

DAFTAR PUSTAKA

- Abdillah, I. Y., Ningrum, D., Rosyda, R., & Dolifah, D. (2023). Gambaran Tingkat Citra Tubuh Remaja Pertengahan (Middle Adolescent) Pada Usia 16-18 Tahun Siswa Sekolah Menengah Atas. *Jurnal Ners*, 7(2), 1693–1699. <https://doi.org/10.31004/jn.v7i2.15785>
- Abdullah, A. D., Sari, D., & Mubarak, M. H. (2022). Gambaran Body Image Remaja Putri pada Usia 13-17 Tahun: Body Image Description in 13-17 years old Female Adolescence. *Svasta Harena: Jurnal Ilmiah Gizi*, 3(1), 14–18.
- Adolph, R. (2016). *Survei Konsumsi Gizi*.
- Aiyup, A., Farrah, F., & Fahmi, I. (2024). MAKANAN) DAN AKTIVITAS FISIK MURID SEKOLAH DASAR. 5, 10809–10815.
- Baroroh, I., & Setyowati, A. (2024). Persepsi Body Image, Pengetahuan dan Pola Makan terhadap Status Gizi Remaja Putri di Kota Pekalongan. *Jurnal Kebidanan Harapan Ibu Pekalongan*, 11(1), 29–36. <https://doi.org/10.37402/jurbidhip.vol11.iss1.304>
- Carlin Tan, C., & Ibrahim. (2020). Hubungan Body Image dengan Pola Makan Pada Remaja Putri. *Kebidanan*, 11(1), 40–45.
- Diantha, I. K., Sya, N., Agustin, R. R., Arrumaisha, F., Safinatunnajah, A., Fadhilah, S. N., Lestari, S., & Gobai, J. (2024). JURNAL ANGKA Analisis Faktor yang Mempengaruhi Perilaku Pola Makan Tidak Teratur pada Mahasiswa Universitas Negeri Semarang Program Studi Gizi Angkatan 2023. 1(1), 162–172.
- Kholifah, N. A. (2024). Hubungan Body Image dengan Pola makan dan Status Gizi Remaja Putri SMAN 1 Kota Pekanbaru.
- Kholima, A., Astuti, D. W., Kustiani, A., Gizi, P. S., Kesehatan, F., Indonesia, U. M., Lampung, K. B., & Lampung, P. (2025). Hubungan Antara Aktifitas Fisik dan Frekuensi Makan Dengan Status Gizi (Obesitas) (Studi Kasus di SMAS Tri Sukses Natar Lampung Selatan). 4(1), 322–332.

- Khusniyati, E., Sari, A. K., & Ro'ifah, I. (2020). Hubungan Asupan Makanan Dengan Status Gizi Pada Santri Pondok Pesantren Roudlatul Hidayah Desa Pakis Kecamatan Trowulan Kabupaten Mojokerto. *Jurnal Kebidanan Midwiferia*, 2(2), 23–29. <https://doi.org/10.21070/mid.v2i2.867>
- Leviana, S., & Agustina, Y. (2024). Analisis Pola Makan dengan Status Gizi Pada Siswa-Siswi Kelas V di SDN Jatiwaringin XII Kota Bekasi. *Malahayati Nursing Journal*, 6(4), 1635–1656. <https://doi.org/10.33024/mnj.v6i4.10864>
- Lupitasari, L. (2021). Pengaruh Harga Diri terhadap Citra Tubuh pada Remaja Putri Kelas X SMA. *Acta Psychologia*, 1(2), 162–167. <https://doi.org/10.21831/ap.v1i2.43148>
- Margiyanti, N. J. (2021). Analisis Tingkat Pengetahuan, Body Image dan Pola Makan terhadap Status Gizi Remaja Putri. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 10(1), 231. <https://doi.org/10.36565/jab.v10i1.341>
- Mustika Rahmi, A., & Anggraini, D. (2022). Body Image Dengan Self-Esteem Di Masa Emerging Adulthood Pada Wanita Pageant. *Psychology Journal of Mental Health*, 4(1), 12–25. <https://doi.org/10.32539/pjmh.v4i1.74>
- Nurrahim, C., & Pranata, R. (2024). Self Body Image pada Remaja. *Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi*, 10(1), 57–75. <https://doi.org/10.59672/jpkr.v10i1.3412>
- Purba, R. S. (2022). Hubungan Kebiasaan Makan dengan Body Image pada Remaja Kelas IX di SMP Negeri 2 Siborongborong Tahun 2022. 1–113.
- Purnama, N. L. A. (2021). Body Image, Perilaku Makan Dan Status Gizi Remaja. *Jurnal Ilmiah Keperawatan (Scientific Journal of Nursing)*, 7(2), 351–358. <https://doi.org/10.33023/jikep.v7i2.850>
- Puspita Sari, B., & Dian Khairani, M. (2024). Hubungan Tingkat Pengetahuan Gizi Dan Body Image Dengan Kurang Energi Kronik Remaja Putri Di SMAN 2 Pringsewu. *Innovative*, 4, 6700–6708.
- Putri Ayu Lestari. (2022). Hubungan Antara Body Image Dengan Tingkat

Kepercayaan Diri Remaja Siswa Program Keahlian Multimedia Di Smk Negeri 1 Bendo Kabupaten Magetan. 2–132.

Putri Kinanti, K., & Widiyawati, A. (2022). Gambaran Pengetahuan Gizi Seimbang Dan Frekuensi Makan Di Masa Pandemi Covid-19 Pada Remaja Kabupaten Lumajang. *HARENA: Jurnal Gizi*, 2(1), 2774–7654.

