

# LAMPIRAN 1

## SURAT IJIN PENELITIAN



Kementerian Kesehatan  
Politeknik Kupang

Jalan Plet A. Telle, Lilla, Oeloba,  
Kupang, Nusa Tenggara Timur 85111  
(0380) 880256  
<http://poltekkeskupang.ac.id>

Nomor : PP.08.02/F.XXXVII/2857/2024  
Hal : Permohonan Ijin Penelitian Mahasiswa

19 April 2024

Yth. Kepala Dinas Penanaman Modal dan  
Pelayanan Terpadu Satu Pintu (DPMPTSP) Provinsi NTT  
di  
Tempat

Sehubungan dengan penelitian Karya Tulis Ilmiah bagi Mahasiswa Prodi D-III  
Gizi Poltekkes Kemenkes Kupang, maka bersama ini kami mohon diberikan ijin  
penelitian bagi:

Nama Peneliti : Inasensia Krispina Hoar Bero  
NIM : PO5303241210099  
Jurusan/Prodi : D-III Gizi  
Lokasi : SMK Negeri 3 Kota Kupang  
Judul : Hubungan *Body Image* Dan Perilaku Diet Dengan  
Status Gizi Remaja Usia 15-18 Tahun Di SMK  
Negeri 3 Kota Kupang

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

19 April 2024  
Direktur Politeknik Kesehatan  
Kementerian Kesehatan Kupang,



Irfan, SKM., M.Kes

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



Dokumen ini telah dimastihatkan secara elektronik yang diterbitkan oleh Balai Serifikasi Elektronik (BSrE), BSSN



**SURAT IZIN PENELITIAN**

NOMOR : 070/1397/DPMPSTP 4 3/04/2024

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Drs. Marsianus Jawa, M.Si  
Jabatan : P1L Kepala Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Provinsi Nusa Tenggara Timur

Dengan ini memberikan Izin Penelitian kepada :

Nama : Inasensia Krispina Hoar Bere  
NIM : P05303241210089  
Jurusan/Prodi : D-III Gizi  
Instansi/Lembaga : Politeknik Kesehatan KEMENKES Kupang

Untuk melaksanakan penelitian, dengan rincian sebagai berikut :

Judul Penelitian : HUBUNGAN *BODY IMAGE* DAN PERILAKU DIET DENGAN STATUS GIZI REMAJA USIA 15-18 TAHUN DI SMK NEGERI 3 KOTA KUPANG

Lokasi Penelitian : SMK Negeri 3 Kota Kupang

Waktu Pelaksanaan

- a. Mulai : 23 April 2024
- b. Berakhir : 06 Mei 2024

Dengan ketentuan yang harus ditaati, sebagai berikut :

1. Sebelum melakukan kegiatan penelitian, terlebih dahulu melaporkan kedatangannya kepada Bupati/Walikota Cq. Kepala Kesbangpol/DPMPSTP setempat yang akan dijadikan obyek penelitian;
2. Mematuhi ketentuan peraturan yang berlaku di daerah/wilayah/lokus penelitian;
3. Tidak dibenarkan melakukan penelitian yang materinya bertentangan dengan topik/judul penelitian sebagaimana dimaksud diatas;
4. Peneliti wajib melaporkan hasil penelitian kepada Gubernur Nusa Tenggara Timur Cq. Kepala Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Provinsi NTT;
5. Surat Izin Penelitian dapat dibatalkan sewaktu-waktu apabila tidak sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Demikian Izin Penelitian ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Kupang, 22 April 2024



a.n. Pj Gubernur Nusa Tenggara Timur  
Plt. Kepala Dinas Penanaman Modal  
dan P1SR Provinsi NTT,

  
Drs. Marsianus Jawa, M.Si  
Pembina Utama Madya  
NIP 196508081995031003

Tembusan :

1. Pj. Gubernur Nusa Tenggara Timur di Kupang;
2. Sekretaris Daerah Provinsi Nusa Tenggara Timur di Kupang;
3. Kepala Badan Kesbangpol Provinsi NTT di Kupang;
4. Pimpinan Instansi/Lembaga yang bersangkutan

## LAMPIRAN 2 SURAT SELESAI PENELITIAN

DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN  
SEKOLAH MENENGAH KEJURUAN NEGERI 3 KUPANG  
Jl. S.K. Lerik Kota Baru, Tlp. (0380) 822522 Kupang  
Email : smkn3kupang@yahoo.co.id Website : smkn3kupang.sch.id

