

## DAFTAR PUSTAKA

- Agus, K., Putra, W. A., Nyomanwande, I., Ayu, P., Program, P., Analis, S., Stikes, K., & Medika Bali, W. (2018). Perbedaan Kadar Kalsium Darah Pada Atlet Panjat Tebing Dan Bukan Atlet Di Kota Denpasar. *BMJ*, 5, 252–256.
- Amdadi, Z., Nurdin, N., Eviyanti, & Nurbaeti. (2021). *Gambaran Pengetahuan Remaja Putri Tentang Risiko Perkawinan Dini Dalam Kehamilan Di SMAN 1 Gowa*. 2(7).
- Amran, P., Kesehatan, J. A., & Kemenkes, K. (2018). Analisis Perbedaan Kadar Kalsium (Ca) Terhadap Karyawan Teknis Produktif Dengan Karyawan Administratif Pada Persero Terbatas Semen Tonasa. *Jurnal Media Analis Kesehatan*, 1(1).
- Anggraini, Nur. Dwi. A., Anshory, J., & Satriani. (2023). *Hubungan Asupan Zink, Kalsium Dan Sosial Ekonomi Keluarga Dengan Prestasi Belajar Siswa Usia 13-15 Tahun Di Smp Nabil Husein Samarinda*.
- Angka Kecukupan Gizi. (2019). *Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia*.
- Charoenphandhu, N. (2018). Sports Medicine (Review article) Physical Activity And ExerciseC Affect Intestinal Calcium Absorption: A Perspective Review. In *Journal of Sports Science and Technology* (Vol. 7, Issue 1).
- Diananda, A. (2018). Psikologi Remaja Dan Permasalahannya. In *ISTIGHNA* (Vol. 1, Issue 1). [www.depkes.go.id](http://www.depkes.go.id)
- Fikawati, S., Syafiq, A., Puspasari, P., Gizi, J., Masyarakat, K., & Kesehatan, F. (2018). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Asupan Kalsium Pada Remaja Di Kota Bandung. In *Jurnal Kedokteran Trisakti Universa Medicina, Januari-Maret* (Vol. 24, Issue 1).
- Khotimah, K., Doriza, S., & Devi Artanti, G. (2018). Perbedaan Kemandirian Remaja Berdasarkan Status Pekerjaan Ibu.
- Hardiansyah, MS dan Supariasa, N. 2017. Ilmu gizi. EGC. Jakarta : 84-85.
- Massie, E. G. C., & Frisca. (2022). Hubungan Antara Asupan Kalsium Dengan Status Gizi Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara. *Jurnal Muara Medika Dan Psikologi Klinis*, 2(1), 43–49. <https://doi.org/10.24912/jmmpk.v2i1.19445>

- Noviandi, I., Sastrawan, S., & Jadit Taqwa, K. (2021). *Penambahan Kalsium Terhadap Pertumbuhan Ayam Broiler 1-45 Hari*.
- Nur, H., & Aritonang, E. Y. (2022). *Gambaran Pola Makan dan kelelahan Kerja Pada Buruh Angkat Di PT. Karya Mandiri Prima Kabupaten Langkat*.
- Rahmad Sudiarmanto, A., & Sumarmi, S. (2020). *The Correlation between Calcium Intake, Zinc Intake and Stunting Prevalence on SMP Unggulan Bina Insani Surabaya Students*.
- Rina Maharsari, D. (2018). *Hubungan Asupan Kalsium Dengan Tinggi Badan Remaja SMP MUHAMMADIYAH 2 Surakarta*.
- Sandy, Y., Permatasari, T., Pratiwi, C., & Damanik, K. (2023). *Online Food Consupcion Dan Asupan Kalsium Terhadap Status Gizi Remaja Di Kota Medan Online Food Consumption And Calcium Intake On The Nutritional Status Of Adolescents In Medan City* (Vol. 7). <http://jos.unsoed.ac.id/index.php/jgps>
- Sumarmi, S., Asupan Kalsium dan Zink, H., Asupan Kalsium dan Zink dengan Kejadian Stunting pada Siswi SMP Unggulan Bina Insani Surabaya, H., Rahmad Sudiarmanto, A., & Sumarmi, S. (2020). *The Correlation between Calcium Intake, Zinc Intake and Stunting Prevalence on SMP Unggulan Bina Insani Surabaya Students*.
- Syahfitri, Y., Yanti, E., & Tuti, R. (2018). *Gambaran Status Gizi SiswaSiswi SMP Negeri 13 Pekan Baru Tahun 201*

## Lampiran 1. Formulir Pernyataan Kesiediaan Sebagai Sampel

### FORMULIR PERNYATAAN KESEDIAAN SEBAGAI SAMPEL PENELITIAN

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : *si bany*

Umur : 12

Alamat : *perjan merbau jalan galang pandur mulia*

Tanggal Lahir : *2011 / 11 / 28*

Bersedia berpartisipasi sebagai sampel pada penelitian yang berjudul " Gambaran Asupan Kalsium Pada Siswa SMP Negri 1 Lubuk Pakam" yang dilakukan oleh :

Nama : Fatin Amanda

Nim : P01031121115

Program Studi : D-III Gizi

• Lubuk Pakam, Mei 2024

Sampel

(.....*Am*.....)

