

LAMPIRAN-LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Ijin Penelitian



Kementerian Kesehatan
Direktorat Jenderal
Sumber Daya Manusia Kesehatan

Politeknik Kesehatan Malang

📍 Jalan Besar Ijen 77C

Malang, Jawa Timur 65112

☎ (0341) 566075

✉ <https://poltekkes-malang.ac.id>

Nomor : DP.02.01/F.XXI.17/ 0788 /2025

Malang, 11 Juni 2025

Lampiran : -

Perihal : Surat Permohonan Ijin Penelitian dalam

Pemenuhan Tugas Akhir Penyusunan Skripsi

Kepada Yth.

Kepala Sekolah SMP Negeri 1 Sidoarjo

Di

Tempat

Dalam rangka pemenuhan tugas akhir Penyusunan Skripsi, maka bersama ini kami hadapkan Nindia Kirana Putri, (NIM.P17111245114) Mahasiswa Program Studi STr.Gizi & Dietetika Alih Jenjang Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Malang untuk melaksanakan Izin Penelitian, pada:

Tanggal : 20 Juni sd 20 Juli 2025

Waktu : 08.00 – selesai

Tempat : SMP Negeri 1 Sidoarjo

Dengan judul :

Keragaman dan Mutu Gizi konsumsi pangan pada remaja putri di SMP Negeri 1 Sidorejo yang mendapat penyuluhan Gizi Seimbang.

Data yang diambil :

1. Keragaman pangan remaja putri anemia
2. Mutu gizi konsumsi pangan remaja putri anemia

Demikian atas perhatian dan kerjasamanya yang baik kami sampaikan terima kasih.



Ibnu Fajar, SKM. M.Kes., RD

NIP 96610181989031001

Lampiran 2. Penjelasan Sebelum Penelitian (PSP)

1. Saya adalah Nindia Kirana Putri, mahasiswa Program Studi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Malang, dengan ini memohon anda untuk berpartisipasi secara sukarela dalam penelitian yang berjudul “Keragaman dan Mutu Gizi Konsumsi Pangan Pada Remaja Putri di SMPN 1 Sidorejo Yang Mendapat Penyuluhan Gizi Seimbang”.
2. Tujuan dari penelitian ini adalah menganalisis keragaman dan mutu gizi konsumsi pangan pada remaja putri di SMPN 1 Sidorejo yang mendapat penyuluhan gizi seimbang.
3. Responden penelitian ini adalah Remaja Putri usia 13-15 Tahun di SMPN 1 Sidorejo.
4. Prosedur pengambilan data dalam penelitian ini adalah dengan cara wawancara, pengisian kuisioner dan penyuluhan gizi seimbang.
5. Keuntungan yang anda peroleh dalam keikutsertaan anda pada penelitian ini adalah informasi yang bermanfaat tentang keragaman dan mutu gizi konsumsi pangan.
6. Seandainya anda tidak menyetujui cara ini maka anda dapat memilih cara lain, yaitu mengundurkan diri atau anda boleh tidak mengikuti penelitian ini sama sekali. Untuk itu anda tidak dikenakan sanksi apapun. Nama dan jati diri anda akan tetap dirahasiakan.
7. Jika ada pertanyaan mengenai penelitian ini, anda bisa menghubungi : Nindia Kirana Putri (082132350454)

Peneliti

Nindia Kirana Putri

Lampiran 3. Persetujuan Untuk Menjadi Responden (Informed Consent)

INFORMED CONCENT

Saya yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan bahwa saya telah mendapat penjelasan secara rinci dan jelas serta mengerti mengenai penelitian yang akan dilakukan oleh Nindia Kirana Putri dengan judul "Keragaman dan Mutu Gizi Konsumsi Pangan Pada Remaja Putri di SMPN 1 Sidorejo Yang Mendapat Penyuluhan Gizi Seimbang".

Saya memutuskan setuju untuk ikut berpartisipasi dan mendukung penelitian ini secara sukarela tanpa paksaan. Bila selama penelitian ini saya menginginkan mengundurkan diri, maka saya dapat mengundurkan diri sewaktu- waktu tanpa sanksi apapun.

Magetan, 2025

Pelaksana Penelitian



Nindia Kirana Putri

Mengetahui,
Yang Memberikan Persetujuan



(.....dml.....)

Saksi



(.....sukarti.....)

Lampiran 4. Pre test dan Post test

Nama : fatimah
Umur : 14
Kelas : VII
Hari/Tanggal :

PRE TEST DAN POST TEST ANEMIA PADA REMAJA PUTRI

1. Apa yang dimaksud dengan Gizi Seimbang?
 - ☒ a. Susunan makanan sehari-hari yang mengandung zat gizi dalam jenis dan jumlah yang sesuai dengan kebutuhan tubuh.
 - b. 4 Sehat 5 Sempurna
 - c. Makanan yang dikonsumsi dalam sehari yang mengandung gizi yang baik
 - d. Makanan bergizi yang dikonsumsi oleh seseorang untuk menjaga kesehatan fisik
 - e. Makanan sehat yang mengandung protein.
2. Apa tujuan dari Gizi Seimbang?
 - a. Menjaga kesehatan mental
 - ☒ b. Menjaga kesehatan tubuh, membantu pertumbuhan dan perkembangan secara optimal.
 - c. Membantu penyerapan zat gizi
 - d. Membantu menjaga aktivitas fisik
 - e. Menjaga kesehatan fisik
3. Siapa yang perlu menerapkan Gizi Seimbang dalam kehidupan sehari-hari?
 - a. Lansia
 - b. Anak-anak
 - c. Balita
 - ☒ d. Remaja Putri
 - e. Semua jawaban benar
4. Penyakit apa yang sering dialami oleh Remaja Putri yang tidak menerapkan pola makan dengan Gizi Seimbang dalam kehidupan sehari-hari?
 - a. Batuk
 - b. Pilek
 - ☒ c. Anemia
 - d. Diare
 - e. Demam
5. Apa yang dimaksud dengan Anemia?
 - ☒ a. Kondisi ketika tubuh kekurangan sel darah merah
 - b. Kondisi ketika tubuh kelebihan sel darah merah
 - c. Kondisi ketika tubuh cukup sel darah merah
 - d. Kadar Hemoglobin darah lebih dari Normal
 - e. Kadar Hemoglobin darah Normal
6. Gejala yang terjadi jika seseorang mengalami anemia adalah.....
 - a. Wajah terlihat cerah, mudah lelah, pusing, konsentrasi menurun

