/2024 11 Oktober 2024

Lamp : -

Perihal : **Permohonan Ijin Penelitian Mahasiswa Prodi D3 Teknologi Bank Darah An. Discha Aruni Arifianda NIM. P17440224085**

Kepada Yth :
Kepala UDD PMI Kab. Lumajang

di-
Lumajang

Sehubungan dengan penyusunan Laporan Tugas Akhir Mahasiswa Semester V Prodi D3 Teknologi Bank Darah Jurusan Analisis Farmasi dan Makanan Poltekkes Kemenkes Malang TA. 2024 / 2025, maka bersama ini kami harapkan Bapak / Ibu berkenan untuk memberikan Ijin kepada mahasiswa kami atas nama:

Nama	: Discha Aruni Arifianda
NIM	: P17440224085
Topik /Judul	: Pengaruh Pola Makan Pendonor terhadap Kejadian Lipemik Sesuai Hasil Pemeriksaan Visualnya di UDD PMI Kab. Lumajang
Tempat Penelitian	: UDD PMI Kab. Lumajang
Periode	: Oktober - Nopember 2024
Metode	: Kuantitatif

Untuk melakukan penelitian di instansi yang Bapak / Ibu pimpin, selanjutnya untuk konfirmasi dapat melalui kontak A/N. Discha Aruni Arifianda No. HP. 081995751006.

Demikian atas perkenan ijin yang diberikan dan kerjasamanya disampaikan terima kasih.

Ketua Jurusan,
Analisisi Farmasi dan Makanan

Tanto Hariyanto, S.Kep, Ns, M.Biomed
NIP. 19720707 199603 1 003

Tembusan:

1. Kaprodi D3 Teknologi Bank Darah Poltekkes Kemenkes Malang
2. Arsip

Kementerian Kesehatan tidak menerima suap dan/atau gratifikasi dalam bentuk apapun. Jika terdapat potensi suap atau gratifikasi silahkan laporkan melalui HALO KEMENKES 1500567 dan https://wbs.kemkes.go.id. Untuk verifikasi keaslian tanda tangan elektronik, silahkan unggah dokumen pada laman https://tte.kominfo.go.id/verifyPDF .

Lampiran 6 Surat Balasan Penelitian

Palang Merah Indonesia

Lumajang, 16 Oktober 2024

Nomor : 712/02.06.33/UDD/X/2024

Lampiran : -

Perihal : Surat Balasan

Kepada Yth.

Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang

Cq. Ketua Prodi D-III Teknologi Bank Darah

di

Malang

Dengan hormat,

Sehubungan telah diterima surat dari Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang nomor : PP.06.02/F.XXI.20/0753/2024 Perihal : Permohonan Ijin Penelitian Mahasiswa Prodi D3 Teknologi Bank Darah, kami UDD PMI Kabupaten Lumajang memberikan kesempatan untuk melakukan penelitian kepada mahasiswa DIII Teknologi Bank Darah atas nama :

No.	NAMA	NOMOR INDUK MAHASISWA (NIM)	JUDUL PENELITIAN
1.	Discha Aruni Arifianda	P17440224085	Pengaruh Pola Makan Pendonor Terhadap Kejadian Lipemik Sesuai Hasil Pemeriksaan Visualnya di UDD PMI Kabupaten Lumajang

Demikian atas perhatian dan kerjasamanya disampaikan terima kasih.

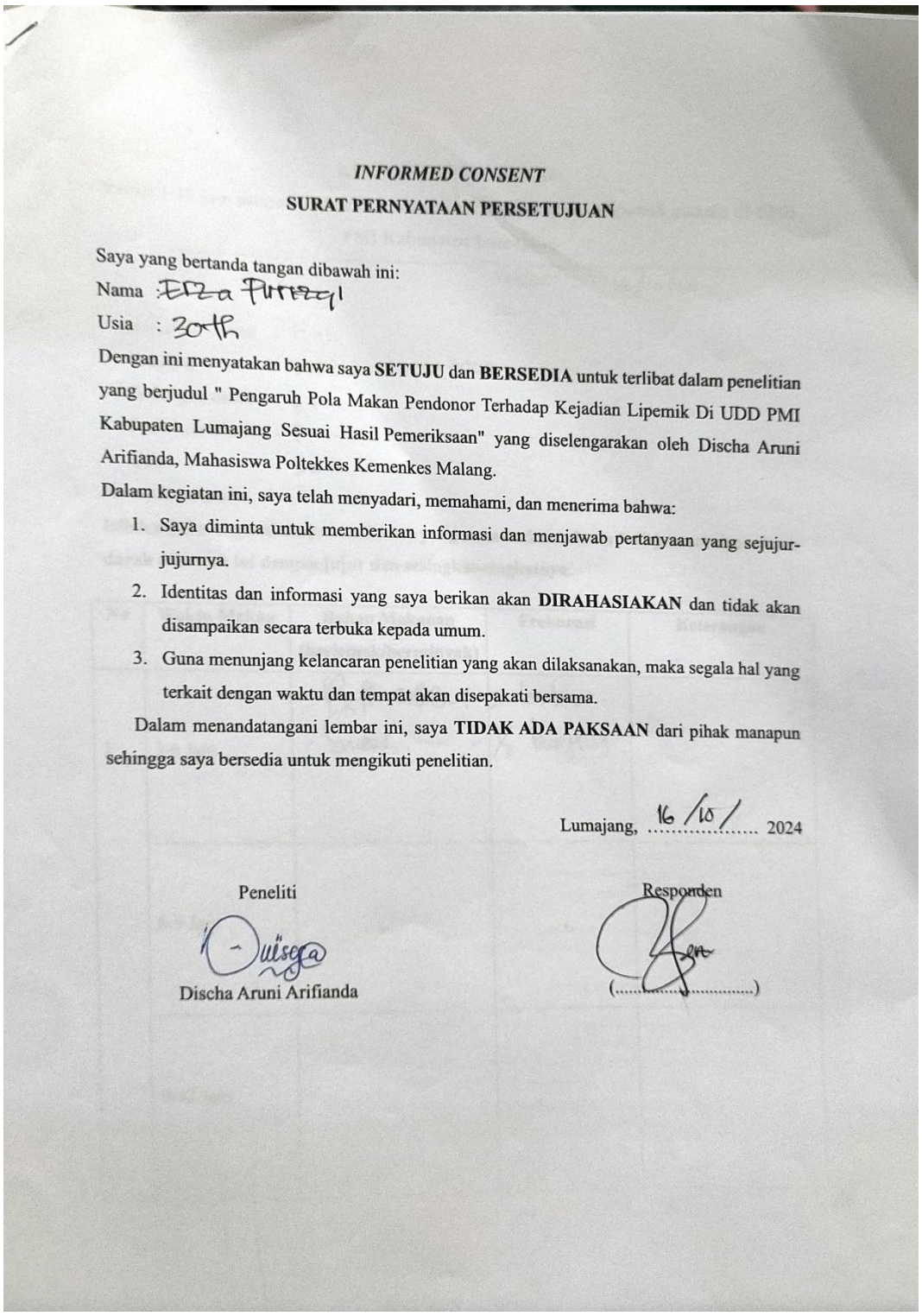
Unit Donor Darah
PALANG MERAH INDONESIA
Kabupaten Lumajang
Kepala,

