

SKRIPSI

HUBUNGAN *BODY IMAGE* DENGAN POLA MAKAN PADA MAHASISWA TINGKAT 4 SELAMA MASA PANDEMI COVID-19 DI STIKes SANTA ELISABETH MEDAN



Oleh:

Novia Ayu Herdana Sinaga
NIM. 032017051

**PROGRAM STUDI NERS
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN SANTA ELISABETH
MEDAN
2021**



STIKes Santa Elisabeth Medan

SKRIPSI

HUBUNGAN *BODY IMAGE* DENGAN POLA MAKAN PADA MAHASISWA TINGKAT 4 SELAMA MASA PANDEMI COVID-19 DI STIKes SANTA ELISABETH MEDAN



Untuk memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep)
Dalam Program Studi Ners
Pada Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth Medan

Oleh:

Novia Ayu Herdiana Sinaga
NIM. 032017051

**PROGRAM STUDI NERS
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN SANTA ELISABETH
MEDAN
2021**



STIKes Santa Elisabeth Medan

LEMBAR PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini,

Nama : Novia Ayu Herdana Sinaga
NIM : 032017051
Judul : Hubungan *Body Image* dengan Pola Makan pada Mahasiswa Tingkat 4 selama Masa Pandemi Covid 19 di STIKes Santa Elisabeth Medan

Dengan ini menyatakan bahwa hasil penulisan skripsi yang telah saya buat ini merupakan hasil karya sendiri dan benar keasliannya. Apabila ternyata di kemudian hari penulisan skripsi ini merupakan hasil plagiat atau penjiplakan terhadap karya orang lain, maka saya bersedia mempertanggungjawabkan sekaligus bersedia menerima sanksi berdasarkan aturan tata tertib di STIKes Santa Elisabeth Medan.

Demikian, pernyataan ini saya buat dalam keadaan sadar dan tidak dipaksakan.

Hormat saya,
Peneliti

Materai Rp.10.000

Novia Ayu Herdana Sinaga



STIKes Santa Elisabeth Medan



PROGRAM STUDI NERS STIKes SANTA ELISABETH MEDAN

Tanda Persetujuan

Nama : Novia Ayu Herdana Sinaga
NIM : 032017051
Judul : Hubungan *Body Image* Dengan Pola Makan Pada Mahasiswa Tingkat 4 Selama Masa Pandemi COVID-19 Di STIKes Santa Elisabeth Medan

Menyetujui Untuk Diujikan Pada Ujian Jenjang Sarjana Keperawatan
Medan 11 Mei 2021

Pembimbing II

Pembimbing I

Ance M. Siallagan, S.Kep., Ns., M.Kep Pomarida Simbolon, S.K.M., M.Kes

Mengetahui
Ketua Program Studi Ners

Samfriati Sinurat, S.Kep., Ns., MAN



STIKes Santa Elisabeth Medan

Telah diuji

Pada tanggal, 11 Mei 2021

PANITIA PENGUJI

Ketua : Pomarida Simbolon, S.K.M., M.Kes

.....

Anggota : 1. Ance M. Siallagan, S.Kep., Ns., M.Kep

.....

2. Agustaria Ginting, S.K.M., M.K.M

.....

Mengetahui
Ketua Program Studi Ners

(Samfriati Sinurat, S.Kep., Ns., MAN)



STIKes Santa Elisabeth Medan



PROGRAM STUDI NERS STIKes SANTA ELISABETH MEDAN

Tanda Pengesahan

Nama : Novia Ayu Herdana Sinaga
NIM : 032017051
Judul : Hubungan *Body Image* Dengan Pola Makan Pada Mahasiswa Tingkat 4 Selama Masa Pandemi COVID-19 Di STIKes Santa Elisabeth Medan

Telah disetujui, diperiksa dan dipertahankan dihadapan Tim Penguji sebagai persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan pada Senin, 11 Mei 2021 dan Dinyatakan LULUS

TIM PENGUJI:

TANDA TANGAN

Penguji I : **Pomarida Simbolon, S.K.M., M.Kes** _____

Penguji II : **Ance M. Siallagan, S.Kep., Ns., M.Kep** _____

Penguji III : **Agustaria Ginting, S.K.M., M.K.M** _____

Mengetahui
Ketua Program Studi Ners

Mengesahkan
Ketua STIKes Santa Elisabeth Medan

(Samfriati Sinurat, S.Kep., Ns., MAN) (Mestiana Br. Karo, M.Kep., DNSc)



STIKes Santa Elisabeth Medan

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademik Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth Medan, saya yang bertandatangan dibawah ini :

Nama : NOVIA AYU HERDANA SINAGA
NIM : 032017051
Program Studi : Ners
Jenis Karya : Skripsi

Demi perkembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth Medan Hak Bebas Royalti Non-eksklusif (Non-exclusive Royalty Free Right) atas karya ilmiah saya yang berjudul “Hubungan *Body Image* Dengan Pola Makan Pada Mahasiswa Tingkat 4 Selama Masa Pandemi Covid 19 Di STIKes Santa Elisabeth Medan”, beserta perangkat yang ada (jika diperlukan).

Dengan hak bebas royalti non-eksklusif ini Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth Medan berhak menyimpan, mengalih media/ formatkan, mengolah dalam bentuk pangkalan data (data base), merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis atau pencipta dan sebagai pemilik hak cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di Medan, 11 Mei 2021
Yang Menyatakan

(Novia Ayu Herdana Sinaga)



STIKes Santa Elisabeth Medan

ABSTRAK

Novia Ayu Herdana Sinaga, 032017051

Hubungan *Body Image* Dengan Pola Makan Pada Mahasiswa Tingkat 4 Selama Masa Pandemi Covid 19 Di STIKes Santa Elisabeth Medan

Program Studi Ners 2021

Kata Kunci: Hubungan *Body Image*, Pola Makan

(xviii + 62 + Lampiran)

Pola makan merupakan salah satu kebutuhan pokok bagi manusia, selama masa pandemi menjadikan pola makan ada yang berubah seperti kondisi dan waktu sehingga menyebabkan *body image* yang tinggi. Salah satu yang menyebabkan pola makan tinggi dikarenakan masa karantina membuat mahasiswa tidak dapat mengatur jadwal makan dan aktivitas olahraga jarang dilakukan dengan data survei awal yang didapatkan peneliti dengan hasil 70%. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan *body image* dengan pola makan pada mahasiswa tingkat 4 selama masa pandemi covid 19 di STIKes Santa Elisabeth Medan. Rancangan penelitian adalah dengan metode desain *Cross Sectional*. Jumlah sampel sebanyak 108 orang dengan teknik pengambilan sampel *simple random sampling*. Pengumpulan data dengan menggunakan kuesioner. Analisis data dengan uji *chi-square*. Hasil penelitian diperoleh bahwa *body image* yang rendah (54,6%), dan pola makan tinggi (52,8%). Berdasarkan hasil uji statistic *chi-square* didapatkan *p-value* 0,001 ($p<0,05$), maka didapatkan kesimpulan bahwa semakin tinggi pola makan pada mahasiswa maka semakin tinggi *body image* yang diinginkan pada mahasiswa. begitupun sebaliknya semakin rendah pola makan pada mahasiswa selama pandemi covid 19 maka semakin rendah juga *Body Image* mahasiswa tersebut. Hal ini menunjukkan adanya hubungan *body image* dengan pola makan pada mahasiswa tingkat 4 selama masa pandemi covid 19 di STIKes Santa Elisabeth Medan. Diharapkan agar mahasiswa menyadari dan mengatur pola makan yang tidak teratur lebih baik dan mengkonsumsi makanan yang sehat agar meghasilkan *body image* yang lebih baik. Diharapkan responden mampu bisa mengatur jadwal pola makan dengan teratur dengan aktivitas olahraga yang rutin.

Daftar Pustaka (2012-2020)



ABSTRACT

Novia Ayu Herdana Sinaga, 032017051

The Relationship between Body Image and Diet for Level 4 Students During the Covid 19 Pandemic At STIKes Santa Elisabeth Medan

Nursing Study Program 2021

Keywords: Body Image Relationship, Diet

(xviii + 62 + attachment)

Diet is one of the basic needs for humans, during the pandemic, there are changes in eating patterns such as conditions and time, causing a high body image. One of the causes of high eating patterns is because the quarantine period makes students unable to manage eating schedules and sports activities are rarely carried out with preliminary survey data obtained by researchers with 70% results. The purpose of this study was to determine the relationship between body image and diet in 4th grade students during the COVID-19 pandemic at STIKes Santa Elisabeth Medan. The research design is a cross sectional design method. The number of samples is 108 people with simple random sampling technique. Data collection by using a questionnaire. Data analysis with chi-square test. The results obtained that the body image is low (54.6%), and high diet (52.8%). Based on the results of the chi-square statistical test, a p-value of 0.001 ($p < 0.05$) was obtained, it was concluded that the higher the student's diet, the higher the desired body image for students and vice versa, the lower the student's diet during the covid 19 pandemic, the lower the student's body image. This shows that there is a relationship between body image and diet for 4th grade students during the COVID-19 pandemic at STIKes Santa Elisabeth Medan. It is expected that students are aware of and regulate irregular eating patterns better and consume healthy foods in order to produce a better body image. Respondents are expected to be able to arrange a regular eating pattern with regular exercise activities.

Bibliography : (2012-2020)



STIKes Santa Elisabeth Medan

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis ucapkan kepada Tuhan Yang Maha Esa atas berkat dan kasihNya, sehingga peneliti dapat menyelesaikan penelitian ini dengan baik dan tepat waktu. Adapun judul penelitian ini adalah **“Hubungan Body Image Dengan Pola Makan Pada Mahasiswa Tingkat 4 Selama Masa Pandemi COVID-19 Di STIKes Santa Elisabeth Medan”** Penelitian ini bertujuan untuk melengkapi tugas dalam menyelesaikan pendidikan Program Studi Ners STIKes Santa Elisabeth Medan.

Penyusunan penelitian ini telah banyak mendapat bantuan, bimbingan dan dukungan. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Mestiana Br. Karo, M.Kep., DNS selaku Ketua STIKes Santa Elisabeth Medan, yang telah memberikan kesempatan dan fasilitas kepada penulis dalam upaya penyelesaian pendidikan di STIKes Santa Elisabeth Medan.
2. Samfriati Sinurat, S.Kep., Ns., MAN selaku Ketua Program Studi Ners STIKes Santa Elisabeth Medan yang telah memberikan kesempatan dan memberikan arahan sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan penelitian ini dengan baik.
3. Pomarida Simbolon, S.KM., M.Kes selaku dosen penguji 1 yang telah bersedia membimbing peneliti dengan sangat baik dan sabar serta memberikan saran maupun motivasi kepada peneliti hingga terbentuknya penelitian ini.
4. Ance Siallagan, S.Kep., Ns., M.Kep selaku dosen penguji II yang telah bersedia membimbing peneliti dengan sangat baik dan sabar serta memberikan saran maupun motivasi kepada peneliti hingga terbentuknya penelitian ini.



STIKes Santa Elisabeth Medan

5. Agustaria Ginting, S.K.M., M.K.M. selaku dosen penguji III yang memberi kritik dan saran serta mengarahkan penulis dan memberikan ilmu yang bermanfaat dalam menyelesaikan penelitian ini.
6. Lindawati Simorangkir, S.Kep., Ns., M.Kes selaku dosen pembimbing akademik yang telah memberikan semangat dan motivasi dalam menyelesaikan penelitian ini.
7. Teristimewa kepada keluarga tercinta, Ayahanda Pardamean Sinaga dan Ibunda Hertianna Simamora yang selalu memberi dukungan baik materi, doa dan motivasi serta saudara perempuan saya Party Christy Vera Sinaga S.P dan abang saya Petra Cahyadi Sinaga dan Haris Daniel Parlindungan Sinaga yang selalu memberi motivasi dan semangat serta kasih sayang yang luar biasa yang diberikan selama ini.
8. Teruntuk Andar Beniala Lumbanraja S.H saya mengucapkan terimakasih karena telah menemani dan memberi dukungan dalam terbentuknya skripsi ini.
9. Seluruh staf dosen STIKes Santa Elisabeth Medan yang telah membimbing dan mendidik peneliti dalam upaya pencapaian pendidikan sejak semester I sampai semester VIII. Terimakasih untuk motivasi dan dukungan yang diberikan kepada peneliti, untuk segala cinta dan kasih yang telah tercurah selama proses pendidikan sehingga peneliti dapat sampai pada penyusunan skripsi ini.
10. Seluruh teman–teman program studi Ners tahap akademik angkatan XI stambuk 2017 yang selalu berjuang bersama sampai dengan penyusunan tugas



STIKes Santa Elisabeth Medan

akhir ini dan terimakasih untuk semua orang yang terlibat dalam penyusunan penelitian ini, yang tidak dapat peneliti ucapkan satu-persatu selaku saya mengucapkan terimakasih kepada teman-teman Ners Tingkat 4 yang telah memberikan waktu dan bersedia menjadi responden dalam penelitian ini.

Penulis menyadari bahwa pada penelitian ini masih jauh dari sempurna, baik isi maupun pada teknik dalam penulisan. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati penulis akan menerima kritikan dan saran yang bersifat membangun untuk kesempurnaan penelitian ini. Semoga Tuhan Yang Maha Kuasa mencerahkan berkat dan karunia-Nya kepada semua pihak yang telah banyak membantu peneliti. Harapan penulis, semoga penelitian ini akan dapat bermanfaat nantinya dalam pengembangan ilmu pengetahuan khususnya bagi profesi keperawatan.

Medan, 11 Mei 2021
Penulis,

(Novia Ayu Herdiana Sinaga)



DAFTAR ISI

	Halaman
SAMPUL DEPAN	i
SAMPUL DALAM.....	ii
PERSYARATAN GELAR	iii
LEMBAR PERNYATAAN	iv
TANDA PERSETUJUAN	v
PENETAPAN PANITIA PENGUJI	vi
TANDA PENGESAHAN.....	vi
SURAT PERNYATAAN PUBLIKASI	vii
ABSTRAK	ix
ABSTRACT	x
KATA PENGANTAR	xi
DAFTAR ISI.....	xiv
DAFTAR TABEL	xvii
DAFTAR BAGAN.....	xviii
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar belakang	1
1.2 Perumusan masalah	9
1.3 Tujuan.....	10
1.3.1 Tujuan umum	10
1.3.2 Tujuan khusus	10
1.4 Manfaat penelitian.....	10
1.4.1 Manfaat teoritis	10
1.4.2 Manfaat praktis.....	11
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	12
2.1 Masa Remaja	12
2.1.1 Defenisi masa remaja	12
2.1.2 Karakteristik remaja	12
2.2 Pola makan	16
2.2.1 Defenisi pola makan.....	16
2.2.2 Faktor-faktor yang mempengaruhi pola makan	17
2.2.3 Faktor yang mempengaruhi pola makan dengan <i>body image</i>	20
2.2.4 Aspek-aspek pola makan.....	20
2.3 <i>Body image</i>	22
2.3.1 Defenisi <i>body image</i>	22
2.3.2 Faktor-faktor yang mempengaruhi <i>body image</i>	23
2.3.3 Gangguan <i>body image</i>	23
2.3.4 Pengukuran <i>body image</i>	24
2.3.5 Aspek-aspek <i>body image</i>	25
2.4 Hubungan <i>body image</i> dengan pola makan	26



STIKes Santa Elisabeth Medan

BAB 3 KERANGKA KONSEP DAN HIPOTESIS PENELITIAN	28
3.1 Kerangka Konsep	28
3.2 Hipotesis Penelitian.....	29
BAB 4 METODE PENELITIAN.....	30
4.1 Rancangan Penelitian	30
4.2 Populasi dan Sampel	30
4.2.1 Populasi	30
4.2.2 Sampel.....	31
4.3 Variabel Penelitian dan Defenisi Operasional	32
4.3.1 Variabel penelitian	32
4.3.2 Defenisi operasional.....	32
4.4 Instrumen Penelitian.....	34
4.5 Waktu Penelitian dan Tempat Penelitian	36
4.5.1 Tempat penelitian.....	36
4.5.2 Waktu penelitian	36
4.6 Prosedur pengambilan dan pengumpulan data.....	36
4.6.1 Pengambilan data	36
4.6.2 Teknik pengumpulan data	37
4.6.3 Uji validitas dan Reliabilitas	39
4.7 Kerangka Operasional.....	40
4.8 Pengumpulan data	40
4.9 Analisa data	41
4.10Etika penelitian.....	43
BAB 5 HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	47
5.1 Gambaran Lokasi Penelitian	47
5.2 Hasil Penelitian	49
5.2.1. Body Image Pada Mahasiswa Tingkat 4 Selama Masa Pandemi Covid 19 Di STIKes Santa Elisabeth Medan.....	49
5.2.2 Pola Makan Pada Mahasiswa Tingkat 4 Selama Masa Pandemi Covid 19 STIKes Santa Elisabeth Medan.....	50
5.2.3 Hubungan Body Image Dengan Pola Makan Pada Mahasiswa Tingkat 4 Selama Masa Pandemi Covid 19 Di STIKes Santa Elisabeth Medan.....	50
5.3. Pembahasan	51
5.3.1 Body Image Pada Mahasiswa Tingkat 4 STIKes Santa Elisabeth Medan.....	51
5.3.2 Pola Makan Pada Mahasiswa Tingkat 4 STIKes Santa Elisabeth Medan.....	54
5.2.3 Hubungan Body Image Dengan Pola Makan Pada Mahasiswa Tingkat 4 Selama Masa Pandemi Covid 19 Di STIKes Santa Elisabeth Medan.....	57