- b. Wajah terlihat pucat, bersemangat, konsentrasi meningkat
 - ☒ c. Wajah terlihat pucat, mudah lelah, pusing dan sakit kepala
 - d. Wajah terlihat pucat, mudah lelah, pusing, sakit kepala, konsentrasi meningkat
 - e. Wajah terlihat cerah, mudah lelah, pusing, sakit kepala
7. Penyebab remaja putri sering mengalami anemia adalah sebagai berikut, kecuali.....
- ☒ a. Remaja tumbuh sangat cepat, maka perlu asupan zat gizi yang lebih banyak
 - b. Kurang asupan zat besi dan protein dalam makanan sehari-hari
 - c. Remaja sering melakukan diet tanpa memperhatikan asupan zat besi
 - d. Remaja putri mengalami menstruasi sehingga kehilangan banyak darah
 - e. Remaja putri beraktifitas berlebihan
8. Bagaimana upaya mencegah terjadinya anemia?
- ☒ a. Rutin konsumsi Tablet Tambah Darah dan Konsumsi makanan bergizi seimbang
 - b. Rutin konsumsi Tablet Tambah Darah dan Rutin melakukan aktifitas fisik
 - c. Rutin mengonsumsi makanan cepat saji
 - d. Rutin konsumsi Tablet Tambah Darah dan Teh
 - e. Rutin berolahraga dan minum air putih
9. Contoh makanan sumber zat besi adalah.....
- a. Teh manis, Buah, Sayur
 - ☒ b. Hati ayam, Telur, Ikan
 - c. Telur, Ikan, Sayur
 - d. Susu, Teh, Kopi
 - e. Susu, Buah, Sayur
10. Contoh makanan atau minuman yang dapat menghambat penyerapan zat besi adalah
- a. Buah jeruk
 - b. Sayuran hijau
 - c. Air putih
 - d. Buah Jambu
 - ☒ e. Teh, Kopi dan Susu

Lampiran 5. Formulir *Food Record*

FORMULIR FOOD RECALL 24 JAM

Nama : Nada Silviana M

Umur : 13

Kelas : VII B / RB

BB/TB : 50 kg / 150

Hari/Tanggal : Jumat / 13

Kondisi saat wawancara : Biasa, Hajatan, Hari Raya, Puasa, Sakit.

Waktu Makan	Nama Masakan	Bahan Makanan			Ket.
		Jenis	Jumlah		
			URT	Gram	
Pagi	Nasi	Telur			
Selingan					
Siang	Seblak	Mie, Telur, kerupuk, damping, sosis, Petai			
Selingan					
Malam	Tidak Makan				
Selingan					

Lampiran 6. Kuisisioner *Individual Dietary Diversity Score (IDDS)*

Kuisisioner *Individual Dietary Diversity Score (IDDS)*

Nama : *Nada Silvia M*
 Umur : *13*
 Kelas : *VII B / 2B*
 BB/TB : *50kg / 150*
 Hari/Tanggal : *Jumat / 13*

No	Kelompok Makanan	Jenis Makanan	Ya : 1 Tidak : 0
1	Padi-padian dan umbi-umbian	Jagung, beras, gandum beserta produknya seperti mie dan roti. Umbi-umbian seperti kentang, ubi, singkong.	1
2	Sayuran berwarna hijau	Bayam, kangkung, sawi hijau, daun singkong, brokoli, kacang panjang, buncis	0
3	Sayuran berwarna lain	Wortel, terong, labu siam, tomat	0
4	Buah-buahan berwarna	Mangga, melon, pepaya, jeruk, jambu merah	1
5	Buah-buahan lainnya	Rambutan, buah naga, apel, pir	0
6	Sumber protein hewani (kaya Zat Besi, Vitamin B9, Vitamin B12)	Hati ayam, hati sapi, ikan, telur, daging sapi	1
7	Sumber protein hewani lainnya	Daging ayam, daging kambing, daging domba, daging bebek	1
8	Susu dan Produk susu	Susu, keju, yogurt	1
9	Kacang-kacangan dan biji-bijian	Kacang tanah, kacang kedelai, kacang polong, kacang tolo, dan biji-bijian lainnya seperti kuaci	0

5

Lampiran 7. Leaflet Gizi Seimbang



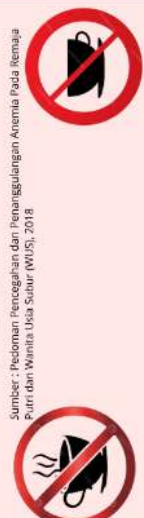
SUPLEMENTASI TABLET TAMBAH DARAH

PEMBERIAN
TABLET TAMBAH DARAH

- Pemberian TTD dengan dosis yang tepat dapat mencegah anemia dan meningkatkan cadangan zat besi dalam tubuh.
- Pemberian TTD dilakukan pada remaja putri dari usia 12-18 tahun di institusi Pendidikan (SMP dan SMA) melalui UKS
- Dosis pencegahan dengan mengonsumsi 1 (satu) tablet tambah darah setiap minggu selama 52 minggu
- Mengonsumsi 1 (satu) tablet tambah darah setiap hari saat haid/menstruasi.

