

DAFTAR PUSTAKA

- A. Mutia, J. Jumiati, and K. Kusdalinah, "POLA MAKAN DAN AKTIVITAS FISIK TERHADAP KEJADIAN OBESITAS REMAJA PADA MASA PANDEMI COVID-19," *Journal of Nutrition College*, Vol.11 no.1, pp.
- Adelita, L. (2020). Hubungan Pola Makan dan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Obesitas pada Remaja di SMA Kota Bandung, *Skripsi*
- Afriyeni, Dian. (2018). Gambaran Pengetahuan, Pola Makan Dan Aktivitas Fisik Siswa Yang Mengalami Kegemukan Di Sma Negeri 1 Bukittinggi Tahun 2018. Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sumatera Utara Medan. *Skripsi*
- AKG. 2019. Angka Kecukupan Gizi Yang Dianjurkan Untuk Masyarakat Indonesia. Peraturan Kementrian Kesehatan Republik Indonesia Nomor 28 Tahun 2019.
- Buku Pintar POSBINDU PTM. 2016. Penyakit Tidak Menular Dan Faktor Risiko Kemekes RI.
- Candra, D.Tavip, A.Sutriningsih, "Hubungan antara aktivitas fisik dan pola makan dengan kejadian obesitas pada remaja di SMA Laboratorium Malang", Vol. 1 No 1, 2016.
- Dewita, Ebni. (2021). Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Obesitas pada Remaja Di SMA Negeri 2 Tambang. *Jurnal Kesehatan Tambusai*. 2(1)
- dr.Nadjibah Yahya,Dipl.CIBTAC, 2018. Kupas Tuntas Obesitas
- Emelia, Retno Dkk. (2016). Hubungan Antara Aktivitas Fisik Dengan Obesitas Pada Siswa Di Sma Negeri 1 Kota Bitung. Akultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi Manado
- Ester, A. L. (2020). Hubungan Pola Makan dan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Obesitas pada Remaja di SMA Kota Bandung. Bandung: Politeknik Kesehatan Kemenkes Bandung.
- Evan, dkk. (2017). Hubungan Antara Pola Makan Dengan Kejadian Obesitas Pada Mahasiswa Di Universitas Tribhuwana Tungadewi Malang. *Nursing News*, 2 (3)
- Ferinawati, dkk. (2018). Pengaruh Kebiasaan Makan dan Aktivitas Fisik Terhadap Kejadian Obesitas pada Remaja di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Kecamatan Kota Juang Kabupaten Bireuen. *Journal of Healthcare Technology and Medicine*. 4(2)

- Gibbons G. 2013. What Causes Overweight and Obesity?
<http://www.nhlbi.nih.gov/health/health-topics/topics/obe/causes>.diakses
pada 12 Februari 2022 pukul 20.39.
- Harahap, VY. (2012). Hubungan Pola Konsumsi Makanan dengan Status Gizi
pada Siswa SMA Negeri 2 RSBI Banda Aceh
- Kemendes RI. (2014). Pedoman Gizi Seimbang. Pedoman Gizi Seimbang
- Kemendes RI. (2020). Panduan Gizi Seimbang pada Masa Pandemi Covid-19
- Kementerian Kesehatan RI. 2017. Buku Saku Ayo Bergerak Lawan Obesitas.
Kemendes RI, Jakarta.
- Kurdianti, dan Weni. 2014. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Obesitas
Pada Remaja. Jurnal Gizi Klinik Indonesia. 11: 179-190
- Luthfia Dewi, Rr.Annisa Ayuningtyas, 2022. A-Z Tentang Obesitas pada remaja.
Jurnal Gizi Klinik Indonesia, Vol. 11, No. 4, April 2015. Hal 179-190 diakses
Pada Tanggal 5 Juli 2020 Pukul 15.30 WIB
- Manginsihi, C.Gracella and Ponidjan. (2021), "HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK
DAN POLA MAKAN DENGAN KEJADIAN OBESITAS PADA REMAJA DI
SMAN 3 MANADO."
- Miristia, Vina. (2018). Hubungan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Obesitas
pada Remaja di SMP Dharma Pancasila Medan. Fakultas Keperawatan
Universitas Sumatera Utara. *Skripsi*
- Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) (2018). Badan Penelitian dan Pengembangan
Kesehatan Kementerian RI tahun 2018
- Riskesdas, K. (2018). Hasil Utama Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS). Journal
of Physics A: Mathematical and Theoretical, 44(8)
- Sargowo D, dkk. (2011). Pengaruh komposisi asupan makanan terhadap
komponen sindrom metabolik. Jurnal Kardiologi Indonesia, 32(1)
- Sembiring.BA,Rosdewi.NN,Yuningrum.H,"Hubungan Aktivitas Fisik dengan
Kejadian Obesitas pada Remaja di SMA Swasta Cerdas Bangsa,
Kecamatan Deli Tua, Kabupaten Deli Serdang, Medan", Vol.7 no 1 Januari
2022, pp. 87-95.
- Sirajuddin, dkk. (2018). Bahan Ajar Gizi : Survey Konsumsi Pangan. PPSDMK
- Sohibatul Janah, (2022) *Hubungan Aktivitas fisik dan Pola Makan Dengan
kejadian obesitas pada Remaja Dimadrasah Aliyah Al-Inayah Kota Cilegon*.
STIKES WDH, Tangerang Selatan.
- Sugiyono (2016), Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan Kombinasi (mixed,
methods), cetakan ke-8, Alfabeta Bandung