Rakhman, A., Budi Prastiani, D., & Khasanah, U. (2023). Hubungan Body Image Dengan Pola Makan Remaja Putri. *Blantika: Multidisciplinary Journal*, 1(1), 106–113. <https://doi.org/10.57096/blantika.v1i1.24>

Rengga, O. L., & Soetjiningasih, C. H. (2022). Body Image Ditinjau dari Jenis Kelamin pada Masa Dewasa Awal. *PHILANTHROPY: Journal of Psychology*, 6(1), 1. <https://doi.org/10.26623/philanthropy.v6i1.4851>

Restia, N. (2020). Faktor-faktor yang mempengaruhi body image pada pengguna aktif instagram di sma negeri 1 Kutacane. *Fakultas Psikologi, Universitas Medan Area*, 23–24.

Rofifah, D. (2020). Karakteristik Remaja. *Paper Knowledge*, 1980, 12–26.

Ruaida, N., Sammeng, W., & Haluruk, M. K. (2023). Pola Makan dan Status Gizi Anak Sekolah Dasar di SD Inpres 36 Rumah Tiga. *Ghidza: Jurnal Gizi Dan Kesehatan*, 7(2), 305–315. <https://doi.org/10.22487/ghidza.v7i2.1022>

Saniyah, A., Zahara Nasution, F., Studi Psikologi UPU, P., & Yos Sudarso Km, K. (2024). Hubungan Body Image Dengan Self Esteem Pada Siswa SMK PAB 1 Helvetia Medan The Relationship Between Body Image and Self-Esteem of Students SMK PAB 1 Helvetia Medan. *Februari*, 1(1), 1. <http://kti.potensi-utama.ac.id/index.php/Psikologika>

Saragih, I. S., Rupang, E. R., Siallagan, A., & Purba, R. S. (2022). Hubungan Kebiasaan Makan dengan Body Image Pada Remaja Kelas IX. *Jurnal Keperawatan Jiwa (JKJ): Persatuan Perawat Nasional Indonesia*, 10(4), 767–774.

Supriyadi, N. A., & Mastuti, E. (2023). Dampak Body Image pada Remaja Putri : Literature Review. *Psikologi Dan Kesehatan Mental*.

Syahroni, M. H. A., Astuti, N., Indrawati, V., & Ismawati, R. (2021). Faktor-faktor yang mempengaruhi kebiasaan makan. *Jurnal Tata Boga*, 10(1), 12–22.

Wardhani, P. I., Agustina, & Ery, M. (2020). Hubungan Body Image dan Pola Makan Dengan Kekurangan Energi Kronis (KEK) Pada Remaja Putri SMAN Di Jawa Barat The Correlation Between Body Image and Diet with Chronic Energy Deficiency (Ced) on Female Adolescents in SMAN in West Java. *Jph Record*, 3(2), 127–139. <http://e-journal.unair.ac.id/JPHRECODE>

Yuni, K. (2021). *Hubungan Antara Body Image Degan Pola Makan Remaja Putri Kelas XI Di SMK PGRI DENPASAR* 6. 6.

Lampiran 1. Master Tabel

No	Nama	Jenis Kelamin	Umur	Kelas	Skor Body Image	Kategori Body Image	Pola makan											
							Jenis Makanan			kategori	frekuensi makan			kategori	jumlah asupan			kategori
							H-1	H-2	H-3		H-1	H-2	H-3		H-1	H-2	H-3	
A01	Amelia Putri	Pr	16	X tata busana	83	positif	tidak beragam	tidak beragam	tidak beragam	tidak beragam	tidak teratur	teratur	tidak teratur	tidak teratur	98%	114%	88%	normal
A02	Annisa Novrista	Pr	17	X kecantikan	78	positif	tidak beragam	beragam	tidak beragam	tidak beragam	tidak teratur	teratur	tidak teratur	tidak teratur	83%	100%	79%	kurang
A03	Dea Amanda	Pr	17	X kecantikan	50	negatif	tidak beragam	tidak beragam	beragam	tidak beragam	tidak teratur	tidak teratur	teratur	tidak teratur	88%	98%	102%	kurang
A04	Lilis Lestari	Pr	16	X tata busana	85	positif	tidak beragam	tidak beragam	tidak beragam	tidak beragam	tidak teratur	tidak teratur	tidak teratur	tidak teratur	97%	88%	92%	kurang
A05	Rizkia Ramadani	Pr	16	X kecantikan	83	positif	tidak beragam	tidak beragam	tidak beragam	tidak beragam	tidak teratur	tidak teratur	teratur	tidak teratur	92%	98%	118%	normal
A06	Zulaika	Pr	16	X kecantikan	66	positif	tidak beragam	beragam	beragam	beragam	teratur	tidak teratur	teratur	teratur	101%	111%	108%	normal
A07	Zafirah Aprilia	Pr	16	X tata busana	76	positif	beragam	beragam	tidak beragam	beragam	teratur	tidak teratur	teratur	teratur	109%	100%	116%	normal
A08	Sulis Andini	Pr	16	X tata busana	35	negatif	beragam	beragam	tidak beragam	beragam	tidak teratur	tidak teratur	tidak teratur	tidak teratur	98%	102%	93%	kurang
A09	Dwi Syahfitri	Pr	15	X tata busana	78	positif	beragam	tidak beragam	tidak beragam	tidak beragam	teratur	tidak teratur	teratur	teratur	121%	148%	123%	lebih
A10	Hamidah Absa Rohaly	Pr	16	X tata busana	95	positif	tidak beragam	tidak beragam	tidak beragam	tidak beragam	tidak teratur	tidak teratur	tidak teratur	tidak teratur	99%	102%	119%	normal
A11	Keyla Amelia	Pr	16	X tata busana	60	positif	beragam	tidak beragam	beragam	beragam	teratur	tidak teratur	teratur	teratur	127%	114%	138%	normal
A12	Syavira Vional Br. Sembiring	Pr	16	X kecantikan	81	positif	beragam	tidak beragam	beragam	beragam	teratur	tidak teratur	teratur	teratur	116%	120%	132%	normal
A13	Winda Puspita	Pr	16	X tata busana	56	positif	tidak beragam	tidak beragam	tidak beragam	tidak beragam	teratur	tidak teratur	tidak teratur	tidak teratur	133%	111%	98%	normal
A14	Atika Julpa Surbakti	Pr	16	X tata busana	88	positif	tidak beragam	tidak beragam	tidak beragam	tidak beragam	tidak teratur	tidak teratur	tidak teratur	tidak teratur	109%	122%	104%	normal
A15	Bunga Luthfi Kaltsum	Pr	16	X tata busana	60	positif	tidak beragam	tidak beragam	tidak beragam	tidak beragam	teratur	tidak teratur	teratur	tidak teratur	140%	98%	117%	normal
A16	Shifa Aulia Azharo	Pr	16	X kecantikan	91	positif	tidak beragam	tidak beragam	beragam	tidak beragam	teratur	tidak teratur	teratur	tidak teratur	109%	101%	124%	normal
A17	Sipah Mujadilah	Pr	16	X kecantikan	33	negatif	tidak beragam	tidak beragam	tidak beragam	tidak beragam	tidak teratur	tidak teratur	tidak teratur	tidak teratur	111%	107%	99%	normal
A18	Syifa Aqila	Pr	17	X kecantikan	46	negatif	tidak beragam	tidak beragam	tidak beragam	tidak beragam	tidak teratur	tidak teratur	tidak teratur	tidak teratur	87%	96%	92%	kurang
A19	Yeni Lestari Zega	Pr	16	X kecantikan	78	positif	tidak beragam	beragam	tidak beragam	tidak beragam	tidak teratur	teratur	tidak teratur	tidak teratur	104%	127%	111%	normal
A20	Aira Putri Aditya	Pr	16	X tata busana	40	negatif	tidak beragam	tidak beragam	tidak beragam	tidak beragam	tidak teratur	tidak teratur	tidak teratur	tidak teratur	89%	96%	79%	kurang
A21	Reineva Dinipo Pakpahan	Pr	16	X tata busana	33	negatif	tidak beragam	tidak beragam	tidak beragam	tidak beragam	tidak teratur	tidak teratur	teratur	tidak teratur	85%	94%	98%	kurang
A22	Anggraini	Pr	16	X tata busana	72	positif	tidak beragam	tidak beragam	tidak beragam	tidak beragam	tidak teratur	tidak teratur	tidak teratur	tidak teratur	90%	102%	88%	kurang