## Lampiran 2. Data Identitas Sampel

| DATA IDENTITAS SAMPEL SISWA |                                    |
|-----------------------------|------------------------------------|
| Nama Siswa                  | : gilsury nofrianda                |
| Kelas                       | : VII-9                            |
| Jenis Kelamin               | : Pria                             |
| Tanggal Lahir               | : 8-november-2011                  |
| Umur                        | : 12                               |
| No. HP                      | : .....                            |
| Pendidikan Orang Tua        | : .....                            |
| A. Ayah                     | : SMA                              |
| B. Ibu                      | : SMA                              |
| Pekerjaan Orang Tua         | :                                  |
| A. Ayah                     | : Sopir                            |
| B. Ibu                      | : Jualan                           |
| Alamat                      | : Jl. Galsury Pagar Mekar 21 Muara |

## Lampiran 3. Formulir Food Recall 24 Jam

HASIL PERHITUNGAN DIET/

| Nama Makanan | Jumlah<br>carbohydr. | energy |
|--------------|----------------------|--------|
|--------------|----------------------|--------|

### Hari 1

#### Pagi

|                                   |        |            |
|-----------------------------------|--------|------------|
| nasi goreng<br>40.2 g             | 200 g  | 500.0 kcal |
| susu milo/ milo coklat<br>131.6 g | 200 ml | 773.9 kcal |

Meal analysis: energy 1273.9 kcal (64 %), carbohydrate 171.8 g (71 %)

#### Siang

|                              |       |            |
|------------------------------|-------|------------|
| nasi putih<br>34.3 g         | 120 g | 156.0 kcal |
| daging ayam goreng<br>1.9 g  | 50 g  | 166.0 kcal |
| minyak kelapa sawit<br>0.0 g | 15 g  | 129.3 kcal |

Meal analysis: energy 451.3 kcal (23 %), carbohydrate 36.2 g (15 %)

#### Malam

|                      |       |            |
|----------------------|-------|------------|
| nasi putih<br>34.3 g | 120 g | 156.0 kcal |
| telur dadar<br>0.7 g | 60 g  | 112.1 kcal |

Meal analysis: energy 268.2 kcal (13 %), carbohydrate 35.0 g (14 %)

## HASIL PERHITUNGAN

| Zat Gizi      | hasil analisis<br>nilai | rekomendasi<br>nilai/hari | persentase<br>pemenuhan |
|---------------|-------------------------|---------------------------|-------------------------|
| energy        | 1993.4 kcal             | 1900.0 kcal               | 105 %                   |
| water         | 0.0 g                   | 2700.0 g                  | 0 %                     |
| protein       | 54.4 g(11%)             | 48.0 g(12 %)              | 113 %                   |
| fat           | 89.3 g(40%)             | 77.0 g(< 30 %)            | 116 %                   |
| carbohydr.    | 243.0 g(49%)            | 351.0 g(> 55 %)           | 69 %                    |
| dietary fiber | 1.6 g                   | 30.0 g                    | 5 %                     |
| alcohol       | 0.0 g                   | -                         | -                       |
| PUFA          | 23.3 g                  | 10.0 g                    | 233 %                   |

|                |           |           |       |
|----------------|-----------|-----------|-------|
| cholesterol    | 344.7 mg  | -         | -     |
| Vit. A         | 2112.9 µg | 800.0 µg  | 264 % |
| carotene       | 0.0 mg    | -         | -     |
| Vit. E         | 0.0 mg    | -         | -     |
| Vit. B1        | 0.5 mg    | 1.0 mg    | 49 %  |
| Vit. B2        | 1.2 mg    | 1.2 mg    | 98 %  |
| Vit. B6        | 0.7 mg    | 1.2 mg    | 61 %  |
| folic acid eq. | 0.0 µg    | -         | -     |
| Vit. C         | 198.0 mg  | 100.0 mg  | 198 % |
| sodium         | 441.4 mg  | 2000.0 mg | 22 %  |
| potassium      | 1297.6 mg | 3500.0 mg | 37 %  |
| calcium        | 825.7 mg  | 1000.0 mg | 83 %  |
| magnesium      | 142.2 mg  | 310.0 mg  | 46 %  |
| phosphorus     | 967.3 mg  | 700.0 mg  | 138 % |
| iron           | 10.5 mg   | 15.0 mg   | 70 %  |
| zinc           | 7.1 mg    | 7.0 mg    | 102 % |

## HASIL PERHITUNGAN DIET/

| Nama Makanan                                                         | Jumlah<br>carbohydr. | energy     |
|----------------------------------------------------------------------|----------------------|------------|
| <b>Hari 2</b>                                                        |                      |            |
| <b>Pagi</b>                                                          |                      |            |
| susu milo/ milo coklat<br>131.6 g                                    | 200 ml               | 773.9 kcal |
| roti coklat<br>26.3 g                                                | 50 g                 | 142.0 kcal |
| Meal analysis: energy 915.9 kcal (33 %), carbohydrate 157.9 g (41 %) |                      |            |
| <b>Selingan</b>                                                      |                      |            |
| bakso pentol<br>0.0 g                                                | 45 g                 | 166.5 kcal |
| Meal analysis: energy 166.5 kcal (6 %), carbohydrate 0.0 g (0 %)     |                      |            |
| <b>Siang</b>                                                         |                      |            |
| nasi putih<br>34.3 g                                                 | 120 g                | 156.0 kcal |
| daging ayam goreng<br>1.9 g                                          | 50 g                 | 166.0 kcal |
| sambal<br>3.6 g                                                      | 20 g                 | 20.4 kcal  |
| Meal analysis: energy 342.4 kcal (12 %), carbohydrate 39.8 g (10 %)  |                      |            |
| <b>selingan</b>                                                      |                      |            |
| cireng/bakwan<br>19.6 g                                              | 50 g                 | 270.0 kcal |
| Meal analysis: energy 270.0 kcal (10 %), carbohydrate 19.6 g (5 %)   |                      |            |
| <b>Malam</b>                                                         |                      |            |
| nasi putih<br>34.3 g                                                 | 120 g                | 156.0 kcal |
| daging ayam goreng<br>1.9 g                                          | 50 g                 | 166.0 kcal |
| sambal<br>3.6 g                                                      | 20 g                 | 20.4 kcal  |

Meal analysis: energy 342.4 kcal (12 %), carbohydrate 39.8 g (10 %)

### Selingan

susu milo/ milo coklat

200 ml

773.9 kcal

131.6 g

Meal analysis: energy 773.9 kcal (28 %), carbohydrate 131.6 g (34 %)