- Sulistyoningsih, H. 2013. Gizi Untuk Kesehatan Ibu Dan Anak. Graha Ilmu, Jakarta.
- Supariasa, I Dewa Nyoman, Bachyar Bakri, dan Ibnu Fajar. 2016. Penilaian Status Gizi Edisi 2. EGC, Jakarta.
- Suryani, I. et al. (2018). Bahan Ajar : Dietetik Penyakit Tidak Menular. BPPSDM Kesehatan.
- Suryaputra, Kartika dkk. (2012). Perbedaan Pola Makan Dan Aktivitas Fisik Antara Remaja Obesitas Dengan Non Obesitas. Makara, Kesehatan, 16(1)
- Triandhini, dkk. (2018). Hubungan Pola Makan Dengan Status Gizi Lebih Dalam Wabah Covid-19 Pada Mahasiswa Akper `Aisyiyah Padang. Jurnal Gizi Indonesia, 6(2)
- W.Hafid,S.Hanafi, "Hubungan Aktivitas Fisik dan Konsumsi Fast Food dengan Kejadian Obesitas Pada Remaja," Kampurui Jurnal Kesehatan Masyarakat Vol. 1 No.1, Desember 2019.
- Wansyaputri, R. R. ., Ekawaty, F., & Nurlinawati, N. (2021). Hubungan Pola Makan Dan Aktivitas Fisik Terhadap Kejadian Obesitas Pada Anak Usia Sekolah Dasar di SDN 49/IV Kota Jambi. *Jurnal Ilmiah Ners Indonesia*, 1(2), 103-112. <https://doi.org/10.22437/jini.v1i2.15442>
- Weni Kurdianti, dkk. 2014. Faktor-faktor yang mempengaruhi kejadian obesitas WHO. (2018). Malnutrition. Retrieved from <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/malnutrition/en>
- Widajanti, L. (2014). Survei Konsumsi Gizi (2nd ed.). Semarang: BP UNDIP Semarang.
- Wijaksana, I. K. E. 2016. Infectobesity dan Periodontitis Hubungan Dua Arah Obesitas dan Penyakit Periodontal. Odonto Dental Journal 3: 67–73.
- Willy. 2011. Pola Asuh Makan. EGC, Jakarta
- Zuhdy, Nabila dkk. Aktivitas Fisik, Pola Makan dan Status Gizi Pelajar Putri SMA di Denpasar Utara. Public and Preventive Medicine Archive, 3(1).