A23	Triana Amelia	Pr	16	X kecantikan	78	positif	tidak beragam	tidak beragam	tidak beragam	tidak beragam	tidak teratur	teratur	teratur	teratur	103%	118%	121%	normal
A24	Alissa cahya	Pr	15	X kecantikan	46	negatif	tidak beragam	tidak beragam	beragam	tidak beragam	teratur	tidak teratur	teratur	teratur	141%	135%	128%	lebih
A25	Adek Ella Damayanti	Pr	15	X tata busana	48	negatif	tidak beragam	tidak beragam	beragam	tidak beragam	tidak teratur	tidak teratur	teratur	tidak teratur	112%	125%	129%	normal
A26	Annisa Tri Utami	Pr	16	X kecantikan	42	negatif	tidak beragam	tidak beragam	tidak beragam	tidak beragam	tidak teratur	tidak teratur	tidak teratur	tidak teratur	77%	98%	83%	kurang
A27	Alpani Kirani	Pr	16	X tata busana	65	positif	beragam	tidak beragam	tidak beragam	tidak beragam	teratur	tidak teratur	tidak teratur	tidak teratur	132%	122%	101%	normal
A28	Amelia Fasya Lubis	Pr	16	X tata busana	81	positif	tidak beragam	tidak beragam	tidak beragam	tidak beragam	tidak teratur	tidak teratur	tidak teratur	tidak teratur	99%	111%	109%	normal
A29	Aurelia Elfira Purba	Pr	16	X tata busana	32	negatif	beragam	tidak beragam	tidak beragam	tidak beragam	tidak teratur	tidak teratur	tidak teratur	tidak teratur	118%	107%	121%	normal
A30	Imam Elyzah Putri	Pr	16	X tata busana	85	positif	tidak beragam	tidak beragam	tidak beragam	tidak beragam	tidak teratur	tidak teratur	teratur	tidak teratur	99%	105%	117%	normal
A31	Nazwa Intan Nuraini	Pr	16	X tata busana	40	negatif	beragam	tidak beragam	beragam	beragam	teratur	tidak teratur	teratur	teratur	126%	133%	129%	normal
A32	Andini Aulia	Pr	15	X tata busana	86	positif	beragam	tidak beragam	tidak beragam	tidak beragam	tidak teratur	tidak teratur	tidak teratur	tidak teratur	98%	104%	79%	kurang
A33	Syifa Aulia Balqis Rangkuti	Pr	16	X kecantikan	83	positif	tidak beragam	beragam	tidak beragam	tidak beragam	teratur	tidak teratur	tidak teratur	tidak teratur	119%	107%	88%	normal
A34	Renata Siagian	Pr	17	X kecantikan	33	negatif	tidak beragam	beragam	tidak beragam	tidak beragam	teratur	teratur	tidak teratur	teratur	105%	131%	119%	normal
A35	Ajeng Asmarani	Pr	16	X kecantikan	48	negatif	beragam	beragam	tidak beragam	beragam	teratur	teratur	tidak teratur	teratur	122%	114%	109%	normal
A36	Berlian	Pr	17	X kecantikan	81	positif	tidak beragam	tidak beragam	tidak beragam	tidak beragam	teratur	tidak teratur	teratur	teratur	98%	105%	121%	normal
A37	Almira Kinanti	Pr	15	X tata busana	90	positif	tidak beragam	tidak beragam	tidak beragam	tidak beragam	teratur	tidak teratur	tidak teratur	tidak teratur	134%	112%	101%	normal
A38	Namira Putri	Pr	16	X tata busana	62	positif	tidak beragam	tidak beragam	tidak beragam	tidak beragam	teratur	teratur	tidak teratur	teratur	139%	101%	98%	normal
A39	Zahra Ramadani	Pr	16	X kecantikan	78	positif	beragam	tidak beragam	tidak beragam	tidak beragam	tidak teratur	teratur	tidak teratur	tidak teratur	102%	120%	87%	normal
A40	Putri Ramadani	Pr	16	X kecantikan	42	negatif	beragam	tidak beragam	tidak beragam	tidak beragam	tidak teratur	tidak teratur	teratur	tidak teratur	93%	102%	81%	kurang
A41	Chesikel Romaito Karina Siallagan	Pr	16	X kecantikan	43	negatif	tidak beragam	beragam	tidak beragam	tidak beragam	teratur	tidak teratur	tidak teratur	tidak teratur	123%	111%	107%	normal
A42	Kiranazwa	Pr	16	X kecantikan	83	positif	tidak beragam	tidak beragam	tidak beragam	tidak beragam	tidak teratur	tidak teratur	teratur	tidak teratur	107%	85%	90%	kurang
A43	Nadzwa Zulaikha Putri	Pr	15	X kecantikan	78	positif	tidak beragam	beragam	tidak beragam	tidak beragam	teratur	tidak teratur	tidak teratur	tidak teratur	105%	128%	90%	normal
A44	Reyza Salsabilah	Pr	16	X kecantikan	76	positif	tidak beragam	tidak beragam	tidak beragam	tidak beragam	tidak teratur	teratur	teratur	teratur	88%	101%	97%	kurang
A45	Qory Khairunnisa	Pr	16	X tata busana	83	positif	tidak beragam	tidak beragam	tidak beragam	tidak beragam	teratur	teratur	teratur	teratur	104%	131%	109%	normal