AGAR KONSUMSI TTD DAPAT LEBIH EFEKTIF UNTUK MENCEGAH ANEMIA:

- Harus disertai dengan penerapan asupan makanan bergizi seimbang, cukup protein dan kaya zat besi
- Minum TTD dengan air putih
- Konsumsi buah-buahan sumber Vitamin C untuk meningkatkan penyerapan TTD yang lebih optimal
- Jangan minum TTD dengan teh, kopi atau susu karena akan menghambat penyerapan zat besi.



Sumber : Pedoman Pencegahan dan Penanggulangan Anemia Pada Remaja Putri dan Wanita Usia Subur (WU/S), 2018

BAGAIMANA MENGATASI EFEK SAMPING DARI KONSUMSI TTD?

- Jangan minum TTD dengan perut kosong
- Konsumsi Makanan Bergizi Seimbang

JANGAN KHAWATIR! BILA TERASA PERIH ULU HATI, MUAL SERTA TINJA BERWARNA KEHITAMAN. KONDISI INI AKAN BERKURANG KARENA TUBUH SUDAH MENYESUAIKAN.

INGAT UNTUK RUTIN MENGONSUMSI TABLET TAMBAH DARAH!





**REMAJA PUTRI
BEBAS ANEMIA**

GIZI SEIMBANG UNTUK MENCEGAH ANEMIA

**NINDIA KIRANA PUTRI
UPTD PUSKESMAS SIDOREJO**



Pesan Gizi Seimbang untuk Remaja

- Konsumsi Makanan Bergizi Seimbang:
 - Makan beraneka ragam dan cukup jumlahnya
 - Remaja putri dan calon pengganti perlu mengonsumsi aneka ragam makanan untuk memenuhi kebutuhan energi, protein dan zat gizi mikro (Vitamin dan Mineral)
 - Zat gizi mikro penting yang diperlukan pada remaja putri adalah Zat Besi dan Asam Folat (Sayuran hijau, kacang-kacangan, dan biji-bijian)
- Banyak makan sayuran hijau dan buah-buahan berwarna
 - Sayuran hijau : Bayam, kangkung, brokoli dan sayur kacang (buncis, kacang panjang dll)
 - Buah-buahan berwarna : Pepaya, jeruk, mangga
 - Buah berwarna banyak mengandung vitamin dan antioksidan.
- Vitamin A
 - Sumber utama vitamin A : Minyak ikan dan hati sapi.
 - Sumber dari hewani: hati ayam, kuning telur ayam, ikan, susu dan keju.
 - Sumber dari nabati: sayuran berdaun hijau dan sayuran berwarna merah/oranye.
- Vitamin C
 - Jeruk, jambu biji, pepaya, nanas, semangka, buah naga, tomat, kentang, labu, dan sayuran hijau seperti bayam, daun singkong, buncis, kangkung, kacang panjang, dan sawi hijau
- Vitamin E
 - Minyak sayur seperti minyak kelapa, minyak kelapa sawit dan minyak kacang kedelai. Kacang-kacangan seperti kacang tanah, kacang hijau, kacang kedelai dan kacang merah.

Sumber : Pedoman Gizi Seimbang, 2015



KLASIFIKASI ANEMIA MENURUT KELOMPOK UMUR

Populasi	Non Anemia (g/dL)	Anemia (g/dL)
Anak usia 5-9 tahun	11.0 atau lebih	10.0 - 10.9
Anak usia 10-14 tahun	11.5 atau lebih	11.0 - 11.4
Anak usia 15-19 tahun	12.0 atau lebih	11.0 - 11.9
Remaja laki-laki (15 tahun keatas)	12.0 atau lebih	11.0 - 11.9
Remaja perempuan (15 tahun keatas)	11.0 atau lebih	10.0 - 10.9
Pria (15 tahun keatas)	13.0 atau lebih	11.0 - 12.9
Perempuan (15 tahun keatas)	12.0 atau lebih	11.0 - 11.9

Sumber: WHO, 2017

CONTOH MENU SEHARI

WAKTU MAKAN	Menu	BAHAN MAKANAN
Pagi	Kentang goreng Omelet	Kentang Telur ayam Bayam segar Wortel Daun bawang
Snack Pagi	Jus alpukat + susu Smoothies Strawberry + pisang	Jus alpukat Strawberry Pisang anjoni Susu sapi Strawberry Pisang Nasi Putih Vitamin
Makan Siang	Nasi Tumis sayur + Tahu + Hati ayam	Buncis Bunga kol Tahu Hati ayam Donat
Snack Sore	Donat Buah Pepaya	Donat Buah Pepaya
Makan Malam	Nasi Sayur bening bayam Tumis tempe Ayam pop	Nasi Putih Bayam Tempe Ayam



APA SIH ANEMIA ITU?

Anemia adalah kondisi ketika tubuh kekurangan sel darah merah sehingga tubuh tidak mendapatkan cukup oksigen.

Biasanya wajah akan terlihat pucat, mudah lelah, pusing dan sakit kepala.

MENGAPA REMAJA PUTRI SERING MENGALAMI ANEMIA?