Lampiran 1

LEMBAR PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN (*INFORMED CONSENT*)

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama :
Jenis Kelamin :
Pekerjaan :
Alamat :

Menyatakan bersedia menjadi responden dalam penelitian dari:

Nama : MAYCARLINA MANULLANG
NIM : P07520220024
Prodi : Sarjana Terapan Keperawatan

Penelitian ini berjudul “Hubungan Pola Makan Dan Aktivitas Fisik Dengan Kejadian Obesitas Pada Mahasiswa Di Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Medan”. Maka dengan ini saya menyatakan bersedia menjadi responden dalam penelitian tersebut, secara sukarela dan tanpa ada unsur paksaan dari siapapun.

Demikian surat persetujuan ini saya berikan agar dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Peneliti

(Maycarlina Manullang)

Medan, Juli 2024

Responden

(Respoden)

Lampiran 2

KUISIONER

HUBUNGAN POLA MAKAN DAN AKTIVITAS FISIK DENGAN KEJADIAN OBESITAS PADA MAHASISWA DI JURUSAN KEPERAWATAN POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MEDAN.

I. IDENTITAS RESPONDEN

Isilah sesuai data diri anda dengan tanda (√) pada kolom yang tersedia.

No.Responden :

Usia :

Jenis Kelamin : ☐ Laki-laki ☐ Perempuan

II. ANTROPOMETRI SAMPEL

- Berat Badan (BB) :
- Tinggi Badan :
- Indeks Massa Tubuh :

III. POLA MAKAN

Jawablah pertanyaan berikut sesuai dengan kebiasaan anda dalam mengkonsumsi makanan. Berilah tanda (√) pada salah satu kolom yang anda pilih!

Formulir Food Frequency Questionaer (FFQ)

No	Jenis Makanan	>1x/hari	4-6x /minggu	3x/ming gu	<3x/ming gu	1-3x /bln	Tidak pernah
		50	25	15	10	1	0
1.	Makanan Pokok						
	Nasi						
	Mie						
	Kentang						
	Singkong						
	Roti						
	Jagung						
	Bihun						
2	Lauk Hewani						
	Ikan segar						
	Ikan asin						

	Udang						
	Daging sapi						
	Daging kambing						
	Daging ayam						
	Telur ayam						
	Nuget						
	Sosis						
3	Lauk Nabati						
	Kacang hijau						
	Kacang tanah						
	Tahu						
	Tempe						
4	Sayuran						
	Bayam						
	Kangkung						
	Daun singkong						
	Sawi hijau						
	Kol						
	Kembang kol						
	Brokoli						
	Timun						
	Kacang panjang						
	Buncis						
5	Buah-buahan						
	Jeruk						
	Pepaya						
	Apel						
	Pisang						
	Mangga						
6	Susu						
	Yoghurt						
	Susu bubuk						
	Susu UHT						
7	Makanan Jajanan						
	Hamburger						
	Pizza						
	Martabak						
	Donat						
	Bakso						
	Siomay						
	Batagor						
	Pempek						

	Gorengan						
	Kue						
	Puding						
	Cokelat						
8	<i>Soft Drink</i>						
	Coca-cola/fanta,sprite						
	Minuman boba						
	Minuman berwarna						

Sumber: Asyari (2016)

IV. AKTIVITAS FISIK

Adolescent Physical Activity Recall Questionnaire (APARQ)

Isilah formlur di bawah ini dengan menyesuaikan olahraga atau kegiatan yang biasanya anda lakukan, berapa kali dalam sekali biasanya anda melakukannya, dan jumlah waktu yang biasa anda habiskan untuk melakukannya.

No	Olahraga	Frekuensi (jumlah kali per minggu yang melakukannya)	Durasi (jumlah waktu yang dihabiskan setiap kali melakukannya)	Total
1	Jogging			
2	Renang			
3	Badminton			
4	Basket			
5	Bersepeda			
6	Jalan cepat			
7	Volli			
8	Sepak bola			
9	Lompat tali			
10	Aerobik			
11	Futsal			
12	Silat			
13	Marathon			
14	Baseball			
15	Sepatu roda			
16	Yoga			
17	Taekwondo			
18	Jalan santai			