## HASIL PERHITUNGAN

| Zat Gizi       | hasil analisis<br>nilai | rekomendasi<br>nilai/hari | persentase<br>pemenuhan |
|----------------|-------------------------|---------------------------|-------------------------|
| energy         | 2811.1 kcal             | 1900.0 kcal               | 148 %                   |
| water          | 0.0 g                   | 2700.0 g                  | 0 %                     |
| protein        | 94.2 g(13%)             | 48.0 g(12 %)              | 196 %                   |
| fat            | 99.6 g(31%)             | 77.0 g(< 30 %)            | 129 %                   |
| carbohydr.     | 388.7 g(56%)            | 351.0 g(> 55 %)           | 111 %                   |
| dietary fiber  | 6.9 g                   | 30.0 g                    | 23 %                    |
| alcohol        | 0.0 g                   | -                         | -                       |
| PUFA           | 18.8 g                  | 10.0 g                    | 188 %                   |
| cholesterol    | 173.8 mg                | -                         | -                       |
| Vit. A         | 3014.3 µg               | 800.0 µg                  | 377 %                   |
| carotene       | 0.0 mg                  | -                         | -                       |
| Vit. E         | 0.0 mg                  | -                         | -                       |
| Vit. B1        | 0.9 mg                  | 1.0 mg                    | 91 %                    |
| Vit. B2        | 1.8 mg                  | 1.2 mg                    | 147 %                   |
| Vit. B6        | 1.4 mg                  | 1.2 mg                    | 115 %                   |
| folic acid eq. | 0.0 µg                  | -                         | -                       |
| Vit. C         | 406.1 mg                | 100.0 mg                  | 406 %                   |
| sodium         | 1028.8 mg               | 2000.0 mg                 | 51 %                    |
| potassium      | 2708.3 mg               | 3500.0 mg                 | 77 %                    |
| calcium        | 1593.2 mg               | 1000.0 mg                 | 159 %                   |
| magnesium      | 247.8 mg                | 310.0 mg                  | 80 %                    |
| phosphorus     | 1680.6 mg               | 700.0 mg                  | 240 %                   |
| iron           | 20.3 mg                 | 15.0 mg                   | 135 %                   |
| zinc           | 12.7 mg                 | 7.0 mg                    | 182 %                   |



## HASIL PERHITUNGAN DIET/

| Nama Makanan | Jumlah<br>carbohydr. | energy |
|--------------|----------------------|--------|
|--------------|----------------------|--------|

### **Hari 3**

#### **Pagi**

|                                   |        |            |
|-----------------------------------|--------|------------|
| nasi goreng<br>40.2 g             | 200 g  | 500.0 kcal |
| susu milo/ milo coklat<br>131.6 g | 200 ml | 773.9 kcal |

Meal analysis: energy 1273.9 kcal (45 %), carbohydrate 171.8 g (41 %)

#### **Selingan**

|                       |      |            |
|-----------------------|------|------------|
| roti coklat<br>31.5 g | 60 g | 170.4 kcal |
|-----------------------|------|------------|

Meal analysis: energy 170.4 kcal (6 %), carbohydrate 31.5 g (8 %)

#### **Siang**

|                      |       |            |
|----------------------|-------|------------|
| nasi putih<br>28.6 g | 100 g | 130.0 kcal |
|----------------------|-------|------------|

Meal analysis: energy 130.0 kcal (5 %), carbohydrate 28.6 g (7 %)

#### **ayam penyet**

|                                |      |            |
|--------------------------------|------|------------|
| daging ayam goreng<br>1.9 g    | 50 g | 166.0 kcal |
| adonan tepung terigu<br>11.4 g | 15 g | 54.6 kcal  |
| sambal<br>3.6 g                | 20 g | 20.4 kcal  |

Meal analysis: energy 241.0 kcal (8 %), carbohydrate 16.9 g (4 %)

#### **Malam**

|                       |       |            |
|-----------------------|-------|------------|
| nasi putih<br>34.3 g  | 120 g | 156.0 kcal |
| telur ceplok<br>0.6 g | 60 g  | 114.6 kcal |

Meal analysis: energy 270.6 kcal (9 %), carbohydrate 34.9 g (8 %)

#### **selingan**

susu milo/ milo coklat  
131.6 g

200 ml

773.9 kcal

Meal analysis: energy 773.9 kcal (27 %), carbohydrate 131.6 g (32 %)

## HASIL PERHITUNGAN

| Zat Gizi       | hasil analisis<br>nilai | rekomendasi<br>nilai/hari | persentase<br>pemenuhan |
|----------------|-------------------------|---------------------------|-------------------------|
| energy         | 2859.8 kcal             | 1900.0 kcal               | 151 %                   |
| water          | 0.0 g                   | 2700.0 g                  | 0 %                     |
| protein        | 83.2 g(12%)             | 48.0 g(12 %)              | 173 %                   |
| fat            | 97.3 g(30%)             | 77.0 g(< 30 %)            | 126 %                   |
| carbohydr.     | 415.3 g(58%)            | 351.0 g(> 55 %)           | 118 %                   |
| dietary fiber  | 5.1 g                   | 30.0 g                    | 17 %                    |
| alcohol        | 0.0 g                   | -                         | -                       |
| PUFA           | 24.4 g                  | 10.0 g                    | 244 %                   |
| cholesterol    | 383.3 mg                | -                         | -                       |
| Vit. A         | 2853.5 µg               | 800.0 µg                  | 357 %                   |
| carotene       | 0.0 mg                  | -                         | -                       |
| Vit. E         | 0.0 mg                  | -                         | -                       |
| Vit. B1        | 0.9 mg                  | 1.0 mg                    | 88 %                    |
| Vit. B2        | 1.9 mg                  | 1.2 mg                    | 159 %                   |
| Vit. B6        | 1.2 mg                  | 1.2 mg                    | 98 %                    |
| folic acid eq. | 0.0 µg                  | -                         | -                       |
| Vit. C         | 400.8 mg                | 100.0 mg                  | 401 %                   |
| sodium         | 1113.5 mg               | 2000.0 mg                 | 56 %                    |
| potassium      | 2484.3 mg               | 3500.0 mg                 | 71 %                    |
| calcium        | 1610.6 mg               | 1000.0 mg                 | 161 %                   |
| magnesium      | 241.3 mg                | 310.0 mg                  | 78 %                    |
| phosphorus     | 1661.8 mg               | 700.0 mg                  | 237 %                   |
| iron           | 19.5 mg                 | 15.0 mg                   | 130 %                   |
| zinc           | 11.4 mg                 | 7.0 mg                    | 163 %                   |