Remaja tumbuh sangat cepat, perlu asupan zat gizi lebih banyak



Kurang asupan zat besi dan protein dalam makanan sehari-hari



Remaja sering melakukan diet tanpa memperhatikan asupan zat besi



Remaja putri mengalami menstruasi, sehingga kehilangan banyak darah

Lampiran 8. Buku Foto Makanan



Lampiran 9. Data Hasil Penelitian Tingkat Pengetahuan Remaja Anemia

No	Kode	Nilai Pretest	Nilai Posttest
1	A1	30	50
2	A2	70	80
3	A3	90	90
4	A4	60	60
5	A5	80	80
6	A6	80	80
7	A7	80	90
8	A8	80	90
9	A9	80	90
10	A10	70	90
11	A11	70	80
12	A12	60	70
13	A13	80	80
14	A14	80	80
15	A15	80	90
16	A16	80	80
17	A17	80	80
18	A18	40	50
19	A19	40	50
20	A20	80	80
21	A21	50	80
22	A22	90	90
23	A23	90	90
24	A24	80	90
25	A25	80	80
26	A26	60	90
27	A27	70	80
28	A28	70	70
29	A29	80	90
30	A30	40	60
31	A31	30	70
32	A32	60	70
33	A33	90	90
34	A34	90	90
35	A35	80	90
36	A36	90	90
37	A37	90	90
38	A38	70	90
39	A39	90	100

No	Kode	Nilai Pretest	Nilai Posttest
40	A40	40	60
41	A41	80	90
42	A42	90	90
43	A43	90	100

Lampiran 10. Data Hasil Penelitian Tingkat Pengetahuan Remaja Non Anemia

No	Kode	Nilai Pretest	Nilai Posttest
1	B1	40	50
2	B2	40	50
3	B3	40	60
4	B4	60	70
5	B5	70	60
6	B6	80	90
7	B7	70	70
8	B8	50	40
9	B9	80	90
10	B10	80	80
11	B11	80	90
12	B12	90	90
13	B13	90	90
14	B14	90	100
15	B15	90	90
16	B16	90	90
17	B17	80	90
18	B18	90	90
19	B19	90	90
20	B20	90	90
21	B21	50	50
22	B22	80	80
23	B23	80	80
24	B24	80	70
25	B25	80	90
26	B26	70	90
27	B27	80	80
28	B28	80	80
29	B29	50	60
30	B30	70	80
31	B31	70	80
32	B32	80	90
33	B33	90	90
34	B34	90	90
35	B35	70	90
36	B36	80	90
37	B37	80	90
38	B38	90	90
39	B39	90	100

No	Kode	Nilai Pretest	Nilai Posttest
40	B40	80	90
41	B41	90	100
42	B42	90	100
43	B43	40	60

Lampiran 11. Data Hasil Penelitian Keragaman Pangan Remaja Anemia

No	Kode	Sebelum	Kategori	Sesudah	Kategori
1	A1	4	Sedang	5	Sedang
2	A2	3	Rendah	8	Tinggi
3	A3	6	Sedang	5	Sedang
4	A4	5	Sedang	6	Sedang
5	A5	5	Sedang	8	Tinggi
6	A6	4	Sedang	8	Tinggi
7	A7	7	Tinggi	7	Tinggi
8	A8	7	Tinggi	8	Tinggi
9	A9	6	Sedang	5	Sedang
10	A10	7	Tinggi	7	Tinggi
11	A11	5	Sedang	6	Sedang
12	A12	7	Tinggi	6	Sedang
13	A13	5	Sedang	7	Tinggi
14	A14	3	Rendah	5	Sedang
15	A15	2	Rendah	6	Sedang
16	A16	4	Sedang	5	Sedang
17	A17	1	Rendah	5	Sedang
18	A18	3	Rendah	5	Sedang
19	A19	3	Rendah	5	Sedang
20	A20	5	Sedang	7	Tinggi
21	A21	7	Rendah	7	Tinggi
22	A22	7	Tinggi	8	Tinggi
23	A23	2	Rendah	7	Tinggi
24	A24	5	Sedang	8	Tinggi
25	A25	3	Rendah	7	Tinggi
26	A26	3	Rendah	5	Sedang
27	A27	3	Rendah	5	Sedang
28	A28	6	Sedang	6	Sedang
29	A29	1	Rendah	5	Sedang
30	A30	4	Rendah	4	Sedang
31	A31	5	Sedang	5	Sedang
32	A32	5	Sedang	6	Sedang
33	A33	5	Sedang	6	Sedang
34	A34	6	Sedang	6	Sedang
35	A35	5	Sedang	7	Tinggi
36	A36	5	Sedang	8	Tinggi
37	A37	3	Tinggi	8	Tinggi
38	A38	7	Tinggi	7	Tinggi
39	A39	5	Sedang	6	Sedang

No	Kode	Sebelum	Kategori	Sesudah	Kategori
40	A40	7	Tinggi	6	Sedang
41	A41	3	Tinggi	7	Tinggi
42	A42	5	Sedang	5	Sedang
43	A43	5	Sedang	6	Sedang