Aktivitas Domestik

No	Kegiatan	Frekuensi (jumlah kali per minggu yang melakukannya)	Durasi (jumlah waktu yang dihabiskan setiap kali melakukannya)	Total
1	Menyapu			
2	Mengepel			
3	Mencuci baju			
4	Memasak			
5	Mencuci piring			
6	Menyetrika			
7	Duduk, belajar, membaca, menulis			
8	Beribadah			
9	Duduk menonton televisi			
10	Duduk bermain gadget			

Sumber : Biddle (2015)

TABEL METs

No	Aktivitas Fisik	METs/hours	METs/min
1	Jogging	7	0,12
2	Renang	6	0,10
3	Badminton	4,5	0,08
4	Basket	6	0,10
5	Bersepeda	8	0,13
6	Jalan cepat	5	0,08
7	Voli	4	0,07
8	Sepak bola	8	0,13
9	Lompat tali / <i>skipping</i>	8	0,13
10	Aerobik	6,5	0,13
11	Futsal	8	0,13
12	Silat	10	0,17
13	Marathon	7	0,12
14	Baseball	2,5	0,04
15	Sepatu roda	12	0,12
16	Yoga	5	0,08
17	Taekwondo	10	0,17
18	Jalan santai	3	0,05
19	Menyapu	3,3	0,06
20	Mengepel	3,5	0,06
21	Mencuci baju	2,5	0,03
22	Memasak	2,3	0,04
23	Mencuci piring	2,3	0,4
24	Menyetrika	2,3	0,04
25	Belajar, membaca, menulis, mengetik	1,8	0,03
26	Beribadah, berdoa	2	0,03
27	Duduk menonton TV	1	0,02
28	Duduk bermain gadget	1	0,02

Sumber : Ashifa (2022)

Lampiran 3

	KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA DIREKTORAT JENDERAL TENAGA KESEHATAN POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MEDAN Jl. Jamin Ginting KM. 13,5 Kel. Lauoih Medan Tuntungan Kode Pos :20136 Telepon : 061-8368633 - Fax : 061-8368644 Website : www.poltekkes-medan.ac.id, email : poltekkes_medan@yahoo.com	
---	---	---

NOTA DINAS
NOMOR : KH.03.01/F.XXII.11/1233.c/2023

Yth. : Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Medan
Dari : Maycarlina Manullang
Hal : Izin Survey Awal
Tanggal : 29 November 2023

Dengan Hormat,

Sehubungan dengan Program pembelajaran Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes medan bahwa Mahasiswa Tkt. IV TA. 2023 – 2024 diwajibkan menyusun Skripsi di bidang keperawatan, maka untuk keperluan hal tersebut kami mohon izin survey awal di instansi anda pimpim untuk Mahasiswa tersebut di bawah ini :

No.	Nama	NIM	Judul
1.	Maycarlina Manullang	P07520220024	Pengaruh Pola Makan dan Aktivitas Fisik Terhadap Kejadian Obesitas Pada Mahasiswa di Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan

Plh Ketua Jurusan Keperawatan



Solihuddin Harahap, S.Kep, Ns, M.Kep
NIP. 197407151998031002



Lampiran 4

	KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA DIREKTORAT JENDERAL TENAGA KESEHATAN POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MEDAN Jl. Jamin Ginting KM. 13,5 Kel. Laukeh Medan Tuntungan Kode Pos :20136 Telepon : 061-8368633 - Fax : 061-8368644 Website : www.poltekkes-medan.ac.id, email : poltekkes_medan@yahoo.com	
---	---	---

NOTA DINAS
NOMOR : KP.02.01/F.XXII.11/1233.d/2023

Yth. : Maycarlina Manullang
Dari : Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Medan
Hal : Surat Balasan Permohonan Survey Awal
Tanggal : 29 November 2023

Dengan Hormat,

Sehubungan dengan nota dinas dari Jurusan Keperawatan Nomor : KH.03.01/F.XXII.11/1233.c/2023.hal :
Permohonan Survey Awal tertanggal 29 November 2023, maka Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes
Kemenkes Medan dengan ini menerangkan nama mahasiswa dibawah ini :

Nama	: Maycarlina Manullang
NIM	: P07520220024
Judul	: Pengaruh Pola Makan dan Aktivitas Fisik Terhadap Kejadian Obesitas Pada Mahasiswa di Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan

Benar telah kami setuju untuk survey awal di Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Medan Untuk Melengkapi Skripsi.