STIKes Santa Elisabeth Medan

BAB 6 SIMPULAN DAN SARAN.....	61
6.1 Simpulan	61
6.2 Saran.....	61
DAFTAR PUSTAKA	63
LAMPIRAN	
1. Lembar Persetujuan Menjadi Responden	67
2. <i>Informed Consent</i>	68
3. Lembar Kuesioner	69
4. Hasil Output SPSS.....	72
5. Master Data.....	75
6. Pengajuan Judul Proposal.....	76
7. Usulan Judul Proposal dan Tim Pembimbing	77
8. Surat Permohonan Ijin Penelitian.....	78
9. Surat Keterangan Layak Etik.....	79
10. Surat Persetujuan dan Pelaksanaan Penelitian.....	80
11. Lembar Konsultasi.....	83
12. Dokumentasi	86



STIKes Santa Elisabeth Medan

DAFTAR TABEL

No	Judul	Halaman
Tabel 4.1.	Definisi Operasional Hubungan <i>Body Image</i> Dengan Pola Makan Pada Mahasiswa Tingkat 4 Selama Masa Pandemi COVID-19 STIKes Santa Elisabeth Medan Tahun 2021	33
Tabel 5.1	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan <i>Body Image</i> Pada Mahasiswa Tingkat 4 Selama Masa Pandemi Covid 19 STIKes Santa Elisabeth Medan Tahun 2021	49
Tabel 5.2	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pola Makan Pada Mahasiswa Tingkat 4 Selama Masa Pandemi Covid 19 Di STIKes Santa Elisabeth Medan Tahun 2021	50
Tabel 5.3	Hasil Tabulasi Silang Antara Hubungan <i>Body Image</i> Dengan Pola Makan Pada Mahasiswa Tingkat 4 Selama Masa Pandemi Covid 19 Di STIKes Santa Elisabeth Medan Tahun 2021	50



DAFTAR BAGAN

No	Judul	Halaman
Tabel 3.1.	Kerangka konsep Penelitian Hubungan <i>Body Image</i> dengan Pola Makan pada Mahasiswa selama Masa Pandemi COVID-19 di STIKes Santa Elisabeth Medan Tahun 2021	28
Tabel 4.7.	Kerangka Operasional Penelitian Hubungan <i>Body Image</i> Dengan Pola Makan Pada Mahasiswa Tingkat 4 Selama Masa Pandemi COVID-19 Di STIKes Santa Elisabeth Medan	40



BAB 1 PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

COVID-19 merupakan pandemi global yang melanda dunia termasuk Indonesia. Hampir semua negara di dunia ini mengalami pandemi COVID-19, dimana jenis virus ini ditemukan pada tahun 2019 dan belum pernah diidentifikasi menyerang manusia sebelumnya (World Health Organization, 2019). Indonesia juga merupakan salah satu negara yang terdampak wabah virus ini, tindakan dari pemerintah dan kesadaran penuh dari masyarakat agar angka penyebaran virus ini dapat ditekan. Pemerintah Indonesia melakukan penanganan pembatasan sosial (*social distancing*), karantina untuk mencegah penyebaran virus ini agar tidak menginfeksi lebih banyak pada masyarakat. Pemerintah pusat memperlakukan Pembatasan Sosial Berskala (PSBB) (Wahidah, 2020).

Data dari Worldometer (2020), menyatakan bahwa kasus positif akibat COVID-19 telah mencapai 2,7 juta di seluruh dunia dimana Amerika Serikat, Spanyol dan Italia menempati tiga peringkat teratas sebagai negara dengan kasus tertinggi di dunia (Worldometers, *ibid.*, 2020). Data dari *World Health Organization* (2020), menyatakan bahwa kasus COVID-19 di wilayah Asia Tenggara mencatat peningkatan mingguan tertinggi diantara semua Wilayah. Persentase kenaikan mingguan tertinggi dilaporkan di wilayah Myanmar (107%, 1513 kasus), diikuti oleh Nepal (17%, 7902 kasus) dan India (16%, 640.545 kasus). Kasus di Indonesia mengenai penyebaran COVID-19 pada tahun 2020 ada sebanyak 808.340 kasus, dimana DKI Jakarta sebanyak 200.658 kasus, sedangkan jumlah kasus COVID-19 di provinsi lainnya seperti jawa tengah ada sebanyak



STIKes Santa Elisabeth Medan

104.058 kasus (Kemenkes, 2020). Penyebaran kasus COVID-19 di provinsi sumatera utara pada tahun 2020 sebanyak 19.027 kasus (Kemenkes, 2020) dan data dari Dinas kesehatan kota Medan pada tahun 2020 dikonfirmasikan bahwa sebanyak 8901 kasus COVID-19 di kota medan (Valerisha & Putra, 2020).

Pandemi COVID-19 membuat aktivitas dibatasi baik kegiatan perkantoran, perkuliahan, sekolah maupun aktivitas lainnya. Mahasiswa mengalami dampak secara langsung maupun tidak langsung adanya perkuliahan dan hampir kegiatan dilakukan dirumah saja. Strategi belajar online, memberikan kondisi yang berbeda, beberapa merasa kesulitan menangkap materi dan kesulitan belajar. Perkuliahan dilakukan secara daring membuat jadwal perkuliahan lebih fleksibel, Sehingga dengan pembelajaran daring membuat mahasiswa menjadi tidak bisa mengatur pola makan selama di rumah saja (Ulfa Daima Zuly, 2020).

Selama masa karantina/isolasi mandiri memiliki dampak positif dan negatif terhadap kehidupan mahasiswa, salah satunya dapat meningkatkan nafsu makan mahasiswa menjadi berubah yang dapat dipengaruhi oleh stress yang ditimbulkan karena karantina mandiri di rumah selama pandemi. Pola makan tersebut cenderung mengarah pada pola makan berlebihan dengan pilihan makanan yang tinggi kalori. Peningkatan asupan makanan yang digoreng dan makanan manis. Penurunan aktivitas fisik diimbangi dengan penyesuaian asupan energi positif yang merupakan suatu kondisi keseimbangan yang terjadi ketika asupan energi lebih banyak dibandikan dengan pengeluaran energi, hal tersebut dapat membuat pola makan pada mahasiswa menjadi tidak teratur (Karina, 2020).

Masa COVID-19, masyarakat diminta untuk melakukan karantina yang termasuk melakukan kegiatan bekerja, belajar dan beribadah di rumah. Satu secara



STIKes Santa Elisabeth Medan

khusus menunjukkan bahwa karantina mengubah kebiasaan makan dan mulai ngemil banyak, menyebabkan penambahan berat badan pada subjek kelebihan berat badan dan obesitas. Kebiasaan makan dan perubahan gaya hidup sebelum masa pandemi wanita lebih cenderung memperhatikan perubahan bentuk tubuhnya. Selama masa pandemi COVID-19 tampaknya telah mempengaruhi kemampuan untuk mengontrol makanan. Asupan kalori setiap kali makan karena kuantitas dan kualitas makanan yang dikonsumsi sehari-hari selama masa karantina (Renzo, 2020).

Selain pola makan, aktivitas fisik ringan dapat menyebabkan terjadinya berat badan lebih. Pola makan yang baik dan sehat selalu mengacu pada keadaan gizi sesuai dengan kebutuhan. Terdapat enam unsur gizi yang harus dipenuhi yaitu karbohidrat, protein, lemak, vitamin, mineral dan air. Karbohidrat, lemak dan protein merupakan zat gizi mikro sebagai sumber energi, sedangkan vitamin dan mineral merupakan zat gizi mikro sebagai pengatur kelancaran tubuh. Pola makan yang baik dalam hal ini adalah dengan mengonsumsi jenis makanan yang beragam (Ritan, 2018). Makan adalah salah satu kebutuhan pokok bagi manusia, selama masa pandemi menjadikan pola makan manusia ada yang berubah seperti kondisi makanan pada masyarakat Italia dalam kondisi pandemi COVID-19. Terjadi peningkatan konsumsi tepung, telur, susu tahan lama, sedangkan di Inggris dan Spanyol makanan seperti roti, ayam, susu, dan buah pisang (Hapsari, 2020).

Proporsi penduduk di Indonesia memiliki perilaku konsumsi makanan berlemak, berkolesterol dan makanan gorengan sebesar 40,7%, konsumsi makanan asin sebesar 26,2% dan konsumsi makanan manis sebesar 53,1%. Selanjutnya



STIKes Santa Elisabeth Medan

presentase perilaku kurang konsumsi sayur dan buah sebesar 93,5% kelebihan berat badan dan kegemukan yang disebabkan oleh gizi atau pola makan berlebihan (Rahman nurdin, 2016). Data Riskesdas secara nasional bahwa status gizi anak umur 13-15 tahun prevalensi kekurusan adalah 10,1% terdiri dari 2,7% sangat kurus dan 7,4% kurus. Sedangkan prevalensi kegemukannya adalah sebesar 2,5% (Rahayu, fitriana, 2020).

Beberapa negara di Asia Tenggara menunjukkan angka yang cukup tinggi. Berdasarkan *united nations children's fund* (UNICEF). Negara Indonesia menempati urutan kedua setelah Singapura terdapat jumlah remaja obesitas terbesar 12,2%, disusul Negara Thailand sebesar 8%, Negara Malaysia sebesar 6%, dan Negara Vietnam sebesar 4,6%. Prevalensi overweight dan obesitas pada anak didunia meningkat 4,2% ditahun 1990 menjadi 6,7% di tahun 2010, dan diperkirakan akan mencapai 9,1% di tahun 2020. Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (2013), didapatkan prevalensi obesitas pada anak berusia 5-12 tahun adalah 8,8% 13-15 tahun adalah adalah 2,5%, dan 16-18 tahun (Rahmawati, 2019).

Berdasarkan hasil penelitian, terdapat 10,5% persentase dengan berat badan kurang yang memiliki pola makan baik, 16,5% persentase dengan berat kurang yang memiliki pola makan yang buruk (1,9%) persentase memiliki pola makan buruk, sedangkan responden dengan berat lebih, (7,3%) persentase memiliki pola makan buruk. Responden yang gemuk, (0,6%) orang memiliki pola makan baik dan (3,3%) persentase memiliki pola makan buruk (29,1%) (Rahayu & Fitriana, 2019). Kebiasaan makan apapun asal kenyang, ataupun makan sekedar



STIKes Santa Elisabeth Medan

untuk bersosialisasi demi kesenangan dan tidak memperhatikan unsur-unsur gizi pada makanan akan meningkatkan resiko terkena penyakit. Sebagai contoh, mengkonsumsi makanan cepat saji adalah *fast food*, yaitu olahan siap saji seperti *burger, fried chicken, pizza* dan minuman *soft drink*(Pujiati et al., 2015). Pola makan sehat seperti protein, dan asupan gizi seimbang sangat perlu diterapkan tengah pandemi COVID-19 (Romadhoni, 2020).

Menurut (Tobelo, 2021) sering mengkonsumsi makanan ringan sebagai cemilan sebanyak 47,2%, dan 33,3% mahasiswa suka makanan instan (*fast food*). Penelitian yang sama dari oleh Purnama N (2020) hasil penelitiannya terdapat responden lebih memilih makanan cepat saji sebanyak 44,8%. Menurut Magdalena (2020) menjelaskan bahwa remaja mempunyai kebiasaan makan tidak sehat karena melupakan makanan dengan kebutuhan gizi yang beragam dan lebih menyukai makanan cepat saji. Dan responden memiliki rentang umur 19-22 tahun yang dimana sebagian besar responden berumur tahun memiliki kategori pola makan yang cukup dengan presentase 95,5% (Tobelo, 2021).

Berdasarkan penelitian gambaran pola makan pada remaja putri di Madrasah muallimat Yogyakarta, menunjukan bahwa pola makan paling banyak pada kategori baik yaitu 23 siswi (57,5%) dan pada kategori tidak baik sebanyak 17 siswi (42,5%) (Rosida & Dwihesti, 2020). Remaja putri biasanya sangat memperhatikan bentuk badannya, sehingga banyak yang membatasi porsi makannya, remaja putri sering kali pengurangan makan demi mendapatkan bentuk tubuh yang ideal (Rosida & Dwihesti, 2020).



STIKes Santa Elisabeth Medan

Faktor yang mempengaruhi pola makan diantaranya faktor internal dan faktor eksternal, faktor internal yang mempengaruhi pemilihan makanan remaja adalah psikologis dan fisiologis. Faktor eksternal dalam pemilihan makanan remaja yaitu budaya, agama, faktor ekonomi, norma sosial, kesadaran tentang kesehatan, media, dan periklanan. Salah satu faktor yang mempengaruhi pola makan adalah body image, bahwa persepsi seseorang terhadap bentuk tubuhnya memiliki hubungan dengan perilaku makan. Seseorang yang memiliki ketakutan terhadap keadaan bentuk tubuh yang tidak normal yang selalu melakukan diet (Sembiring, 2018). Faktor internal yang mempengaruhi pola makan adalah faktor fisik, perubahan fisik pada remaja khususnya berat badan dan bentuk tubuh menimbulkan meningkatnya kecemasan seseorang terhadap berat badannya. Diantara keduanya faktor fisiologis lebih berpengaruh terhadap pola makan (Tirza, 2016).

Body image merupakan penilaian seseorang tentang ukuran tubuh, penampilan dan fungsi setiap bagian tubuhnya bahwa pikiran remaja tentang diri mereka berhubungan dengan tubuh mereka. Remaja yang menggunakan persepsi atau pikiran mereka mengenai *body image* positif sering dengan kebiasaan atau pola makan yang baik. Timbulnya *body image* negatif dapat mengakibatkan gangguan *body image*, gangguan pada *body image* dapat berupa perasaan tidak puas terhadap perubahan struktur, bentuk dan fungsi tubuh. Seseorang yang memiliki *body image* negatif akan memiliki penilaian yang negatif pula terhadap kondisi tubuhnya dan menganggap kondisi tubuhnya sebagai sesuatu yang tidak menarik bagi orang lain (Ramonda dkk, 2019).



STIKes Santa Elisabeth Medan

Perubahan frekuensi makan selama karantina mandiri saat pandemi COVID-19 mengarah pada peningkatan berat badan. Studi pada 173 individu berusia di atas 18 tahun selama karantina mandiri sebanyak 22% mengalami peningkatan berat badan (Karina, 2020). Sebagai mahasiswa merupakan sosok individu yang sedang dalam proses perubahan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa. Pada masa ini remaja mengalami perkembangan fisik yang ditandai dengan pertumbuhan badan. Wanita cenderung memperhatikan penampilannya dengan perubahan fisik yang dialami oleh mahasiswa. Ketidakpuasan seseorang terhadap tubuhnya bisa muncul karena dengan penampilan orang lain yang memiliki tubuh yang ideal. Penelitian melakukan pengumpulan data, jenis kelamin dan pola makan dengan menggunakan kuesioner terhadap 8 persentase. pada peneliti mendapatkan 5 dari 8 persentase memiliki pola makan kurang baik, dan dari 5 tersebut 3 dengan *body image* positif dan dua dengan *body image* negatif (Ramonda dkk, 2019). *Body image* adalah terjadinya pola makan yang mengarah ke pola makan yang tidak sehat, *body image* yang negatif juga berhubungan dengan tingkat kepercayaan diri rendah (Putra, 2017).

Hasil penelitian (Hidayat et al., 2019) menunjukkan bahwa 55,6% responden dalam kategori *body image* negatif. Faktor yang mempengaruhi *body image* adalah penilaian atau komentar orang lain, perbandingan dengan orang lain, peran seseorang, identifikasi terhadap orang lain. *Body image* dapat membuat pikiran menjadi bawah sadar oleh pengaruh orang lain, pengaruh lingkungan, pengalaman masa lalu atau sengaja ditanamkan oleh pikiran bawah sadar (Hidayat et al., 2019).