Lampiran 2. Hasil SPSS

Jeniskelamin

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	perempuan	45	100.0	100.0	100.0

Umur

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	15	6	13.3	13.3	13.3
	16	34	75.5	75.5	88.8
	17	5	11.2	11.2	100.0
	Total	45	100.0	100.0	

Jurusan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tata busana	23	51.1	51.1	51.1
	Kecantikan	22	48.9	48.9	100.0
	Total	45	100.0	100.0	

Jenis makanan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	beragam	7	15.5	15.5	15.5
	tidak beragam	38	84.5	84.5	100.0
	Total	45	100.0	100.0	

Frekuensi makan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	teratur	14	31.0	31.0	31
	tidak teratur	31	69.0	69.0	100.0
	Total	45	100.0	100.0	

Jumlah asupan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	baik	30	66.7	66.7	66.7
	kurang	13	28.8	28.8	95.5
	lebih	2	4.5	4.5	100.0
	Total	45	100.0	100.0	

Kategori Body Image

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	positif	30	66.0	66.0	66.0
	negatif	15	34.0	34.0	100.0
	Total	45	100.0	100.0	

Lampiran 3. Surat Izin Penelitian



Kementerian Kesehatan

Direktorat Jenderal
Sumber Daya Manusia Kesehatan
Poltekkes Medan

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

Lubuk Pakam, 5 Mei 2025

Nomor : KH.03.01/XIV.13/668/2025
Lampiran : -
Perihal : Surat Izin Penelitian

Kepada Yth:
Kepala Sekolah SMK Pembangunan Daerah 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 SMK Pembangunan Daerah Lubuk Pakam. Adapun nama mahasiswa tersebut, adalah:

Nama : Sabrina Dipta Fairuz
NIM : P01031122037
Judul : Gambaran Pola Makan dan Body Image Siswa SMK Pembangunan Daerah Lubuk Pakam.

Demikian kami sampaikan, atas perhatian dan kerja samanya diucapkan terima kasih.

Ketua Jurusan,



Riris Oppusunggu, S. Pd. M. Kes

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



Lampiran 4. Surat Balasan Izin Penelitian



**SEKOLAH MENENGAH KEJURUAN (SMK)
PEMBANGUNAN DAERAH (PEMDA) LUBUK PAKAM
KAB. DELI SERDANG
= TERAKREDITASI A =**

**PROGRAM STUDI SMK 1
PROGRAM STUDI SMK 2
NPSN.10214073**

**: 1. TATA BUSANA 2. TATA KECANTIKAN
: TEKNIK KOMPUTER dan JARINGAN
NSS. 334070116001**

Alamat : Jl. T. Raja Muda No. 11 Lubuk Pakam Telp. 061-7955464 Kode Pos 20511 Email : yapemda1@gmail.com

SURAT KETERANGAN

Nomor : ~~2270~~/02.09/106/SMK PEMDA/PP/V/2025

Yang bertanda tangan dibawah ini, Kepala Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) Pembangunan Daerah Lubuk Pakam, Kab. Deli Serdang menerangkan bahwa :

Nama : SABRINA DIPTA FAIRUZ
NIM : P01031122037
Asal : Poltekkes Medan

Benar nama tersebut diatas telah melaksanakan Izin Penelitian di SMK Pembangunan Daerah Lubuk Pakam guna penyusunan skripsi dengan judul Penelitian : " **Gambaran Pola Makan dan Body Image Siswa SMK Pembangunan Daerah Lubuk Pakam** "

Demikianlah Surat Keterangan ini diperbuat untuk dapat dipergunakan seperlunya.