Demikian surat ini kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasamanya diucapkan terima kasih

Plh Ketua Jurusan Keperawatan



Solihuddin Harahap, S.Kep, Ns, M.Kep
NIP 197407151998031002



Lampiran 5



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

KETERANGAN LAYAK ETIK / DESCRIPTION OF ETHICAL APPROVAL
"ETHICAL APPROVAL"
No: 01.26 041 /KEPK/POLTEKKES KEMENKES MEDAN 2024

Protokol Penelitian yang diusulkan oleh :
The Research Protocol Proposed By

Peneliti Utama : MAYCARLINA MANULLANG
Principil In Investigator

Nama Institusi : Prodi D-IV Keperawatan Poltekkes Kemenkes Medan
Name of the Institution

Dengan Judul :
Title

"HUBUNGAN POLA MAKAN DAN AKTIVITAS FISIK DENGAN KEJADIAN OBESITAS PADA MAHASISWA DI JURUSAN KEPERAWATAN POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN MEDAN"

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 Juni 2024 sampai 12 Juni 2025

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

Medan, 12 June 2024
Ketua/chairperson



dr. Lestari Rahmah, MKT.
NIP.197106222002122003

Lampiran 6



Kementerian Kesehatan
Poltekkes Medan

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

NOTA DINAS

NOMOR : KH.03.01/F.XXII.11/ 900.a/2024

Yth. : Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Medan
Dari : Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Medan
Hal : Izin Penelitian
Tanggal : 27 Mei 2024

Dengan Hormat,

Sehubungan dengan Program pembelajaran Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes medan bahwa Mahasiswa Tkt. IV TA. 2023 – 2024 diwajibkan menyusun Skripsi di bidang keperawatan, maka untuk keperluan hal tersebut kami mohon Izin Penelitian di instansi anda pimpin untuk Mahasiswa tersebut di bawah ini :

No.	Nama	NIM	Judul
1.	Maycarlina Manullang	P0752022024	Hubungan Pola Makan dan Aktivitas Fisik Dengan Kejadian Obesitas pada Mahasiswa Di Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Medan

Demikian disampaikan pada bapak/ibu pimpinan, atas perhatian dan kerjasama yang baik kami ucapkan terima kasih.



Ketua Jurusan Keperawatan

Dr. Amira Permata Sari Tarigan, S.Kep.Ns, M.Kes
NIP. 197703162002122001

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://wbs.kemkes.go.id>. Untuk verifikasi tanda tangan elektronik, silakan unggah dokumen pada laman <https://tte.kominfo.go.id/verifyPDF>.



Lampiran 7



Kementerian Kesehatan
Poltekkes Medan

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

NOTA DINAS

NOMOR : KP.02.01/F.XXII.11/915.6/2024

Yth. : Maycarlina Manullang
Dari : Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Medan
Hal : Surat Balasan Permohonan Izin penelitian
Tanggal : 29 Mei 2024

Dengan Hormat,

Sehubungan dengan nota dinas dari Jurusan Keperawatan, Nomor : KH.03.01/F.XXII.11/ 900.a /2024, hal :
Permohonan Izin Penelitian tertanggal 27 Mei 2024, maka Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes
Kemenkes Medan dengan ini menerangkan nama mahasiswa dibawah ini :

Nama : Maycarlina Manullang
NIM : P0752022024
Judul : Hubungan Pola Makan dan Aktivitas Fisik Dengan Kejadian Obesitas pada
Mahasiswa Di Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kementerian
Kesehatan Medan

Benar telah kami setuju untuk izin penelitian di Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Medan Untuk
Melengkapi Skripsi.

Demikian surat ini kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasamanya diucapkan terima kasih

Ketua Jurusan Keperawatan



Dr. Amira Permata Sari Tarigan, S.Kep.Ns, M.Kes
NIP. 197703162002122001

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://wbs.kemkes.go.id>. Untuk verifikasi keaslian tanda tangan elektronik, silakan unggah dokumen pada laman <https://tte.kominfo.go.id/verifyPDF>.