STIKes Santa Elisabeth Medan

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh putri (2015) *body image* mahasiswa di Universitas Muhammadiyah surakarta yang mengalami obesitas berada pada kategori yang sedang dengan persentase 79,7%, disebutkan bahwa mahasiswa yang badannya gemuk mengalami depresi, rasa putus asa, kurang percaya diri, pendiam tersinggung, merasa tersisih dan menjauh dari kehidupan sosial (Maryam & Ifdil, 2019). Ketidakseimbangan antara aktivitas fisik, asupan energi dan zat gizi dapat menyebabkan obesitas. Pola makan yang merupakan pencetus terjadinya obesitas adalah mengonsumsi makanan dalam porsi besar atau melebihi kebutuhan. Berat badan lebih dapat menyebabkan gangguan tubuh sehingga dapat mengakibatkan gangguan pada *body image*. *Body image* negatif dapat mempengaruhi kondisi tubuh dan menganggap kondisi tubuhnya sebagai sesuatu yang tidak menarik bagi orang lain (Ritan, 2018).

Indonesia dilanda pandemi COVID-19 menyebabkan pemerintah Indonesia melaksanakan pembatasan sosial berskala besar dengan menerapkan kebijakan karantina dirumah. Mahasiswa akan merasa bosan didalam rumah dan tidak bisa melakukan aktivitas selain rebahan, menonton, kebijakan berdiam di rumah menyebabkan aktivitas berkurang. Pola makan yang akan memicu kenaikan berat badan ketidakpuasan bentuk tubuh pada mahasiswa, *body image* dibagi menjadi dua yaitu *body image* dan negatif. Dengan *body image* positif akan merasa nyaman terhadap dirinya sedangkan *body image* negatif menganggap tubuhnya tidak menarik, malu, tidak percaya diri. Norton dan Old (1996) menyebutkan prevalensi yang tidak puas terhadap tubuhnya cukup besar 53% sedangkan



STIKes Santa Elisabeth Medan

penelitian dilakukan oleh Wardani (2015) memiliki *body image* negatif sebanyak 74%, dan *body image* positif sebanyak 26% (Gimon, 2020).

Peningkatan *body image* pada individu digambarkan oleh seberapa jauh individu merasa puas terhadap bagian-bagian tubuh dan penampilan fisik secara keseluruhan. Gambaran seseorang mengenai kondisi fisiknya. Jika seseorang merasa bahwa keadaan fisiknya tidak sesuai dengan konsep idealnya, maka dia akan merasa memiliki kekurangan pada fisik atau penampilan, meskipun mungkin bagi orang lain sudah dianggap menarik fisiknya seperti apa adanya sehingga membuat seseorang menjadi rendah diri. Menurut Grogan (2010) *body image* dapat didefinisikan sebagai persepsi, pikiran, perasaan seseorang terhadap tubuhnya sendiri (Maryam & Ifdil, 2019).

Hasil wawancara yang dilakukan pada mahasiswa Ners tingkat 4 STIKes Santa Elisabeth Medan diperoleh 70% pola makan mahasiswa kurang baik, berdasarkan latar belakang diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang hubungan *body image* dengan pola makan pada mahasiswa tingkat 4 selama masa pandemi COVID-19 Medan tahun 2021.

1.2 Rumusan masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka rumusan masalah penelitian adalah “apakah ada Hubungan *Body Image* dengan Pola Makan Pada Mahasiswa Tingkat 4 Selama Masa Pandemi COVID-19 Tahun 2021?



1.3. Tujuan penelitian

1.3.1. Tujuan umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adanya hubungan *body image* dengan pola makan pada mahasiswa tingkat 4 selama masa pandemi COVID-19 Tahun 2021.

1.3.2. Tujuan khusus

1. Untuk mengidentifikasi pola makan pada mahasiswa tingkat 4 selama masa pandemi COVID-19 Tahun 2021.
2. Untuk mengidentifikasi *body image* pada mahasiswa tingkat 4 selama masa pandemi COVID-19 Tahun 2021.
3. Untuk mengidentifikasi adanya hubungan *body image* dengan pola makan pada mahasiswa tingkat 4 selama masa pandemi COVID-19 Tahun 2021.

1.4. Manfaat penelitian

1.4.1. Manfaat teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi media untuk penerapan berbagai konsep yang pernah dipelajari, berguna bagi pengembangan ilmu pengetahuan dan dapat dijadikan sebagai kajian ilmiah penelitian tentang hubungan *body image* dengan pola makan pada mahasiswa tingkat 4 selama masa pandemi COVID-19 Tahun 2021.

**1.4.2. Manfaat praktis****1. Bagi mahasiswa**

Memberikan masukan kepada Mahasiswa tentang pengetahuan dan sikap dalam memandang body image secara positif sehingga dapat menerapkan pola makan yang baik dan sehat.

2. Bagi institusi pendidikan

Hasil penelitian diharapkan dapat menjadi bahan referensi dalam melakukan penelitian lebih lanjut serta dipublikasikan dalam bentuk jurnal sebagai acuan mahasiswa dalam menambah pengetahuan mengenai hubungan body image dengan pola makan pada mahasiswa tingkat 4 selama masa pandemi COVID-19 Tahun 2021.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai sumber informasi bagi peneliti selanjutnya yang ingin melakukan penelitian dibidang yang sama.

STIKES SANTA ELISABETH MEDAN



BAB 2

TINJAUAN PUSTAKA

2.1. Masa Remaja

2.1.1. Defenisi masa remaja

Masa yang penting dalam kehidupan seseorang adalah masa remaja. Remaja dapat didefinisikan sebagai peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa. Batasan usia remaja 12 sampai 24 tahun. Perubahan fisik merupakan kebutuhan yang mendasar dan sangat penting bagi remaja. Bentuk tubuh dan berat badan merupakan salah satu kebutuhan fisik yang diperhatikan remaja. Hampir setiap remaja ingin mempunyai bentuk tubuh dan berat badan ideal. Fase remaja merupakan masa perkembangan individu yang sangat penting. Masa remaja adalah suatu periode dalam perkembangan yang dijalani seseorang yang terbentang sejak berakhirnya masa kanak-kanak sampai dengan awal masa dewasa. Tahap umur yang berada pada rentang usia 12- 24 tahun (Dewi, 2019).

2.1.2. Karakteristik remaja

Menurut Papalia dan Olds remaja adalah masa transisi perkembangan antara masa kanak-kanak dan dewasa yang pada umumnya dimulai pada usia 12 atau 13 tahun dan berakhir pada usia belasan tahun atau awal dua puluh tahun. Sedangkan Anna Freud berpendapat bahwa pada masa remaja terjadi proses perkembangan meliputi perubahan-perubahan yang berhubungan dengan perkembangan psikoseksual, dan juga terjadi perubahan dalam hubungan dengan orang tua dan cita-cita mereka, dimana pembentukan cita-cita merupakan proses

pembentukan orientasi masa depan (Putro, 2018). Remaja memiliki tugas-tugas perkembangan menurut penelitian (Jannah, 2017) meliputi :

1. Usia 10-14 tahun

Fase dimulai perkembangan menuju kematangan seksual serta gemar melakukan kesalahan. Ada perselisihan dalam hal ini membawa dampak positif kepada remaja, di usia ini tugas perkembangan remaja yang harus dijalani ialah:

- a. Memahami masa pubertas
- b. Memberikan penjelasan soal menstruasi bagi anak perempuan serta mimpi basah pada laki-laki sebelum mereka mengalaminya.
- c. Menghargai privasi anak.
- d. Dukung anak untuk melakukan komunikasi terbuka.
- e. Tekanan kepada anak bahwa proses kematangan seksual setiap individu itu berbeda-beda.
- f. Memberikan pemahaman pada remaja bahwa cinta kepada lawan jenis punya batas dan aturan.
- g. Diskusikan tentang perasaan emosional dan seksual (Jannah, 2017).

2. Usia 14-17 tahun

Tugas perkembangan pada usia ini adalah:

- a. Menerima fisiknya sendiri.
- b. Mencapai kemandiriannya emosional dari orang tua atau figure-figur yang mempunyai otoritas.

- c. Mengembangkan keterampilan komunikasi interpersonal dan belajar bergaul dengan teman sebaya atau orang lain baik secara individu maupun kelompok.
- d. Menemukan manusia model yang dijadikan identitas.
- e. Menerima dirinya sendiri dan memiliki kepercayaan terhadap kemampuannya sendiri.
- f. Memperkuat *self control* untuk mengendalikan dirinya.
- g. Mampu meninggalkan reaksi dan penyesuaian diri sikap/perilaku yang kekanak-kanakan.

Adapun beberapa aspek-aspek perkembangan remaja yaitu:

1. Fisik

Laju perkembangan secara umum berlangsung pesat, proporsi ukuran tinggi, berat badan seringkali kurang seimbang dan munculnya ciri-ciri sekunder seperti tumbuhnya kumis pada remaja laki- laki atau rambut–rambut di ketiak atau daerah kemaluan.

2. Psikomotor

Gerak –gerik tampak canggung dan kurang terkoordinasikan serta aktif dalam berbagai jenis cabang permainan. Pada masa ini, remaja akan canggung jika dihadapkan pada lawan jenisnya.

3. Bahasa

Berkembangnya penggunaan Bahasa sandi dan mulai tertarik mempelajari Bahasa asing, menggemari literature yang bernafaskan dan mengandung segi erotik, fastastik, dan estetika.

4. Sosial

Keinginan menyendiri dan bergaul dengan banyak teman tetapi bersifat temporer, serta adanya ketergantungan yang kuat kepada kelompok sebaya disertai semangat konformitas yang tinggi.

5. Perilaku kognitif

- a. Proses berfikir sudah mampu mengoperasikan kaidah-kaidah logika formal (asosiasi, diferensiasi, komparasi, kausalitas) yang bersifat abstrak, meskipun relatif terbatas.
- b. Kecakapan dasar intelektual menjalani laju perkembangan yang terpesat.
- c. Kecakapan dasar khusus (bakat) mulai menunjukkan kecenderungan – kecenderungan yang lebih jelas.

6. Moralitas

- a. Adanya ambivalensi antara kegiatan bebas dari dominasi pengaruh orangtua dengan kebutuhan dan bantuan dari orangtua.
- b. Sikapnya dan cara berfikirnya yang kritis mulai mengkaji kaidah- kaidah atau sistem nilai etis dengan kenyataannya dalam perilaku sehari-hari oleh para pendukungnya.
- c. Mengidentifikasi dengan tokoh moralitas yang dipandang tepat dengan tipe idolanya (Jannah, 2017).

2.2. Pola makan

2.2.1. Defenisi pola makan

Pola makan adalah suatu cara atau usaha dalam pengaturan jumlah dan jenis makanan dengan informasi gambaran yang meliputi mempertahankan kesehatan, status nutrisi, mencegah atau membantu kesembuhan penyakit. Pola makan dan gaya hidup telah membuat masyarakat dihadapi masalah gizi ganda, kelebihan dan kekurangan gizi dapat menimbulkan penyakit. Pola makan merupakan suatu gambaran yang memberikan informasi mengenai macam jumlah makanan yang dimakan setiap hari pada setiap orang atau sekelompok masyarakat. Pola makan yang sering tidak teratur, sering jajan, sering tidak makan pagi dan sama sekali tidak makan siang. Mahasiswa saat ini banyak menggemari makanan cepat saji (*fast food*) seperti mie instan. Ada beberapa dampak yang akan timbul apabila kekurangan atau kelebihan dalam mengkonsumsi makanan (Priwahyuni, 2016).

Dampak dari kelebihan konsumsi makanan yang mengandung kadar lemak maupun kalori tinggi, apabila dikonsumsi tinggi, dan apabila dikonsumsi setiap hari dalam jumlah yang banyak dapat meningkatkan obesitas, gizi lebih, hipertensi, dan beberapa penyakit degeneratif lainnya. Hasil penelitian Larson et al berdasarkan data tahun 2011–2012 menunjukkan bahwa hanya 54% dari Remaja Amerika Serikat yang mengkonsumsi 3 makanan utama yaitu sarapan pagi, makan siang, dan makan malam), sekitar 3 dari 4 remaja konsumsi 2 atau lebih makanan ringan dan minuman setiap hari yang dikonsumsi memberikan

seperempat dari total asupan energi harian. Pengetahuan gizi sebaiknya telah ditanamkan sedini mungkin sehingga apabila seorang dewasa mampu memenuhi kebutuhan energi tubuhnya dengan perilaku makannya karena pengetahuan gizi sangat bermanfaat dalam menentukan apa yang kita konsumsi setiap harinya (Amandatian, 2019).

Pola makan merupakan faktor yang berpengaruh terhadap status gizi. Pola makan dapat dinilai secara langsung dari kualitas dan kuantitas hidangan. Jika susunan hidangan memenuhi kebutuhan tubuh, baik kuantitas maupun kualitasnya, maka akan mendapat kondisi kesehatan yang sebaik-baiknya dan keadaan gizi yang baik pun dapat tercapai (Miko & Dina, 2016).

2.2.2. Faktor-faktor yang mempengaruhi pola makan

Menurut Mary E. Barasi, faktor-faktor yang mempengaruhi pola makan yang terbagi menjadi dua yakni faktor internal dan faktor eksternal.

1) Faktor internal

Faktor fisiologis: rasa lapar atau rasa kebutuhan untuk makan dan rasa kenyang (menghentikan asupan atau mencegah proses makan selanjutnya).

2) Faktor eksternal

a. Budaya

Budaya adalah salah satu faktor penentu dalam pemilihan makanan, budaya memberikan dan memperkuat identitas dan rasa memiliki dan mempertegas perbedaan dari budaya lain. Pengaruh budaya mungkin sangat jelas terlihat pada makanan pokok, sebagian besar hidangan popular

atau tersamar bumbu yang digunakan cara memasak. Temuan bahwa imigran mempertahankan identitas budayanya dengan mempertahankan pilihan makanannya telah dilaporkan oleh banyak penelitian.

b. Agama

Agama sering menentukan konteks pemilihan makanan secara luas, beberapa agama didunia memiliki peraturan tentang makanan yang diperbolehkan, dan kapan makanan tersebut boleh atau tidak boleh dimakan. Larangan ditetapkan mengenai jenis daging, daging secara umum dan cara memasak dan kombinasi makanan juga diatur oleh ketentuan ini. Peraturan mungkin juga meliputi lama puasa, ritual dan perayaan. Penganut agama-agama ini membatasi pilihan makanan mereka, tetapi juga memperoleh rasa identitas.

c. Keputusan etis

Cara menghasilkan makanan dapat dipengaruhi pemilihan makanan. Ada banyak keprihatinan mengenai cara pemeliharaan hewan untuk dimakan dan cara bertani yang merusak lingkungan pendukung suatu prinsip etika mungkin mengubah pilihan makanannya agar sesuai dengan prinsip yang dianutnya, memilih produk organik menjadi vegan atau vegetarian.

3) Faktor ekonomi

Dalam kelompok budaya atau agama maupun, akses terhadap makanan (kemampuan memperoleh makanan) dalam hal uang atau barang penukar merupakan faktor kritis dalam menentukan pilihan makanan. Semakin

tinggi status ekonominya, semakin banyak jumlah dan jenis makanan yang dapat diperoleh. Ini mungkin merupakan akibat dari tidak tersediannya makanan di daerah mereka, kurangnya uang untuk kembali makanan, atau keduanya.

4) Pendidikan / kesadaran tentang lingkungan

Faktor ini berasal dari lingkungan eksternal dan menentukan besarnya perhatian terhadap hal-hal yang berkaitan dengan makanan dan gizi, dan seberapa jauh masalah kesehatan menentukan pilihan makanan. Sebagian besar penghalang, termasuk beberapa faktor eksternal yang dibahas disini, mungkin ikut mempengaruhi proses ini. Pengenalan akan resiko dari diet yang tidak sehat, revalensinya bagi seseorang, dan kemampuan untuk menindak lanjutinya dengan pemilihan makanan.

5) Media dan periklanan

Kedua hal ini memberi informasi tentang beberapa makanan, biasanya makanan yang diproses atau diproduksi dipabrik dan mungkin kurang baik nilai gizinya karena banyak mengandung lemak, garam dan semakin banyak pula permintaan akan produk tersebut. Anak dari keluarga berpenghasilan rendah yang sering menonton televisi paling banyak mengkonsumsi makanan yang diiklankan.