Lubuk Pakam, Mei 2025



Adellia Shaffenia Sinar Nasution, SKM, MPH

Lampiran 5. Etik Penelitian



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 EXEMPTION
"ETHICAL EXEMPTION"

No.01.26.1734/KEPK/POLTEKKES KEMENKES MEDAN 2025

Protokol penelitian versi 1 yang diusulkan oleh :

The research protocol proposed by

Peneliti utama : Sabrina Dipta Fairuz
Principal In Investigator

Nama Institusi : Politeknik Kesehatan Medan
Name of the Institution

Dengan judul:
Title

"Gambaran Pola Makan Dan Body Image Siswa SMK Pembangunan Daerah Lubuk Pakam"

"Description of Eating Pattern and Body Image of Student at SMK embangunan Daerah 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 setiap standar.

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 Laik Etik ini berlaku selama kurun waktu tanggal 01 Agustus 2025 sampai dengan tanggal 01 Agustus 2026.

This declaration of ethics applies during the period August 01, 2025 until August 01, 2026.



August 01, 2025
Chairperson,



Dr. Lestari Rahmah, MKT

7 STANDAR**NOMOR PROTOKOL : 015923127111112025062400279**

	7-STANDAR KELAIKAN ETIK PENELITIAN	SEKRETARIS
1	Nilai Sosial / Klinis <i>Penelitian ini memenuhi standar Nilai Sosial/ Klinis, minimal terdapat satu diantara 7 (tujuh) nilai berikut ini :</i>	Ya
1.1	Terdapat Novelty (kebaruan). Dalam penelitian ini terdapat nilai kebaruan, yaitu terdapat minimal satu dari 3 sifat berikut :	Ya
	a. Potensi menghasilkan informasi yang valid sesuai dengan tujuan yang dinyatakan dalam protokol penelitian.	Ya
	b. Memiliki relevansi bermakna dengan masalah kesehatan	Ya
	c. Memiliki kontribusi terhadap suatu penciptaan/ kebermanfaatan dalam melakukan evaluasi intervensi kebijakan, atau sebagai bagian dari pelaksanaan kegiatan yang mempromosikan kesehatan individu atau masyarakat	Ya
1.2	Sebagai upaya mendesiminasikan hasil	Ya
1.3	Relevansinya bermanfaat dengan masalah kesehatan	Ya
1.4	Memberikan kontribusi promosi kesehatan	Ya
1.5	Menghasilkan alternatif cara mengatasi masalah	Ya
1.6	Menghasilkan data & informasi yang dapat dimanfaatkan untuk pengambilan keputusan klinis/sosial	Ya
1.7	Terdapat uraian tentang penelitian lanjutan yang dapat dilakukan dari hasil penelitian yang sekarang	Ya
2	Nilai Ilmiah <i>Penelitian ini memenuhi standar nilai ilmiah</i>	Ya
2.1.1	Disain penelitian mengikuti kaidah ilmiah, yang menjelaskan secara rinci meliputi :	Ya
	a. Desain penelitian; <i>Terdapat deskripsi detil tentang desain penelitian, untuk berbagai jenis penelitian.</i> 1) Bila berupa kuesioner, terdapat uraian mengenai tatacara kuesioner, kartu buku harian dan bahan lain yang relevan digunakan untuk menjawab pertanyaan penelitian 2) Bila penelitian klinis dan atau ujicoba klinis, deskripsi harus meliputi apakah kelompok intervensi ditentukan secara non-random, random, (termasuk bagaimana metodenya), dan apakah blinded (single/double) atau terbuka (open-label)	Ya
	b. Tempat dan waktu penelitian	Ya
	c. Jenis sampel, besar sampel, kriteria inklusi dan eksklusi; teknik sampling <i>Terdapat uraian tentang jumlah subjek yang dibutuhkan sesuai tujuan penelitian dan bagaimana penentuannya secara statistik (tergantung relevansi)</i>	Ya
	d. Variabel penelitian dan definisi operasional;	Ya
	e. Instrument penelitian/alat untuk mengambil data/bahan penelitian ;	Ya
	i. Rencana analisis data, jaminan kualitas pengumpulan, penyimpanan dan analisis data	Ya