Lampiran 8

OUTPUT SPSS

1) Gambaran Pola Makan di Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan

a. Pola Makan Berdasarkan Frekuensi Makan

Statistics

Pola_makan		
N	Valid	35
	Missing	0
Mean		1,26
Median		1,00
Minimum		1
Maximum		2
Sum		44

Gambaran Pola Makan Berdasarkan Frekuensi Makan

		Pola_makan			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sering	26	74,3	74,3	74,3
	Jarang	9	25,7	25,7	100,0
	Total	35	100,0	100,0	

b. Pola Makan Berdasarkan Frekuensi Makan Per Jenis Makanan

Statistics

		Makanan_pokok	Lauk_hewani	Lauk_nabati	Sayuran	Buah	Susu	Jajanan	Soft_drink
N	Valid	35	35	35	35	35	35	35	35
	Missing	0	0	0	0	0	0	0	0
Mean		1,11	1,23	1,26	1,91	1,71	1,23	1,17	1,26
Median		1,00	1,00	1,00	2,00	2,00	1,00	1,00	1,00
Minimum		1	1	1	1	1	1	1	1
Maximum		2	2	2	2	2	2	2	2
Sum		39	43	44	67	60	43	41	44

Gambaran Pola Makan berdasarkan Jenis Bahan Makanan

		Makanan_pokok			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sering	31	88,6	88,6	88,6
	Jarang	4	11,4	11,4	100,0
	Total	35	100,0	100,0	

		Lauk_hewani			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sering	27	77,1	77,1	77,1
	Jarang	8	22,9	22,9	100,0
	Total	35	100,0	100,0	

		Lauk_nabati			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sering	26	74,3	74,3	74,3
	Jarang	9	25,7	25,7	100,0
	Total	35	100,0	100,0	

		Sayuran			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sering	3	8,6	8,6	8,6
	Jarang	32	91,4	91,4	100,0
	Total	35	100,0	100,0	

Buah

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sering	10	28,6	28,6	28,6
	Jarang	25	71,4	71,4	100,0
	Total	35	100,0	100,0	

Susu

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sering	27	77,1	77,1	77,1
	Jarang	8	22,9	22,9	100,0
	Total	35	100,0	100,0	

Jajanan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sering	29	82,9	82,9	82,9
	Jarang	6	17,1	17,1	100,0
	Total	35	100,0	100,0	

Soft_drink

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sering	26	74,3	74,3	74,3
	Jarang	9	25,7	25,7	100,0
	Total	35	100,0	100,0	

2) Gambaran Aktivitas fisik Di Jurusan keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan

Statistics

Aktivitas_fisik

N	Valid	35
	Missing	0
Mean		1,14
Median		1,00
Minimum		1
Maximum		2
Sum		40

Aktivitas_fisik

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Kurang	30	85,7	85,7	85,7
	Sedang	5	14,3	14,3	100,0
	Total	35	100,0	100,0	

3) Gambaran Kejadian Obesitas Di Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan

Kejadian_obesitas

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Pre-obesitas	19	54,3	54,3	54,3
	Obesitas I	13	37,1	37,1	91,4
	Obesitas II	2	5,7	5,7	97,1
	Obesitas III	1	2,9	2,9	100,0
	Total	35	100,0	100,0	

**4) Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Obesitas pada Mahasiswa
Di Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan**

Case Processing Summary^a

	Included		Cases Excluded		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
Pola_makan* Kejadian obesitas	35	100,0%	0	0,0%	35	100,0%

Pola_makan * IMT Crosstabulation

			IMT				
			Pre-obesitas	Obesitas I	Obesitas II	Obesitas III	Total
Pola_makan	Sering	Count	13 _a	10 _a	2 _a	1 _a	26
		% within Pola_makan	50,0%	38,5%	7,7%	3,8%	100,0%
	Jarang	Count	6 _a	3 _a	0 _a	0 _a	9
		% within Pola_makan	66,7%	33,3%	0,0%	0,0%	100,0%
Total		Count	19	13	2	1	35
		% within Pola_makan	54,3%	37,1%	5,7%	2,9%	100,0%