2.2.3. Faktor yang mempengaruhi pola makan dengan body image

Menurut Nathaniel albert, (2018) Kebiasaan makan dapat dipengaruhi terdapat 2 faktor yaitu:

1. Faktor eksternal
 - a. ketersediaan pangan
 - b. status sosio-ekonomi
 - c. kesadaran akan gizi
2. Faktor internal
 - a. Jenis kelamin
 - b. Usia
 - c. *Body image*
 - d. Preferensi makanan dan tingkat kemandirian pola mengkonsumsi makanan yang terus berubah-ubah.

Pada penelitian ini didapatkan hasil yaitu tidak ada hubungan antara *body image* dengan pola makan pada mahasiswa obesitas di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Respati Yogyakarta. Penilaian seseorang terhadap bentuk tubuhnya merupakan suatu hal yang sangat penting dalam hal membangun persepsi dirinya. Seseorang akan merasa percaya diri ketika orang tersebut menyadari bentuk tubuhnya yang sangat ideal dan merasa puas melihat bentuk tubuhnya (Ritan, 2018).

2.2.4. Aspek-aspek pola makan

Tindakan manusia terhadap makan dan makanan dipengaruhi oleh berbagai aspek-aspek yaitu pengetahuan, perasaan, dan persepsi terhadap makann tersebut. Levi dan kawan-kawan (dalam purwaningrum 2008) mengemukakan aspek-aspek pola makan adalah sebagai berikut:

1. Keteraturan makan, seperti memperlihatkan waktu makan (pagi, siang, dan malam). Keteraturan makan ini dilihat dari waktu yang digunakan untuk makan dan apakah setiap waktu-waktu itu dipenuhinya dengan melakukan kegiatan makan.
2. Kebiasaan makan. Kebiasaan makan dalam hal ini dapat dilihat dari beberapa hal, diantaranya dari cara makan, tempat makan dan beberapa aktivitas yang dilakukan ketika makan. Dilihat dari cara makna seperti duduk, berdiri atau sambil berbaring ketika makan. Tempat makan seperti apakah yang dapat membuat peningkatan selera makan dan aktivitas apa saja yang dilakukan ketika sedang makan yang dapat membuat seseorang menghabiskan makanannya.
3. Alasan makan. Makan dilakukan karena tuntutan kebutuhan fisiologis (rasa lapar), kebutuhan psikologis (mood, perasaan, suasana hati), kebutuhan sosial (konformitas antara teman sebaya, gengsi). Bermacam-macam alasan inilah yang membuat seseorang memenuhi kebutuhan makannya tercapai.
4. Jenis makanan yang dimakan. Makan adalah suatu kegiatan yang menyenangkan. Seseorang akan senang dan meningkat selera makannya jika ia disajikan dengan jenis makanan yang ia sukai atau gemari. Ini akan akan berbanding terbalik disaat ia dihidangkan dengan jenis makanan tersebut akan ia hindari bahkan tidak akan disentuh sama sekali.

2.3. *Body Image*

2.3.1. Defenisi *body image*

Body image adalah persepsi seseorang tentang berat badan dan bentuk tubuhnya, ada dua macam jenis *body image* yaitu *body image* negatif dan *body image* positif. *Body image* positif adalah persepsi seseorang yang puas terhadap bentuk tubuhnya, seseorang yang memiliki *body image* positif akan mencerminkan tingginya penerimaan jati diri, rasa percaya diri dan kepeduliannya terhadap kondisi badan dan kesehatan. Sedangkan *body image* negatif adalah persepsi seseorang yang merasa tidak puas dengan bentuk tubuhnya membandingkan dengan yang lain dan merasa malu dan cemas tentang tubuh yang dimiliki sehingga remaja tidak puas dengan dirinya, menjadi sulit menerima diri apa adanya, responsif terhadap pujian, peka terhadap kritik dan pesimis bahkan ada yang sampai melakukan diet demi mendapatkan bentuk tubuh yang diinginkan (Sanjaya, 2018).

Body image lebih sering dikaitkan dengan wanita daripada pria karena wanita cenderung lebih memperhatikan penampilannya Kepedulian terhadap penampilan dan gambaran tubuh yang ideal dapat mengarah kepada upaya obsesif seperti mengontrol berat badan. Pola ini menjadi lebih umum pada remaja putri. Orang dengan tubuh kurang ideal selalu dipersepsikan malas dan mudah puas dengan dirinya, dan banyak dari mereka yang berharap agar berat badannya turun dengan sendirinya. Orang dengan tubuh kurang ideal selalu dipersepsikan malas dan mudah puas dengan dirinya, dan banyak dari mereka yang berharap agar berat

badannya turun dengan sendirinya. Begitu sadar berat badannya bertambah, biasanya orang akan mencoba membatasi makanannya. Hal ini mengakibatkan banyak dari remaja putri yang mengontrol berat badan dengan melakukan diet dan berolahraga untuk membentuk tubuh yang ideal (Yonaniko, 2017).

2.3.2. Faktor-faktor yang mempengaruhi *body image*

Faktor yang mempengaruhi *body image* menurut (Ramands riskha, 2019)

1. Kepercayaan diri. Akan semakin rendah tingkat kepercayaan dirinya.
2. Perilaku diet. hubungan negatif antara body image dan perilaku diet pada remaja putri, semakin positif body image seseorang maka frekuensi untuk melakukan diet semakin kecil. Sebaliknya, jika semakin negatif body image seseorang maka frekuensi untuk melakukan diet semakin besar.
3. Pola makan yang berlebihan.

2.3.3. Gangguan *body image*

Gangguan *body image* adalah perubahan persepsi tubuh yang diakibatkan oleh perubahan ukuran, bentuk, struktur, fungsi, keterbatasan, makna dan objek seseorang obesitas atau kegemukan merupakan suatu masalah yang ditakuti oleh para wanita.Papalia dan Olds (1995) mengatakan bahwa obesitas atau kegemukan terjadi jika individu mengkonsumsi kalori yang berlebihan dari yang mereka butuhkan. Secara umum obesitas adalah kelebihan berat badan yang jauh melebihi berat badan normal. Seseorang yang memiliki berat badan 20% lebih tinggi dari berat badannya yang normal dianggap mengalami obesitas. Wanita memiliki lemak tubuh yang lebih banyak dibandingkan pria, dimana perbandingan yang

normal antara lemak tubuh dan berat badan adalah sekitar 25-30% bagi wanita dan 18-23% pada pria. Seorang wanita dikatakan obesitas apabila lemak pada tubuhnya lebih dari 30% dan pria memiliki lemak lebih 25% (Fernando, 2019).

2.3.4. Pengukuran body image

Berdasarkan hasil dari peneliti dengan menyebarkan kuesioner pada responden. Dan berdasarkan hasil dari penelitian (Widya, 2019) yang telah dilakukan sebelumnya mengenai pada *body image* Cash dan Pruzinsky (2002) mengemukakan ada lima aspek dalam pengukuran *body image*, yaitu:

1. *Appearance evaluation* (evaluasi penampilan) yaitu mengukur penampilan secara keseluruhan, seperti ukuran, bentuk, dan berat tubuh idealnya. Hal yang diukur berkaitan dengan yang berpengaruh terhadap penampilan dirinya, sehingga mendapatkan hasil menarik atau tidak menarik serta memuaskan atau tidak memuaskan.
2. *Appearance orientation* (orientasi penampilan) yaitu perhatian individu terhadap penampilan dirinya dan usaha yang dilakukan untuk memperbaiki dan meningkatkan penampilan dirinya. Usaha yang biasa dilakukan dapat melalui pakaian, rambut, diet dan praktik perawatan serta dapat melakukan bedah plastik.
3. *Body area satisfaction* (kepuasan terhadap bagian tubuh) yaitu mengukur kepuasaan individu terhadap bagian tubuhnya secara spesifik. Bagian tubuh yang dapat diukur seperti, wajah dan rambut atau tubuh bagian atas seperti dada, bahu, lengan, tubuh bagian tengah seperti pinggang dan perut, tubuh

- bagian bawah seperti pinggul, paha, bokong, kaki, serta bagian tubuh secara keseluruhan.
4. *Overweight preoccupation* (kecemasan menjadi gemuk) yaitu mengukur kewaspadaan individu terhadap bertambahnya berat badan. Kecemasan tersebut dapat berdampak pada kecenderungan untuk melakukan diet dan membatasi pola makan.
 5. *Self-classified weight* (Pengkategorian ukuran tubuh) yaitu mengukur cara pandang individu untuk mempersepsi dan menilai berat badannya. Pengkategorian terbagi dari sangat kurus sampai sangat gemuk.

2.3.5. Aspek-aspek *body image*

Menurut (Wicaksana, 2019) Penelitian-penelitian sebelumnya mengenai *body image* pada umumnya menggunakan Multi aspekonal *Body Self Questionnaire-Appearance Scales* (MBRSQ-AS) yang dikemukakan oleh Cash. Aspek-aspek yang ada pada MBRSQ-AS. (Cash & Pruzinsky, 2002:146) mengemukakan lima aspek dalam *body image*, yaitu :

1. *Appearance Evaluation*

Evaluasi penampilan, yaitu mengukur evaluasi dari penampilan dan keseluruhan tubuh, apakah menarik atau tidak menarik serta memuaskan dan tidak memuaskan.

2. *Appearance Orientation*

Orientasi penampilan, yaitu perhatian individu terhadap penampilan dirinya dan usaha yang dilakukan untuk memperbaiki dan meningkatkan penampilan dirinya.

3. *Body Area Satisfaction*

Kepuasan area tubuh, yaitu mengukur kepuasan individu terhadap bagian tubuh secara spesifik, seperti wajah, tubuh bagian atas (dada, bahu, lengan), tubuh bagian tengah (pinggang, perut), tubuh bagian bawah (pinggul, paha, bokong, kaki), serta bagian tubuh secara keseluruhan.

4. *Overweight Preoccupation*

Kecemasan menjadi gemuk, yaitu mengukur kecemasan terhadap kegemukan, kewaspadaan individu terhadap berat badan, kecenderungan melakukan diet untuk menurunkan berat badan dan membatasi pola makan.

5. *Self-Classified Weight*

Pengkategorian ukuran tubuh, yaitu mengukur bagaimana individu mempersepsi dan menilai berat badannya, dari sangat kurus sampai sangat gemuk.

2.4. Hubungan Body Image Dengan Pola Makan

Penelitian terkait mengenai *body image* mempengaruhi gaya hidup pada wanita khususnya cara berpakaian, pola makan dan perilaku serta persepsi diri terhadap body image. Body image dikembangkan melalui interaksi terhadap orang lain dan lingkungan sosial. Hal ini menyebabkan bentuk tubuh ideal berbeda antara budaya, umumnya bentuk tubuh ideal bagi wanita, *body image* yang negatif

akan menimbulkan ketidakpuasan emosional, kepercayaan diri yang rendah dan gangguan makan. Hasil penelitian diukur dari penilaian responden terhadap bentuk tubuhnya yang dilihat dari gambar skala bentuk tubuh. Sebagian besar (71,7%) responden memiliki *body image* positif dan (28,3%) negatif. Berdasarkan hasil pola makan menunjukkan 53 responden, didapatkan distribusi frekuensi pola konsumsi makan (47,2%). Artinya pola makan responden belum beragam dan belum memenuhi zat gizi yang dibutuhkan responden (Sembiring, 2018).



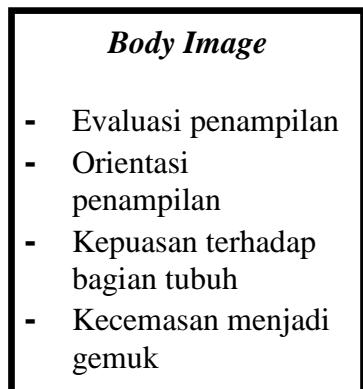
BAB 3 KERANGKA KONSEP DAN HIPOTESIS PENELITIAN

3.1. Kerangka Konsep

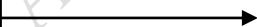
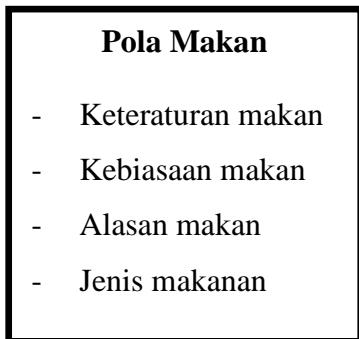
Kerangka konseptual adalah sarana pengorganisasian fenomena yang kurang formal dari pada teori. Seperti teori model konseptual berhubungan dengan abstraksi (konsep) yang disusun berdasarkan relevansinya dengan tema umum (Polit, 2012).

Bagan 3.1 Kerangka konsep Penelitian Hubungan *Body Image* dengan Pola Makan pada Mahasiswa selama Masa Pandemi COVID-19 di STIKes Santa Elisabeth Medan Tahun 2021

Variabel Independen



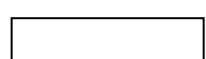
Variabel Dependen



Keterangan:



: Variabel yang diteliti



: Variabel yang tidak diteliti



: Hubungan antar variabel

3.2 Hipotesis Penelitian

Hipotesis adalah diprediksi hampir selalu merupakan tentang prediksi antar hubungan variabel. Hipotesis ini diprediksi bisa menjawab pertanyaan. Hipotesis kadang-kadang mengikuti dari kerangka teoritis. Validitas teori dievaluasi melalui pengujian hipotesis (Polit, 2012). Hipotesis dalam penelitian ini adalah:

Ha : Ada hubungan *body image* dengan pola makan pada mahasiswa tingkat 4 selama masa pandemi COVID-19 di STIKes Santa Elisabeth Medan Tahun 2021.



BAB 4 METODE PENELITIAN

4.1 Rancangan Penelitian

Metode penelitian adalah teknik yang digunakan peneliti untuk menyusun studi dan untuk mengumpulkan dan menganalisa informasi yang relevan dengan pertanyaan peneliti. Rancangan peneliti merupakan hasil akhir dari suatu tahap keputusan yang dibuat oleh peneliti berhubungan dengan bagaimana suatu penelitian bisa diterapkan (Nursalam, 2020).

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini dengan menggunakan survei analitik dengan metode pendekatan *cross sectional*. Pendekatan *cross sectional* adalah jenis penelitian yang menekankan waktu pengukuran atau observasi data variabel independen dan dependen hanya satu kali pada waktu yang sama dengan tujuan untuk menggambarkan status fenomena atau hubungan pada titik waktu tertentu (Nursalam, 2020). Rancangan penelitian ini untuk mengetahui hubungan *body image* dengan pola makan pada mahasiswa tingkat 4 selama masa pandemi COVID-19 STIKes Santa Elisabeth Medan tahun 2021.

4.2 Populasi dan sampel

4.2.1 Populas

Populasi adalah seluruh kumpulan individu atau elemen yang memenuhi kriteria pengambilan sampel. Populasi tidak terbatas pada subjek manusia (Grove, 2017). Populasi yang akan diteliti dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa tingkat 4 Ners di STIKes Santa Elisabeth Medan berjumlah 110 orang.

4.2.2 Sampel

Pengambilan sampel adalah proses pemilihan sebagian populasi. Sampel terdiri atas bagian populasi terjangkau yang dapat dipergunakan sebagai subjek penelitian melalui teknik sampling (Nursalam, 2020). Pengambilan sampel adalah proses memilih sebagian dari populasi untuk mewakili seluruh populasi. Sampel adalah bagian dari elemen populasi, suatu elemen adalah unit paling mendasar tentang informasi yang dikumpulkan.

Teori pengambilan sampel dikembangkan untuk menentukan secara sistematis yang paling efektif cara untuk mendapatkan sampel yang secara akurat mencerminkan populasi yang diteliti. Pengambilan sampel melibatkan pemilihan kelompok orang, peristiwa, perilaku, atau elemen lain yang dapat digunakan untuk melakukan penelitian (Grove, 2017).

Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini dengan teknik total *sampling*. Total sampling yaitu metode pengambilan sampel dimana jumlah populasi atau subjek yang akan diteliti (Sugiyono, 2007).

Sampel pada penelitian ini adalah mahasiswa Ners tingkat 4 Di STIKes Santa Elisabeth Medan sejumlah 108 orang.

4.3 Variabel penelitian dan definisi operasional

1. Variabel penelitian

2. Variabel independen (variabel bebas)

Variabel independen adalah penyebab atau prediktor, tergantung dari desain penelitian (Grove, 2017). Adapun variabel independen pada penelitian ini adalah *body image*.

3. Variabel dependen (variabel terikat)

Variabel dependen adalah entitas peneliti untuk menghasilkan memodifikasi, atau memprediksi (Grove, 2017). Variabel dependen pada penelitian ini adalah pola makan yang menjadi variabel terikat pada *body image*.