Lampiran 12. Data Hasil Penelitian Keragaman Pangan Remaja Non Anemia

No	Kode	Sebelum	Kategori	Sebelum	Kategori
1	B1	6	Sedang	7	Tinggi
2	B2	5	Sedang	7	Tinggi
3	B3	5	Sedang	6	Sedang
4	B4	5	Sedang	7	Tinggi
5	B5	8	Tinggi	6	Sedang
6	B6	7	Tinggi	9	Tinggi
7	B7	5	Sedang	7	Tinggi
8	B8	8	Tinggi	5	Sedang
9	B9	7	Tinggi	9	Tinggi
10	B10	9	Tinggi	8	Tinggi
11	B11	6	Sedang	8	Tinggi
12	B12	9	Tinggi	9	Tinggi
13	B13	9	Tinggi	8	Tinggi
14	B14	4	Sedang	9	Tinggi
15	B15	3	Rendah	9	Tinggi
16	B16	5	Sedang	8	Tinggi
17	B17	7	Tinggi	7	Tinggi
18	B18	4	Sedang	8	Tinggi
19	B19	5	Sedang	8	Tinggi
20	B20	4	Sedang	9	Tinggi
21	B21	6	Sedang	6	Sedang
22	B22	4	Sedang	8	Tinggi
23	B23	5	Sedang	8	Tinggi
24	B24	5	Sedang	7	Tinggi
25	B25	6	Sedang	9	Tinggi
26	B26	6	Sedang	9	Tinggi
27	B27	6	Sedang	8	Tinggi
28	B28	3	Rendah	8	Tinggi
29	B29	7	Tinggi	6	Sedang
30	B30	5	Sedang	8	Tinggi
31	B31	4	Sedang	8	Tinggi
32	B32	5	Sedang	9	Tinggi
33	B33	6	Sedang	9	Tinggi
34	B34	3	Rendah	9	Tinggi
35	B35	5	Sedang	8	Tinggi
36	B36	5	Sedang	9	Tinggi
37	B37	4	Sedang	8	Tinggi
38	B38	5	Sedang	9	Tinggi
39	B39	3	Rendah	9	Tinggi

No	Kode	Sebelum	Kategori	Sebelum	Kategori
40	B40	7	Tinggi	8	Tinggi
41	B41	3	Rendah	9	Tinggi
42	B42	4	Sedang	9	Tinggi
43	B43	5	Sedang	6	Sedang

Lampiran 13. Data Hasil Penelitian Mutu Gizi Pangan (4MGP) Remaja Anemia

No.	Kode	Energi (kkal)	Protein (g)	Fe (mg)	Vit C (mg)	Total Score	Kategori
1	A1	47,6	51,7	18,6	4	30,5	Sangat Kurang
2	A2	41,5	52,8	31	8,8	33,5	Sangat Kurang
3	A3	51,5	68,6	44,1	22,5	46,7	Sangat Kurang
4	A4	70	62,1	56,6	112,5	75,3	Cukup
5	A5	68,5	60,2	52,2	58,3	59,8	Kurang
6	A6	73,3	77,1	54,3	43,9	62,2	Kurang
7	A7	49,9	55,6	41,8	19,3	41,7	Sangat Kurang
8	A8	44,5	52,5	21,8	20,1	34,7	Sangat Kurang
9	A9	51	57,8	39,2	46,8	48,7	Sangat Kurang
10	A10	18,9	14,3	8,7	28,5	17,6	Sangat Kurang
11	A11	40,2	45,6	20,9	17,9	31,2	Sangat Kurang
12	A12	40,1	58,4	18,4	17,1	33,5	Sangat Kurang
13	A13	44,1	52,2	33,4	12,5	35,6	Sangat Kurang
14	A14	42,3	77,2	36	23,8	44,8	Sangat Kurang
15	A15	53,3	74,8	38,4	53,2	54,9	Kurang
16	A16	49,8	59,3	34,9	33,6	44,4	Sangat Kurang
17	A17	42,1	50,1	32,7	64,2	47,3	Sangat Kurang
18	A18	61,3	72,4	42,7	66,1	60,6	Kurang
19	A19	63,4	67,8	48	70,5	62,4	Kurang
20	A20	67,4	74,4	49,9	24,9	54,2	Kurang
21	A21	37	50,8	33,5	8,9	32,6	Sangat Kurang
22	A22	56	72	39	24,7	47,9	Sangat Kurang
23	A23	34,4	38,4	24,1	18,8	28,9	Sangat Kurang
24	A24	42,7	62,6	21,3	22,9	37,4	Sangat Kurang
25	A25	64,9	79,4	34,4	84	65,7	Kurang
26	A26	44,8	54,6	22,2	16,3	34,5	Sangat Kurang
27	A27	53,3	58,7	29	42,9	46,0	Sangat Kurang
28	A28	72,8	92,3	45	28,3	59,6	Kurang
29	A29	66	84	46,1	74,5	67,7	Kurang
30	A30	61,2	67,1	39,5	49	54,2	Kurang
31	A31	60,7	72,1	37,9	43,4	53,5	Sangat Kurang
32	A32	93,1	99,4	48,4	102,2	85,8	Baik
33	A33	72,2	82,9	47,6	30,1	58,2	Kurang
34	A34	62,6	69,3	38,9	17,4	47,1	Sangat Kurang
35	A35	61,2	76,7	41,8	13,3	48,3	Sangat Kurang
36	A36	64,9	88,1	40	43,4	59,1	Kurang
37	A37	65,4	93,6	40,2	40,5	59,9	Kurang
38	A38	44,2	53	24,8	17,3	34,8	Sangat Kurang

No.	Kode	Energi (kkal)	Protein (g)	Fe (mg)	Vit C (mg)	Total Score	Kategori
39	A39	60,8	73,7	45,6	46,2	56,6	Kurang
40	A40	84	86,4	42,3	60,1	68,2	Cukup
41	A41	47,1	56,6	32,7	42,2	44,7	Sangat Kurang
42	A42	54,4	68,7	43,8	48,2	53,8	Sangat Kurang
43	A43	69,2	83,6	42,9	88,4	71,0	Cukup