#### Lampiran 4. Master Tabel

| No | Nama                     | Kelas | Jenis Kelamin | Umur | BB   | Tgl Lahir  | Asupan Kalsium |        |        |           |          |           |          |
|----|--------------------------|-------|---------------|------|------|------------|----------------|--------|--------|-----------|----------|-----------|----------|
|    |                          |       |               |      |      |            | Hari 1         | Hari 2 | Hari 3 | Rata-rata | AKG (mg) | % Kalsium | Kategori |
| 1  | Aqila Ninda Sakhi        | VII-U | Perempuan     | 12   | 70,8 | 11/2/2011  | 23,4           | 33,0   | 90,3   | 48.9      | 1200     | 4         | Kurang   |
| 2  | Ashika Farah Naira       | VII-U | Perempuan     | 13   | 37,4 | 25/11/2010 | 104,0          | 200,9  | 868,9  | 391.2     | 1200     | 32        | Kurang   |
| 3  | Catalion Abram HSb       | VII-U | Laki-Laki     | 12   | 47,5 | 25/10/2011 | 1803,6         | 814,2  | 810,0  | 1142.6    | 1200     | 95        | Baik     |
| 4  | Eunike Finest Debataraja | VII-U | Perempuan     | 13   | 42,7 | 17/03/2012 | 1149,6         | 74,0   | 298,5  | 507.3     | 1200     | 42        | Kurang   |
| 5  | Isabel Marito Malau      | VII-U | Perempuan     | 13   | 42,6 | 13/02/2011 | 51,3           | 57,6   | 204,6  | 104.5     | 1200     | 8         | Kurang   |
| 6  | Jhonatan Pratama         | VII-U | Laki-Laki     | 12   | 52,8 | 19/01/2012 | 1173,3         | 841,4  | 1661,5 | 1225.4    | 1200     | 102       | Lebih    |
| 7  | Syifa Aulia              | VII-U | Perempuan     | 12   | 38,1 | 31/01/2012 | 371,5          | 97,0   | 1032,2 | 510.2     | 1200     | 42        | Kurang   |
| 8  | Winner Noel Lumban Gaol  | VII-U | Laki-Laki     | 13   | 31,0 | 12/17/2011 | 1719,2         | 787,2  | 905,8  | 1137.3    | 1200     | 94        | Baik     |
| 9  | Angga Kristian Aritonang | VII-A | Laki-Laki     | 13   | 67,8 | 23/08/2011 | 26,6           | 65,6   | 260,6  | 117.6     | 1200     | 9         | Kurang   |
| 10 | Dira Stela Osiris Purba  | VII-A | Perempuan     | 13   | 44   | 16/06/2011 | 899,8          | 802,2  | 801,1  | 834.3     | 1200     | 69        | Kurang   |
| 11 | Felicia Wynne Manurung   | VII-A | Perempuan     | 12   | 37   | 17/08/2011 | 127,6          | 54,6   | 444,9  | 209       | 1200     | 17        | Kurang   |
| 12 | Finaya Arya              | VII-A | Perempuan     | 13   | 31,2 | 28/04/2011 | 63,0           | 299,9  | 195,9  | 186.2     | 1200     | 15        | Kurang   |
| 13 | Muhammad Faiz Aldiansyah | VII-A | Laki-Laki     | 14   | 45   | 21/12/2010 | 36,7           | 68,1   | 174,8  | 93.1      | 1200     | 7         | Kurang   |
| 14 | Raziq Afif Afmaja        | VII-A | Laki-Laki     | 13   | 30,6 | 19/09/2011 | 59,5           | 395,5  | 127,6  | 194.2     | 1200     | 16        | Kurang   |
| 15 | Samuel Simanjuntak       | VII-A | Laki-Laki     | 14   | 30,5 | 03/3/2010  | 245,4          | 163,9  | 101,2  | 170.1     | 1200     | 14        | Kurang   |
| 16 | Syafila Aura             | VII-A | Perempuan     | 13   | 40,8 | 11/3/2011  | 30,8           | 41,3   | 46,0   | 39.4      | 1200     | 3         | Kurang   |
| 17 | Windy Jesika Sitorus     | VII-B | Perempuan     | 13   | 51,7 | 09/08/2010 | 1040,1         | 12,8   | 43,6   | 365.5     | 1200     | 30        | Kurang   |
| 18 | Enjel Agustin S.Purba    | VII-B | Perempuan     | 13   | 31,6 | 17/08/2010 | 1850,8         | 1016,1 | 862,3  | 1243.1    | 1200     | 103       | Lebih    |
| 19 | Gabriel Pardede          | VII-B | Laki-Laki     | 13   | 30,6 | 02/04/2011 | 61,3           | 132,6  | 1643,4 | 612.4     | 1200     | 51        | Kurang   |
| 20 | Haykal Alwi              | VII-B | Laki-Laki     | 13   | 32,4 | 23/11/2011 | 781,5          | 166,6  | 825,2  | 591.1     | 1200     | 49        | Kurang   |
| 21 | Namira Adila             | VII-B | Perempuan     | 13   | 36   | 27/09/2010 | 33,6           | 32,0   | 270,3  | 111.9     | 1200     | 9         | Kurang   |