---

**SURAT KETERANGAN SELESAI PENELITIAN**  
Nomor : 195/I.21.1/SMK.3/LL/2024

Yang bertandatangan dibawah ini :

Nama	: Yesaya Banunaek, S.Pd., M.Pd.
NIP	: 19651231 199103 1 177
Pangkat / Golongan	: Pembina Tk. 1- IV/b
Jabatan	: Kepala Sekolah
Unit Kerja	: SMK Negeri 3 Kupang

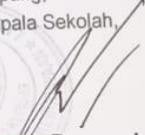
Menerangkan dengan sebenarnya bahwa:


Nama	: Inasensia Krispina Hoar Bere
NIM	: PO5303241210099
Fakultas/Program Studi	: Gizi
Asal Perguruan Tinggi	: Poltekes Kemenkes Kupang

Telah selesai melakukan penelitian di SMK Negeri 3 Kupang selama 2 hari, terhitung mulai tanggal 25 s/d 26 April 2024 untuk memperoleh data dalam rangka penyusunan Laporan Tugas Akhir dengan judul: **"Hubungan *Body Image* dan Perilaku Diet dengan Statuz Gizi Remaja Usia 15 s/d 18 Tahun di SMK Negeri 3 Kupang"**.

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Kupang, 30 Mei 2024  
Kepala Sekolah,

  
**Yesaya Banunaek, S.Pd., M.Pd.**  
NIP. 19651231 199103 1 177



## LAMPIRAN 3

### LEMBAR INFORMED CONSENT

#### LEMBAR INFORMED CONSENT

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama = Solma L. Menogasi  
Usia = 17 Tahun  
Alamat = Jln mbai no 23 Kelurahan Maikoten 1

Setelah mendapat penjelasan mengenai penelitian ini serta mengetahui tujuan dan manfaat dari penelitian ini maka dengan ini saya menyatakan (Bersedia/Tidak Bersedia) ikut serta menjadi responden dalam penelitian yang berjudul **Hubungan Body Image Dan Perilaku Diet Dengan Status Gizi Remaja Usia 15-18 Tahun Di SMK N 3 Kota Kupang**. Apabila dikemudian hari terjadi sesuatu hal yang dapat merugikan saya dalam bentuk apapun maka saya berhak membatalkan persetujuan ini.

Demikian surat perjanjian ini dibuat dalam keadaan sadar dan tanpa ada unsur paksaan dari pihak manapun serta segala informasi mengenai penelitian ini akan dirahasiakan dan sepenuhnya hanya digunakan untuk penelitian.

Peneliti

Inasensia K.H.Bere

Kupang, November 2023

  
Responden

## LAMPIRAN 4

### KUESIONER BODY IMAGE SATIFICATION

#### KUESIONER BODY IMAGE SATIFICATION

Petunjuk pengisian:

1. Berikan tanda Centang (✓) pada kolom jawaban yang mewakili pendapat anda.
2. Setiap nomor di isi dengan SATU jawaban terbaik menurut anda.
3. Jika ada pertanyaan yang kurang jelas dapat langsung ditanyakan kepada peneliti.
4. Jika telah selesai, mohon kuesioner ini di kumpulkan kembali kepada peneliti.
5. Selamat mengisi.

#### KUESIONER STATUS GIZI

No	Nama	Tanggal pengukuran	Tanggal lahir	BB	TB	Nama Kelas	No.Telpon
	Selma Lilian Menogasi	25 April 2024	8 September 2006	48,9	174	X Busanas	087,765 743.185

No	Pertanyaan	Tidak pernah (1)	Jarang (2)	Kadang-kadang (3)	Sering (4)	Sangat sering (5)	Selalu (6)
1.	Pernahkah anda merenung memikirkan bentuk tubuh anda?						✓
2.	Pernahkah anda merasa sangat khawatir dengan bentuk tubuh anda dan merasa harus mengatur pola						✓

	makan(waktu makan,jenis dan jumlah makananya?			✓			
3	Pernahkah perasaan kenyang (setelah konsumsi banyak makanan) membuat anda merasa kenyang?				✓		
4	Pernahkah anda menyesali bentuk tubuh anda hingga membuat tidak percaya diri?						✓
5	Pernahkah anda merasa tidak percaya diri saat anda sedang bersama laki-laki tinggi atletis dan berotot						✓
6	Pernahkah anda tidak percaya diri karena merasa pendek atau terlalu kurus?						✓
7	Pernahkah anda merasa menjadi gemuk walaupun anda hanya makan dengan porsi yang kecil?						✓
8	Pernahkah anda merasa bentuk tubuh anda tidak sebaik laki- laki lain ?					✓	
9	Pernahkan anda sangat menginginkan tubuh anda tinggi, atletis dan berotot?						✓
10	Pernahkah anda merasa gemuk saat tidak berpakaian ?					✓	