4.3.1 Definisi operasional

Definisi operasional adalah definisi berdasarkan karakteristik yang diamati dari suatu yang didefinisikan tersebut. Karakteristik yang dapat diamati (diukur) itulah yang merupakan kunci definisi operasional (Nursalam,2020).

Table 4.1 Definisi Operasional Hubungan *Body Image* Dengan Pola Makan Pada Mahasiswa Tingkat 4 Selama Masa Pandemi COVID-19 STIKes Santa Elisabeth Medan Tahun 2021

Variabel	Definisi	Indikator	AlatUkur	Skala	Skor
<i>Body Image</i>	<i>Body image</i> adalah persepsi mahasiswa tingkat IV tentang berat badan dan bentuk tubuh yang tidak diinginkan	1. Evaluasi penampilan. 2. Orientasi penampilan. 3. Kepuasan terhadap bagian tubuh. 4. Kecemasan menjadi gemuk. 5. Pengkategorian ukuran tubuh.	Kuesioner dengan menggunakan skala likert	O r d i n a l	11-32 (Rendah) (Tinggi)
Pola Makan	Pola makan adalah suatu cara atau usaha mahasiswa dalam pengaturan jumlah dengan jenis makanan yang dikonsumsi untuk mempertahankan status kesehatannya.	1. Keteraturan makan. 2. Kebiasaan makan. 3. Alasan makan. 4. Jenis makanan	Kuesioner dengan menggunakan skala likert	O r d i n a l	22-65 (Rendah)) 66-110 (Tinggi)

4.4 Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian adalah alat yang digunakan untuk mengumpulkan data agar penelitian dapat berjalan dengan baik (Polit & Beck, 2012). Pada tahap pengumpulan data, diperlukan suatu instrumen yang dapat diklasifikasikan menjadi 5 bagian meliputi pengukuran biologis, observasi, wawancara, kuesioner, dan skala. Instrumen yang digunakan oleh peneliti berupa kuesioner. Kuesioner

yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari data demografi *body image* dengan pola makan mahasiswa sebagai berikut.

1. *Body Image*

Kuesioner *body image* diadopsi dari penelitian Putri (2012) pengukuran dalam penelitian ini menggunakan skala *likert* dengan 11 pertanyaan yang terdiri dari pertanyaan positif dan negatif. Jawaban pertanyaan positif terdiri dari sangat setuju (SS)= 5, setuju (S)= 4, kurang setuju (KS)= 3 tidak setuju (TS)= 2, sangat tidak setuju (STS)= 1. Sedangkan jawaban pernyataan negatif bernilai sangat setuju (SS)= 1, setuju (S)= 2, kurang setuju (KS)= 3, tidak setuju (TS)= 3, dan sangat tidak setuju (STS)= 5. Indikator instrumen terdiri dari, evaluasi penampilan, orientasi penampilan, kepuasan terhadap bagian tubuh, kecemasan menjadi gemuk, pengkategorian ukuran tubuh.

Jadi, interval dalam kuesioner *body image* adalah 22. Penilaian *body image* dikategorikan atas:

1. Rendah= 11-32
2. Tinggi= 33-55

Perhitungan nilai skor *body image* dengan menggunakan rumus statistik:

$$P = \frac{\text{Nilai tertinggi} - \text{nilai terendah}}{\text{Banyak kelas}}$$

$$P = \frac{11 \times 5 - 11 \times 1}{2}$$

$$P = \frac{55 - 11}{2}$$

$$P = \frac{44}{22}$$

$$P = 22$$

1. Pola makan

Instrumen pola makan diadopsi dari penelitian Putri (2012) pengukuran dalam penelitian ini menggunakan skala *likert* dengan 22 pertanyaan. Indikator pertanyaan positif dan negatif. Jawaban pertanyaan positif terdiri dari sangat setuju (SS)= 5, setuju (S)= 4, kurang setuju (KS)= 3 tidak setuju (TS)= 2, sangat tidak setuju (STS)= 1. Sedangkan jawaban pernyataan negatif bernilai sangat setuju (SS)= 1, setuju (S)= 2, kurang setuju (KS)= 3, tidak setuju (TS)= 3, dan sangat tidak setuju (STS)= 5. Indikator instrumen terdiri dari, keteraturan makan, kebiasaan makan, alasan makan, jenis makanan.

Perhitungan nilai skor pola makan dengan menggunakan rumus statistik

$$P = \frac{\text{Nilai tertinggi} - \text{nilai terendah}}{\text{Banyak kelas}}$$

$$P = \frac{22 \times 5 - 22 \times 1}{2}$$

$$P = \frac{110 - 22}{2}$$

$$P = \frac{88}{2}$$

$$P = 44$$

Jadi, interval dalam kuesioner pola makan adalah 44. Penilaian pola makan dikategorikan atas:

1. Rendah= 22-65

2. Tinggi= 66-110

4.5 Lokasi dan Waktu

4.5.1 Lokasi penelitian

Penelitian dilakukan di pendidikan STIKes Santa Elisabeth Medan didasarkan pada pertimbangan bahwa pendidikan tersebut memiliki jumlah mahasiswa yang mencapai untuk dijadikan sampel penelitian dan didukung dengan tempat tinggal responden yang mudah dijangkau oleh peneliti. Kondisi ini mempermudah peneliti dalam pelaksanaan peneliti.

4.5.2 Waktu penelitian

Penelitian ini dilaksanakan pada bulan di mulai 12 April- 28 April 2021 dengan bimbingan , survei awal, pengambilan data dan seminar.

4.6. Prosedur pengambilan dan pengumpulan data

4.6.1 Pengambilan data

Pengambilan data dimulai dengan membuat grup *WhatsApp* setelah grup sudah tersedia langkah selanjutnya pemberian *informed consent* sebagai tanda kesediaan menjadi sampel maka akan menuliskan nama inisial pada link *google form* yang telah disediakan oleh peneliti. Sedangkan data primer diperoleh oleh peneliti dari subyek penelitian secara online melalui kuesioner yang telah dibagikan dalam *google form*. Data primer dalam penelitian ini adalah semua data yang diperoleh menggunakan lembar kuesioner yang disebarluaskan secara online kepada responden dengan memperhatikan protokol kesehatan dimana peneliti dilakukan secara bertahap yaitu pada tanggal 12 April 2021 disebarluaskan kuesioner ke grup *WhatsApp* dengan jumlah 54 orang, 14 April 2021 sebanyak 24 orang,

dan tanggal 17 April 2021 sebanyak 30 orang. Dan data sekunder adalah data tidak langsung memberikan data pada pengumpulan data, misalnya lewat dokumentasi. Data sekunder dalam penelitian ini adalah data jumlah mahasiswa STIKes Santa Elisabeth Medan. Jumlah dalam mahasiswa Ners tingkat 4 berjumlah 110, didalam penelitian mahasiswa yang menjadi responden sejumlah 108, mahasiswa yang tidak ikut serta dalam penelitian ini berjumlah 1 orang dikarenakan responden tersebut tidak memiliki jaringan pada saat pengisian kuesioner. Peneliti dalam penelitian tersebut tidak mengikuti penelitian tersebut sebagai responden dikarenakan peneliti telah menjadi bagian dari penelitian.

4.6.2 Teknik pengumpulan data

Pengumpulan data aktual dalam studi kuantitatif seringkali berjalan sesuai dengan rencana yang telah ditetapkan sebelumnya (Polit & Beck, 2012). Peneliti melakukan pengumpulan data secara langsung. Peneliti melakukan uji etik yang dilakukan oleh komite etik terlebih dahulu kemudian sesudah mendapatkan hasil uji etik maka selanjutnya meminta surat penelitian dari STIKes Santa Elisabeth Medan Surat penelitian yang diberikan akan dibuat sebagai bukti izin penelitian kepada mahasiswa Program Studi Ners tingkat 4 STIKes Santa Elisabeth Medan. Pada saat pengambilan data, peneliti terlebih dahulu menginventarisasi seluruh nomor handphone tingkat 4 dan mengundang kegrup *WhatsApp* yang akan dilakukan peneliti. Kemudian peneliti menjelaskan kepada responden yang telah diundang kegrup *WhatsApp* dengan mensosialisasikan kesediaan waktu dan tanggal kepada responden.

Setelah kuesioner telah disediaakan oleh peneliti maka penelitian akan dilakukan di group *WhatsApp*. Akhir dari itu peneliti akan meminta setiap responden mengisi kuesioner melalui *link google form* dimana terlebih dahulu meminta kesediaan menjadi responden dengan membaca *informed constent* yang telah disediakan peneliti.

Pengumpulan data melalui *link google form* akan dilakukan selama responden bersedia meluangkan waktu untuk mengisi kuesioner peneliti. Adapun langkah-langkah dan tata cara melakukan *link google form* selama penelitian antara peneliti dan responden sebagai berikut:

a. Langkah-langkah membuat *link google form*

1. Peneliti membuat *link google form* di google chrome satu hari sebelum mengirim kegroup *WhatsApp*.
2. Mengirim *link google form* pada responden melalui grup *WhatsApp*.

Peneliti *Body image* dilakukan dengan menggunakan *link google form*, berikut

link

https://docs.google.com/forms/d/1a_9sXBIGzkYXIwpzaPnhK8f9xa5SOCp3pNB7sbPYpZg/edit?usp=sharing, dan penelitian pada pola makan yang telah disediakan oleh penelti, *link goole form* pola makan ada mahasiswa akan dikirim melalui grup *WhatsApp* yang telah disediakan oleh peneliti <https://docs.google.com/forms/d/12wxcmxflqrG9XUhpnfNtqBSCTQtdUAvt7IuscMEVguk/edit?usp=sharing>.

4.6.3. Ujivaliditas dan reliabilitas

I. Uji validitas

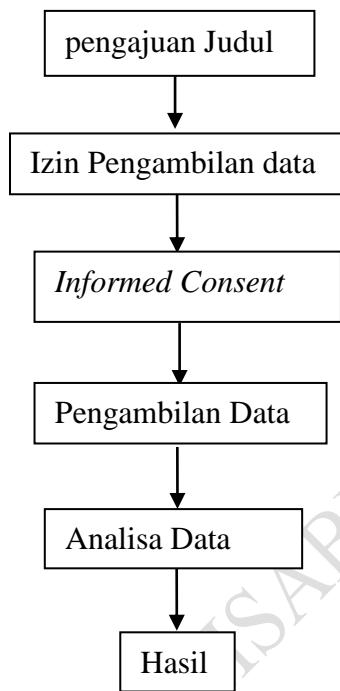
Uji validitas adalah suatu indeks yang menunjukkan alat itu benar-benar mengukur apa yang diukur validitas merupakan suatu ukuran yang menunjukkan tingkat-tingkat valid suatu instrumen yang dimana uji validitas ditetapkan dengan membandingkan nilai r hasil dengan r tabel (Polit & Beck, 2012). Uji validitas sebuah instrumen dikatakan valid jika r hitung $>$ dari r tabel (0,361). Pada penelitian ini peneliti tidak melakukan uji validitas pada variabel *body image* dan pola makan karena peneliti menggunakan kuesioner yang sudah baku oleh (Chairiah, 2012). Dengan nilai valid untuk variabel *body image* dan pola makan diatas 0,361 (Chairiah, 2012).

II. Uji reliabilitas

Uji reliabilitas merupakan indikator penting kualitas suatu instrumen. Uji reliabilitas dilakukan dengan menggunakan rumus *cronbach's alpha*. Kriteria pengujinya adalah jika nilai *cronbach's alpha* $>$ r tabel maka konsisten dan tidak reliabel. Pada penelitian ini peneliti tidak lagi melakukan uji reliabilitas pada kuesioner *body image* dan pola makan karena peneliti menggunakan kuesioner yang sudah baku oleh (Chairiah, 2012). Dengan nilai *cronbach's alpha* *body image* dan pola makan masing-masing 0,924 (Chairiah, 2012).

4.7 Kerangka operasional

Bagan 4.2 Kerangka Operasional Penelitian Hubungan *Body Image* Dengan Pola Makan Pada Mahasiswa Tingkat 4 Selama Masa Pandemi COVID-19 Di STIKes Santa Elisabeth Medan



4.8 Pengumpulan data

Pengumpulan data adalah pengumpulan informasi yang tepat dan sistematis yang relevan dengan tujuan penelitian pada tujuan yang spesifik pertanyaan-pertanyaan dan hipotesis sebuah penelitian (Nursalam, 2020).

Setelah semua data terkumpul, peneliti akan memeriksa apakah semua daftar pertanyaan telah diisi. Kemudian peneliti melakukan proses:

1. *Editing*

Merupakan kegiatan memeriksa kembali kuesioner yang telah diisi pada saat pengumpulan data. Kegiatan-kegiatan yang dapat dilakukan dengan memeriksa apakah semua pertanyaan yang diajukan responden dapat dibaca,

memeriksa apakah semua pertanyaan yang diajukan kepada responden telah dijawab, memeriksa apakah isian yang diperoleh sesuai dengan tujuan yang ingin dicapai peneliti, memeriksa apakah masih ada kesalahan-kesalahan lain yang terdapat pada kuesioner.

2. *Coding*

Merupakan kegiatan merubah data berbentuk huruf menjadi angka atau bilangan. Kemudian memasukkan data satu persatu ke dalam file data komputer sesuai dengan paket program statistik komputer yang digunakan.

3. *Tabulating*

Merupakan proses pengolahan data serta pengambilan kesimpulan data dimasukkan ke dalam bentuk tabel yang bertujuan untuk membuat tabel-tabel yang dapat memberikan gambaran statistik.

4.9 Analisa Data

Analisa data merupakan bagian yang sangat penting untuk mencapai tujuan pokok penelitian, yaitu jawaban pertanyaan-pertanyaan penelitian yang mengungkapkan fenomena, melalui berbagai macam uji statistik. Statistik merupakan alat yang sering diperlukan pada penelitian kuantitatif. Salah satu fungsi statistika ada menyederhanakan data yang berjumlah sangat besar menjadi informasi yang sederhana dan mudah dipahami oleh pembaca untuk membuat keputusan, statistika memberikan metode bagaimana memperoleh data dan menganalisis data pada proses mengambil suatu kesimpulan berdasarkan data tersebut. Tujuan mengolah data dengan statistik maupun keilmuan, dalam hal ini

statistika berguna saat menetapkan bentuk dan banyak data yang diperlukan disamping itu, juga terlibat dalam pengumpulan tabulasi dan penafsiran data (Nursalam,2020). Analisa data yang digunakan dalam penelitian ini adalah :

1. Analisa univariat bertujuan untuk menjelaskan karakteristik setiap variabel penelitian (Polit & Beck, 2012). Dalam penelitian ini, analisa yang digunakan untuk mengetahui gambaran distribusi frekuensi meliputi data demografi (usia, agama, suku), *body image* dan pola makan.
2. Analisa bivariat data suatu penelitian, biasanya melalui prosedur bertahap antara lain: analisis deskriptif yang bertujuan untuk menjelaskan atau mendeskripsikan karakteristik setiap variabel penelitian atau analisis bivariat dilakukan terhadap dua variabel yang diduga memiliki hubungan korelasi atau pengaruh (Nursalam, 2020). Untuk melihat apakah ada hubungan antara variabel independen dan dependen maka dilakukan bivariate *uji chi square*.

Dalam kuesioner dikumpulkan dan dianalisa, kemudian data yang diperoleh dengan bantuan komputer dengan tiga tahap. Tahap *editing* yaitu, memeriksa kebenaran data dan memastikan data yang diinginkan dapat diperbarui, tahap kedua *coding* dalam. Langkah ini penelitian merubah jawaban responden menjadi bentuk angka yang berhubungan dengan variabel penelitian untuk memudahkan dalam pengolahan data. Setelah itu akan dilanjutkan tahap kedua *koding*, disini peneliti memasukan data ke komputer berupa angka yang telah ditetapkan dalam kuesioner, ketiga *Scoring* dalam langkah ini peneliti menghitung skor yang diperoleh setiap responden berdasarkan jawaban atas pertanyaan yang diajukan peneliti. *Tabulating* yaitu data yang terkumpul

ditabulasi dalam bentuk tabel, keempat *tabulation* memasukkan hasil perhitungan kedalam bentuk tabel untuk melihat persentase dari jawaban pengolahan data, dan kelima *analisis* data dilakukan terhadap kuesioner.