dr. Halimi Maksum.,MMRS

Unit Donor Darah Palang Merah Indonesia Kabupaten Lumajang
Jl. Imam Suja'I No.03 Lumajang telp./fax. (0334)891451,
Website: utdpmilumajang.org, E-mail : utdpmilmj@gmail.com

BADAN POM RI
Nomor : 015/CPOB-UTD/XII/18

Lampiran 7 Bukti Kuesioner Hasil Penelitian Pola Makan Rendah Lemak



INFORMED CONSENT

SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Erza Purnzgi

Usia : 30th

Dengan ini menyatakan bahwa saya **SETUJU** dan **BERSEDIA** untuk terlibat dalam penelitian yang berjudul " Pengaruh Pola Makan Pendonor Terhadap Kejadian Lipemik Di UDD PMI Kabupaten Lumajang Sesuai Hasil Pemeriksaan" yang diselengarakan oleh Discha Aruni Arifianda, Mahasiswa Poltekkes Kemenkes Malang.

Dalam kegiatan ini, saya telah menyadari, memahami, dan menerima bahwa:

1. Saya diminta untuk memberikan informasi dan menjawab pertanyaan yang sejujur-jujurnya.
2. Identitas dan informasi yang saya berikan akan **DIRAHASIAKAN** dan tidak akan disampaikan secara terbuka kepada umum.
3. Guna menunjang kelancaran penelitian yang akan dilaksanakan, maka segala hal yang terkait dengan waktu dan tempat akan disepakati bersama.

Dalam menandatangani lembar ini, saya **TIDAK ADA PAKSAAN** dari pihak manapun sehingga saya bersedia untuk mengikuti penelitian.

Lumajang, 16/10/ 2024

Peneliti	Responden
Discha Aruni Arifianda	(.....)

KUISIONER PENELITIAN

Recall 3-12 jam asupan makanan pendonor terhadap kejadian lipemik plasma di UDD PMI Kabupaten Lumajang.

Tanggal : 16/10/24

No :