11.	Pernahkah anda menghindari menggunakan pakaian yang terlibat?					✓	
12.	Pernahkah anda membayangkan untuk membuang bagian tubuh anda yang berlemak?						✓
13.	Temannya seusia saya menyukai bentuk tubuh saya.					✓	
14.	Pernahkah anda terpikir untuk ingin menambah tinggi badan anda?						✓
15.	Pernahkah anda merasa diri anda sangat besar dan bulat/sangat kecil dan kempeng?					✓	
16.	Pernahkah anda merasa malu dengan tubuh anda?			✓			
17.	Pernahkah anda merasa sangat senang dengan bentuk tubuh anda saat selesai berolahraga ?					✓	
18.	Pernahkah anda berpikir bahwa anda mempunyai bentuk tubuh seperti sekarang ini sebagai akibat					✓	

	dari kurangnya pengontrolan diri terhadap asupan makan anda?			✓			
19.	Pernahkah anda merasa khawatir jika orang lain mengejek tentang tinggi badan anda?		✓				
20.	Pernahkah anda merasa kurang percaya diri dengan bentuk tubuh yang dimiliki saat ini?					✓	
21.	Pernahkah anda merasa bentuk tubuh saat ini membuat anda kurang bugar/berotot?					✓	
22.	Pernahkah anda merasa khawatir akan memakan banyak tempat saat sedang duduk bersama orang lain? (contohnya saat duduk di atas sofa atau di dalam bis)				✓		
23.	Pernahkah anda khawatir gemuk/terlalu kurus terhadap tubuh anda saat berolahraga?					✓	
24.	Pernahkah anda merasa tidak percaya diri karena bentuk tubuh					✓	



	tidak ideal saat berdekatan dengan lawan jenis?						✓
25.	Pernahkah anda mencubit bagian tubuh anda untuk melihat seberapa banyak lemak yang ada?					✓	
26.	Pernahkah anda menghindari situasi di mana orang dapat melihat tubuh anda? (saat berenang, berolahraga)		✓				
27.	Pernahkah anda merasa tidak percaya diri dengan bentuk tubuh/ berat badan/tinggi badan anda sehingga malu untuk bergaul dengan teman anda?		✓				
28.	Pernahkah kekhawatiran terhadap bentuk tubuh anda membuat anda merasa harus berolahraga?				✓		
29.	Pernahkah anda menginginkan bentuk tubuh anda seperti bentuk tubuh orang lain?						✓
30.	Pernahkah anda menghindari				✓		

	keramaian karena tidak percaya diri dengan bentuk tubuh anda?						
31.	Pernahkah anda tidak menyukai bentuk tubuh anda saat berada di depan cermin?					✓	
32.	Pernahkan anda mengatur pola makan (waktu makan, jenis dan jumlah makanan) yang sangat ketat untuk mengurangi berat badan anda?						✓
33.	Pernahkah anda merasa telah melakukan olahraga yang berlebihan demi memperoleh bentuk tubuh yang tinggi, atletis, dan berotot?					✓	
34.	Pernahkah anda merasa tidak percaya diri saat berada pada tempat olahraga seperti kolam renang dan tempat fitness?			✓			

## LAMPIRAN 5

### KUESIONER PERILAKU DIET

#### KUESIONER PERILAKU DIET

Petunjuk pengisian:

1. Berikan tanda Centang (✓) pada kolom jawaban yang mewakili pendapat anda.
2. Setiap nomor di isi dengan SATU jawaban terbaik menurut anda.
3. Jika ada pertanyaan yang kurang jelas dapat langsung ditanyakan kepada peneliti.
4. Jika telah selesai, mohon kuesioner ini di kumpulkan kembali kepada peneliti.
5. Selamat mengisi.