Analisa yang digunakan dalam penelitian ini adalah Analisis Bivariat yang digunakan untuk menganalisis hubungan antara kedua variabel yang diduga memiliki hubungan dan membuktikan hipotesis kedua variabel. Uji yang digunakan dalam penelitian ini yaitu menggunakan uji *chi-square*. Semua hipotesis untuk kategorik tidak berpasangan menggunakan *chi-square* bila memenuhi syarat. Syarat *chi-square* adalah sel yang mempunyai nilai *expected* kurang dari lima maksimal 20% dari jumlah sel. Untuk perbandingan proporsi gunakan *chi-square for proportion* untuk trend gunakan *chi square for trend (linear by linear association)* Untuk table 2x2.

Uji statistik yang digunakan untuk menguji antar 2 variabel penelitian yaitu antara *body image* dengan pola makan dengan tingkat kepercayaan 95% dimana taraf signifikan sebesar 0,05, sehingga bila ditemukan hasil analisis statistik ($p < 0,05$), maka variabel dinyatakan berhubungan secara signifikan.

4.10. Etika Penelitian

Penelitian mendapatkan izin penelitian dari STIKes Santa Elisabeth Medan peneliti akan melaksanakan pengumpulan data penelitian. Ada pelaksanaan, calon responden diberikan penjelasan tentang informasi dan penelitian yang akan dilakukan apabila calon responden menyetujui maka penelitian memberikan lembar *informed consent* dan responden menandatangnani

lembar *informed consent*. Jika responden menolak maka peneliti akan tetap menghormati haknya. Subjek mempunyai hak untuk meminta bahwa data yang diberikan harus dirahasiakan. Kerahasiaan informasi yang diberikan oleh responden dijamin oleh peneliti.

Menurut polit dan Beck (2012) berikut prinsip dasar penerapan etik penelitian yang menjadi standar perilaku etis dalam sebuah penelitian antara lain.

1. *Respect for person*

Penelitian mengikuti sertakan responden harus menghormati martabat responden sebagai manusia. Responden memiliki otonomi dalam menentukan pilihannya sendiri. Adapun pilihannya harus senantiasa dihormati dan tetap menjaga keamanan terhadap kerugian penelitian pada responden yang memiliki kekurangan otonomi. Beberapa tindakan yang terkait dengan prinsip menghormati harkat dan martabat responden adalah peneliti mempersiapkan formulir persetujuan (*Informed consent*) yang diserahkan kepada responden.

2. *Beneficince & Maleficience*

Penelitian yang dilakukan harus memaksimalkan kebaikan atau keuntungan dan meminimalkan kerugian atau kesalahan terhadap responden penelitian.

3. *Justice*

Responden penelitian harus diperlakukan secara adil dalam hal beban dan manfaat dari partisipasi dalam penelitian. Peneliti harus mampu memenuhi prinsip keterbukaan pada semua responden penelitian. Semua responden diberikan perlakuan yang sama sesuai prosedur penelitian.

Masalah etika penelitian yang harus diperhatikan antara lain sebagai berikut:

1. *Informed Consent*

Merupakan bentuk persetujuan antara peneliti dengan responden dengan memberikan lembaran persetujuan. Informed consent tersebut akan diberikan sebelum penelitian dilakukan dengan memberikan lembaran persetujuan untuk menjadi responden. Tujuan informed consent adalah agar mengerti maksud dan tujuan penelitian, dan mengetahui dampaknya. Jika subjek bersedia, maka calon responden akan menandatangani lembar persetujuan. Jika responden tidak bersedia maka peneliti akan menghormati hak responden.

2. *Anonymity (tanpa nama)*

Memberikan jaminan dalam penggunaan subjek pengertian dengan cara tidak memberikan atau mencantumkan nama responden pada lembar atau alat ukur dan hanya menuliskan kode pada lembar pengumpulan data atau hasil penelitian yang akan disajikan.

3. *Confidentiality (Kerahasiaan)*

Memberikan jaminan kerahasiaan hasil penelitian, baik informasi maupun masalah-masalah lainnya. Semua informasi yang telah dikumpulkan dijamin kerahasiaannya oleh peneliti, hanya kelompok data tertentu yang akan dilaporkan pada hasil riset.

Pada penelitian ini, pertama sekali peneliti mengajukan permohonan izin peneliti kepada Ketua STIKes Santa Elisabeth Medan, kemudian surat izin dan

kampus diserahkan ke Kaprodi STIKes Santa Elisabeth Medan untuk mendapat persetujuan penelitian. Setelah mendapatkan persetujuan untuk melakukan penelitian, maka peneliti melakukan pengumpulan data awal penelitian. Selanjutnya pada tahap pelaksanaan peneliti, peneliti memberikan penjelasan kepada responden tentang tujuan dan prosedur penelitian yang dilakukan terhadap responden. Selanjutnya jika responden bersedia turut serta dalam penelitian sebagai subjek maka responden terlebih dahulu menandatangani lembaran persetujuan (*informed Consent*). Kemudian peneliti memulai penelitian sesuai dengan penjelasan dan prosedur yang telah disepakati. Peneliti menghargai hak-hak otonomi responden dalam melakukan penelitian, tidak ada pemaksaan kehendak terhadap subjek penelitian. Peneliti menjaga kerahasiaan dari informasi yang diberikan oleh responden dan tidak mencantumkan nama responden dalam pengumpulan data penelitian. Sebelum dilaksanakannya penelitian dilakukan uji etik No. 0137 oleh komite etik penelitian STIKes Santa Elisabeth Medan.



BAB 5 HASIL DAN PEMBAHASAN

5.1. Gambaran Lokasi Penelitian

Penelitian dilakukan mulai pada bulan April yang bertempat di Institusi STIKes Santa Elisabeth Medan yang berlokasi di Jalan Bunga Terompet No.118 Pasar 8 Kecamatan Medan Selayang, Kelurahan Sempakata Padang Bulan Medan.

STIKes Santa Elisabeth Medan adalah Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan yang berlokasi di Jalan Bunga Terompet No.118 Pasar 8 Padang bulan Medan. Institusi ini merupakan karya pelayanan dalam pendidikan yang didirikan oleh Kongregasi Fransiskus Santa Elisabeth (FSE) Medan yang dibangun pada tahun 1931. Mulanya sekolah ini bergabung dengan Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan yang terletak di Jalan Haji Misbah No.7 karena adanya kebutuhan tenaga perawat maka pada tanggal 9 juni 1959 berdiri dengan nama Sekolah Pengatur Rawat A (SPRA). Demikian juga dengan tenaga kebidanan maka pada tanggal 25 Maret 1969 dibuka sekolah bidan. Delapan tahun kemudian tepatnya tahun 1978, SPRA dikonversi menjadi Sekolah Perawat Kesehatan (SPK).

Sesuai dengan tuntutan perkembangan pendidikan, dibutuhkan badan hukum yang terpisah menyelenggarakan pendidikan, maka pada tahun 2006 berdirilah Yayasan Widya Fraliska yang dimulai saat itu segala pengelolaan D3 keperawatan dan kebidanan Santa Elisabeth Medan beralih menjadi Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKes) berlokasi di jalan Bunga Terompet No. 118 Pasar 8 Padang Bulan dan membuka Program Studi S1 Keperawatan. Pada

tanggal 24 September 2012 STIKes Santa Elisabeth Medan sudah menyelenggarakan Program Studi Ners Tahap Profesi.

Saat ini STIKes Santa Elisabeth Medan mempunyai 7 program studi yaitu D3 Keperawatan, D3 Kebidanan, Prodi Ners tahap Akademik dan tahap Profesi, Sarjana Terapan Teknologi Laboratorium Medik (TLM), Sarjana terapan Manajemen Informasi Kesehatan (MIK), dan Sarjana Gizi (SK).

Adapun motto “Ketika Aku Sakit Kamu Melawat Aku (Matius 25 : 36)” dengan visi dan misi sebagai berikut :

Visi STIKes Santa Elisabeth Medan

Menjadi institusi pendidikan kesehatan yang unggul dalam pelayanan kegawat daruratan berdasarkan Daya Kasih Kristus yang menyembuhkan sebagai tanda kehadiran Allah dan mampu berkompetisi di tingkat nasional tahun 2022.

Misi STIKes Santa Elisabeth Medan

1. Menyelenggarakan kegiatan pendidikan berkualitas yang berfokus pada pelayanan kegawat daruratan berdasarkan Daya Kasih Kristus yang menyembuhkan.
2. Menyelenggarakan penelitian di bidang kegawat daruratan berdasarkan *evidence based practice*
3. Menyelenggarakan pengabdian kepada masyarakat sesuai dengan kompetensi dan kebutuhan masyarakat.
4. Mengembangkan tata kelola yang transparan, akuntabel, dan berkomitmen.
5. mengembangkan kerja sama dengan institusi dalam dan luar negeri yang terkait dalam bidang kegawat daruratan.

5.2. Hasil Penelitian

Pada BAB ini menguraikan hasil penelitian dan pembahasan mengenai hubungan *body image* dengan pola makan pada mahasiswa tingkat 4 selama masa pandemi covid 19 di STIKes Santa Elisabeth Medan. Penelitian ini dimulai dari 12 April – 29 April 2021. Responden pada penelitian ini adalah mahasiswa STIKes Santa Elisabeth Medan dengan jumlah responden dalam penelitian ini berjumlah 108 orang.

5.2.1. Body Image Pada Mahasiswa Tingkat 4 Selama Masa Pandemi Covid 19 Di STIKes Santa Elisabeth Medan

Dari penelitian yang dilakukan peneliti diperoleh hasil penelitian mengenai *body image* pada mahasiswa tingkat 4 selama masa pandemi covid 19 di STIKes Santa Elisabeth Medan yang dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel 5.1 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan *Body Image* Pada Mahasiswa Tingkat 4 Selama Masa Pandemi Covid 19 STIKes Santa Elisabeth Medan Tahun 2021

No.	<i>Body Image</i>	Frekuensi (F)	Persentase (%)
1.	Tinggi	49	45,4
2	Rendah	59	54,6
	Total	108	100

Berdasarkan hasil analisis tabel 5.1 diperoleh bahwa *Body image* pada mahasiswa berada dalam kategori tinggi sebanyak 49 responden (45,4%), dan kategori rendah sebanyak 59 responden (54,6%).

5.2.2 Pola Makan Pada Mahasiswa Tingkat 4 Selama Masa Pandemi Covid 19 STIKes Santa Elisabeth Medan

Dari penelitian yang dilakukan peneliti diperoleh hasil penelitian mengenai pola makan pada mahasiswa tingkat 4 selama masa pandemi covid 19 STIKes Santa Elisabeth Medan yang dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel 5.2 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pola Makan Pada Mahasiswa Tingkat 4 Selama Masa Pandemi Covid 19 Di STIKes Santa Elisabeth Medan Tahun 2021

No.	Pola Makan	Frekuensi (F)	Percentase (%)
1.	Tinggi	57	52,8
2	Rendah	51	47,2
	Total	108	100

Berdasarkan hasil analisis tabel 5.2 di dapatkan bahwa pola makan berada dalam kategori tinggi sebanyak 57 responden (52,8%), dan rendah sebanyak 51 responden (51,2%).

5.2.3 Hubungan Body Image Dengan Pola Makan Pada Mahasiswa Tingkat 4 Selama Masa Pandemi Covid 19 Di STIKes Santa Elisabeth Medan

Dari penelitian yang dilakukan peneliti diperoleh hasil penelitian mengenai Hubungan *body image* dengan pola makan pada mahasiswa tingkat 4 selama masa pandemi covid 19 di STIKes Santa Elisabeth Medan yang dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel 5.3 Hasil Tabulasi Silang Antara Hubungan *Body Image* Dengan Pola Makan Pada Mahasiswa Tingkat 4 Selama Masa Pandemi Covid 19 Di STIKes Santa Elisabeth Medan Tahun 2021

Body Image	Pola Makan				Total	p – value		
	Tinggi		Rendah					
	f	%	f	%				
Tinggi	41	83,7	8	16,3	49	100		
Rendah	16	27,1	43	72,9	59	100		

Berdasarkan hasil analisis table 5.3 distribusi data responden diperoleh hasil analisis hubungan *body image* dengan pola makan mahasiswa tingkat 4 selama masa pandemi covid 19 berdasarkan hasil uji *chi-square* diperoleh bahwa ada sebanyak 41 dari 49 responden (83,7%) yang memiliki *body image* tinggi dengan pola makan tinggi, sebanyak 8 dari 49 responden (16,3%) memiliki *body image* tinggi dengan pola makan rendah, sebanyak 16 dari 59 responden (27,1%) memiliki *body image* rendah pola makan tinggi, sementara sebanyak 43 dari 59 responden (72,9%) memiliki *body image* rendah dengan pola makan rendah.

Berdasarkan hasil uji statistik *Chi-square* diperoleh *p-value* 0,001 (*p*<0,05) sehingga disimpulkan ada Hubungan *Body Image* Dengan Pola Makan Mahasiswa Tingkat 4 Selama Masa Pandemi Covid 19 Di STIKes Santa Elisabeth Medan.

5.3 Pembahasan

5.3.1 Body Image Pada Mahasiswa Tingkat 4 STIKes Santa Elisabeth Medan

Berdasarkan tabel 5.1 hasil penelitian yang dilakukan di STIKes Santa Elisabeth Medan dengan membagikan kuesioner kepada mahasiswa tingkat 4 STIKes Santa Elisabeth Medan melalui link *google form* yang disebarluaskan melalui grup *Whatsapp* menunjukkan bahwa *body image* pada mahasiswa mayoritas dalam kategori rendah. Hal ini karena mahasiswa biasanya kurang didampingi oleh keluarga ketika mengkonsumsi makanan yang tidak sehat, kurang perhatian dalam pemilihan makanan, kurang waktu untuk mengkonsumsi secara teratur, melewatkannya waktu makan satu kali atau lebih dalam sehari, kebiasaan makan

cemilan diluar jam makan, serta makanan rendah gizi memicu terjadinya kelebihan berat badan pada mahasiswa.

Hasil penelitian *Body image* yang rendah didukung oleh jurnal penelitian (Ifdil, 2017), tentang *body image* rendah sebesar 12 orang (16%) memicu untuk memperbaiki penampilan mereka karena mereka merasa belum puas dengan penampilan mereka.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan (Gimon, 2020), dengan yang memiliki *body image* mahasiswa rendah (3,1%), Pandemi covid 19 menyebabkan banyak perubahan dalam kehidupan seseorang sehari-hari. Selama masa pandemi ini, pemerintah menetapkan kebijakan pembatasan sosial yaitu karantina ini yaitu membuat mahasiswa lebih rentan dan gaya hidup yang tidak banyak bergerak. Selama masa karantina pola makan menjadi tidak teratur sehingga *body image* tidak melakukan banyak aktivitas dan olahraga.

Body image mahasiswa dipengaruhi oleh persepsi tentang standar tubuh yang sedang tren dikalangan mahasiswa mulai berlomba-lomba menyesuaikan tubuhnya dengan tren itu tanpa memandang baik buruk terhadap bentuk tubuhnya. Inilah yang kemudian menjadikan *body image* mahasiswa tentang tubuhnya semakin lama rendah. Hal tersebut sejalan dengan *body image* yaitu imajinasi subjektif yang dimiliki seseorang tentang tubuhnya, khususnya yang terkait dengan penilaian orang lain, dan seberapa baik tubuhnya harus disesuaikan dengan persepsi-persepsi ini. Penelitian juga mendapatkan mahasiswa memandang tubuhnya tidak ideal seperti wajahnya kurang menarik, badannya terlalu gemuk atau kurus, maka orang tersebut menjadi sibuk memikirkan kondisi

fisiknya, sehingga *body image* yang berbentuk menjadi rendah dan dapat dikatakan mahasiswa tidak memiliki kepercayaan diri (Maryam & Ifdil, 2019).

Body image dengan perubahan yang akan terjadi dapat dialami dalam keadaan saat pada masa pandemi, dimana dengan terjadinya *lockdown* membuat segala aktivitas dibatasi sehingga pada masa pandemi sudah jarang dilakukan olahraga pada mahasiswa. Hasil penelitian lainnya yang ditemukan mengeai *Body image* pada mahasiswa tingkat 4 STIKes Santa Elisabeth Medan bahwa masih ada *Body image* berada pada kategori rendah. Hal tersebut disebabkan karena responden jarang melakukan olahraga yang rutin dengan hasil yang didapatkan oleh peneliti (54,6%).

Hasil penelitian ini didukung oleh jurnal penelitian (Astutik Windu, 1980), tentang *body image* tinggi diperoleh hasil sebagian besar responden yaitu sebanyak 18 orang (43,9%) hal ini disebabkan karena kejadian yang mengancam *body imagnya*. Ketidakpuasan terhadap *body image* dapat menyebabkan mahasiswa merasa kurang percaya diri, bahkan kurang bahagia.

