

# LAMPIRAN

Lampiran 1. Master Table

Nama	Kategori Umur (tahun)	Jenis Kelamin	Status Gizi	Kategori Kadar GDP	Asupan Energi	Asupan Karbohidrat	Asupan Protein	Asupan Lemak	Jumlah Makanan	Jenis Makanan	Jadwal Makan
R1	< 57	Perempuan	overweight	tidak terkontrol	kurang	kurang	kurang	cukup	tidak patuh	tidak patuh	tidak patuh
R2	< 57	Perempuan	overweight	tidak terkontrol	kurang	kurang	kurang	kurang	tidak patuh	tidak patuh	tidak patuh
R3	≥ 57	Perempuan	overweight	terkontrol	kurang	kurang	kurang	kurang	tidak patuh	tidak patuh	tidak patuh
R4	< 57	Perempuan	normal	tidak terkontrol	lebih	kurang	lebih	lebih	tidak patuh	tidak patuh	tidak patuh
R5	≥ 57	Perempuan	normal	tidak terkontrol	cukup	kurang	cukup	cukup	tidak patuh	tidak patuh	tidak patuh
R6	≥ 57	Laki-laki	normal	tidak terkontrol	kurang	kurang	kurang	kurang	tidak patuh	tidak patuh	tidak patuh
R7	< 57	Perempuan	overweight	terkontrol	cukup	cukup	kurang	cukup	tidak patuh	tidak patuh	patuh
R8	≥ 57	Perempuan	overweight	terkontrol	kurang	kurang	kurang	kurang	tidak patuh	tidak patuh	tidak patuh
R9	< 57	Perempuan	normal	tidak terkontrol	kurang	kurang	kurang	kurang	tidak patuh	tidak patuh	tidak patuh
R10	≥ 57	Laki-laki	normal	tidak terkontrol	kurang	kurang	kurang	kurang	tidak patuh	tidak patuh	tidak patuh
R11	≥ 57	Laki-laki	overweight	tidak terkontrol	kurang	kurang	kurang	kurang	tidak patuh	tidak patuh	tidak patuh
R12	≥ 57	Perempuan	overweight	tidak terkontrol	kurang	kurang	kurang	kurang	tidak patuh	tidak patuh	tidak patuh
R13	≥ 57	Laki-laki	overweight	tidak terkontrol	kurang	kurang	kurang	kurang	tidak patuh	tidak patuh	tidak patuh
R14	≥ 57	Perempuan	normal	tidak terkontrol	kurang	kurang	kurang	kurang	tidak patuh	tidak patuh	tidak patuh

Nama	Kategori Umur (tahun)	Jenis Kelamin	Status Gizi	Kategori Kadar GDP	Asupan Energi	Asupan Karbohidrat	Asupan Protein	Asupan Lemak	Jumlah Makanan	Jenis Makanan	Jadwal Makan
R15	≥ 57	Perempuan	overweight	terkontrol	kurang	kurang	kurang	kurang	tidak patuh	tidak patuh	tidak patuh
R16	< 57	Perempuan	overweight	tidak terkontrol	kurang	kurang	kurang	kurang	tidak patuh	tidak patuh	tidak patuh
R17	< 57	Perempuan	normal	tidak terkontrol	kurang	kurang	kurang	cukup	tidak patuh	tidak patuh	tidak patuh
R18	< 57	Laki-laki	overweight	tidak terkontrol	kurang	kurang	kurang	kurang	tidak patuh	tidak patuh	tidak patuh
R19	≥ 57	Laki-laki	overweight	terkontrol	kurang	kurang	kurang	kurang	tidak patuh	tidak patuh	tidak patuh
R20	< 57	Laki-laki	overweight	tidak terkontrol	kurang	kurang	kurang	kurang	tidak patuh	tidak patuh	tidak patuh
R21	< 57	Laki-laki	overweight	tidak terkontrol	kurang	kurang	kurang	kurang	tidak patuh	tidak patuh	tidak patuh
R22	≥ 57	Perempuan	overweight	tidak terkontrol	kurang	kurang	kurang	kurang	tidak patuh	patuh	patuh
R23	< 57	Perempuan	overweight	tidak terkontrol	kurang	kurang	kurang	kurang	tidak patuh	tidak patuh	tidak patuh
R24	≥ 57	Laki-laki	normal	tidak terkontrol	kurang	kurang	kurang	kurang	tidak patuh	tidak patuh	tidak patuh
R25	≥ 57	Laki-laki	normal	tidak terkontrol	kurang	kurang	kurang	kurang	tidak patuh	tidak patuh	tidak patuh
R26	≥ 57	Perempuan	normal	tidak terkontrol	kurang	kurang	kurang	kurang	tidak patuh	tidak patuh	tidak patuh
R27	≥ 57	Laki-laki	normal	tidak terkontrol	kurang	kurang	kurang	kurang	tidak patuh	tidak patuh	tidak patuh