|    |                                |       |           |    |      |            |        |        |        |        |      |     |        |
|----|--------------------------------|-------|-----------|----|------|------------|--------|--------|--------|--------|------|-----|--------|
| 22 | Rafael Bastos Sinaga           | VII-B | Laki-Laki | 13 | 31,1 | 04/04/2011 | 44,5   | 116,5  | 315,4  | 158.8  | 1200 | 13  | Kurang |
| 23 | Stephani Christie Pardede      | VII-B | Perempuan | 12 | 61,9 | 13/09/2011 | 30,6   | 39,6   | 493,6  | 187.9  | 1200 | 15  | Kurang |
| 24 | Zahira Ayuza                   | VII-B | Perempuan | 12 | 43,1 | 06/06/2011 | 58,4   | 246,7  | 829,2  | 378.1  | 1200 | 31  | Kurang |
| 25 | Ahmad Luthfi Azzam             | VII-C | Laki-Laki | 13 | 32,5 | 18/10/2010 | 108,8  | 227,7  | 307,3  | 214.5  | 1200 | 17  | Kurang |
| 26 | Alief Gibran                   | VII-C | Laki-Laki | 13 | 32,5 | 15/11/2010 | 898,5  | 2307,5 | 801,0  | 1335.6 | 1200 | 111 | Lebih  |
| 27 | Ananda Dwi Ayumi               | VII-C | Perempuan | 13 | 39,7 | 13/02/2011 | 272,1  | 363,7  | 104,0  | 246.6  | 1200 | 20  | Kurang |
| 28 | Cinta Kasih Cantika Sitorus    | VII-C | Perempuan | 13 | 50,4 | 20/02/2010 | 1170,1 | 251,8  | 378,7  | 600.1  | 1200 | 50  | Kurang |
| 29 | Mikha Oriza Situmorang         | VII-C | Perempuan | 13 | 39,5 | 30/05/2011 | 220,3  | 107,7  | 398,7  | 242.2  | 1200 | 20  | Kurang |
| 30 | Muhammad Akmal Hakim           | VII-C | Laki-Laki | 13 | 30,7 | 11/1/2011  | 810,4  | 809,2  | 49,9   | 556.5  | 1200 | 46  | Kurang |
| 31 | Muhammad Daffa Alfarizi        | VII-C | Laki-Laki | 13 | 55,8 | 22/10/2010 | 102,9  | 349,5  | 53,2   | 168.5  | 1200 | 14  | Kurang |
| 32 | Qiara Asqa                     | VII-C | Perempuan | 13 | 47   | 02/11/2010 | 872,1  | 332,1  | 329,1  | 511.1  | 1200 | 42  | Kurang |
| 33 | Aziz Ananda Rizky Lubis        | VII-D | Laki-Laki | 13 | 62,1 | 10/3/2011  | 150,0  | 836,6  | 40,3   | 342.3  | 1200 | 28  | Kurang |
| 34 | Citra Nabila Hasibuan          | VII-D | Perempuan | 13 | 32   | 19/01/2011 | 46,2   | 304,4  | 813,4  | 387.9  | 1200 | 32  | Kurang |
| 35 | Erdi Zaldi                     | VII-D | Laki-Laki | 13 | 56,3 | 11/6/2011  | 122,7  | 348,6  | 810,7  | 427.3  | 1200 | 35  | Kurang |
| 36 | Festy Miarossa BR Sihotang     | VII-D | Perempuan | 13 | 31,9 | 21/01/2011 | 104,1  | 1095,4 | 244,9  | 481.5  | 1200 | 40  | Kurang |
| 37 | Jericho Parningotan Nainggolan | VII-D | Laki-Laki | 12 | 62   | 23/10/2011 | 64,3   | 747,2  | 71,4   | 294.3  | 1200 | 24  | Kurang |
| 38 | MHD Syafi Nureji               | VII-D | Laki-Laki | 13 | 72,5 | 15/05/2011 | 76,4   | 1718,9 | 1959,5 | 1251.6 | 1200 | 104 | Lebih  |
| 39 | Nayla Oktiara Lubis            | VII-D | Perempuan | 12 | 30,4 | 07/10/2011 | 71,3   | 59,3   | 65,1   | 65.2   | 1200 | 5   | Kurang |
| 40 | Nazwa Nur Hidayah              | VII-D | Perempuan | 13 | 34,2 | 07/01/2011 | 80,6   | 261,1  | 285,3  | 209    | 1200 | 17  | Kurang |
| 41 | Akbar Nugraha                  | VII-E | Laki-Laki | 13 | 31,9 | 02/09/2011 | 174,8  | 842,5  | 319,6  | 445.6  | 1200 | 37  | Kurang |
| 42 | Alloisya Uli Tamasi Sirait     | VII-E | Perempuan | 13 | 34,4 | 26/03/2011 | 79,6   | 93,0   | 25,5   | 66.3   | 1200 | 5   | Kurang |
| 43 | Aulya Susanto                  | VII-E | Perempuan | 13 | 33,3 | 05/12/2010 | 166,3  | 946,3  | 663,3  | 592    | 1200 | 49  | Kurang |
| 44 | Chika Sintya Sitohang          | VII-E | Perempuan | 12 | 37,5 | 27/09/2011 | 141,1  | 157,2  | 264,2  | 187.5  | 1200 | 15  | Kurang |
| 45 | Fajar Messi Aldiansyah         | VII-E | Laki-Laki | 12 | 26,1 | 23/10/2010 | 163,2  | 48,5   | 374,0  | 195.2  | 1200 | 16  | Kurang |
| 46 | MHD Emir Aditya Alfadh         | VII-E | Laki-Laki | 13 | 26,3 | 26/10/2011 | 631,2  | 819,8  | 837,9  | 762.9  | 1200 | 63  | Kurang |