Hasil penelitian (Yonaniko, 2017), tentang *body image* diperoleh hasil 39 (64,1%) yang merasa bahwa dirinya gemuk dan merasa tidak puas terhadap bentuk tubuhnya. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa mahasiswa memiliki ketidakpuasan terhadap bentuk tubuhnya.

Hasil penelitian (Diani, 2018), tentang *Body Image* tinggi diperoleh hasil sebagian besar responden yaitu sebanyak (32,9%) yang merasa bahwa mahasiswa mempunyai resiko dengan *Body Image* yang tidak diinginkan. Perubahan *Body Image* sering terjadi akibat perubahan pada gaya hidup, lingkungan social dan

fisik, terutama akibat perubahan tempat tinggal yang mempengaruhi pola makan dan aktivitasnya.

Body image adalah suatu perkiraan dan evaluasi individu terhadap tubuh fisiknya didalam hubungannya dengan norma-norma sosial dan penilaian dari orang lain. Bahwa *body image* merupakan penilaian menyeluruh individu terhadap tubuhnya, serta tingkat kepuasan individu terhadap penampilannya. Hal tersebut disebabkan karena serangkaian penilaian terhadap tubuh atau penampilan secara fisik yang juga dapat disertai oleh kecemasan seperti ketakutan menjadi gemuk, ketakutan menjadi terlalu kurus, dan ketidakpuasan terhadap bentuk tubuhnya.

Body image mahasiswa menyatakan bahwa seorang akan percaya diri ketika orang tersebut menyadari bentuk tubuhnya yang sangat ideal dan orang merasa puas melihat bentuk tubuhnya, mahasiswa agar mampu menerima dirinya sendiri tanpa harus memikirkan standar tubuh kebanyakan orang. *Body image* merupakan gambaran mental individu yang ditujukan pada ukuran dan bentuk tubuhnya, bagaimana penilaian individu lain pada dirinya, dan bagaimana individu tersebut akan mempersepsikan dan memberikan penilaian terhadap apa yang ia pikirkan dan rasakan terhadap ukuran dan bentuk tubuhnya.

5.3.2 Pola Makan Pada Mahasiswa Tingkat 4 STIKes Santa Elisabeth Medan

Hasil penelitian yang dilakukan di STIKes Santa Elisabeth Medan dengan membagikan kuesioner kepada mahasiswa STIKes Santa Elisabeth Medan melalui link *google form* yang disebarluaskan melalui grup *Whatsapp* menunjukkan bahwa

pola makan pada mahasiswa tingkat 4 di STIKes Santa Elisabeth Medan mayoritas dalam kategori tinggi hal ini karena responden mampu untuk mengatur pola makan. Pemusatkan perhatian tersebut tertuju pada keteraturan yang dilakukan pada jam pola makan isi proses memperolehnya. Mahasiswa juga mengetahui pola makan yang teratur dipengaruhi dari makan lebih sering dengan porsi teratur, makan snack yang sehat diantara waktu makan adalah cara terbaik untuk meningkatkan metabolisme tubuh dan memilih makanan ringan yang tinggi protein, rendah lemak.

Hasil penelitian ini didukung oleh jurnal penelitian (Tirza, 2016), berdasarkan data dari penelitian tersebut bahwa pola makan memiliki kategori tinggi yaitu 296 mahasiswa (65,6%) pada mahasiswa banyak individu merasa bahwa mencapai kesehatan, kekuatan dan energi. Mereka memiliki keyakinan yang unik dan kebal yang tidak akan pernah sakit.

Hasil penelitian (Rahayu & Fitriana, 2019) tentang pola makan diperoleh dari responden (70,9%) memiliki pola makan yang tinggi hal ini disebabkan pola makan yang benar sangat mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan pada tubuh. Sehingga pola makan yang diperoleh tinggi maka harus menjaga porsi pola makan tersebut.

Hasil penelitian (Deschasaux melanie, 2021), tentang pola makan tinggi dengan hasil (37,4%) perubahan pola makan yang terjadi selama masa karantina dengan kesulitan menjaga jadwal makan yang tidak teratur,ngemil lebih banyak sehari, lebih sering cenderung makan jika merasa bosen.

Pola makan mahasiswa dipengaruhi oleh keluarga dengan keluarga yang menerapkan pola makan yang sehat dan bergizi serta seimbang adalah bagian penting untuk mendukung sistem daya tahan tubuh, akan berdampak pada kehidupan mahasiswa dimasa yang akan datang khususnya terhadap pola makan yang salah yaitu pola makan yang hanya ingin makan yang disukai bukan yang dibutuhkan.

Pola makan dapat mempengaruhi keadaan gizi, dan sangat penting untuk memenuhi kebutuhan gizi seimbang sehari-hari. Tercapainya gizi seimbang dapat bermanfaat untuk mencegah terjadinya masalah kesehatan. pola makan yang rendah akan berdampak pada pertumbuhan dan perkembangan yang optimal, serta lebih rentan terhadap penyakit-penyakit maka perlu kepedulian keluarga dan lingkungan untuk dapat memperhatikan kebutuhan pola makan yang baik dan seimbang.

Hasil penelitian (Miko & Dina, 2016), tentang pola makan dari (91,0%) memiliki tingkat kategori rendah dan hal tersebut terkait dengan jenis pola makan, waktu pola makan yang tepat, serta kecukupan energi dan zat dari pola makan mahasiswa. Pola makan yang tidak seimbang membuat pasokan energi yang tidak sesuai dengan aktivitas sehari-hari.

Menurut (Afrilia & Festilia, 2018), pada (18,5%) tingkat pola makan yang rendah hal ini disebabkan karena kebiasaan pola makannya kurang bervariasi jenisnya yang membuat pola makan yang membuat kurang selera pada asupan pola makan, dengan makanan yang kurang bervariasi membuat mahasiswa tidak ada nafsu makan sehingga pola makan menjadi tidak teratur.

Penelitian lainnya (Rosida & Dwihesti, 2020) pada 17 mahasiswa atau sebanyak (42,5%), dengan memiliki tingkat rendah pada pola makan. Dimana mahasiswa mengemari pola makan yang tidak sehat, selain itu mahasiswa memperhatikan bentuk badannya sehingga banyak yang membatasi porsi makannya, dan sering dilakukan pada pengurangan makan demi mendapatkan bentuk tubuh yang ideal menurut mereka.

Menurut peneliti hasil penelitian yang sudah dilakukan, jurnal-jurnal pendukung yang ada. teori-teori yang didapat peneliti dapat disimpulkan bahwa tinggi dan rendahnya pola makan dipengaruhi oleh keluarga dan lingkungan mahasiswa tersebut. Selama masa karantina menyebabkan perubahan pada pola makan, bahwa orang telah meningkatkan konsumsi makanan yang tidak sehat, makan diluar kontrol, lebih banyak cemilan diantara waktu makan dan jumlah makan yang lebih banyak secara keseluruhan. Ditempat yang tepat seklaipun membuat porsi makan dengan cara dikurangi porsinya dan dengan tidak bervariasi jenis makanannya.

5.2.3 Hubungan Body Image Dengan Pola Makan Pada Mahasiswa Tingkat 4 Selama Masa Pandemi Covid 19 Di STIKes Santa Elisabeth Medan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pola makan pada mahasiswa STIKes Santa Elisabeth Medan terlihat lebih tinggi pada kelompok *body image*, dimana sebagian besar (83,7%), mahasiswa yang *body image* menunjukkan tingkat konsen pola makan rendah (72,9%) mahasiswa yang *body image* menunjukkan tingkat pola makan yang tinggi. Berdasarkan hasil analisis statistik uji statistik *chi-square* diperoleh nilai *p-value* = 0,001 (nilai *p*<0,05), dengan demikian berarti ada

hubungan yang signifikan antara *body image* dengan pola makan pada mahasiswa tingkat 4 selama masa pandemic covid 19 di STIKes Santa Elisabeth Medan tahun 2021. Dimana sebagian besar mahasiswa dengan *body image* rendah memiliki pola makan yang tinggi dan mahasiswa dengan kebiasaan *body image* yang rendah memiliki pola makan yang rendah. Hasil penelitian dapat dilihat bahwa pola makan pada mahasiswa dipengaruhi oleh *body image* yang dimiliki individu tersebut.

Body image pada mahasiswa akan mempengaruhi pola makan dalam masa pandemi covid 19, seseorang terhadap bentuk tubuhnya memiliki hubungan dengan pola makannya, seseorang yang memiliki ketakutan terhadap keadaan bentuk tubuh yang tidak normal kerap sekali melakukan diet atau pengurangan pada porsi pola makan seperti halnya seseorang yang beranggapan bahwa tidak menerima bentuk tubuh normal.

Hasil penelitian (Sembiring, 2018) *body image* dan pola makan *Body image* pada mahasiswa akan mempengaruhi pola makan dalam masa pandemi covid 19, seseorang terhadap bentuk tubuhnya memiliki hubungan dengan pola makannya, seseorang yang memiliki ketakutan terhadap keadaan bentuk tubuh yang tidak normal kerap sekali melakukan diet atau pengurangan pada porsi pola makan seperti halnya seseorang yang beranggapan bahwa tidak menerima bentuk tubuh normal.

Menurut hasil penelitian yang dilakukan oleh (Chairiah, 2012) menunjukkan adanya korelasi positif yang sangat signifikan antara *body image* dengan pola makan. Semakin tinggi *body image* yang dimiliki semakin tinggi pula

pola makannya, sebaliknya jika individu rendah maka akan semakin rendah pula pola makannya.

Menurut hasil penelitian yang dilakukan oleh (Kim, 2008), mahasiswa menunjukkan dengan persepsi diri dengan positif signifikan dengan kepuasan berat badan dan citra tubuh dan pengendalian berat badan yang tidak perlu menyebabkan mahasiswa tingkat kepedulian untuk pengendalian berat badan secara signifikan lebih rendah.

Menurut hasil penelitian yang dilakukan oleh (Abraham & Gillum, 2020), dengan pola makan yang tidak teratur dapat memberikan perubahan pada bentuk tubuh yang tidak ideal. Salah satu strategi pengcegahan bentuk tubuh yang tidak diinginkan dengan melakukan kegiatan dan bersosialisasi dengan memiliki teman yang lebih percaya diri dengan memberitahu bahwa tidak perlu dikhawatirkan tentang penampilan dan membuat jadwal dengan pola makan yang teratur dan sehat.

Konsep mahasiswa yang memiliki *body image* tinggi dengan pola makan rendah akan merasa puas dengan tubuhnya, merasa bentuk tubuh dan berat badannya ideal. keinginan-keinginan untuk menjadikan berat badan tetap optimal dengan menjaga pola makan yang teratur, membuat persepsi terhadap *body image* yang baik akan sesuai dengan keinginannya. Agar tubuhnya tetap menarik dan ideal, seringkali mahasiswa menjaga pola makan dan perilaku sehat. Perilaku sehat yang dapat diasosiasikan dengan diet, seperti pengurangan kalori, memperbanyak olahraga, memperbanyak makan buah dan sayur, mengurangi cemilan, mengurangi asupan lemak, mengurangi makanan manis, mengurangi

porsi makan yang dikonsumsi, mengubah tipe makan, mengurangi konsumsi daging, mengurangi karbohidrat tinggi, dan mengkonsumsi makanan rendah kalori.

Konsep mahasiswa yang memiliki *body image* rendah dengan pola makan tinggi adalah *body image* gambaran mental atau sikap seseorang terhadap tidak menerima kondisi fisiknya seperti tinggi badan, bentuk badan, jerawat. mahasiswa sensitif terhadap penampilan dirinya dan bagaimana kondisi wajahnya, apakah orang lain menyukai wajahnya serta selalu mempersepsikan seperti apa tubuhnya dan apa yang diinginkan dari tubuhnya. Pola makan adalah dimana makan yang meliputi jumlah, frekuensi dan jenis macam makanan. kebutuhan akan pola makan tidak hanya keinginan untuk mengatasi rasa lapar, tetapi selain itu ada kebutuhan fisiologi tubuh dan psikologis yang mempengaruhi.

Body image seseorang semakin tinggi maka pola makan juga akan semakin tinggi, dimana *body image* yang sering melakukan aktivitas atau olahraga dengan teratur berkolaborasi tinggi pada pola makan mahasiswa dibandingkan dengan yang jarang sering melakukan aktivitas fisik dan olahraga dengan tidak teratur. Selain itu kesadaran mahasiswa dalam penting nya menjaga pola makan yang teratur dengan rutin melakukan olahraga pada bentuk tubuh.



BAB 6 SIMPULAN DAN SARAN

6.1. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang jumlah 108 responden mengenai Hubungan *Body Image* Dengan Pola Makan Pada Mahasiswa Tingkat 4 Selama Masa Pandemi Covid 19 STIKes Santa Elisabeth Medan, maka dapat disimpulkan :

1. Tingkat *body image* pada mahasiswa tingkat 4 di STIKes Santa Elisabeth Medan dengan kategori rendah 54,6%
2. Pola makan pada mahasiswa tingkat 4 di STIKes Santa Elisabeth Medan pada kategori tinggi sebanyak 52,8%
3. Ada hubungan yang signifikan antara *Body image* dengan pola makan pada mahasiswa tingkat 4 selama masa pandemi covid 19 di STIKes Santa Elisabeth Medan didapatkan $p\text{-value} = 0,001 < 0,05$

6.2. Saran

Berdasarkan hasil penelitian mengenai Hubungan *Body Image* Dengan Pola Makan Pada Mahasiswa Tingkat 4 Selama Masa Pandemi Covid 19 Di STIKes Santa Elisabeth Medan, maka disarankan kepada :

1. STIKes Santa Elisabeth Medan (Tempat Penelitian)

Bagi mahasiswa diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi pembelajaran untuk menyadari perilaku pola makan yang tidak teratur agar dapat mengatur jadwal makan dengan teratur dan terhadap *body image* yang mengalami

perubahan bentuk tubuh yang tidak diinginkan dapat melakukan aktivitas olahraga yang rutin agar *Body image* menjadi ideal.

2. Bagi Institusi kiranya dapat menjadi solusi pada pola makan, sumber informasi dan untuk mengambil langkah/metode untuk mengatur pola makan yang teratur. Penelitian ini kiranya memberi masukan kepada pendidik untuk menambah wawasan dan pengetahuan serta informasi mengenai *body image* dengan pola makan selama masa pandemi covid 19.
3. Peneliti Selanjutnya

Body image ada hubungan dengan pola makan pada selama masa pandemi covid 19 namun masih ada faktor-faktor lain yang mempengaruhi tingkat terjadinya pola makan, oleh sebab itu peneliti menganjurkan kepada peneliti selanjutnya untuk mengkaji variabel lainnya seperti mengatur waktu pola makan yang teratur, jenis makanan yang sehat, pola asuh orang tua, lingkungan, dan lain sebagainya.



DAFTAR PUSTAKA

- Afrilia, D. A., & Festilia, S. (2018). Hubungan Pola Makan dan Aktifitas Fisik Terhadap Status Gizi di Siswa SMP Jurusan Gizi , Poltekkes Kemenkes Pontianak , Indonesia. *Pontianak Nutrition Journal (PNJ)*, 01(01).
- Amandatian, A. (2019). *Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Pola Makan pada Mahasiswa Program Studi SI Kesehatan Masyarakat di STIKES Kharisma Persada*. 6(1), 35–41.
- Astutik windu, wardan kusuma ratih G. (1980). *BODY IMAGE SISWA-SISWI YANG MENGALAMI OBESITAS DI SMA NEGERI 8 DENPASAR* Windu Astutik 1 , GA. Ratih Kusuma Wardani 2. 8, 219–223.
- Chairiah, 2012. (2012). *Hubungan gambaran Body image dengan pola makan*.
- Deschasaux melanie, D. (2021). Diet and physical activity during the coronavirus disease 2019 (COVID-19) lockdown (March–May 2020): results from the French NutriNet-Santé cohort study. *The American Journal of Clinical Nutrition*, 113(4), 924–938. <https://doi.org/10.1093/ajcn/nqaa336>
- Dewi, R. T. (2019). *Obesitas Dengan Harga Diri pada Remaja Putri Kelas X* 2(1), 1–7.
- Diani, Y. H. (2018). Faktor - Faktor yang Berhubungan dengan Obesitas pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Indonesia. *Jurnal Ilmiah Widya*, 5(1), 1–5.
- Fernando, M. L. (2019). Gambaran Citra Tubuh pada Wanita Dewasa Awal. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 07(01), 101–118.
- Gimon, 2020. (2020). *Gambaran Stres Dan Body Image Pada Mahasiswa Semester VI Fakultas Kesehatan Msayarakat Universitas Sam Ratulangi Selama Masa Pandemi COVID-19*. 9(6), 17–26.
- Grove. (2017). Burns and Grove's the practice of nursing research: appraisal, synthesis, and generation of evidence. *Elsevier*, 8, 1–1192.
- Hapsari, 2020. (2020). *Konsumsi Makanan dan Olahraga selama Pandemi Covid-19*. 154–161.
- Ifdil, 2017. (2017). Hubungan Body Image dengan Kepercayaan Diri Remaja Putri. *Jurnal Kajian Bimbingan Dan Konseling*, 2(3), 107–113.