Lampiran 14. Data Hasil Penelitian Mutu Gizi Pangan (4MGP) Remaja Non Anemia

No.	Kode	Energi (kkal)	Protein (g)	Fe (mg)	Vit C (mg)	Total Score	Kategori
1	B1	104,8	112,2	39,8	69,9	81,7	Cukup
2	B2	60	68,3	23,5	33,9	46,4	Sangat Kurang
3	B3	40,2	51,3	23,2	17,7	33,1	Sangat Kurang
4	B4	42,5	48,7	20,5	20,7	33,1	Sangat Kurang
5	B5	95,4	145,7	61,4	111	103,4	Baik
6	B6	83,5	106,1	39	64,2	73,2	Kurang
7	B7	65,1	59,6	34,9	32,7	48,1	Sangat Kurang
8	B8	102,4	85,2	57,1	103,4	87,0	Baik
9	B9	69	63	25,6	73,5	57,8	Kurang
10	B10	90,3	118,4	60,8	71,1	85,2	Baik
11	B11	59,3	77,9	40,2	10,5	47,0	Sangat Kurang
12	B12	55,7	82,7	61,9	21,7	55,5	Kurang
13	B13	57,7	90,9	85,9	51,5	71,5	Cukup
14	B14	57,1	86,2	75,2	36,9	63,9	Kurang
15	B15	52,7	79,8	70,4	10,2	53,3	Sangat Kurang
16	B16	56,4	82,3	73,4	13	56,3	Kurang
17	B17	44,3	56,8	62,3	31,8	48,8	Sangat Kurang
18	B18	61,8	77,4	85,3	36	65,1	Kurang
19	B19	59,5	89	87,8	47,3	70,9	Cukup
20	B20	65,1	97,6	54,9	44	65,4	Kurang
21	B21	62,2	78	49,2	73,1	65,6	Kurang
22	B22	68,5	85,5	66,4	24,9	61,3	Kurang
23	B23	60,2	71,5	44,9	39,3	54,0	Sangat Kurang
24	B24	41,7	40,3	33,7	34,2	37,5	Sangat Kurang
25	B25	57,7	70,6	68,3	107,7	76,1	Cukup
26	B26	41,3	60,3	48	31	45,2	Sangat Kurang
27	B27	66	84,4	79,5	55,9	71,5	Cukup
28	B28	56,5	84,9	62,4	26,8	57,7	Kurang
29	B29	94,6	98,5	92,8	50,5	84,1	Cukup
30	B30	42,8	96,7	64,8	23,9	57,1	Kurang
31	B31	74,7	73,8	61,5	13,6	55,9	Kurang
32	B32	89,3	98,5	81,1	85,7	88,7	Baik
33	B33	67,4	80	50,3	70,3	67,0	Kurang
34	B34	58,3	67,7	35,6	52,3	53,5	Kurang
35	B35	70	69,4	48,5	57,3	61,3	Kurang
36	B36	74,9	112	55,7	59,6	75,6	Cukup
37	B37	79,7	80,8	86	57,7	76,1	Cukup

No.	Kode	Energi (kkal)	Protein (g)	Fe (mg)	Vit C (mg)	Total Score	Kategori
38	B38	64,1	84,1	44,4	36,3	57,2	Kurang
39	B39	75,5	84	44	47,1	62,7	Kurang
40	B40	55,2	67,9	73,5	53,3	62,5	Kurang
41	B41	76,9	78,8	71,5	35,4	65,7	Kurang
42	B42	70,5	75,5	54,1	76,1	69,1	Kurang
43	B43	51,4	75	69,7	42	59,5	Kurang

Lampiran 15. Data Hasil Penelitian Mutu Gizi Pangan (6MGP) Remaja Anemia

No.	Kode	Energi (kkal)	Protein (g)	Fe (mg)	Vit B9 (mcg)	Vit B12 (mcg)	Vit C (mg)	Total Score	Kategori
1	A1	47,6	51,7	18,6	8,3	65,5	4	32,6	Sangat Kurang
2	A2	41,5	52,8	31	28,4	65,5	8,8	38,0	Sangat Kurang
3	A3	51,5	68,6	44,1	21,7	32	22,5	40,1	Sangat Kurang
4	A4	70	62,1	56,6	22	53,3	112,5	62,8	Kurang
5	A5	68,5	60,2	52,2	20,8	101,1	58,3	60,2	Kurang
6	A6	73,3	77,1	54,3	32,6	50,5	43,9	55,3	Kurang
7	A7	49,9	55,6	41,8	29,5	78,4	19,3	45,8	Sangat Kurang
8	A8	44,5	52,5	21,8	21,6	61,2	20,1	37,0	Sangat Kurang
9	A9	51	57,8	39,2	12,1	67,9	46,8	45,8	Sangat Kurang
10	A10	18,9	14,3	8,7	13,7	56,6	28,5	23,5	Sangat Kurang
11	A11	40,2	45,6	20,9	18,8	53,1	17,9	32,8	Sangat Kurang
12	A12	40,1	58,4	18,4	20,5	83,1	17,1	39,6	Sangat Kurang
13	A13	44,1	52,2	33,4	32,1	96,5	12,5	45,1	Sangat Kurang
14	A14	42,3	77,2	36	28	75,7	23,8	47,2	Sangat Kurang
15	A15	53,3	74,8	38,4	35	90,7	53,2	57,6	Kurang
16	A16	49,8	59,3	34,9	24,5	96	33,6	49,7	Sangat Kurang
17	A17	42,1	50,1	32,7	34,3	78,3	64,2	50,3	Sangat Kurang
18	A18	61,3	72,4	42,7	63	52,2	66,1	59,6	Kurang
19	A19	63,4	67,8	48	94,4	90	70,5	72,4	Cukup
20	A20	67,4	74,4	49,9	64,5	90	24,9	61,9	Cukup
21	A21	37	50,8	33,5	26,9	51,7	8,9	34,8	Sangat Kurang
22	A22	56	72	39	49,1	55,4	24,7	49,4	Sangat Kurang
23	A23	34,4	38,4	24,1	27,3	61	18,8	34,0	Sangat Kurang
24	A24	42,7	62,6	21,3	24,7	76,7	22,9	41,8	Sangat Kurang
25	A25	64,9	79,4	34,4	43,7	84	84	65,1	Kurang