Inisial pendonor : E-F

Kantong : 350812024092300SA

Golongan darah : B+

Jenis kelamin : P

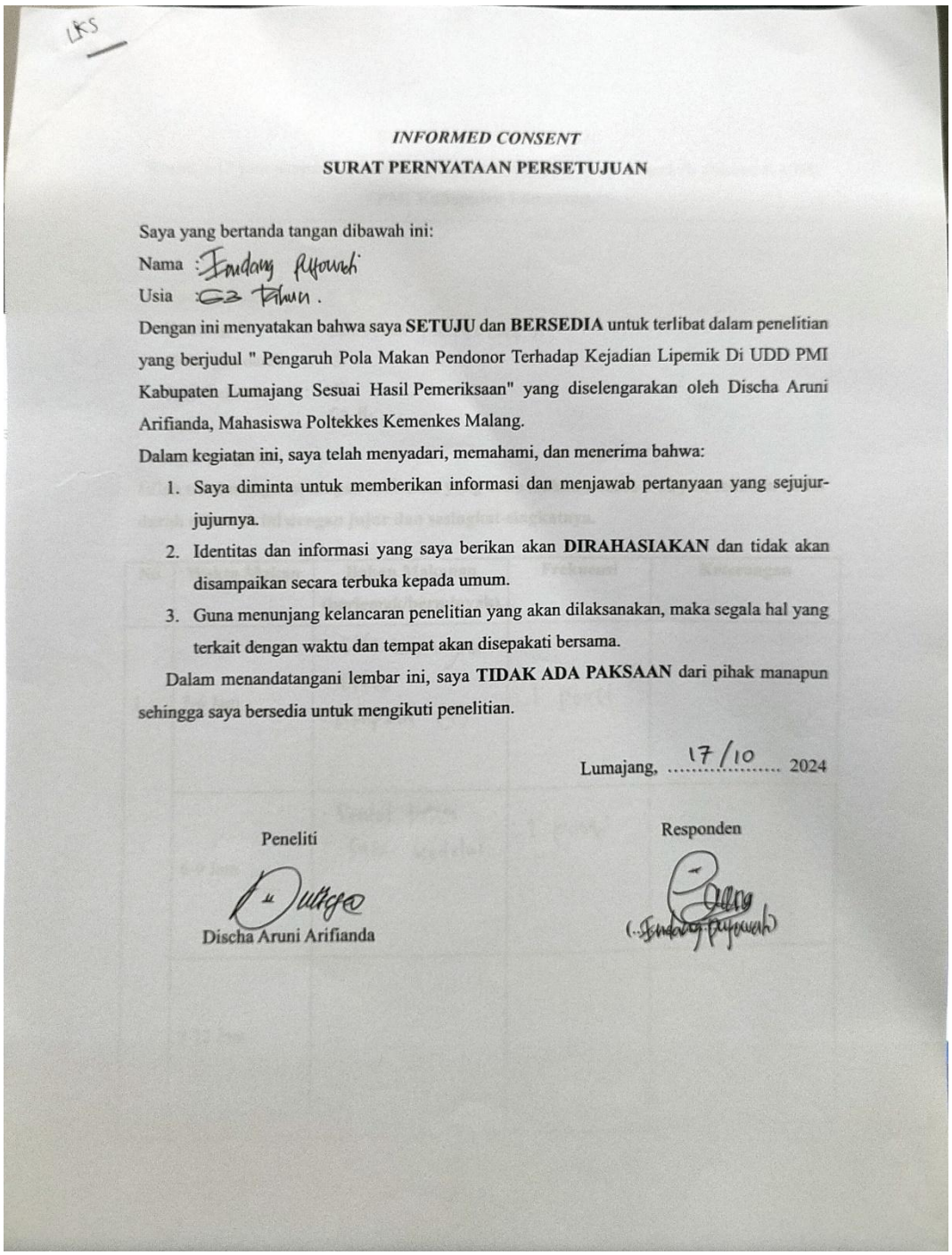
Usia : 30 th

Petunjuk pengisian

Isilah tabel mengenai asupan makanan yang anda makan selama 3-12 jam sebelum donor darah dibawah ini dengan jujur dan sesingkat-singkatnya.

No	Waktu Makan	Bahan Makanan (berlemak/berminyak)	Frekuensi	Keterangan
1	3-6 Jam	- Roti coklat - 2 lembar. - Snack. - ½ bungkus.		
	6-9 Jam	-		
	9-12 Jam	-		

Lampiran 8 Bukti Kuesioner Hasil Penelitian Pola Makan Tinggi Lemak



LKS

INFORMED CONSENT

SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Endang Rupawah

Usia : 63 Tahun .

Dengan ini menyatakan bahwa saya **SETUJU** dan **BERSEDIA** untuk terlibat dalam penelitian yang berjudul " Pengaruh Pola Makan Pendonor Terhadap Kejadian Lipemik Di UDD PMI Kabupaten Lumajang Sesuai Hasil Pemeriksaan" yang diselengarakan oleh Discha Aruni Arifianda, Mahasiswa Poltekkes Kemenkes Malang.

Dalam kegiatan ini, saya telah menyadari, memahami, dan menerima bahwa:

1. Saya diminta untuk memberikan informasi dan menjawab pertanyaan yang sejujur-jujurnya.
2. Identitas dan informasi yang saya berikan akan **DIRAHASIAKAN** dan tidak akan disampaikan secara terbuka kepada umum.
3. Guna menunjang kelancaran penelitian yang akan dilaksanakan, maka segala hal yang terkait dengan waktu dan tempat akan disepakati bersama.

Dalam menandatangani lembar ini, saya **TIDAK ADA PAKSAAN** dari pihak manapun sehingga saya bersedia untuk mengikuti penelitian.

Lumajang, 17/10 2024

Peneliti

Discha Aruni Arifianda

Responden

(Endang Rupawah)

KUISIONER PENELITIAN

Recall 3-12 jam asupan makanan pendonor terhadap kejadian lipemik plasma di UDD PMI Kabupaten Lumajang.

Tanggal :

No :

Inisial pendonor : E.P

Kantong : 3508120241014 0048 A

Golongan darah : O+

Jenis kelamin : P

Usia : 63th.

Petunjuk pengisian

Isilah tabel mengenai asupan makanan yang anda makan selama 3-12 jam sebelum donor darah dibawah ini dengan jujur dan sesingkat-singkatnya.

No	Waktu Makan	Bahan Makanan (berlemak/berminyak)	Frekuensi	Keterangan
1	3-6 Jam	- Soto Lamongan - Esteh - ampela (+)	1 porsi	
	6-9 Jam	- Pentol bakso - Susu kedelai	1 porsi	
	9-12 Jam	-		

Lampiran 7 Tabel Frekuensi

Statistics

		Golongan Darah	Jenis Lipemik	Jenis Kelamin	Usia	Pola makan
N	Valid	45	45	45	45	45
	Missing	0	0	0	0	0
Percentiles	25	2,0000	1,0000	1,0000	1,0000	1,0000
	50	3,0000	1,0000	1,0000	2,0000	1,0000
	75	3,0000	1,0000	2,0000	2,5000	2,0000

Golongan Darah

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	A	3	6,7	6,7	6,7
	B	14	31,1	31,1	37,8
	O	26	57,8	57,8	95,6
	AB	2	4,4	4,4	100,0
	Total	45	100,0	100,0	

Jenis Lipemik

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak Lipemik	40	88,9	88,9	88,9
	Keruh	4	8,9	8,9	97,8
	Sangat Keruh	1	2,2	2,2	100,0
	Total	45	100,0	100,0	

Jenis Kelamin

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Laki-Laki	29	64,4	64,4	64,4
	Perempuan	16	35,6	35,6	100,0
	Total	45	100,0	100,0	

Usia

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	17-29	14	31,1	31,1	31,1
	30-49	20	44,4	44,4	75,6
	50-64	11	24,4	24,4	100,0

	Total	45	100,0	100,0	

Pola makan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah Lemak	27	60,0	60,0	60,0
	Cukup Lemak	9	20,0	20,0	80,0
	Tinggi Lemak	9	20,0	20,0	100,0
	Total	45	100,0	100,0	

