

**LAMPIRAN - LAMPIRAN**

## Lampiran 1. Surat Permohonan Izin Pengambilan Data



**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA**  
**DIREKTORAT JENDERAL TENAGA KESEHATAN**  
**POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MALANG**

Jl. Besar Ijen No.77C Malang 65112, Telp. (0341) 566075, 571388, Fax. (0341) 556746  
Website: <http://www.poltekkes-malang.ac.id> E-mail: [direktorat@poltekkes-malang.ac.id](mailto:direktorat@poltekkes-malang.ac.id)



Nomor : DP.02.01/5.0/ 2166 /2022  
Lampiran : -  
Perihal : Surat Permohonan Ijin Pengambilan Data  
Dalam Memenuhi Penyusunan Tugas Akhir KTI

Malang, 05 Desember 2022

Kepada Yth.  
Ketua Majelis Sabuk Hitam INKANAS Malang  
Di  
Tempat

Dalam rangka pemenuhan Tugas Akhir Karya Tulis Ilmiah, bersama ini kami hadapkan Afina Auliadewi Bhakti. (NIM.P17110201001) mahasiswa Program Studi D3 Gizi Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang. Mahasiswa yang bersangkutan dapat diijinkan untuk melakukan Pengambilan Data, pada:

Tanggal : 12 s/d 31 Desember 2022  
Waktu : 08.00 – selesai  
Tempat : Majelis Sabuk Hitam INKANAS Malang

Dengan judul :  
Tingkat Kecukupan Energi terhadap Status Gizi dan Tingkat Kapasitas VO<sub>2</sub> Max Atlet Karate pada Klub di Kota Malang.

Data yang diambil :  
Tinggi Badan, Berat Badan, Konsumsi Makanan, Kapasitas VO<sub>2</sub> Max Atlet.

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

Plt. Ketua Jurusan Gizi

Tapriadi, SKM.M.,Pd  
NIP. 196411071988121001

- Kampus Utama : Jalan Besar Ijen No. 77 c Malang. 65112. Telepon (0341) 566075, 571388  
- Kampus I : Jalan Srikoyo No. 106 Jember. Telepon (0331) 486613  
- Kampus II : Jalan Ahmad Yani Sumberporong Lawang. Telepon (0341) 427847  
- Kampus III : Jalan Dr. Soetomo No. 46 Blitar. Telepon (0342) 801043  
- Kampus IV : Jalan KH. Wakhid Hasyim No. 64 B Kediri. Telepon (0354) 773095  
- Kampus V : Jalan Dr. Soetomo No. 5 Trenggalek Telp (0355) 791293  
- Kampus VI : Jalan Dr. Cipto Mangunkusumo No. 82A Ponorogo Telp (0352) 461792



Lampiran 2. Master Tabel Data Penelitian

No.	Kode Responden	Jenis Kelamin (L / P)	Umur (th)	BB (kg)	TB (cm)	Status Gizi / IMT (kg/m <sup>2</sup> )		Tingkat Kecukupan Energi (kkal)				Tingkat Kapasitas VO <sub>2</sub> Max (detak/menit)	
						IMT	Kategori	Asupan	%	AKG	Kategori	Skor Aktual	Kategori
1.	Atlet 1	L	15	39	149	17,57	Kurus Tingkat Ringan	1238,4	51,6	2050	Defisit Berat	43,93	Fair
2.	Atlet 2	L	15	40	151	17,54	Kurus Tingkat Ringan	1466,8	61,1	2050	Defisit Berat	35,34	Poor
3.	Atlet 3	L	15	38	148	17,35	Kurus Tingkat Ringan	1434,4	59,7	2050	Defisit Berat	35,35	Poor
4.	Atlet 4	L	15	42	150	18,67	Normal	1657,6	69,0	2050	Defisit Berat	45,6	Good
5.	Atlet 5	L	18	63	161	24,23	Normal	2352,6	88,7	2650	Defisit Ringan	41,51	Fair
6.	Atlet 6	L	19	56	154	23,63	Normal	1816,8	68,6	2650	Defisit Berat	49,63	Fair
7.	Atlet 7	P	16	60	162	22,81	Normal	1764,7	84,0	2100	Defisit Ringan	31,22	Fair
8.	Atlet 8	P	17	53	163	19,85	Normal	1451,7	69,1	2100	Defisit Berat	35,82	Good
9.	Atlet 9	P	17	46	161	17,76	Kurus Tingkat Ringan	1787,3	85,1	2100	Defisit Ringan	34,60	Fair
10.	Atlet 10	P	18	49	162	18,71	Normal	1335,8	63,4	2100	Defisit Berat	31,56	Fair
11.	Atlet 11	P	18	56	163	21,13	Normal	1854,3	88,3	2100	Defisit Ringan	36,83	Good
12.	Atlet 12	P	18	49	159	19,44	Normal	1453,2	69,2	2100	Defisit Berat	35,81	Good
13.	Atlet 13	P	18	47	157	19,10	Normal	1392,2	66,3	2100	Defisit Berat	35,84	Good