No.	Kode	Energi (kkal)	Protein (g)	Fe (mg)	Vit B9 (mcg)	Vit B12 (mcg)	Vit C (mg)	Total Score	Kategori
26	A26	44,8	54,6	22,2	28,2	90	16,3	42,7	Sangat Kurang
27	A27	53,3	58,7	29	59,7	97,7	42,9	56,9	Sangat Kurang
28	A28	72,8	92,3	45	47,4	100,5	28,3	64,4	Kurang
29	A29	66	84	46,1	64,5	69,8	74,5	67,5	Kurang
30	A30	61,2	67,1	39,5	42,9	83,7	49	57,2	Kurang
31	A31	60,7	72,1	37,9	44,8	66,7	43,4	54,3	Sangat Kurang
32	A32	93,1	99,4	48,4	58,4	91,1	102,2	82,1	Cukup
33	A33	72,2	82,9	47,6	91,9	61,5	30,1	64,4	Kurang
34	A34	62,6	69,3	38,9	69,4	92,3	17,4	58,3	Kurang
35	A35	61,2	76,7	41,8	65,7	92,3	13,3	58,5	Kurang
36	A36	64,9	88,1	40	89,4	98,5	43,4	70,7	Cukup
37	A37	65,4	93,6	40,2	77,6	86,5	40,5	67,3	Kurang
38	A38	44,2	53	24,8	45,4	106	17,3	48,5	Sangat Kurang
39	A39	60,8	73,7	45,6	32,4	90	46,2	58,1	Kurang
40	A40	84	86,4	42,3	58,9	90	60,1	70,3	Cukup
41	A41	47,1	56,6	32,7	38,8	85,3	42,2	50,5	Sangat Kurang
42	A42	54,4	68,7	43,8	53,8	88	48,2	59,5	Kurang
43	A43	69,2	83,6	42,9	67,4	97,9	88,4	74,9	Cukup

Lampiran 16. Data Hasil Penelitian Mutu Gizi Pangan (6MGP) Remaja Non Anemia

No.	Kode	Energi (kkal)	Protein (g)	Fe (mg)	Vit B9 (mcg)	Vit B12 (mcg)	Vit C (mg)	Total Score	Kategori
1	B1	104,8	112,2	39,8	35,7	58,4	69,9	70,1	Cukup
2	B2	60	68,3	23,5	49	48,6	33,9	47,2	Sangat Kurang
3	B3	40,2	51,3	23,2	25,9	28,2	17,7	31,1	Sangat Kurang
4	B4	42,5	48,7	20,5	18,6	40	20,7	31,8	Sangat Kurang
5	B5	95,4	145,7	61,4	34,4	64,9	111	85,5	Baik
6	B6	83,5	106,1	39	25,6	64,9	64,2	63,9	Kurang
7	B7	65,1	59,6	34,9	36,4	60	32,7	48,1	Sangat Kurang
8	B8	102,4	85,2	57,1	48,4	70,9	103,4	77,9	Cukup
9	B9	69	63	25,6	24,4	90	73,5	57,6	Kurang
10	B10	90,3	118,4	60,8	20,4	75	71,1	72,7	Cukup
11	B11	59,3	77,9	40,2	43,4	78,9	10,5	51,7	Sangat Kurang
12	B12	55,7	82,7	61,9	32,2	96	21,7	58,4	Kurang
13	B13	57,7	90,9	85,9	66,8	63,2	51,5	69,3	Cukup
14	B14	57,1	86,2	75,2	35	75,8	36,9	61,0	Kurang
15	B15	52,7	79,8	70,4	64,4	63	10,2	56,8	Kurang
16	B16	56,4	82,3	73,4	38,5	60	13	53,9	Kurang
17	B17	44,3	56,8	62,3	30,1	62,1	31,8	47,9	Sangat Kurang
18	B18	61,8	77,4	85,3	47,3	41,4	36	58,2	Kurang
19	B19	59,5	89	87,8	66,3	92,3	47,3	73,7	Cukup
20	B20	65,1	97,6	54,9	61,9	92,3	44	69,3	Cukup
21	B21	62,2	78	49,2	43	82	73,1	64,6	Kurang
22	B22	68,5	85,5	66,4	45,8	87,8	24,9	63,2	Kurang
23	B23	60,2	71,5	44,9	42,8	79,1	39,3	56,3	Kurang
24	B24	41,7	40,3	33,7	53	79,1	34,2	47,0	Sangat Kurang
25	B25	57,7	70,6	68,3	41,5	66,7	107,7	68,8	Kurang
26	B26	41,3	60,3	48	49,6	53,3	31	47,3	Sangat Kurang
27	B27	66	84,4	79,5	45,4	68,6	55,9	66,6	Kurang
28	B28	56,5	84,9	62,4	63,8	68,6	26,8	60,5	Kurang
29	B29	94,6	98,5	92,8	92,4	88	50,5	86,1	Baik
30	B30	42,8	96,7	64,8	47,9	96	23,9	62,0	Kurang
31	B31	74,7	73,8	61,5	88,9	92,3	13,6	67,5	Kurang