## Lampiran 2 Hasil Perhitungan Kebutuhan Responden dengan Nutrisurvey

NutriSurvey for Windows - C:\nutrisurvey2007\Bu Jujuk MENU 2.epf

File Edit Calculations Food Extras Help

Women 51-65 years DGE2000 Portion 1 Days

	Food	Amount	kcal	protein	fat	carbohyd	dietary fib	choleste	sodium
1	Sarapan - 8.00 wib								
2	nasi putih	100	130,0	2,4	0,2	28,6	0,3	0,0	0,0
3	ikan goreng	70	111,9	9,1	8,4	0,0	0,0	35,0	24,5
4	sanbal terong								
5	terong belanda / ungu	30	8,4	0,2	0,1	2,0	0,8	0,0	0,9
6	kerupuk udang	20	109,8	1,3	5,7	13,3	0,1	11,8	14,8
7	pepaya	200	77,9	1,2	0,2	19,6	3,6	0,0	6,0
8									
9	Makan Siang - 13.00 wib								
10	tela-tela								
11	singkong kuning	150	188,9	1,7	0,5	46,2	2,4	0,0	7,5
12	mendoan								
13	tempe kedele murni	75	149,3	14,3	5,8	12,8	1,0	0,0	4,5
14	adonan tepung terigu	25	91,0	2,6	0,3	19,1	0,7	0,0	0,5
15	pepaya	150	58,4	0,9	0,2	14,7	2,7	0,0	4,5
16	Crackers (snack)	18	67,7	1,9	0,6	13,5	0,8	0,0	175,9
17	jeruk (snack)	100	137,9	11,2	2,2	25,9	5,2	0,0	226,0
18									
19	Makan Malam - 19.00 wib								
20	nasi putih	100	130,0	2,4	0,2	28,6	0,3	0,0	0,0
21	tempe bacem	100	237,1	10,8	15,0	17,6	1,0	0,0	5,0
22	tahu bacem								
23	tahu	50	38,0	4,1	2,4	0,9	0,6	0,0	3,5

Display options: TA AN% FA MA NC

Total analysis:

- energy 1837,7 kcal
- protein (17%) 83,6 g
- fat (22%) 49,1 g
- carbohydr. (60%) 289,2 g
- dietary fiber 24,9 g
- cholesterol 258,8 mg
- sodium 1886,4 mg

Activate Windows  
Go to Settings to activate Windows.

### Lampiran 3 Tabel Indeks Glikemik dan Beban Glikemik Bahan Makanan

Jenis Makanan	Bahan Makanan	Indeks Glikemik	Beban Glikemik
Sereal	Beras Basmati	58	22
	Beras coklat	50	16
	Beras putih	87	36
	Mie instan	7	19
	Bihun	35	16
	Spaghetti	38	18
Roti, crackers, cake	Roti tawar putih	70	10
	Roti tawar gandum	77	9
	Cracker	78	14
	Cookies oatmeal	55	12
	Sponge cake	46	17
	Waffles	76	10
Sayur	Wortel	47	3
	Kacang polong	48	3
	Kentang panggang	85	26
	Kentang rebus	88	16
	Kentang goreng	75	22
	Labu	75	3
	Jagung manis	60	11
	Ubi jalar	61	17
Kacang - kacang	Kacang merah	28	7
	Kedelai	18	1
	Kacang -kacangan	29	5
Buah	Apel	38	6
	Pisang	51	13
	Anggur	46	8
	Mangga	51	8
	Jeruk	48	5
	Pepaya	59	10
	Pir	38	4
	Nanas	59	7
	Melon	65	4
Semangka	72	4	
Produk olahan susu	Susu full cream	27	3
	Susu skim	32	4
	Susu coklat	42	13
	Susu bubuk	61	33
	Es krim	61	8
	Yogurt low fat	33	10
Minuman	Jus apel	40	12
	Coca cola	63	16
	Fanta	68	23
	Jus jeruk	52	12
Gula dan pemanis	Coklat	44	13
	Madu	55	10
	Gula pasir	68	7
	Glukosa	100	10
	Fruktosa	19	2
	Laktosa	46	5

Keterangan: hijau (nilai IG rendah ( $\leq 55$ ) dan BG rendah ( $\leq 10$ ))  
 kuning (nilai IG sedang (56-69) dan BG sedang (11-19))  
 merah (nilai IG tinggi ( $\geq 70$ ) dan BG tinggi ( $\geq 20$ ))

Sumber : Brand Miller J et al: The new glucose revolution, New York, 2003, Avalon/Marlowe & Company.