Lampiran 3. Master Tabel Hasil *NutriSurvey* Responden

No.	Kode Responden	Jenis Kelamin (L / P)	Umur (th)	Tingkat Kecukupan Energi			Tingkat Kecukupan Protein			Tingkat Kecukupan Lemak			Tingkat Kecukupan Karbohidrat		
				Asupan (kkal)	%	AKG	Asupan (g)	%	AKG	Asupan (g)	%	AKG	Asupan (g)	%	AKG
1.	Atlet 1	L	15	1238,4	51,6	2050	60,8	86,9	70	41,5	51,9	80	151,2	43,2	350
2.	Atlet 2	L	15	1466,8	61,1	2050	52,2	74,6	70	57,2	71,5	80	189,8	54,2	350
3.	Atlet 3	L	15	1434,4	59,7	2050	53,4	76,3	70	48,7	60,9	80	199,1	56,9	350
4.	Atlet 4	L	15	1657,6	69,0	2050	55,1	78,7	70	84,7	105,9	80	170,4	48,7	350
5.	Atlet 5	L	18	2352,6	88,7	2650	107,7	142,7	75	81,9	96,4	85	290,5	83,0	400
6.	Atlet 6	L	19	1816,8	68,6	2650	92,8	142,8	65	87,4	116,5	75	168,1	48,0	450
7.	Atlet 7	P	16	1764,7	84,0	2100	53,3	82,0	65	67,6	96,6	70	240,0	68,6	300
8.	Atlet 8	P	17	1451,7	69,1	2100	60,5	93,0	65	61,8	88,3	70	172,9	49,4	300
9.	Atlet 9	P	17	1787,3	85,1	2100	82,6	127,0	65	70,7	100,1	70	208,4	59,5	300
10.	Atlet 10	P	18	1335,8	63,4	2100	77,8	119,7	65	42,7	61,0	70	154,6	44,2	300
11.	Atlet 11	P	18	1854,3	88,3	2100	90,1	138,6	65	95,8	136,8	70	157,5	45,0	300
12.	Atlet 12	P	18	1453,2	69,2	2100	63,1	97,0	65	68,9	98,4	70	142,4	40,7	300
13.	Atlet 13	P	18	1392,2	66,3	2100	63,0	96,9	65	69,2	98,9	70	129,1	36,9	300



Lampiran 5. Tabel Angka Kecukupan Gizi (2019)

Angka Kecukupan Energi, Protein, Lemak, Karbohidrat, Serat, dan Air yang dianjurkan (per orang per hari)

Kelompok Umur	Berat Badan (kg)	Tinggi Badan (cm)	Energi (kkal)	Protein (g)	Lemak (g)			Karbohidrat (g)	Serat (g)	Air (ml)
					Total	Omega 3	Omega 6			
<b>Bayi / Anak</b>										
0 – 5 bulan <sup>1</sup>	6	60	550	9	31	0.5	4.4	59	0	700
6 – 11 bulan	9	72	800	15	35	0.5	4.4	105	11	900
1 – 3 tahun	13	92	1350	20	45	0.7	7	215	19	1150
4 – 6 tahun	19	113	1400	25	50	0.9	10	220	20	1450
7 – 9 tahun	27	130	1650	40	55	0.9	10	250	23	1650
<b>Laki-laki</b>										
10 – 12 tahun	36	145	2000	50	65	1.2	12	300	28	1850
13 – 15 tahun	50	163	2400	70	80	1.6	16	350	34	2100
16 – 18 tahun	60	168	2650	75	85	1.6	16	400	37	2300
19 – 29 tahun	60	168	2650	65	75	1.6	17	430	37	2500
30 – 49 tahun	60	166	2550	65	70	1.6	17	415	36	2500
50 – 64 tahun	60	166	2150	65	60	1.6	14	340	30	2500
65 – 80 tahun	58	164	1800	64	50	1.6	14	275	25	1800
80+ tahun	58	164	1600	64	45	1.6	14	235	22	1600
<b>Perempuan</b>										
10 – 12 tahun	38	147	1900	55	65	1.0	10	280	27	1850
13 – 15 tahun	48	156	2050	65	70	1.1	11	300	29	2100
16 – 18 tahun	52	159	2100	65	70	1.1	11	300	29	2150
19 – 29 tahun	55	159	2250	60	65	1.1	12	360	32	2350