Lampiran 8 Crosstable & Chi Square Test

Pola makan * Jenis Lipemik Crosstabulation

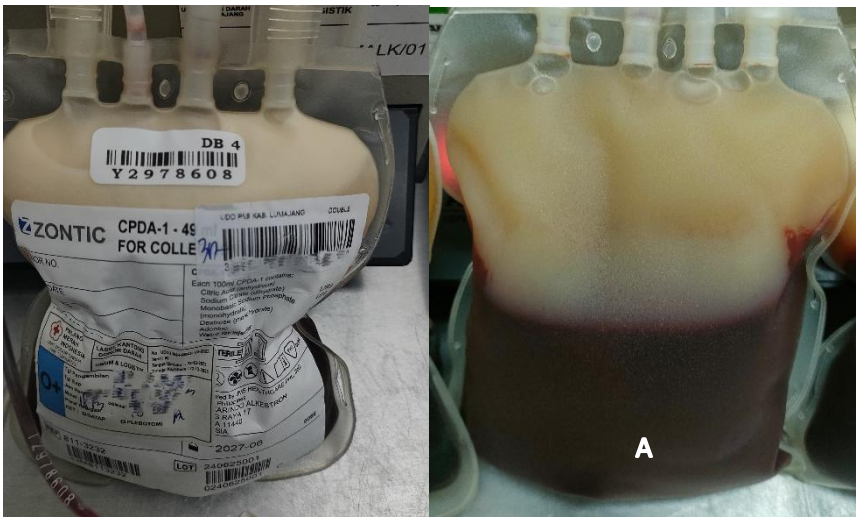
			Jenis Lipemik			
			Tidak Lipemik	Keruh	Sangat Keruh	Total
Pola makan	Rendah Lemak	Count	23	4	0	27
		% of Total	51,1%	8,9%	0,0%	60,0%
	Cukup Lemak	Count	9	0	0	9
		% of Total	20,0%	0,0%	0,0%	20,0%
	Tinggi Lemak	Count	8	0	1	9
		% of Total	17,8%	0,0%	2,2%	20,0%
Total		Count	40	4	1	45
		% of Total	88,9%	8,9%	2,2%	100,0%

Chi-Square Tests

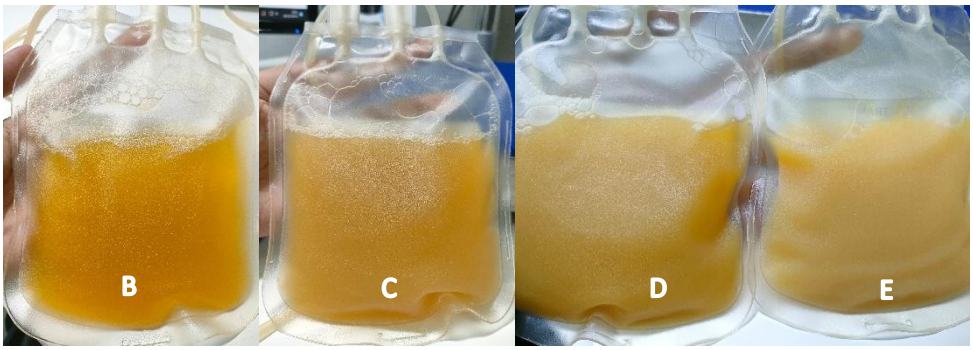
	Value	Df	Asymptotic Significance (2-sided)
Pearson Chi-Square	6,833[a]	4	,145
Likelihood Ratio	7,468	4	,113
Linear-by-Linear Association	,034	1	,854
N of Valid Cases	45		

a. 6 cells (66,7%) have expected count less than 5. The minimum expected count is ,20.

Lampiran 9 Dokumentasi Penelitian



A: Lipemik Sangat Keruh



B: Tidak lipemik, C: Lipemik Keruh 1, D: Lipemik Keruh 2, E: Lipemik Keruh 3

Lampiran 9 Data Recall & Persentase AKG Menurut Kelompok Umur 17-29 Tahun

No	Nama	Hasil Recall	Kebutuhan	Persentase	Kategori Tingkat Konsumsi
1.	AN.M.N (L, 22 thn)	32,2	75	43%	Defisit
2.	Sari (P,23 thn)	24,6	65	38%	Defisit
3.	An R (L, 18 thn)	22,3	75	30%	Defisit
4.	AN M.I (L, 25 thn)	32,3	75	43%	Defisit
5.	AN A.I(L,29 thn)	126	75	168%	Berlebih
6.	AN M.K (L, 25 thn)	31	75	41%	Defisit
7.	AN J (L,25 thn)	8,8	75	12%	Defisit
8.	AN Y.A (P, 26 thn)	38,3	65	59%	Defisit
9.	AN S.I (P,27 Thn)	16,2	65	25%	Defisit
10.	AN M.Y (L,27 thn)	47,3	75	63%	Defisit
11.	AN A.H (L,26 thn)	21,1	75	28%	Defisit
12.	AN R (L,26 thn)	30,3	75	40%	Defisit
13.	AN M (L,20thn)	15,3	75	20%	Defisit
14.	AN S (L, 23 thn)	77,5	75	103%	Normal

Pola Makan					
			Jumlah		
Jenis/Food	Amount	Energy	Protein	Fat	Carbo
	G	kcal	g	G	g
AN.M.N (laki", 22 thn)					
nasi putih kukus	200	260	4,8	0,4	57,2
telur ayam	120	186,1	15,1	12,7	1,3
telur ayam	120	186,1	15,1	12,7	1,3
telur ayam	60	93,1	7,6	6,4	0,7
TOTAL		725,3	42,6	32,2	60,5
Sari (Perempuan,23 thn)					
nasi putih kukus	100	130	2,4	0,2	28,6
ikan tongkol pindang	60	66,5	14,4	0,6	0
minyak kelapa sawit	10	86,2	0	10	0
kelapa parutan	15	26,6	0,3	2,5	1,1
mangga harum manis	100	65	0,5	0,3	17
sayur bayam	100	12	1,5	0,2	1,9
nasi putih kukus	100	130	2,4	0,2	28,6
ikan tongkol pindang	60	66,5	14,4	0,6	0
minyak kelapa sawit	10	86,2	0	10	0
		669	35,9	24,6	77,2