	7-STANDAR KELAIKAN ETIK PENELITIAN	SEKRETARIS
3	Pemerataan Beban dan Manfaat <i>Pemerataan beban dan manfaat mengharuskan peserta/ subjek diambil dari kualifikasi populasi di wilayah geografis di mana hasilnya dapat diterapkan. Protokol suatu penelitian mencerminkan adanya perhatian atas minimal <u>satu</u> diantara butir-butir di bawah ini:</i>	Ya
3.2	Rekrutmen subjek dilakukan berdasarkan pertimbangan ilmiah, dan tidak berdasarkan status sosial ekonomi, atau karena mudahnya subjek dimanipulasi atau dipengaruhi untuk mempermudah proses maupun pencapaian tujuan penelitian. Bila pemilihan berdasarkan pada sosial ekonomi, harus atas dasar pertimbangan etik dan ilmiah - Terdapat rincian kriteria subjek dan alasan penentuan yang tidak masuk kriteria dari kelompok kelompok berdasarkan umur, sex, faktor sosial atau ekonomi, atau alasan alasan lainnya	Ya
4	Potensi Manfaat dan Resiko <i>Risiko kepada subjek seminimal mungkin dengan keseimbangan memadai/tepat dalam kaitannya dengan prospek potensial manfaat terhadap individu, nilai sosial dan ilmiah suatu penelitian.</i> • menyiratkan ketidaknyamanan, atau beban yang merugikan mulai dari yang amat kecil dan hampir pasti terjadi. • potensi subjek mengalami kerugian fisik, psikis, sosial, material • kerugian yang besar dan atau bermakna. • risiko kematian sangat tinggi, belum/tidak adanya perawatan yang efektif	Ya
4.1	Terdapat uraian potensi manfaat penelitian yang lebih besar bagi individu/subjek	Ya
5	Bujukan/ Eksploitasi/ Inducement (undue)	Ya
5.1	Terdapat penjelasan tentang insentif bagi subjek, dapat berupa material seperti uang, hadiah, layanan gratis jika diperlukan, atau lainnya, berupa non material: uraian mengenai kompensasi atau penggantian yang akan diberikan (dalam hal waktu, perjalanan, hari-hari yang hilang dari pekerjaan, dll)	Ya
6	Rahasia dan Privacy	Ya
6.4	Peneliti menjaga kerahasiaan temuan tersebut, jika terpaksa maka peneliti membukan rahasia setelah menjelaskan kepada subjek ttg keharusannya peneliti menjaga rahasia dan seberapa besar peneliti telah melakukan pelanggaran atas prinsip ini, dengan membuka rahasia tersebut	Ya
	a. Terdapat penjelasan bagaimana peneliti menjaga privacy dan kerahasiaan subjek sejak rekrutmen hingga penelitian selesai, bahkan jika terjadi pembatalan subjek karena subjek tidak memenuhi syarat sbg sampel	Ya
7	Informed Consent <i>Penelitian ini dilengkapi dengan Persetujuan Setelah Penjelasan (PSP/Informed Consent-IC), merujuk pada 35 butir IC secara lengkap, termasuk uraian seperti berikut ini</i>	Ya

Lampiran 6. Informed Consent

LEMBAR PERSETUJUAN RESPONDEN

(Informed Consent)

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama Lengkap : *Winda Puspita*

Usia : *16 thn*

Alamat : *Jln. mesjid II sekip*

No.HP : *083103730092*

Menyatakan bersedia untuk dijadikan responden dari :

Nama : Sabrina Dipta Fairuz

NIM : P01031122037

Instansi : Poltekkes Kemenkes Medan Jurusan Gizi Prodi Diploma III

Judul : Gambaran Pola Makan Dan Body Image Siswa SMK

Pembangunan Daerah (PEMDA) Lubuk Pakam.

Persetujuan ini saya buat secara sadar, sukarela dan tanpa paksaan dari pihak manapun. Saya telah diberi penjelasan dan saya diberi kesempatan untuk bertanya mengenai hal-hal yang belum saya mengerti dan telah mendapat jawaban yang jelas dan benar. Dengan ini saya menyatakan bahwa saya memberikan jawaban yang sejujur-jujurnya.

Lubuk Pakam,..... 2025
Responden

(*[Signature]*)
winda puspita.

Lampiran 7. Kuesioner *Body Image*

Kuesioner Body Image

I. Identitas Responden

Nama : Winda Puspita

Umur : 16

Kelas : X TB

II. Kuesioner Body Image

Pilihlah jawaban di bawah ini dengan memberikan tanda (✓)

No	Pernyataan Sikap	TP	J	S	SL
1	Merasa sedih dan stress dengan bentuk tubuh			✓	
2	Merasa terlalu besar atau terlalu kecil			✓	
3	Overthinking dengan pendapat orang mengenai tubuh				✓
4	Merasa gemuk setelah mengkonsumsi makanan walaupun dalam jumlah yang sedikit				✓
5	Merasa bahwa tubuh tidak ada peningkatan berat badan walaupun sudah makan banyak			✓	
6	Malu terhadap bentuk tubuh yang dimiliki				✓
7	Merasa khawatir akan berat badan				✓
8	Merasa senang ketika perut kosong			✓	
9	Memutuskan untuk tidak bergaul atau bersosialisasi karena merasa begitu buruk dengan bentuk tubuh	✓			
10	Merasa tidak adil jika ada orang lain memiliki tubuh seperti yang diinginkan				✓
11	Menanyakan kepada keluarga, teman tentang penampilan				✓
12	Berpikir bahwa bentuk tubuh sekarang karena kurang mengendalikan diri			✓	
13	Pikiran tentang bentuk tubuh mengganggu konsentrasi			✓	
14	Melakukan diet karena mencemaskan bentuk tubuh				✓
15	Tidak percaya diri apabila didekat banyak orang				✓

Sumber : Sitepu (2020)

Ket:

T = Tidak pernah

J = Jarang

S = Sering

SL = Selalu

Lampiran 8. Hasil Food Recall

=====

HASIL PERHITUNGAN DIET/ Hari 1

=====

=====

Nama Makanan	Jumlah	energy	carbohydr.
--------------	--------	--------	------------

bakso pentol	45 g	166,5 kcal	0,0 g
minyak kelapa sawit	5 g	43,1 kcal	0,0 g
teh manis	210 g	27,3 kcal	6,7 g

Meal analysis: energy 236,9 kcal (16 %), carbohydrate 6,8 g (6 %)

roti coklat	75 g	213,0 kcal	39,4 g
-------------	------	------------	--------

Meal analysis: energy 213,0 kcal (14 %), carbohydrate 39,4 g (36 %)

nasi putih	100 g	130,0 kcal	28,6 g
ikan teri segar	30 g	33,6 kcal	0,0 g
kacang tanah kulit	15 g	62,1 kcal	1,8 g
minyak kelapa sawit	5 g	43,1 kcal	0,0 g
sambal	5 g	5,1 kcal	0,9 g
telur ceplok	60 g	114,6 kcal	0,6 g
bakso pentol	75 g	277,5 kcal	0,1 g