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymptotic Significance (2- sided)	Exact Sig. (1- sided)	Point Probability
Pearson Chi-Square	1,428 ^a	1	,004		
Likelihood Ratio	2,159	1	,003		
Fisher's Exact Test				,006	,005
Linear-by-Linear Association	1,257 ^b	1	,005		
N of Valid Cases	35				

5) Hubungan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Obesitas Pada Mahasiswa di Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan

Case Processing Summary^a

	Included		Cases Excluded		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
Aktivitas_fisik * IMT	35	100,0%	0	0,0%	35	100,0%

Aktivitas_fisik * IMT Crosstabulation

			IMT				Total
			Pre obesitas	Obesitas I	Obesitas II	Obesitas III	
Aktivitas_fisik	Kurang	Count	16 ^a	11 ^a	2 ^a	1 ^a	30
		% within Aktivitas_fisik	53,3%	36,7%	6,7%	3,3%	100,0%
	Sedang	Count	3 ^a	2 ^a	0 ^a	0 ^a	5
		% within Aktivitas_fisik	60,0%	40,0%	0,0%	0,0%	100,0%
Total		Count	19	13	2	1	35
		% within Aktivitas_fisik	54,3%	37,1%	5,7%	2,9%	100,0%

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymptotic Significance (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)	Point Probability
Pearson Chi-Square	,548 ^a	1	,000		
Likelihood Ratio	,972	1	,000		
Fisher's Exact Test				,000	,000
Linear-by-Linear Association	,314 ^b	1	,000		
N of Valid Cases	35				

Lampiran 9

MASTER DATA

NO	Responden	J.K	Prodi	Usia	BB	TB	IMT	Pola Makan Berdasarkan Jenis bahan Makanan								Pola Makan	Skor METs	Aktivitas Fisik
								M.P	L.H	L.N	Sayuran	Buah	Susu	M.J	Soft Drink			
1	R1	2	2	3	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	2	1	2	2
2	R2	1	2	3	3	3	3	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1
3	R3	2	2	3	1	1	2	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1
4	R4	2	2	3	1	1	2	1	1	2	2	2	1	1	2	1	1	1
5	R5	2	2	3	1	1	2	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1
6	R6	2	2	3	2	1	2	1	1	1	2	2	1	1	1	1	2	2
7	R7	2	1	2	2	1	2	1	1	1	1	2	1	2	2	1	1	1
8	R8	2	2	3	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	2	2	1	1
9	R9	2	2	3	1	1	1	2	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1
10	R10	2	2	2	1	1	1	1	2	1	2	2	1	1	1	2	1	1
11	R11	2	1	3	2	1	2	2	2	2	2	2	2	1	1	2	1	1
12	R12	2	2	3	2	1	2	2	1	2	2	2	1	1	2	1	1	1
13	R13	2	1	3	1	1	2	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1
14	R14	2	1	2	1	1	1	1	2	1	2	1	2	1	1	2	1	1
15	R15	2	1	3	1	1	2	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1
16	R16	2	1	3	2	1	3	1	1	2	2	2	1	1	1	1	1	1
17	R17	2	1	3	2	1	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	1	1
18	R18	2	1	2	2	1	2	1	2	1	2	2	2	1	1	1	1	1
19	R19	2	1	3	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	2	2
20	R20	2	2	3	1	1	2	1	1	1	2	2	1	1	1	1	2	2
21	R21	1	1	3	3	2	1	1	1	2	2	2	2	1	1	2	1	1