An R (laki", 18 thn)					
nasi putih kukus	100	130	2,4	0,2	28,6
tempeh goreng	50	168,5	9,5	11,9	8,5
kacang panjang biji	50	17,4	0,9	0,2	4
minyak kelapa sawit	10	86,2	0	10	0
		402,1	12,8	22,3	41,1
AN M.I (L, 25 thn)					
kerupuk udang	10	54,9	0,6	2,8	6,7
Chips (French-fried potatoes) (R)	10	27,6	0,4	1,8	2,6
nasi putih kukus	100	130	2,4	0,2	28,6
tahu goreng	100	206	7,3	20,3	1,7
ikan goreng	60	95,9	7,8	7,2	0
		514,4	18,5	32,3	39,6
AN A.I(L,29 thn)					
Broccoli fresh cooked	50	11,6	1,6	0,1	0,9
minyak kelapa sawit	10	86,2	0	10	0
tahu goreng	200	412	14,6	40,6	3,4
tempe goreng	150	531	25,7	40,3	23
nasi jagung	50	60,5	1,4	0,3	13,6
nasi jagung	50	60,5	1,4	0,3	13,6
pergedel kentang belu	90	245,7	7,8	19,4	10,5
sayur daun kelor	100	7,9	1,2	0,1	1,1
roti tawar manis	80	227,9	6,3	2,2	45,4
telur ayam	120	186,1	15,1	12,7	1,3
		1829,4	75,1	126	112,8
AN M.K (L, 25 thn)					
pisang goreng	30	47,4	0,3	3,1	5,3
AN J (L,25 thn)					
roti tawar manis	160	455,8	12,6	4,3	90,7
Coklat	15	71,6	0,6	4,5	9,5
		527,4	13,2	8,8	100,2
AN Y.A (P, 26 thn)					
nasi putih kukus	100	130	2,4	0,2	28,6
ikan tongkol	120	133,1	28,8	1,2	0
minyak kelapa sawit	10	86,2	0	10	0
tempe goreng	100	354	17,1	26,9	15,3

		703,3	48,3	38,3	43,9
AN S.I (P,27 Thn)					
daging ayam goreng	60	199,2	15,7	13,9	2,2
soto daging	50	28,4	1,8	2,3	0
	110	227,6	17,5	16,2	2,2
AN M.Y (L,27 thn)					
nasi putih kukus	100	130	2,4	0,2	28,6
mie basah	80	112,8	3,8	0,6	22,6
minyak kelapa sawit	15	129,3	0	15	0
daging ayam goreng	60	199,2	15,7	13,9	2,2
daging ayam goreng	60	199,2	15,7	13,9	2,2
perkedel jagung	50	71,5	3,7	3,7	6,9
	365	842	41,3	47,3	62,5
AN A.H (L,26 thn)					
tempe goreng	50	177	8,6	13,4	7,7
ikan goreng	60	95,9	7,8	7,2	0
sambal tomat belu	10	6,2	0,1	0,5	0,5
		279,1	16,5	21,1	8,2
AN R (L,26 thn)					
ikan tongkol	60	66,5	14,4	0,6	0
minyak kelapa sawit	10	86,2	0	10	0
telur goreng	60	114,6	7,2	9,1	0,6
ikan tongkol	60	66,5	14,4	0,6	0
minyak kelapa sawit	10	86,2	0	10	0
		420	36	30,3	0,6
AN M (L,20thn)					
nasi putih kukus	100	130	2,4	0,2	28,6
ikan goreng	60	95,9	7,8	7,2	0
pisang ambon	100	92	1	0,5	23,4
nasi putih kukus	100	130	2,4	0,2	28,6
ikan goreng	60	95,9	7,8	7,2	0
		543,8	21,4	15,3	80,6
AN S (L, 23 thn)					
roti tawar manis	80	227,9	6,3	2,2	45,4
kerupuk patin	10	54,9	0,6	2,8	6,7
sayur sop	80	83,2	1,4	5,6	8,4
tahu goreng	150	309	11	30,4	2,6

tempeh goreng	100	337	19	23,7	17
sayur sop	80	83,2	1,4	5,6	8,4
ikan goreng	60	95,9	7,8	7,2	0
	560	1191,1	47,5	77,5	88,5

Lampiran 10 Data Recall & Persentase AKG Menurut Kelompok Umur 30-49 Tahun

No	Nama	Hasil Recall	Kebutuhan	Persentase	Kategori Tingkat Konsumsi
1.	TN L.P (L 38 THN	60,7	70	87%	Cukup
2.	TN J.S (L,31 THN)	69,9	70	100%	Cukup
3.	TN A.S (L, 49 thn)	101,6	70	145%	Berlebih
4.	TN Y.P (L,34 thn)	52,2	70	75%	Defisit
5.	TN H.P (Laki", 35 thn)	33,9	70	48%	Defisit
6.	NY L.F (p, 34 thn)	86,7	60	145%	Berlebih
7.	TN M.U (L, 39 thn)	7,3	70	10%	Defisit
8.	TN Y.H (L, 44 thn)	138,4	70	198%	Berlebih
9.	NY I.M (P, 34 thn)	44	60	73%	Defisit
10.	TN N.P (L,30 thn)	103	70	147%	Berlebih
11.	Tn M.D.P (L,31 Thn)	118,6	70	169%	Berlebih
12.	NY N E (P,39 thn)	48,6	60	81%	Cukup
13.	TN A (L,46 thn)	49,5	70	71%	Defisit
14.	NY S.A (P, 31 thn)	48,8	60	81%	Cukup
15.	NY B.W (P, 36 thn)	5,3	60	9%	Defisit
16.	TN M.R (L,44 Thn)	26	70	37%	Defisit
17.	Ny F.A (P, 47 thn)	110,9	60	185%	Berlebih
18.	NY D.T (P, 39 thn)	42,4	60	71%	Defisit
19.	Ny K (P,33 thn)	37,7	60	63%	Defisit
20.	Ny E.F (P,30 thn)	28,1	60	47%	Defisit