|    |                                |       |           |    |      |            |        |        |        |        |      |     |        |
|----|--------------------------------|-------|-----------|----|------|------------|--------|--------|--------|--------|------|-----|--------|
| 47 | Octa Prischika Parhusip        | VII-E | Perempuan | 12 | 30,2 | 04/10/2011 | 90,3   | 870,2  | 116,7  | 359    | 1200 | 30  | Kurang |
| 48 | Sarah Adzkiya Salfa            | VII-E | Perempuan | 12 | 38,9 | 22/09/2011 | 74,9   | 318,0  | 894,3  | 429    | 1200 | 35  | Kurang |
| 49 | Edwin Felix                    | VII-F | Laki-Laki | 13 | 36,2 | 25/02/2011 | 1031,7 | 934,8  | 925,8  | 964.1  | 1200 | 80  | Baik   |
| 50 | Elsa Olivia Situmorang         | VII-F | Perempuan | 13 | 31,6 | 07/08/2011 | 158,8  | 1041,5 | 884,2  | 694.8  | 1200 | 57  | Kurang |
| 51 | Habib Belva Kinanda            | VII-F | Laki-Laki | 13 | 64,9 | 09/09/2011 | 295,5  | 382,6  | 306,7  | 328.3  | 1200 | 27  | Kurang |
| 52 | Izacky Ahmad Tahir             | VII-F | Laki-Laki | 13 | 30,5 | 08/06/2011 | 82,4   | 109,6  | 764,2  | 318.7  | 1200 | 26  | Kurang |
| 11 | Jeremy Rivaldo Simanjuntak     | VII-F | Laki-Laki | 13 | 39   | 08/11/2010 | 104,7  | 117,3  | 128,0  | 116.6  | 1200 | 9   | Kurang |
| 54 | Lidya Regina Purba             | VII-F | Perempuan | 13 | 31,8 | 03/03/2011 | 34,1   | 2289,9 | 68,8   | 797.6  | 1200 | 66  | Kurang |
| 55 | Rama Putra Marpaung            | VII-F | Laki-Laki | 13 | 50,4 | 13/05/2011 | 1068,9 | 905,8  | 51,7   | 675.4  | 1200 | 56  | Kurang |
| 56 | Wiselyna Cleverly              | VII-F | Perempuan | 13 | 35,3 | 20/04/2011 | 47,4   | 716,4  | 93,9   | 285.9  | 1200 | 23  | Kurang |
| 57 | Alikha Navizza                 | VII-G | Perempuan | 12 | 48,3 | 14/08/2011 | 50,3   | 850,0  | 233,9  | 378.0  | 1200 | 31  | Kurang |
| 58 | Angelica Natalia Purba         | VII-G | Perempuan | 13 | 47,2 | 09/12/2010 | 169,2  | 2476,0 | 807,0  | 1150.7 | 1200 | 95  | Baik   |
| 59 | Gratya Felix Barus             | VII-G | Perempuan | 12 | 62,5 | 25/09/2011 | 49,9   | 195,6  | 257,6  | 167.7  | 1200 | 13  | Kurang |
| 60 | Pricillia Ras Ulina Sitindaon  | VII-G | Perempuan | 12 | 31,2 | 03/04/2012 | 90,3   | 135,4  | 82,0   | 102.5  | 1200 | 8   | Kurang |
| 61 | Rafa Ariansyah                 | VII-G | Laki-Laki | 14 | 28,6 | 26/01/2010 | 39,0   | 130,9  | 625,3  | 265,1  | 1200 | 22  | Kurang |
| 62 | Gabriel Manik                  | VII-G | Laki-Laki | 12 | 25,6 | 13/09/2011 | 880,6  | 2108,1 | 83,6   | 1024.1 | 1200 | 85  | Baik   |
| 63 | David Sebastianus Mores Sinaga | VII-G | Laki-Laki | 12 | 24,7 | 13/08/2011 | 1661,4 | 140,1  | 57,6   | 619.7  | 1200 | 51  | Kurang |
| 64 | Gilang Nofrianda Purba         | VII-H | Laki-Laki | 12 | 26,8 | 08/11/2011 | 825,7  | 1593,2 | 1610,6 | 1343.2 | 1200 | 111 | Lebih  |
| 65 | Nazwa                          | VII-H | Perempuan | 12 | 52,2 | 17/10/2011 | 2617,8 | 2027,3 | 800,6  | 1815.2 | 1200 | 151 | Lebih  |
| 66 | Muhammad Syafri Koto           | VII-H | Laki-Laki | 12 | 42,4 | 19/07/2011 | 1599,3 | 828,4  | 815,4  | 1081.1 | 1200 | 90  | Baik   |
| 67 | Tanjiro Dzaky                  | VII-H | Laki-Laki | 13 | 47,5 | 04/01/2011 | 149,4  | 70,6   | 270,4  | 163.5  | 1200 | 13  | Kurang |
| 68 | Dini Khairiyah Putri           | VII-H | Perempuan | 12 | 49,7 | 02/08/2011 | 818,2  | 802,5  | 1589,3 | 1070   | 1200 | 89  | Baik   |
| 69 | Nur Haliza                     | VII-H | Perempuan | 12 | 57,6 | 20/07/2011 | 36,7   | 49,0   | 664,7  | 250.1  | 1200 | 20  | Kurang |
| 70 | Aira Nabila Nur                | VII-H | Perempuan | 12 | 35,3 | 26/09/2011 | 883,3  | 45,5   | 1037,0 | 655.3  | 1200 | 55  | Kurang |
| 71 | Sultan Adrian                  | VII-H | Laki-Laki | 12 | 34,4 | 27/07/2011 | 310,7  | 949,5  | 2269,8 | 1176.6 | 1200 | 98  | Baik   |

|    |                                |       |           |    |      |            |       |        |        |        |      |     |        |
|----|--------------------------------|-------|-----------|----|------|------------|-------|--------|--------|--------|------|-----|--------|
| 72 | Repaldo P S.Tampubolon         | VII-I | Laki-Laki | 12 | 31,5 | 16/06/2011 | 125,3 | 295,5  | 880,6  | 433.8  | 1200 | 36  | Kurang |
| 73 | Novi Pebriani Simanjuntak      | VII-I | Perempuan | 13 | 43,8 | 03/11/2010 | 910,1 | 88,7   | 87,0   | 361.9  | 1200 | 30  | Kurang |
| 74 | Peter Deswan Telaumbanua       | VII-I | Laki-Laki | 12 | 37,2 | 05/12/2011 | 223,6 | 2623,6 | 660,0  | 1169.4 | 1200 | 97  | Baik   |
| 75 | Indah Rohana Sitohang          | VII-I | Perempuan | 12 | 41,4 | 29/09/2011 | 181,6 | 807,0  | 272,1  | 420.2  | 1200 | 35  | Kurang |
| 76 | Priani Lasintia Situmorang     | VII-I | Perempuan | 13 | 42,2 | 13/02/2011 | 208,7 | 1170,1 | 158,8  | 512.5  | 1200 | 43  | Kurang |
| 77 | Tamaria Pasaribu               | VII-I | Perempuan | 13 | 35,6 | 13/05/2011 | 995,7 | 802,5  | 1884,4 | 1227.4 | 1200 | 102 | Lebih  |
| 78 | Ega Vanessa Leticia Nainggolan | VII-I | Perempuan | 12 | 33,3 | 30/10/2011 | 902,5 | 855,5  | 813,4  | 857.1  | 1200 | 71  | Kurang |