No.	Kode	Energi (kkal)	Protein (g)	Fe (mg)	Vit B9 (mcg)	Vit B12 (mcg)	Vit C (mg)	Total Score	Kategori
32	B32	89,3	98,5	81,1	85,2	83,1	85,7	87,2	Baik
33	B33	67,4	80	50,3	47,9	88,6	70,3	67,4	Kurang
34	B34	58,3	67,7	35,6	71,3	85,7	52,3	61,8	Kurang
35	B35	70	69,4	48,5	93,1	98,2	57,3	72,8	Cukup
36	B36	74,9	112	55,7	56,4	109,1	59,6	78,0	Cukup
37	B37	79,7	80,8	86	74,3	78,8	57,7	76,2	Cukup
38	B38	64,1	84,1	44,4	67,7	86,3	36,3	63,8	Kurang
39	B39	75,5	84	44	62,4	90	47,1	67,2	Kurang
40	B40	55,2	67,9	73,5	64,4	60	53,3	62,4	Kurang
41	B41	76,9	78,8	71,5	83,6	80	35,4	71,0	Cukup
42	B42	70,5	75,5	54,1	24	72	76,1	62,0	Kurang
43	B43	51,4	75	69,7	38,8	53,3	42	55,0	Kurang

Lampiran 17. Hasil Uji Statistik Keragaman Pangan

Case Processing Summary

Kelompok		Cases					
		Valid		Missing		Total	
		N	Percent	N	Percent	N	Percent
Skor	Remaja Anemia	43	100.0%	0	.0%	43	100.0%
	Remaja Non-Anemia	43	100.0%	0	.0%	43	100.0%

Descriptives

Kelompok				Statistic	Std. Error
Skor	Remaja Anemia	Mean		4.63	.258
		95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	4.11	
			Upper Bound	5.15	
		5% Trimmed Mean		4.69	
		Median		5.00	
		Variance		2.858	
		Std. Deviation		1.691	
		Minimum		1	
		Maximum		7	
		Range		6	
Kelompok				Statistic	Std. Error
Skor	Remaja Anemia	Interquartile Range		3	.361
		Skewness		-.278	
		Kurtosis		-.626	
	Remaja Non-Anemia	Mean		5.42	.250
		95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	4.92	
			Upper Bound	5.92	
		5% Trimmed Mean		5.35	
		Median		5.00	
		Variance		2.678	
		Std. Deviation		1.636	
		Minimum		3	
		Maximum		9	
		Range		6	
		Interquartile Range		2	
		Skewness		.579	
		Kurtosis		-.107	

Tests of Normality

Kelompok		Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
		Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Skor	Remaja Anemia	.192	43	.000	.922	43	.006
	Remaja Non-Anemia	.206	43	.000	.924	43	.007

Lampiran 18. Hasil Uji Statistik Mutu Gizi Pangan (4MGP)

Case Processing Summary

Kelompok		Cases					
		Valid		Missing		Total	
		N	Percent	N	Percent	N	Percent
Skor	Remaja Non-Anemia	43	100.0%	0	.0%	43	100.0%
	Remaja Anemia	43	100.0%	0	.0%	43	100.0%

Descriptives

Kelompok				Statistic	Std. Error
Skor	Remaja Non-Anemia	Mean		63.060	2.2713
		95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	58.477	
			Upper Bound	67.644	
		5% Trimmed Mean		62.910	
		Median		62.500	
		Variance		221.823	
		Std. Deviation		14.8937	
		Minimum		33.1	
		Maximum		103.4	
		Range		70.3	
Kelompok				Statistic	Std. Error
Skor	Remaja Non-Anemia	Interquartile Range		17.5	
		Skewness		.277	.361
		Kurtosis		.394	.709
Remaja Anemia	Mean		49.653	2.1801	
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	45.254		
		Upper Bound	54.053		
	5% Trimmed Mean		49.413		
	Median		48.300		
	Variance		204.374		
	Std. Deviation		14.2960		
	Minimum		17.6		
	Maximum		85.8		
	Range		68.2		
	Interquartile Range		24.2		
	Skewness		.142		
			.361		
	Kurtosis		-.146		
		.709			

Tests of Normality

Kelompok		Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
		Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Skor	Remaja Non-Anemia	.081	43	.200 [*]	.984	43	.800
	Remaja Anemia	.093	43	.200 [*]	.984	43	.800

Lampiran 19. Hasil Uji Statistik Mutu Gizi Pangan (6MGP)

Case Processing Summary

Kelompok		Cases					
		Valid		Missing		Total	
		N	Percent	N	Percent	N	Percent
Skor	Remaja Non-Anemia	43	100.0%	0	.0%	43	100.0%
	Remaja Anemia	43	100.0%	0	.0%	43	100.0%

Descriptives

Kelompok				Statistic	Std. Error	
Skor	Remaja Non-Anemia	Mean		62.809	1.8957	
		95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	58.984		
			Upper Bound	66.635		
		5% Trimmed Mean		63.171		
		Median		63.200		
		Variance		154.522		
		Std. Deviation		12.4307		
		Minimum		31.1		
		Maximum		87.2		
		Range		56.1		
Kelompok				Statistic	Std. Error	
Skor	Remaja Non-Anemia	Interquartile Range		13.8		
		Skewness		-.385		.361
		Kurtosis		.615		.709
	Remaja Anemia	Mean		53.221	2.0098	
		95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	49.165		
			Upper Bound	57.277		
		5% Trimmed Mean		53.220		
		Median		55.300		
		Variance		173.694		
		Std. Deviation		13.1793		
		Minimum		23.5		
		Maximum		82.1		
		Range		58.6		
		Interquartile Range		20.1		
		Skewness		-.100		.361
		Kurtosis		-.495		.709

Tests of Normality

Kelompok		Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
		Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Skor	Remaja Non-Anemia	.077	43	.200 ^a	.971	43	.355
	Remaja Anemia	.098	43	.200 ^a	.988	43	.932

Lampiran 20. Dokumentasi Kegiatan