Pola Makan					
		Jumlah			
Jenis/Food	Amount	Energy	Protein	Fat	Carbo
	g	kcal	g	G	G
TN L.P (L 38 THN)					
nasi putih kukus	100	130	2,4	0,2	28,6
daging sapi	150	403,3	37,3	27	0
santan (kelapa saja)	100	354	3,3	33,5	15,2
Sum for this meal:	887,3	43	60,7	43,8	
		4,80%	6,60%	5,00%	3,30%
TN J.S (L,31 THN)					
nasi putih kukus	100	130	2,4	0,2	28,6
minyak kelapa sawit	10	86,2	0	10	0

telur goreng	60	114,6	7,2	9,1	0,6
tahu goreng	200	412	14,6	40,6	3,4
minyak kelapa sawit	10	86,2	0	10	0
Sum for this meal:	829,1	24,2	69,9	32,6	
		4,50%	3,70%	5,80%	2,50%
TN A.S (L, 49 thn)					
nasi putih kukus	100	130	2,4	0,2	28,6
telur goreng	60	114,6	7,2	9,1	0,6
minyak kelapa sawit	10	86,2	0	10	0
tempe goreng	50	177	8,6	13,4	7,7
minyak kelapa sawit	10	86,2	0	10	0
pergedel kentang belu	50	136,5	4,3	10,8	5,8
minyak kelapa sawit	10	86,2	0	10	0
daging ayam goreng	60	199,2	15,7	13,9	2,2
tempe goreng	50	177	8,6	13,4	7,7
minyak kelapa sawit	10	86,2	0	10	0
sambal tomat belu	15	9,3	0,2	0,7	0,7
Sum for this meal:	1288,3	46,9	101,6	53,3	
		7,00%	7,20%	8,40%	4,00%
TN Y.P (L,34 thn)					
nasi putih kukus	100	130	2,4	0,2	28,6
ikan goreng	60	95,9	7,8	7,2	0
minyak kelapa sawit	10	86,2	0	10	0
nasi putih kukus	100	130	2,4	0,2	28,6
ikan goreng	60	95,9	7,8	7,2	0
minyak kelapa sawit	10	86,2	0	10	0
nasi putih kukus	100	130	2,4	0,2	28,6
ikan goreng	60	95,9	7,8	7,2	0
minyak kelapa sawit	10	86,2	0	10	0
Sum for this meal:	936,5	30,6	52,2	85,8	
		5,10%	4,70%	4,30%	6,50%
TN H.P (Laki", 35 thn)					
nasi goreng	150	375	5,3	25,8	30,2
Mentega	10	71	0	8,1	0
Sum for this meal:	446	5,3	33,9	30,2	

		2,40%	0,80%	2,80%	2,30%
NY L.F (p, 34 thn)					
nasi goreng	100	250	3,5	17,2	20,1
mentega	10	71	0	8,1	0
daging sapi	60	161,3	14,9	10,8	0
tahu goreng	200	412	14,6	40,6	3,4
minyak kelapa sawit	10	86,2	0	10	0
Sum for this meal:	980,6	33,1	86,7	23,5	
		5,30%	5,10%	7,10%	1,80%
TN M.U (L, 39 thn)					
nasi putih kukus	150	195	3,6	0,3	42,9
sayur sop	100	104	1,8	7	10,5
Sum for this meal:	299	5,4	7,3	53,4	
		1,60%	0,80%	0,60%	4,00%
TN Y.H (L, 44 thn)					
roti goreng	50	198	3,5	11,2	20,8
nasi putih kukus	100	130	2,4	0,2	28,6
ikan goreng	60	95,9	7,8	7,2	0
minyak kelapa sawit	10	86,2	0	10	0
tempe goreng	100	354	17,1	26,9	15,3
minyak kelapa sawit	15	129,3	0	15	0
nasi putih kukus	100	130	2,4	0,2	28,6
daging ayam goreng	60	199,2	15,7	13,9	2,2
minyak kelapa sawit	10	86,2	0	10	0
tahu goreng	100	206	7,3	20,3	1,7
minyak kelapa sawit	10	86,2	0	10	0
kerupuk udang	30	164,7	2	8,5	20
minyak kelapa sawit	5	43,1	0	5	0
Sum for this meal:	1908,9	58,2	138,4	117,1	
		10,30%	9,00%	11,40%	8,80%
NY I.M (P, 34 thn)					
nasi putih kukus	100	130	2,4	0,2	28,6
telur dadar	50	93,5	5,8	7,3	0,6
minyak kelapa sawit	10	86,2	0	10	0
nasi putih kukus	100	130	2,4	0,2	28,6
daging ayam goreng	60	199,2	15,7	13,9	2,2

minyak kelapa sawit	10	86,2	0	10	0
roti tawar	80	219,1	7	2,4	41,5
Sum for this meal:	944,2	33,3	44	101,5	
		5,10%	5,10%	3,60%	7,70%
TN N.P (L,30 thn)					
nasi goreng	100	250	3,5	17,2	20,1
tempeh goreng	50	168,5	9,5	11,9	8,5
minyak kelapa sawit	10	86,2	0	10	0
Sausage meat fresh	50	142,6	5,8	13,5	0
nasi jagung	100	120,9	2,8	0,6	27,2
tempe goreng	50	177	8,6	13,4	7,7
minyak kelapa sawit	10	86,2	0	10	0
minyak kelapa sawit	10	86,2	0	10	0
perkedel jagung	60	85,8	4,4	4,4	8,3
sayur lodeh	100	55,9	1,9	3,4	6
martabak manis	50	111	1,3	8,6	7,6
Sum for this meal:	1370,3	37,6	103	85,4	
		7,40%	5,80%	8,50%	6,40%
Tn M.D.P (L,31 Thn)					
pisang goreng	50	79	0,4	5,2	8,8
talas mentah	30	33,6	0,7	0	7,9
minyak kelapa sawit	10	86,2	0	10	0
nasi putih kukus	100	130	2,4	0,2	28,6
daging ayam goreng	60	199,2	15,7	13,9	2,2
minyak kelapa sawit	10	86,2	0	10	0
tumis kangkung belu	100	92	2,2	9,2	2
minyak kelapa sawit	15	129,3	0	15	0
pisang goreng	100	158	0,9	10,4	17,5
bakso pentol	100	370	23,5	29,9	0,1
nasi putih kukus	100	130	2,4	0,2	28,6
ikan goreng	60	95,9	7,8	7,2	0
sambal tomat belu	50	31	0,5	2,5	2,5
minyak kelapa sawit	5	43,1	0	5	0
Sum for this meal:	1663,6	56,6	118,6	98,1	
		9,00%	8,70%	9,80%	7,40%
NY N E (P,39 thn)					
nasi putih kukus	100	130	2,4	0,2	28,6