**Lampiran 4 Hasil Uji Chi Square Output SPSS**

**Case Processing Summary**

	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
Kecukupan Energi * Kadar Glukosa Darah Puasa	27	100.0%	0	0.0%	27	100.0%
Kecukupan Karbohidrat * Kadar Glukosa Darah Puasa	27	100.0%	0	0.0%	27	100.0%
Kecukupan Protein * Kadar Glukosa Darah Puasa	27	100.0%	0	0.0%	27	100.0%
Kecukupan Lemak * Kadar Glukosa Darah Puasa	27	100.0%	0	0.0%	27	100.0%
Jenis * Kadar Glukosa Darah Puasa	27	100.0%	0	0.0%	27	100.0%
Jadwal * Kadar Glukosa Darah Puasa	27	100.0%	0	0.0%	27	100.0%

**Kecukupan Energi \* Kadar Glukosa Darah Puasa Crosstab**

		Kadar Glukosa Darah Puasa		Total	
		Tidak Terkontrol	Terkontrol		
Kecukupan Energi	Kurang	Count	20	4	24
		Expected Count	19.6	4.4	24.0
		% of Total	74.1%	14.8%	88.9%
	Cukup	Count	1	1	2
		Expected Count	1.6	.4	2.0
		% of Total	3.7%	3.7%	7.4%
	Lebih	Count	1	0	1
		Expected Count	.8	.2	1.0
		% of Total	3.7%	0.0%	3.7%
Total	Count	22	5	27	
	Expected Count	22.0	5.0	27.0	
		% of Total	81.5%	18.5%	100.0%

**Chi-Square Tests**

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)	Monte Carlo Sig. (2-sided)		Monte Carlo Sig. (1-sided)			
				Sig.	95% Confidence Interval		Sig.	95% Confidence Interval	
					Lower Bound	Upper Bound		Lower Bound	Upper Bound
Pearson Chi-Square	1.595 <sup>a</sup>	2	.450	.296 <sup>b</sup>	.124	.469			
Likelihood Ratio	1.475	2	.478	.296 <sup>b</sup>	.124	.469			
Fisher's Exact Test	2.201			.296 <sup>b</sup>	.124	.469			
Linear-by-Linear Association	.079 <sup>c</sup>	1	.778	1.000 <sup>b</sup>	.895	1.000	.296 <sub>b</sub>	.124	.469
N of Valid Cases	27								

**Kecukupan Karbohidrat \* Kadar Glukosa Darah Puasa  
Crosstab**

		Kadar Glukosa Darah Puasa		Total	
		Tidak Terkontrol	Terkontrol		
Kecukupan Karbohidrat	Kurang	Count	22	4	26
		Expected Count	21.2	4.8	26.0
		% of Total	81.5%	14.8%	96.3%
	Cukup	Count	0	1	1
		Expected Count	.8	.2	1.0
		% of Total	0.0%	3.7%	3.7%
Total	Count	22	5	27	
	Expected Count	22.0	5.0	27.0	
	% of Total	81.5%	18.5%	100.0%	

**Chi-Square Tests<sup>c</sup>**

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)	Point Probability
Pearson Chi-Square	4.569 <sup>a</sup>	1	.033	.185	.185	
Continuity Correction <sup>b</sup>	.682	1	.409			
Likelihood Ratio	3.550	1	.060	.185	.185	
Fisher's Exact Test				.185	.185	
Linear-by-Linear Association	4.400 <sup>d</sup>	1	.036	.185	.185	.185
N of Valid Cases	27					

**Kecukupan Protein \* Kadar Glukosa Darah Puasa  
Crosstab**

		Kadar Glukosa Darah Puasa		Total	
		Tidak Terkontrol	Terkontrol		
Kecukupan Protein	Kurang	Count	20	5	25
		Expected Count	20.4	4.6	25.0
		% of Total	74.1%	18.5%	92.6%
	Cukup	Count	1	0	1
		Expected Count	.8	.2	1.0
		% of Total	3.7%	0.0%	3.7%
Lebih	Count	1	0	1	
	Expected Count	.8	.2	1.0	
	% of Total	3.7%	0.0%	3.7%	
Total	Count	22	5	27	
	Expected Count	22.0	5.0	27.0	
	% of Total	81.5%	18.5%	100.0%	