## Lampiran 5. Output Pengolahan Data

### A. Univariat

#### 1. Frekuensi Jenis Kelamin

|       |           | JenisKelamin |         | Valid<br>Percent | Cumulative<br>Percent |
|-------|-----------|--------------|---------|------------------|-----------------------|
|       |           | Frequency    | Percent |                  |                       |
| Valid | Laki-Laki | 35           | 44.9    | 44.9             | 44.9                  |
|       | Perempuan | 43           | 55.1    | 55.1             | 100.0                 |
|       | Total     | 78           | 100.0   | 100.0            |                       |

#### 2. Frekuensi Usia Responden

|       |       | Umur      |         |               | Cumulative<br>Percent |
|-------|-------|-----------|---------|---------------|-----------------------|
|       |       | Frequency | Percent | Valid Percent |                       |
| Valid | 12    | 29        | 37.2    | 37.2          | 37.2                  |
|       | 13    | 46        | 59.0    | 59.0          | 96.2                  |
|       | 14    | 3         | 3.8     | 3.8           | 100.0                 |
|       | Total | 78        | 100.0   | 100.0         |                       |

#### 3. Frekuensi Tingkat Kecukupan Asupan Kalsium

|       |        | Kategori  |         |               | Cumulative<br>Percent |
|-------|--------|-----------|---------|---------------|-----------------------|
|       |        | Frequency | Percent | Valid Percent |                       |
| Valid | Baik   | 9         | 11.5    | 11.5          | 11.5                  |
|       | Kurang | 62        | 79.5    | 79.5          | 91.0                  |
|       | Lebih  | 7         | 9.0     | 9.0           | 100.0                 |
|       | Total  | 78        | 100.0   | 100.0         |                       |

#### 4. Rata-rata Nilai Asupan Kalsium

| Statistics     |         |          |               |
|----------------|---------|----------|---------------|
|                |         | Ratarata | PersenKalsium |
| N              | Valid   | 78       | 78            |
|                | Missing | 0        | 0             |
| Mean           |         | 530.235  | 43.37         |
| Median         |         | 405.700  | 33.50         |
| Std. Deviation |         | 405.3820 | 34.150        |
| Minimum        |         | 39.4     | 1             |
| Maximum        |         | 1815.2   | 151           |



## Lampiran 6. Bukti Bimbingan Karya Tulis Ilmiah

### BUKTI BIMBINGAN KARYA TULIS ILMIAH

Nama : Fatin Amanda  
NIM : P01031121115  
Judul : Gambaran Karakteristik dan Pengetahuan  
Asupan Kalsium Pada Siswa SMP Negeri 1  
Lubuk Pakam  
Dosen Pembimbing : dr. Ratna Zahra, M.Kes

| No | Tanggal     | Judul/Topik                                          | T.Tangan Mahasiswa                                                                   | T.Tangan Pembimbing                                                                   |
|----|-------------|------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|
| 1. | 18 Sep 2023 | Memberikan surat permintaan sebagai Dosen Pembimbing |    |    |
| 2. | 19 Sep 2023 | Menyerahkan judul                                    |  |  |
| 3. | 8 Nov 2023  | Menyerahkan judul dan Acc judul                      |  |  |
| 4. | 16 Nov 2023 | Membuat surat survei pendahuluan                     |  |  |
| 5. | 23 Nov 2023 | Survei Pendahuluan di SMP Negeri 1 Lubuk Pakam       |  |  |
| 6. | 24 Nov 2023 | Mengajukan Bab I dan Bab II                          |  |  |
| 7. | 27 Nov 2023 | Revisi Bab I dan Bab II                              |  |  |
| 8. | 28 Nov 2023 | Mengajukan Bab III                                   |  |  |

|     |                  |                                                                |                                                                                      |                                                                                       |
|-----|------------------|----------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|
| 9.  | 4 Des 2023       | Revisi Bab III                                                 |    |    |
| 10. | 4 Des 2023       | Penandatanganan surat pernyataan persetujuan usulan penelitian |    |    |
| 11. | 22 Januari 2024  | Revisi Usulan Penelitian                                       |    |    |
| 12. | 06 Mei 2024      | Revisi dan ACC Usulan Penelitian                               |    |    |
| 13. | 27 Mei 2024      | Penelitian                                                     |    |    |
| 14. | 19 Mei 2024      | Revisi Bab IV dan V                                            |    |    |
| 15. | 20 Mei 2024      | Revisi dan ACC KTI                                             |  |  |
| 16. | 20 Mei 2024      | Pembuatan dan Pemeriksaan PPT oleh Dosen Pembimbing            |  |  |
| 17. | 28 Juni 2024     | Revisi Keseluruhan KTI                                         |  |  |
| 18. | 19 November 2024 | ACC Karya Tulis Ilmiah                                         |  |  |

## Lampiran 7. Surat Survei Penelitian



**Kementerian Kesehatan**  
**Poltekkes Medan**

Jalan Jamin Ginting KM. 13,5  
Medan, Sumatera Utara 20137  
(061) 8368633  
<https://poltekkes-medan.ac.id>

Lubuk Pakam, 27 Mei 2024

Nomor : KH.03.03/F.XXII.13/1465.1/2024  
Lampiran : -  
Perihal : Surat Izin Penelitian