minyak kelapa sawit	10	86,2	0	10	0
tempe goreng	100	354	17,1	26,9	15,3
sambal tomat belu	30	18,6	0,3	1,5	1,5
minyak kelapa sawit	10	86,2	0	10	0
Sum for this meal:	675	19,8	48,6	45,4	
		3,60%	3,10%	4,00%	3,40%
TN A (L,46 thn)					
nasi putih kukus	100	130	2,4	0,2	28,6
sayur sop	100	104	1,8	7	10,5
ikan goreng	60	95,9	7,8	7,2	0
minyak kelapa sawit	10	86,2	0	10	0
sambal	30	30,6	1,1	1,6	5,4
tempe goreng	50	177	8,6	13,4	7,7
minyak kelapa sawit	10	86,2	0	10	0
Sum for this meal:	709,9	21,7	49,5	52,2	
		3,80%	3,30%	4,10%	3,90%
NY S.A (P, 31 thn)					
nangka biji	90	137,7	2,6	0,7	30,2
bakso pentol	100	370	23,5	29,9	0,1
coklat	50	238,5	2,1	14,9	31,7
bakpau daging	50	124,5	4,9	3,3	18,1
Sum for this meal:	870,7	33,1	48,8	80,2	
		4,70%	5,10%	4,00%	6,10%
NY B.W (P, 36 thn)					
nasi putih kukus	150	195	3,6	0,3	42,9
soto ayam	100	108	7,4	4,6	8,7
semangka	100	32	0,6	0,4	7,2
Sum for this meal:	335,1	11,6	5,3	58,8	
		1,80%	1,80%	0,40%	4,40%
TN M.R (L,44 Thn)					
sayur sop	100	104	1,8	7	10,5
nasi jagung	100	120,9	2,8	0,6	27,2
soto ayam	100	108	7,4	4,6	8,7
minyak gajih	5	42,9	0	4,8	0
babat	50	41,5	7,3	1,2	0

hati ayam	60	94,2	14,6	3,3	0,5
usus ayam	60	56,4	8,5	2,3	0
pepes ampela	60	56,4	8,5	2,3	0
Sum for this meal:	624,2	50,8	26	46,9	
		3,40%	7,80%	2,10%	3,50%
Ny F.A (P, 47 thn)					
daging ayam goreng	60	199,2	15,7	13,9	2,2
minyak kelapa sawit	10	86,2	0	10	0
sambal	30	30,6	1,1	1,6	5,4
minyak kelapa sawit	10	86,2	0	10	0
telur puyuh	50	92,5	6,4	6,9	0,8
risoles	50	123,4	5,2	3,8	16,6
tahu goreng	100	206	7,3	20,3	1,7
roti tawar manis	80	227,9	6,3	2,2	45,4
nasi putih kukus	100	130	2,4	0,2	28,6
usus ayam	50	47	7,1	1,9	0
nasi goreng	100	250	3,5	17,2	20,1
telur goreng	60	114,6	7,2	9,1	0,6
minyak kelapa sawit	10	86,2	0	10	0
minuman susu ultra / ultra milk	100	66	3,2	3,9	4,8
Sum for this meal:	1745,8	65,4	110,9	126,2	
		9,40%	10,10%	9,10%	9,50%
NY D.T (P, 39 thn)					
sayur bayam jagung	100	37	1,6	0,5	8,3
tahu goreng	100	206	7,3	20,3	1,7
minyak kelapa sawit	15	129,3	0	15	0
usus ayam	50	47	7,1	1,9	0
pepes ampela	50	47	7,1	1,9	0
ati ayam	50	78,5	12,2	2,8	0,4
Sum for this meal:	544,8	35,2	42,4	10,4	
		2,90%	5,40%	3,50%	0,80%
Ny K (P,33 thn)					
sayur asem	100	49	1,8	2,7	5,7
nasi putih kukus	100	130	2,4	0,2	28,6
ikan lele	60	50,3	8,9	1,4	0
minyak kelapa sawit	10	86,2	0	10	0

mangga harum manis	100	65	0,5	0,3	17
nasi putih kukus	100	130	2,4	0,2	28,6
kacang tanah kulit	50	207	9,4	18	5,9
minyak kelapa sawit	5	43,1	0	5	0
Sum for this meal:	760,7	25,4	37,7	85,8	
		4,10%	3,90%	3,10%	6,50%
Ny E.F (P,30 thn)					
roti choklat	60	170,4	5,2	2,6	31,5
chiki balls/ boom snack/ guntar snack	100	510	5,9	25,5	62,9
Sum for this meal:	680,4	11,1	28,1	94,4	
		3,70%	1,70%	2,30%	7,10%
Sum:		18500,4	648,2	1213,4	1325,1

Lampiran 11 Data Recall & Persentase AKG Menurut Kelompok Umur 50-65+ Tahun

No	Nama	Hasil Recall	Kebutuhan	Persentase	Kategori Tingkat Konsumsi
1.	TN E.H (L,65thn)	47,5	50	95%	Cukup
2.	TN N.W (L,60 thn)	86,9	50	174%	Berlebih
3.	TN S (L,52 thn)	31,2	60	52%	Defisit
4.	Tn D (L, 68 thn)	7,3	50	15%	Defisit
5.	Tn E.P (P,63 thn)	56	50	112%	Berlebih
6.	TN M.P (L,57 thn)	26,8	60	45%	Defisit
7.	NY Y.F (p, 54 th)	25,6	50	51%	Defisit
8.	NY W (P,50 thn)	25,1	50	50%	Defisit
9.	NY I (L, 56 thn)	59	60	98%	Cukup
10.	TN I.W (L,51 thn)	53,9	60	90%	Cukup
11.	TN S.A (L,63 thn)	42,8	50	86%	Cukup