No	Pertanyaan	Tidak pernah (1)	Jarang (2)	Kadang-kadang (3)	Sering (4)
1.	Saya mengkonsumsi makanan lengkap (nasi, lauk, dan sayur).				✓
2.	Saya menghindari makan dengan porsi mengeyangkan setiap hari.			✓	
3.	Saat menjalani diet, saya tidak merasa lemas.			✓	
4.	Saya memilih mengkonsumsi makanan selingan (snack) dari pada makanan inti/ lengkap.				✓
5.	Saya makan pagi (makanan mengandung sumber energi setiap hari).				✓

6.	Saya melewatkan waktu sarapan dengan alasan dapat menolong saya dalam mengurangi berat badan.				✓
7.	Saya berusaha untuk tidak makan nasi dan daging pada malam hari.				✓
8.	Saya hanya memakan satu jenis makanan dalam sehari (misalnya buah saja)				✓
9.	Saya menghindari junk food dan cemilan.			✓	
10.	Saya hanya makan 2 sendok nasi setiap harinya.				✓
11.	Saya mengurangi frekuensi makan saya untuk menurunkan berat badan.				✓
12.	Saya tidak khawatir berat badan saya bertambah meskipun saya makan dengan frekuensi standar(3 kali sehari).			✓	
14.	Saya melakukan kontrol ketat terhadap apa yang saya makan.			✓	
15.	Saya lebih memilih makanan siap saji daripada makanan rumahan.			✓	
16.	Saat makan pagi,saya mengkonsumsi makanan mengandung sumber energi.			✓	

17.	Saya mengonsumsi satu diantara produk ini: pil/jamuu pelangsing,WRP atay <i>slimming tea</i> ,obat pencabar.		✓		
18.	Saya sengaja melewatkan waktu makan siang.				✓
19.	Apabila ingin ngemil,saya lebih memilih memakan buah.				✓
20.	Untuk menjaga berat badan,saya menghindari makan daging ayam,daging sapi,maupun telur.				✓
21.	Saya mengonsumsi air putih lebih banyak dari biasanya untuk menghindari rasa lapar.				✓
22.	Saat makan,saya lebih memilih makanan yang rendah lemak atau <i>low-fat</i> .				✓
23.	Saya memilih kelaparan dari pada menyesal setelah makan.			✓	

## LAMPIRAN 6

### Distribusi Frekuensi Responden Di SMK Negeri 3 Kota Kupang jenis kelamin

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid laki-laki	68	30.8	30.8	30.8
Perempuan	153	69.2	69.2	100.0
Total	221	100.0	100.0	

### usia

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 15 tahun	36	16.3	16.3	16.3
16 tahun	74	33.5	33.5	49.8
17 tahun	72	32.6	32.6	82.4
18 tahun	39	17.6	17.6	100.0
Total	221	100.0	100.0	



## LAMPIRAN 7

### Data Khusus Responden

#### status gizi

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Gizi Kurang	73	33.0	33.0	33.0
	Normal	135	61.1	61.1	94.1
	Gizi Lebih	5	2.3	2.3	96.4
	Obesitas	8	3.6	3.6	100.0
	Total	221	100.0	100.0	

#### Body Image

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Positif	36	16.3	16.3	16.3
	Negatif	185	83.7	83.7	100.0
	Total	221	100.0	100.0	

#### Perilaku Diet

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	sesuai	146	66.1	66.1	66.1
	tidak sesuai	75	33.9	33.9	100.0
	Total	221	100.0	100.0	

## LAMPIRAN 8

### Hasil Uji Fisher's Exact Test

#### Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)
Pearson Chi-Square	3.239 <sup>a</sup>	3	.356	.337
Likelihood Ratio	3.936	3	.269	.356
Fisher's Exact Test	2.548			.431
Linear-by-Linear Association	2.283 <sup>b</sup>	1	.131	.136
N of Valid Cases	221			

#### Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)
Pearson Chi-Square	7.937 <sup>a</sup>	3	.047	.042
Likelihood Ratio	7.820	3	.050	.064
Fisher's Exact Test	7.574			.042
Linear-by-Linear Association	5.854 <sup>b</sup>	1	.016	.018
N of Valid Cases	221			

**LAMPIRAN 9**  
**DOKUMENTASI**



*Gambar 1. Hari Pertama dengan menjelaskan kuesioner pada responden dan cara pengisian*



*Gambar 2. Pengukuran Antropometri*



*Gambar 3. Penelitian Hari kedua penjelasan kuesioner dan pengukuran Antropometri*