22	R22	2	2	3	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1
23	R23	1	2	3	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1
24	R24	2	2	3	1	1	1	1	1	1	2	1	1	2	1	1	1	1
25	R25	1	2	3	2	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1
26	R26	1	2	3	3	1	4	1	2	1	1	2	1	1	1	1	1	1
27	R27	2	1	3	1	1	1	1	2	2	2	1	1	1	2	2	1	1
28	R28	2	2	3	1	1	1	1	1	1	1	2	1	2	2	1	1	1
29	R29	2	2	2	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	1	2	1	1
30	R30	1	2	3	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1
31	R31	2	1	3	2	2	1	1	1	1	2	2	1	1	2	1	1	1
32	R32	2	2	3	1	1	1	1	2	2	2	1	1	2	1	1	2	2
33	R33	2	2	3	1	1	1	1	1	1	2	2	1	2	1	1	1	1
34	R34	2	2	3	1	1	1	1	1	1	2	1	2	1	1	1	1	1
35	R35	2	2	3	2	1	2	1	1	2	2	2	2	1	1	2	1	1

Lampiran 10 Dokumentasi Penelitian



Lampiran 11

RIWAYAT HIDUP PENULIS



Nama	: Maycarlina Manullang
NIM	: P07520220024
Pekerjaan	: Mahasiswa
Program Studi	: Sarjana Terapan Keperawatan
Institusi	: Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan
Tempat/ Tanggal lahir	: Bekasi, 14 Mei 2001
Jenis Kelamin	: Perempuan
Anak Ke	: 4 dari 5 bersaudara
Agama	: Katolik
Alamat	: Desa Paindoan, Kec. Balige, Kab. Toba
Alamat E-mail	: maymanullang9@gmail.com
No. Telp/ Hp	: 083193210752
Nama Ayah	: Cuanes Tibertius Manullang
Nama Ibu	: Veronika Herlina Simanjuntak

RIWAYAT PENDIDIKAN

2008 – 2014	: SD Negeri 173539 Hutagaol
2014 – 2017	: SMP Negeri 6 Balige
2017 – 2020	: SMA Katolik Bintang Timur 1 Balige
2020 – 2024	: Sarjana Terapan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Medan

Lampiran 12

LEMBAR KONSULTASI BIMBINGAN SKRIPSI

NAMA MAHASISWA : MAYCARLINA MANULLANG
NIM : P07520220024
JUDUL : HUBUNGAN POLA MAKAN DAN AKTIVITAS FISIK DENGAN KEJADIAN OBESITAS PADA MAHASISWA DI JURUSAN KEPERAWATAN POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MEDAN
PEMBIMBING UTAMA : Ida Suryani Hasibuan S.Kep,Ns,M.Kep

PEMBIMBING PENDAMPING : Dr.Risma D Manururung S.Kep,Ns,M.Biomed

NO	TANGGAL	REKOMENDASI PEMBIMBING	PARAF		
			Mahasiswa	Pembimbing I	Pembimbing II
1.	18/10/2023	Bimbingan pengajuan judul dan telaah jurnal			
2.	18/10/2023	ACC judul skripsi dan lanjut mengerjakan Bab I			
3	15/11/2023	Revisi Bab I			
4	05/12/2023	ACC Bab I lanjut mengerjakan Bab II			
5	19/12/2023	Bimbingan revisi Bab II			
6	21/12/2023	ACC Bab II dan lanjut mengerjakan			

		Bab III dan kuisisioner penelitian			
7	10/01/2023	Bimbingan revisi Bab III			
8	19/01/2024	ACC Bab III dan kuisisioner penelitian			
9	23/02/2024	Konsultasi Bab I,II,III, lampiran, kuisisioner dan ACC			
10	05/04/2024	ACC Proposal			
11	21/05/2024	Revisi Proposal ke pembimbing utama dan pembimbing kedua			
12	30/05/2024	ACC revisi proposal			
13	05/06/2024	Bimbingan Bab 4 dan 5			
14	14/06/2024	Revisi Bab 4			
15	28/06/2024	ACC Revisi bab 4 dan bimbingan Bab 5			
16	03/06/2024	Revisi Bab 5			
17	04/06/2024	ACC Bab 4 dan Bab 5			
18	01/07/2024	Bimbingan revisi skripsi			

19	04/07/2024	Bimbingan revisi tulisan dan penyusunan			
20	08/07/2027	ACC revisi skripsi			

Medan, Juli 2024

Mengetahui

Ketua Prodi S.Tr Keperawatan

Dr.Risma D Manurung S.Kep,Ns,M.Biomed

NIP : 196908111993032001