Pola Makan					
	Jumlah				
Jenis/Food	Amount	Energy	Protein	Fat	Carbo
	g	Kcal	g	G	Gr
TN E.H (L,65thn)					
nasi jagung	100	120,9	2,8	0,6	27,2
toge kacang hijau mentah	50	30,5	3,3	1,7	2,4
minyak kelapa sawit	20	172,4	0	20	0
tumis ikan teri	50	50,5	7,4	2,2	0
ikan asin goreng	60	97,2	7,8	7,2	0
tempeh goreng	50	168,5	9,5	11,9	8,5
mentega	5	35,5	0	4	0
Sum for this meal:		675,6	30,8	47,5	38,1
		8,60%	9,70%	10,30%	6,10%

TN N.W (L,60 thn)					
nasi goreng	100	250	3,5	17,2	20,1
tahu goreng	100	206	7,3	20,3	1,7
minyak kelapa sawit	10	86,2	0	10	0
tempeh goreng	50	168,5	9,5	11,9	8,5
minyak kelapa sawit	10	86,2	0	10	0
telur goreng	50	95,5	6	7,6	0,5
minyak kelapa sawit	10	86,2	0	10	0
Sum for this meal:		978,6	26,3	86,9	30,8
		12,50%	8,30%	18,80%	4,90%
TN S (L,52 thn)					
nasi putih kukus	100	130	2,4	0,2	28,6
telur goreng	50	95,5	6	7,6	0,5
minyak kelapa sawit	10	86,2	0	10	0
tempe goreng	50	177	8,6	13,4	7,7
nasi putih kukus	10	86,2	0	10	0
Sum for this meal:		501,7	17,2	31,2	39,6
		6,40%	5,40%	6,80%	6,30%
Tn D (L, 68 thn)					
nasi putih kukus	100	130	2,4	0,2	28,6
rawon	100	207	4,4	2	42,9
minyak kelapa sawit	5	43,1	0	5	0
kentang	100	93	2	0,1	21,6
Sum for this meal:		473,1	8,8	7,3	93,1
		6,00%	2,80%	1,60%	14,80%
Tn E.P (P,63 thn)					
minyak gajih	10	85,7	0	9,5	0
soto daging	100	56,9	3,6	4,6	0
nasi putih kukus	100	130	2,4	0,2	28,6
pepes ampela	50	47	7,1	1,9	0
bakso pentol	100	370	23,5	29,9	0,1
Soya ban milk liquid	100	152,2	15,7	9,9	0,2
Sum for this meal:		841,8	52,3	56	28,9
		10,80%	16,40%	12,10%	4,60%

TN M.P (L,%7 thn)					
nasi putih kukus	100	130	2,4	0,2	28,6
Soya ban milk liquid	100	152,2	15,7	9,9	0,2
ikan teri goreng belu	50	210,4	29,3	9,7	0
sayur sop	100	104	1,8	7	10,5
Sum for this meal:		596,7	49,2	26,8	39,3
		7,60%	15,50%	5,80%	6,30%
NY Y.F					
sayur lodeh	100	55,9	1,9	3,4	6
perkedel jagung	50	71,5	3,7	3,7	6,9
sambal	15	15,3	0,6	0,8	2,7
sayur lodeh	100	55,9	1,9	3,4	6
perkedel jagung	100	142,9	7,3	7,4	13,9
sambal	30	30,6	1,1	1,6	5,4
pisang goreng	50	79	0,4	5,2	8,8
Sum for this meal:		451,2	16,9	25,6	49,7
		5,80%	5,30%	5,50%	7,90%
NY W (P,50 thn)					
daging ayam bagian paha	50	107	10,1	7,1	0
santan (kelapa saja)	15	53,1	0,5	5	2,3
nasi putih kukus	100	130	2,4	0,2	28,6
tempe bacem	50	118,5	5,4	7,5	8,8
telur ayam	50	77,6	6,3	5,3	0,6
Sum for this meal:		486,2	24,7	25,1	40,2
		6,20%	7,80%	5,40%	6,40%
NY I (L, 56 thn)					
nasi putih kukus	100	130	2,4	0,2	28,6
tahu goreng	100	206	7,3	20,3	1,7
minyak kelapa sawit	15	129,3	0	15	0
tempe goreng	50	177	8,6	13,4	7,7
minyak kelapa sawit	10	86,2	0	10	0
bening bayam belu	100	7,9	1	0,1	1,3

Sum for this meal:		736,4	19,3	59	39,3
		9,40%	6,10%	12,80%	6,30%
TN I.W (L,51 thn)					
Puff pastry	100	417,8	4	32,4	28,3
adonan tepung beras	25	32,5	0,6	0,1	7,2
santan (kelapa saja)	20	70,8	0,7	6,7	3
Cakes (bakery)	50	188,3	3	7,4	27,2
adonan tepung beras	25	32,5	0,6	0,1	7,2
santan (kelapa saja)	20	70,8	0,7	6,7	3
adonan tepung tapioka	25	95,2	0,1	0	22,8
adonan tepung terigu	25	91	2,6	0,3	19,1
beras ketan putih giling	50	180,4	3,3	0,3	39,8
Sum for this meal:		1179,4	15,5	53,9	157,5
		15,10%	4,90%	11,70%	25,10%
TN S.A (L,63 thn)					
sayur sop	100	104	1,8	7	10,5
nasi putih kukus	100	130	2,4	0,2	28,6
dendeng sapi	50	538,5	51,7	35,3	0
singkong putih	100	131	1,1	0,3	31,9
Sum for this meal:		903,4	57	42,8	71
		11,50%	17,90%	9,30%	11,30%
Sum:		7824,1	317,9	462,2	627,5