Meal analysis: energy 666,0 kcal (45 %), carbohydrate 32,0 g (29 %)

nasi putih	100 g	130,0 kcal	28,6 g
ikan teri segar	20 g	22,4 kcal	0,0 g
kacang tanah kulit	15 g	62,1 kcal	1,8 g
minyak kelapa sawit	5 g	43,1 kcal	0,0 g
sambal	5 g	5,1 kcal	0,9 g
telur ceplok	60 g	114,6 kcal	0,6 g

Meal analysis: energy 377,3 kcal (25 %), carbohydrate 31,9 g (29 %)

HASIL PERHITUNGAN

Zat Gizi	hasil analisis nilai	rekomendasi nilai/hari	persentase pemenuhan
energy	1493,2 kcal	2000,0 kcal	75 %
water	0,0 g	2800,0 g	0 %
protein	70,6 g(19%)	46,0 g(12 %)	153 %
fat	85,1 g(51%)	81,0 g(< 30 %)	105 %
carbohydr.	110,0 g(30%)	373,0 g(> 55 %)	29 %
dietary fiber	5,3 g	30,0 g	18 %
alcohol	0,0 g	-	-
PUFA	11,5 g	10,0 g	115 %
cholesterol	624,9 mg	-	-
Vit. A	1133,9 µg	900,0 µg	126 %
carotene	0,0 mg	-	-
Vit. E	0,0 mg	-	-
Vit. B1	0,4 mg	1,0 mg	39 %
Vit. B2	1,0 mg	1,2 mg	80 %
Vit. B6	0,9 mg	1,2 mg	76 %
folic acid eq.	0,0 µg	-	-
Vit. C	2,4 mg	100,0 mg	2 %
sodium	680,5 mg	2000,0 mg	34 %
potassium	1169,5 mg	3500,0 mg	33 %
calcium	132,9 mg	1200,0 mg	11 %
magnesium	175,4 mg	350,0 mg	50 %
phosphorus	782,2 mg	1250,0 mg	63 %
iron	5,8 mg	15,0 mg	39 %
zinc	8,2 mg	7,0 mg	118 %

HASIL PERHITUNGAN DIET/ Hari 2

Nama Makanan	Jumlah	energy	carbohydr.
cake	100 g	207,0 kcal	42,9 g
susu milo/ milo coklat	200 g	774,0 kcal	131,6 g

Meal analysis: energy 981,0 kcal (46 %), carbohydrate 174,5 g (59 %)

nasi putih	100 g	130,0 kcal	28,6 g
daging ayam	60 g	171,0 kcal	0,0 g
minyak kelapa sawit	5 g	43,1 kcal	0,0 g
tumis kangkung belu	30 g	27,6 kcal	0,6 g

Meal analysis: energy 371,7 kcal (17 %), carbohydrate 29,2 g (10 %)

mie + kuah	200 g	282,0 kcal	56,6 g
daging ayam	40 g	114,0 kcal	0,0 g
teh manis	200 g	26,0 kcal	6,4 g

Meal analysis: energy 422,0 kcal (20 %), carbohydrate 63,0 g (21 %)

nasi putih	100 g	130,0 kcal	28,6 g
daging ayam	60 g	171,0 kcal	0,0 g
minyak kelapa sawit	5 g	43,1 kcal	0,0 g
tumis kangkung belu	30 g	27,6 kcal	0,6 g

Meal analysis: energy 371,7 kcal (17 %), carbohydrate 29,2 g (10 %)

HASIL PERHITUNGAN

Zat Gizi	hasil analisis nilai	rekomendasi nilai/hari	persentase pemenuhan
energy	2146,4 kcal	2000,0 kcal	107 %
water	0,0 g	2800,0 g	0 %
protein	84,8 g(16%)	46,0 g(12 %)	184 %
fat	68,6 g(28%)	81,0 g(< 30 %)	85 %
carbohydr.	295,9 g(56%)	373,0 g(> 55 %)	79 %
dietary fiber	5,7 g	30,0 g	19 %
alcohol	0,0 g	-	-
PUFA	8,5 g	10,0 g	85 %
cholesterol	224,4 mg	-	-
Vit. A	1987,2 µg	900,0 µg	221 %
carotene	0,0 mg	-	-
Vit. E	0,0 mg	-	-
Vit. B1	0,6 mg	1,0 mg	58 %
Vit. B2	1,2 mg	1,2 mg	102 %
Vit. B6	1,0 mg	1,2 mg	81 %
folic acid eq.	0,0 µg	-	-
Vit. C	212,4 mg	100,0 mg	212 %
sodium	475,8 mg	2000,0 mg	24 %
potassium	1583,4 mg	3500,0 mg	45 %
calcium	869,4 mg	1200,0 mg	72 %
magnesium	183,4 mg	350,0 mg	52 %
phosphorus	1152,1 mg	1250,0 mg	92 %
iron	12,7 mg	15,0 mg	85 %
zinc	8,7 mg	7,0 mg	124 %

HASIL PERHITUNGAN DIET/ Hari 3

Nama Makanan	Jumlah	energy	carbohydr.
sarimie	150 g	211,5 kcal	42,4 g
telur ayam	50 g	77,5 kcal	0,6 g

Meal analysis: energy 289,0 kcal (19 %), carbohydrate 43,0 g (24 %)

risoles	50 g	123,5 kcal	16,6 g
---------	------	------------	--------

Meal analysis: energy 123,5 kcal (8 %), carbohydrate 16,6 g (9 %)

nasi putih	100 g	130,0 kcal	28,6 g
telur ceplok	60 g	114,6 kcal	0,6 g
sambal	5 g	5,1 kcal	0,9 g
tempeh goreng	50 g	168,5 kcal	8,5 g

Meal analysis: energy 418,2 kcal (27 %), carbohydrate 38,6 g (22 %)

nasi putih	100 g	130,0 kcal	28,6 g
telur ceplok	60 g	114,6 kcal	0,6 g
sambal	5 g	5,1 kcal	0,9 g
tempeh goreng	50 g	168,5 kcal	8,5 g