Kepada Yth:  
Kepala Sekolah UPT SPF SMP Negeri 1 Lubuk Pakam

di \_  
Tempat

Sesuai dengan kurikulum Prodi Diploma III Gizi dimana mahasiswa semester VI diwajibkan menyusun Karya Tulis Ilmiah. Berkenaan dengan hal tersebut kami mohon izin bagi mahasiswa bimbingan dr. Ratna Zahara, M.Kes untuk melakukan Penelitian di Sekolah UPT SPF SMP Negeri 1 Lubuk Pakam. Adapun nama mahasiswa tersebut, adalah:

| No | Nama                    | NIM          | Judul                                                                                                                                                  |
|----|-------------------------|--------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1  | Sarah Az-Zahra Hasibuan | P01031121034 | Gambaran Asupan Energi pada Remaja Underweight Kelas VII dan VIII di UPT SPF SMP Negeri 1 Lubuk Pakam                                                  |
| 2  | Juwita Esteria Sinaga   | P01031121069 | Gambaran Pengetahuan tentang Asupan Zat Gizi Makro dan Pola Makan pada Remaja Putri Underweight Kelas VII dan VIII di UPT SPF SMP Negeri 1 Lubuk Pakam |
| 3  | Fatin Amanda            | P01031121115 | Gambaran Asupan Kalsium pada Siswa SMP Negeri 1 Lubuk Pakam                                                                                            |

Demikian kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasamanya diucapkan terima kasih.

  
Ketua Jurusan Gizi  
Riris Oppusunggu, S.Pd, M.Kes  
NIP.196906231990032001

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



Lampiran 8. Surat Balasan SMP Negri 1 Lubuk Pakam



PEMERINTAH KABUPATEN DELI SERDANG  
DINAS PENDIDIKAN  
UPT SATUAN PENDIDIKAN FORMAL  
SMP NEGERI 1 LUBUK PAKAM  
Jalan Kartini No. 4 Lubuk Pakam 20516  
Telepon: (061) 7951023 Surel : [smpn1\\_pakam@yahoo.com](mailto:smpn1_pakam@yahoo.com)  
NPSN. 10213879 NSS : 201070116007

**SURAT IZIN**  
**NOMOR: 500.6.22/160.1/SMP.N1LP/V/2024**

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Elfian Lubis, S. Pd., M. Si  
Jabatan : Kepala Sekolah

Dengan ini memberikan izin kepada :

nama : Fatin Amanda  
NIM : P01031121115  
program studi : Diploma III Gizi  
maksud : Memberikan Izin untuk melaksanakan Penelitian di UPT SPF SMP Negeri  
1 Lubuk Pakam, yang digunakan untuk keperluan penyusunan Karya Tulis  
Ilmiah yang berjudul "Gambaran Asupan Kalsium pada Siswa SMP Negeri  
1 Lubuk Pakam" yang dilaksanakan mulai tanggal 27 Mei s/d 8 Juni 2024

Demikian Surat Izin ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.



Lubuk Pakam, 27 Mei 2024  
Kepala Sekolah,

Elfian Lubis, S. Pd., M. Si  
NIP 196802101995121004

## **Lampiran 9. Daftar Riwayat Hidup**

### **Daftar Riwayat Hidup**

Nama Lengkap : Fatin Amanda  
Tempat / Tanggal Lahir : Medan, 28 Oktober 2002  
Jumlah Anggota Keluarga : 4 Orang  
Alamat Rumah : Jl. Bunga Terompet III No. 29 Kel. PB.  
Selayang II Kec. Medan  
Selayang  
No Hp/Telp : 082375051691  
Riwayat Pendidikan : 1. SD DHARMA WAMITA  
2. SMP N 41 MEDAN  
3. SMA N 15 MEDAN  
Hobby : Menggambar  
Motto :

“Jangan Pernah Menyerah dan Tetap Berusaha, Meskipun Dunia Tidak  
Berpihak Pada Kita, Karena Segala Sesuatu Yang Berharga  
Membutuhkan Waktu dan Usaha”.

## Lampiran 10. Pernyataan Keaslian KTI

### PERNYATAAN KEASLIAN KTI

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Fatin Amanda

Nim : P01031121115

Menyatakan bahwa data penelitian yang terdapat KTI saya adalah benar saya ambil dan bila tidak saya ambil dan bila tidak saya bersedia mengikuti ujian ulang (ujian utama saya dibatalkan).

Yang Membuat Pernyataan



(Fatin Amanda)

**KETERANGAN LAYAK ETIK / DESCRIPTION OF ETHICAL APPROVAL  
"ETHICAL APPROVAL"**

**No: 01.26 418 /KEPK/POLTEKKES KEMENKES MEDAN 2024**

Protokol Penelitian yang diusulkan oleh :  
*The Research Protocol Proposed By*

Peneliti Utama : FATIN AMANDA  
*Principal In Investigator*

Nama Institusi : Prodi D-III Gizi Poltekkes Kemenkes Medan  
*Name of the Institution*

Dengan Judul :  
*Title*

**"GAMBARAN ASUPAN KALSIMUM PADA SISWA SMP NEGERI 1 LUBUK PAKAM."**

Dinyatakan layak etik sesuai 7 (tujuh) Standar WHO 2011, Yaitu 1)Nilai Sosial, 2)Nilai ilmiah, 3) Pemerataan Beban dan Manfaat, 4)Risiko, 5)Bujukan/Eksploitasi, 6)Kerahasiaan dan Privacy, dan 7) Persetujuan Setelah Penjelasan, yang merujuk pada pedoman CIOMS 2016. Hal ini seperti yang ditunjukkan oleh terpenuhinya indikator.

*Declared to be ethically appropriate in accordance to 7 (seven) WHO 2011 Standards, 1) Social Values , 2)Scientific Values , 3)Equitable Assessment and Benefits, 4)Risks, 5)Persuasion/Exploitation, 6) Confidentiality and Privacy, and 7)Informed Consent, referring to the 2016 CIOMS guidelines. This is as indicated by the fulfillment of the indicators of each standard*

Pernyataan Layak Etik ini berlaku selama kurun waktu 12 Juli 2024 sampai 12 Juli 2025

*This declaration of ethics applies during the period 12 July 2024 until 12 July 2025*

Medan, 12 July 2024  
Ketua/chairperson





## Lampiran 10. Dokumentasi