**Chi-Square Tests**

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)	Monte Carlo Sig. (2-sided)			Monte Carlo Sig. (1-sided)		
				Sig.	95% Confidence Interval		Sig.	95% Confidence Interval	
					Lower Bound	Upper Bound		Lower Bound	Upper Bound
Pearson Chi-Square	.491 <sup>a</sup>	2	.782	1.000 <sup>b</sup>	.895	1.000			
Likelihood Ratio	.855	2	.652	1.000 <sup>b</sup>	.895	1.000			
Fisher's Exact Test	1.020			1.000 <sup>b</sup>	.895	1.000			
Linear-by-Linear Association	.422 <sup>c</sup>	1	.516	.667 <sup>b</sup>	.489	.844	.481 <sup>b</sup>	.293	.670
N of Valid Cases	27								

**Kecukupan Lemak \* Kadar Glukosa Darah Puasa Crosstab**

			Kadar Glukosa Darah Puasa		Total
			Tidak Terkontrol	Terkontrol	
Kecukupan Lemak	Kurang	Count	18	4	22
		Expected Count	17.9	4.1	22.0
		% of Total	66.7%	14.8%	81.5%
	Cukup	Count	3	1	4
		Expected Count	3.3	.7	4.0
		% of Total	11.1%	3.7%	14.8%
	Lebih	Count	1	0	1
		Expected Count	.8	.2	1.0
		% of Total	3.7%	0.0%	3.7%
Total	Count	22	5	27	
	Expected Count	22.0	5.0	27.0	
	% of Total	81.5%	18.5%	100.0%	

**Chi-Square Tests**

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)	Monte Carlo Sig. (2-sided)			Monte Carlo Sig. (1-sided)		
				Sig.	95% Confidence Interval		Sig.	95% Confidence Interval	
					Lower Bound	Upper Bound		Lower Bound	Upper Bound
Pearson Chi-Square	.340 <sup>a</sup>	2	.844	1.000 <sup>b</sup>	.895	1.000			
Likelihood Ratio	.514	2	.773	1.000 <sup>b</sup>	.895	1.000			
Fisher's Exact Test	.955			1.000 <sup>b</sup>	.895	1.000			
Linear-by-Linear Association	.012 <sup>c</sup>	1	.913	1.000 <sup>b</sup>	.895	1.000	.630 <sup>b</sup>	.447	.812
N of Valid Cases	27								



**Jenis \* Kadar Glukosa Darah Puasa  
Crosstab**

		Kadar Glukosa Darah Puasa		Total	
		Tidak Terkontrol	Terkontrol		
Jenis	Tidak Patuh	Count	21	5	26
		Expected Count	21.2	4.8	26.0
		% of Total	77.8%	18.5%	96.3%
	Patuh	Count	1	0	1
		Expected Count	.8	.2	1.0
		% of Total	3.7%	0.0%	3.7%
Total	Count	22	5	27	
	Expected Count	22.0	5.0	27.0	
	% of Total	81.5%	18.5%	100.0%	

**Chi-Square Tests<sup>c</sup>**

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)	Point Probability
Pearson Chi-Square	.236 <sup>a</sup>	1	.627	1.000	.815	
Continuity Correction <sup>b</sup>	.000	1	1.000			
Likelihood Ratio	.418	1	.518	1.000	.815	
Fisher's Exact Test				1.000	.815	
Linear-by-Linear Association	.227 <sup>d</sup>	1	.634	1.000	.815	.815
N of Valid Cases	27					

**Jadwal \* Kadar Glukosa Darah Puasa  
Crosstab**

		Kadar Glukosa Darah Puasa		Total	
		Tidak Terkontrol	Terkontrol		
Jadwal	Tidak Patuh	Count	21	4	25
		Expected Count	20.4	4.6	25.0
		% of Total	77.8%	14.8%	92.6%
	Patuh	Count	1	1	2
		Expected Count	1.6	.4	2.0
		% of Total	3.7%	3.7%	7.4%
Total	Count	22	5	27	
	Expected Count	22.0	5.0	27.0	
	% of Total	81.5%	18.5%	100.0%	

**Chi-Square Tests<sup>c</sup>**

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)	Point Probability
Pearson Chi-Square	1.419 <sup>a</sup>	1	.234	.342	.342	
Continuity Correction <sup>b</sup>	.060	1	.806			
Likelihood Ratio	1.119	1	.290	.342	.342	
Fisher's Exact Test				.342	.342	
Linear-by-Linear Association	1.366 <sup>d</sup>	1	.242	.342	.342	.313
N of Valid Cases	27					