Meal analysis: energy 418,2 kcal (27 %), carbohydrate 38,6 g (22 %)

mie + bakso (6) + kuah	200 g	296,0 kcal	39,6 g
------------------------	-------	------------	--------

Meal analysis: energy 296,0 kcal (19 %), carbohydrate 39,6 g (22 %)

HASIL PERHITUNGAN

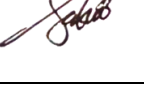
Zat Gizi	hasil analisis nilai	rekomendasi nilai/hari	persentase pemenuhan
energy	1544,9 kcal	1900,0 kcal	81 %
water	0,0 g	2700,0 g	0 %
protein	80,6 g(21%)	48,0 g(12 %)	168 %
fat	56,9 g(33%)	77,0 g(< 30 %)	74 %
carbohydr.	176,5 g(46%)	351,0 g(> 55 %)	50 %
dietary fiber	8,5 g	30,0 g	28 %
alcohol	0,0 g	-	-
PUFA	12,1 g	10,0 g	121 %
cholesterol	781,6 mg	-	-
Vit. A	463,9 µg	800,0 µg	58 %
carotene	0,0 mg	-	-
Vit. E	0,0 mg	-	-
Vit. B1	0,5 mg	1,0 mg	46 %
Vit. B2	1,2 mg	1,2 mg	103 %
Vit. B6	1,1 mg	1,2 mg	90 %
folic acid eq.	0,0 µg	-	-
Vit. C	4,4 mg	100,0 mg	4 %
sodium	266,6 mg	2000,0 mg	13 %
potassium	1129,4 mg	3500,0 mg	32 %
calcium	217,3 mg	1000,0 mg	22 %
magnesium	195,4 mg	310,0 mg	63 %
phosphorus	916,0 mg	700,0 mg	131 %
iron	7,9 mg	15,0 mg	53 %
zinc	9,2 mg	7,0 mg	131 %

Lampiran 9. Bukti Bimbingan KTI

Bukti Bimbingan KTI

Nama : Sabrina Dipta Fairuz
Nomor Induk Mahasiswa : P01031122037
Judul : Gambaran Pola Makan Dan *Body Image*
Siswa SMK Pembangunan Daerah Lubuk
Pakam
Nama Pembimbing Utama : dr. Ratna Zahara, M.Kes

No	Tanggal	Judul/ Topik Bimbingan	Tanda Tangan Mahasiswa	Tanda Tangan Pembimbing
1.	Rabu, 16 Oktober 2024	Memberikan surat permintaan sebagai dosen pembimbing		
2.	Jumat, 18 Oktober 2024	Membahas topik yang akan di teliti		
3.	Senin, 21 Oktober 2024	Mengajukan judul		
1.	Jumat, 25 Oktober 2024	Acc Judul		
5.	Senin, 28 Oktober 2024	Revisi proposal BAB I		
6.	Jumat, 22 November 2024	Revisi proposal BAB II		
7.	Senin, 02 Desember 2024	Revisi proposal BAB III		

8.	Kamis , 05 Desember 2024	Revisi BAB I-III		
9.	Rabu,11 Desember 2024	Penandatanganan surat pernyataan persetujuan usulan penelitian		
10	Jumat, 13 Desember 2024	Seminar proposal		
11	Rabu, 18 Desember 2024	Revisi proposal		
12	Kamis, 19 Desember 2024	ACC revisi proposal ke pembimbing		
13	Jumat, 20 Desember 2024	Revisi ke penguji 1		
14	Jumat, 27 Desember 2024	Revisi ke penguji 2		
15	Jumat, 3 Januari 2025	ACC penguji 1 dan 2		
16	Senin, 26 Mei 2025	Mengajukan BAB IV & V		
17	Selasa, 27 Mei 2025	Revisi BAB IV & V		
18	Rabu, 28 Mei 2025	ACC BAB IV & V		

19	Rabu,10 Juni 2025	Seminar Hasil		
20	Senin, 30 Juni 2025	Revisi KTI dengan dosen Pembimbing		
21	Rabu, 2 Juli 2025	ACC KTI dengan dosen pembimbing		
22	Rabu, 9 Juli 2025	ACC KTI dengan penguji 1		
23	Kamis, 31 Juli 2025	ACC KTI dengan penguji 2		

Lampiran 10. Pernyataan Keaslian KTI

PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Sabrina Dipta Fairuz

NIM : P01031122037

Menyatakan bahwa data penelitian yang terdapat di Karya Tulis Ilmiah saya adalah benar saya ambil dan bila tidak saya bersedia mengikuti ujian ulang.

Yang Membuat Pernyataan



(Sabrina Dipta Fairuz)

Lampiran 11. Daftar Riwayat Hidup

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Nama	: Sabrina Dipta Fairuz
Tempat/Tgl Lahir	: Medan, 17 Juli 2004
Jumlah Anggota Keluarga	: 6 orang
Alamat Rumah	: Jl. Bunga Teratai VII no.2 Pd. Bulan Medan Selayang
NoHp/Telp	: 083187882501
Riwayat Pendidikan	: SDIT AL-IKHLAS (2010-2016) SMP NEGERI 1 MEDAN (2017-2019) SMA KEMALA BHAYANGKARI 1 MEDAN (2019-2022) Poltekkes Kemenkes Medan (2022-2025)
Motto	: “keberhasilan dimulai dari keyakinan dan usaha”

Lampiran 12. Dokumentasi



Dokumentasi food recall 24 jam (hari 1)



Dokumentasi food recall 24 jam (hari 2)



Dokumentasi food recall 24 jam (hari 3)