Kelompok Umur	Berat Badan (kg)	Tinggi Badan (cm)	Energi (kkal)	Protein (g)	Lemak (g)			Karbohidrat (g)	Serat (g)	Air (ml)
					Total	Omega 3	Omega 6			
30 – 49 tahun	56	158	2150	60	60	1.1	12	340	30	2350
50 – 64 tahun	56	158	1800	60	50	1.1	11	280	25	2350
65 – 80 tahun	53	157	1550	58	45	1.1	11	230	22	1550
80+ tahun	53	157	1400	58	40	1.1	11	200	20	1400
<b>Hamil (+an)</b>										
Trimester 1			+180	+1	+2.3	+0.3	+2	+25	+3	+300
Trimester 2			+300	+10	+2.3	+0.3	+2	+40	+4	+300
Trimester 3			+300	+30	+2.3	+0.3	+2	+40	+4	+300
<b>Menyusui (+an)</b>										
6 bln pertama			+330	+20	+2.2	+0.2	+2	+45	+5	+800
6 bln kedua			+400	+15	+2.2	+0.2	+2	+55	+6	+650

Lampiran 6. Hasil Uji Statistik (*Spearman*)

Tingkat Kecukupan Energi dengan Status Gizi dan  
Tingkat Kapasitas VO2Max

**Case Processing Summary**

Tingkat Kecukupan Energi		Cases					
		Valid		Missing		Total	
		N	Percent	N	Percent	N	Percent
Status Gizi	Defisit RIngan	4	100.0%	0	0.0%	4	100,0%
	Defisit Berat	9	100.0%	0	0.0%	9	100,0%
VO2Max	Defisit RIngan	4	100.0%	0	0.0%	4	100,0%
	Defisit Berat	9	100.0%	0	0.0%	9	100,0%

**Tests of Normality**

Tingkat Kecukupan Energi		Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
		Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Status Gizi	Defisit RIngan	.441	4	.	.630	4	.001
	Defisit Berat	.414	9	.000	.617	9	.000
VO2Max	Defisit RIngan	.441	4	.	.630	4	.001
	Defisit Berat	.269	9	.059	.808	9	.025

a. Lilliefors Significance Correction



Tingkat Kecukupan Energi dengan Status Gizi

**Correlations**

			Tingkat Kecukupan Energi	Status Gizi
Spearman's rho	Tingkat Kecukupan Energi	Correlation Coefficient	1.000	.604*
		Sig. (2-tailed)	.	.029
		N	13	13
	Status Gizi	Correlation Coefficient	.604*	1.000
		Sig. (2-tailed)	.029	.
		N	13	13

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

Tingkat Kecukupan Energi dengan Tingkat Kapasitas VO<sub>2</sub>Max

**Correlations**

			Tingkat Kecukupan Energi	VO2Max
Spearman's rho	Tingkat Kecukupan Energi	Correlation Coefficient	1.000	.203
		Sig. (2-tailed)	.	.505
		N	13	13
	VO2Max	Correlation Coefficient	.203	1.000
		Sig. (2-tailed)	.505	.
		N	13	13

Lampiran 7. Dokumentasi Kegiatan Latihan Karate



Lampiran 8. Dokumentasi Kegiatan Seminar Hasil Karya Tulis Ilmiah

**Seminar Karya Tulis Ilmiah**  
"Hubungan Tingkat Kecukupan Energi dengan Status Gizi dan Tingkat Kapasitas VO<sub>2</sub>Max Atlet Karate pada Klub di Kota Malang"



Oleh:  
AFINA AULIADEWI BHAKTI  
P17110201001

Penguji 1 Ibu Dwie Soelistryorini, SST., M.Kes.	Penguji 2 (Pembimbing) Ibu Dr. Annasari Mustafa, SKM., M.Sc., RD
--	---

Malang, 26 Mei 2023