- Jannah, M. (2017). Remaja Dan Tugas-Tugas Perkembangannya Dalam Islam. *Psikoislamedia : Jurnal Psikologi*, 1(1), 243–256. <https://doi.org/10.22373/psikoislamedia.v1i1.1493>
- Karina, A. B. (2020). *Risiko kesehatan akibat perubahan pola makan dan tingkat aktivitas fisik selama pandemi COVID-19*. 02(01), 292–297.
- Maryam, S., & Ifdil. (2019). Hubungan Body Image Dengan Penerimaan Diri Mahasiswa Putri (Relationship Between Body Image And Self-Acceptance Of Female Students). *Jaiptrkin*, 3(3), 129–136.
- Miko, A., & Dina, P. B. (2016). *Hubungan Pola Makan Pagi Dengan Status Gizi Pada Mahasiswa Poltekkes Kemenkes Aceh*. 1(November), 83–87.
- Nathaniel albert, sejati priya galih dkk. (2018). *Perilaku Profesional Terhadap Pola Makan Sehat*. 01(2), 186–200.
- Polit & Beck. (2012). *nursing research*. 1–746.
- Priwahyuni, 2016. (2016). *Faktor-faktor yang berhubungan dengan pola makan siap saji*. 42(1), 1–10.
- Pujiati, Arneliwati, & Rahmalia, S. (2015). Hubungan antara perilaku makan dengan status gizi pada remaja. *Cybrarians Journal*, 2(37), 1–31. <https://doi.org/10.12816/0013114>
- Putra, A. (2017). Body Image dan Hubungannya dengan Aktivitas Berolahraga. *Jurnal Penjakora*, 2(2), 89–97.
- Putro, 2017. (2018). Memahami ciri tugas perkembangan masa remaja. *Aplikasia: Jurnal Aplikasi Ilmu-Ilmu Agama*, 17(1), 25. <https://doi.org/10.14421/aplikasia.v17i1.1362>
- Rahayu, fitriana, 2020. (2020). Analisis Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Status Gizi Remaja Putri. *Jurnal Vokasi Kesehatan*, 6(1), 46. <https://doi.org/10.30602/jvk.v6i1.158>
- Rahayu, T. B., & Fitriana. (2019). Hubungan pola makan dengan status gizi remaja putri di SMA negeri Bambanglipuro. *Jurnal Kesehatan “Samodra Ilmu,”* 10(2), 6–10.
- Rahman nurdin, dewi utami nikmah. (2016). *faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku makan pada remaja SMA Negeri 1 Palu*. 7, 43–52.
- Rahmawati, 2019. (2019). *Pengaruh penyuluhan kesehatan terhadap pengetahuan siswa tentang obesitas pada remaja*. 3, 1–6.

- Ramands riskha, akbar zarina dkk. (2019). Studi Kepustakaan Mengenai Landasan Teori Body Image Bagi Perkembangan Remaja. *JURNAL EDUKASI: Jurnal Bimbingan Konseling*, 5(2), 121. <https://doi.org/10.22373/je.v5i2.5019>
- Ramonda dkk, 2019. (2019). Hubungan antara body image dan jenis kelamin terhadap pola makan pada remaja. *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*, 2(2), 109–114.
- Renzo, 2020. (2020). Psychological aspects and eating habits during covid-19 home confinement: Results of ehlc-covid-19 italian online survey. *Nutrients*, 12(7), 1–14. <https://doi.org/10.3390/nu12072152>
- Ritan, 2018. (2018). *Hubungan body image dengan pola makan dan aktivitas fisik pada mahasiswa obesitas*. 02(01), 25–32.
- Romadhone, 2020. (2020). *Pentingnya Pola Makan Bergizi Dan Seimbang Di Era Pandemi Covid-19*.
- Rosida, L., & Dwihesti, L. K. (2020). Aktivitas Fisik, Status Gizi dan Pola Makan pada Remaja Putri dengan Anemia. *STIKES Cendekia Utama Kudus*, 92–103.
- Sanjaya, A. (2018). Hubungan Tingkat Kecemasan Dan Body Image Dengan Pola. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Pencerah*, 7(2012), 69–77.
- Sembiring, A. C. (2018). Analisis Hubungan Body Image dan Pola Makan terhadap Status Gizi pada Mahasiswa Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Kupang. *CHMK Health Journal*, 2(2), 32–37.
- Tirza, 2016. (2016). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Pola Makan Siswa Di Smp Negeri 2 Purworejo Dan Smp Negeri 3 Purworejo. *Keywords in Qualitative Methods*, 2–3.
- Tobelo, 2021. (2021). *Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi Selama Masa Pandemi COVID-19*. 10(2), 58–64.
- Ulfa Daima Zuly, M. Z. U. (2020). Dampak Pandemi Covid-19 terhadap Perilaku Belajar mahasiswa. *Journal of Sport Science and Education*, 5(2), 124–138. <http://journal.unesa.ac.id/index.php/jossae/index>
- Valerisha, A., & Putra, M. A. (2020). Pandemi Global Covid-19 Dan Problematika Negara-Bangsa: Transparansi Data Sebagai Vaksin Socio-Digital? *Jurnal Ilmiah Hubungan Internasional*, 0(0), 131–137. <https://doi.org/10.26593/jihi.v0i0.3871.131-137>

- Wahidah, 2020. (2020). *Pandemik Covid-19 : Analisis Perencanaan Pemerintah dan Masyarakat dalam Berbagai Upaya Pencegahan COVID-19 Pandemic : Analysis of Government and Community Planning in Various Prevention Measures*. 11(3), 179–188.
- Wicaksana, D. A. (2019). *Hubungan antara body image dengan kepuasan pernikahan pada perempuan usia dewasa tengah*.
- Widya, 2019. (2019). *Hubungan Antara Harga Diri Dengan Body Image Pada Mahasiswi Tingkat Akhir Di Fakultas Psikologi universitas Ahmad Dahlan Yogyakarta*.
- Yonaniko, D. (2017). *Hubungan body image dengan perilaku diet pada remaja putri*. XI(75), 177–181.

LEMBAR PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN

Kepada Yth,
Calon Responden Penelitian
Di
STIKes Santa Elisabeth Medan

Dengan hormat,
Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Novia Ayu Herdana Sinaga
NIM : 032017051
Alamat : Jl. Bunga Terompet No. 118 Pasar VII Padang Bulan, Medan
Selayang

Mahasiswi program studi Ners tahap akademik yang sedang mengadakan penelitian dengan judul **“Hubungan Body Image Dengan Pola Makan Pada Mahasiswa Tingkat 4 Selama Masa Pandemi Covid-19 Di Stikes Santa Elisabeth Medan Tahun 2021”**. Penelitian ini tidak menimbulkan akibat yang merugikan bagi anda sebagai responden, kerahasiaan semua informasi yang diberikan akan dijaga dan hanya digunakan untuk kepentingan penelitian.

Apabila anda bersedia menjadi responden, saya mohon kesediaannya untuk menandatangani persetujuan dan menjawab pernyataan serta melakukan tindakan sesuai dengan petunjuk yang ada. Atas perhatian dan kesediaannya menjadi responden saya mengucapkan terima kasih.

Hormat Saya,

Novia Ayu Herdana Sinaga
(Peneliti)

**SURAT PERSETUJUAN
(INFORMED CONSENT)**

Saya yang bertanda tangan dibawah ini

Nama :

Umur :

Jenis Kelamin : Laki-laki Perempuan

Menyatakan bersedia untuk menjadi subyek penelitian dari:

Nama : Novia Ayu Herdana Sinaga

NIM : 032017051

Program Studi: S1 Keperawatan

Setelah saya membaca prosedur penelitian yang telah terlampir, saya mengerti dan memahami dengan benar prosedur penelitian dengan judul "**HUBUNGAN BODY IMAGE DENGAN POLA MAKAN PADA MAHASISWA TINGKAT 4 SELAMA MASA PANDEMI COVID-19 DI STIKES SANTA ELISABETH MEDAN TAHUN 2021**", saya menyatakan sanggup menjadi sampel penelitian beserta segala resiko dengan sebenar-benarnya tanpa suatu unsur paksaan dari pihak manapun.

Medan, 2021

Responden

KUESIONER

HUBUNGAN *BODY IMAGE* DENGAN POLA MAKAN PADA MAHASISWA TINGKAT 4 SELAMA MASA PANDEMI COVID 19 DI STIKes SANTA ELISABETH MEDAN

Nomor responden : _____

a. Data demografi

Usia : _____

Agama : _____

Suku : _____

Bacalah setiap pernyataan dan tentukan sikap saudara terhadap pernyataan tersebut dengan cara memberi tanda silang (X) pada salah satu pilihan jawaban yaitu:

1. SS : Sangat Setuju
2. S : Setuju
3. KS : Kurang setuju
4. TS : Tidak Setuju
5. STS : Sangat Tidak Setuju

b. *Body image*

No	Pernyataan	SS	S	KS	TS	STS
Evaluasi penampilan						
1.	Menurut saya, penampilan saya menarik bagi lawan jenis.					
2.	Saya percaya diri dengan penampilan saya saat ini					
Orientasi penampilan						
3.	Saya menggunakan pakaian yang sesuai dengan ukuran tubuh					
4.	Saya menyukai pakaian berwarna hitam untuk menyamarkan kegemukan tubuh					
Kepuasan terhadap bagian tubuh						
5.	Saya puas dengan bagian tubuh bagian tengah (dari pinggang hingga perut)					
6.	Secara keseluruhan penampilan saya memuaskan					
Kecemasan menjadi gemuk						
7.	Saya khawatir menjadi gemuk					
8.	Saya ingin diet untuk menurunkan berat badan					

Pengkategorian ukuran tubuh						
9.	Berat badan saya saat ini merupakan berat badan ideal					
10.	Saya menganggap berat badan saya tidak terlalu kurus					
11.	Berat badan saya saat ini merupakan berat badan ideal					

Putri Chairiah 2012

c. Pola makan

No.	Pernyataan	SS	S	KS	TS	STS
	Keteraturan makan					
1.	Saya makan dengan beraneka macam makanan (nasi, ikan, daging, ayam, tempe, tahu, sayur) 3x dalam sehari.					
2.	Orang tua saya mewajibkan saya sarapan					
3.	Saya menyempatkan diri untuk makan siang					
4.	Saya tidak memuntahkan kembali makanan yang sudah saya makan					
5.	Dalam keadaan sakit saya tetap makan					
6.	Saya tidak mengurangi porsi makanan yang akan saya konsumsi					
7.	Sarapan harus dilakukan dirumah					
8.	Saya melakukan diet dengan konsultasi dari ahli gizi					
	Kebiasaan makan					
9.	Malam hari saya hanya makan buah-buahan					
10.	Sambil nonton TV, sesekali saya ngemil keripik					
11.	Saya sering makan sayuran					
12.	Alternative sarapan saya ideal					
	Alasan makan					
13.	Kalau sedang banyak tugas, saya akan makan lebih banyak					

14.	Jika belum merasa kenyang, saya akan terus makan					
15.	Saya makan untuk pertumbuhan tubuh					
16.	Sarapan membuat berat badan saya stabil					
17.	Saat mengkonsumsi teh pelangsing untuk menurunkan berat badan					
18.	Makan bersama keluarga membuat saya senang					
	Jenis makanan					
19.	Saya mengkonsumsi makanan yang rendah kalori					
20.	Saya mengkonsumsi makanan yang mengandung cukup karbohidrat					
21.	Saya mengkonsumsi jamu-jamuan untuk membuat tubuh saya langsing					
22.	Saya tidak mengganti konsumsi nasi menjadi roti					

Putri Chairiah 2012

HASIL OUTPUT SPSS

Statistics

	Usia Responden	Suku Responden	Agama Responden	Body Image	Pola Makan
N	Valid	108	108	108	108
	Missing	0	0	0	0

Frequency Table

Usia Responden

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	20 tahun	11	10,2	10,2
	21 tahun	52	48,1	58,3
	22 tahun	45	41,7	100,0
	Total	108	100,0	100,0

Suku Responden

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Nias	19	17,6	17,6
	Batak	85	78,7	96,3
	Karo	4	3,7	100,0
	Total	108	100,0	100,0

Agama Responden

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Protestan	79	73,1	73,1
	Katolik	29	26,9	26,9
	Total	108	100,0	100,0

Body Image

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tinggi	49	45,4	45,4	45,4
	Rendah	59	54,6	54,6	100,0
	Total	108	100,0	100,0	

Pola Makan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tinggi	57	52,8	52,8	52,8
	Rendah	51	47,2	47,2	100,0
	Total	108	100,0	100,0	

Case Processing Summary

	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
Body Image *	108	100,0%	0	0,0%	108	100,0%
Pola Makan						

Body Image * Pola Makan Crosstabulation

		Pola Makan		Total
		Tinggi	Rendah	
Body Image	Tinggi	Count	41	8
		Expected Count	25,9	23,1
		% within Body Image	83,7%	16,3%
		% within Pola Makan	71,9%	15,7%
		% of Total	38,0%	7,4%
	Rendah	Count	16	43
		Expected Count	31,1	27,9
		% within Body Image	27,1%	72,9%
		% within Pola Makan	28,1%	84,3%
		% of Total	14,8%	39,8%
	Total	Count	57	51
		Expected Count	57,0	51,0
		% within Body Image	52,8%	47,2%
		% within Pola Makan	100,0%	100,0%
		% of Total	52,8%	47,2%



Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Pearson Chi-Square	34,353 ^a	1	,000		
Continuity Correction ^b	32,121	1	,000		
Likelihood Ratio	36,809	1	,000		
Fisher's Exact Test				,000	,000
Linear-by-Linear Association	34,035	1	,000		
N of Valid Cases	108				

a. 0 cells (,0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 23,14.

b. Computed only for a 2x2 table

Master Data SPSS

PENGAJUAN JUDUL SKRIPSI

JUDUL PROPOSAL : Hubungan *Body Image* Dengan Pola Makan Pada Mahasiswa Tingkat 4 Selama Masa Pandemi COVID-19 Di STIKes Santa Elisabeth Medan

Nama mahasiswa : Novia Ayu Herdana Sinaga
N.I.M : 032017051
Program Studi : Ners Tahap Akademik STIKes Santa Elisabeth Medan

Medan, 2021

Menyetujui

Ketua Program Studi Ners

Mahasiswa

Samfriati Sinurat, S.Kep.,Ns.,MAN

Novia Ayu Herdana Sinaga

USULAN JUDUL SKRIPSI DAN TIM PEMBIMBING

1. Nama Mahasiswa : Novia Ayu Herdana Sinaga
2. NIM : 032017051
3. Program Studi : Ners Tahap Akademik STIKes Santa Elisabeth Medan
4. Judul : Hubungan *Body Image* Dengan Pola Makan Pada Mahasiswa Tingkat 4 Selama Masa Pandemi COVID-19 Di STIKes Santa Elisabeth Medan

5. Tim Pembimbing :

Jabatan	Nama	Kesediaan
Pembimbing I	Pomarida Simbolon, S.K.M., M.Kes	
Pembimbing II	Ance M. Siallagan, S.Kep., Ns., M.Kep	

6. Rekomendasi :
7. Dapat diterima Judul : Hubungan *Body Image* Dengan Pola Makan Pada Mahasiswa Tingkat 4 Selama Masa Pandemi COVID-19 Di STIKes Santa Elisabeth Medan.
yang tercantum dalam usulan judul Skripsi di atas
 - a. Lokasi Penelitian dapat diterima atau dapat diganti dengan pertimbangan obyektif
 - b. Judul dapat disempurnakan berdasarkan pertimbangan ilmiah
 - c. Tim Pembimbing dan Mahasiswa diwajibkan menggunakan Buku Panduan Penulisan Proposal Penelitian dan Skripsi, dan ketentuan khusus tentang Skripsi yang terlampir dalam surat ini

Medan,

Ketua Program Studi Ners

Samfriati Sinurat.,S.Kep.,Ns.,MAN



SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN (STIKes) SANTA ELISABETH MEDAN

JL. Bunga Terompet No. 11B, Kel. Sempakata, Kec. Medan Selayang

Telp. 061-8214020, Fax. 061-8225509 Medan - 20131

E-mail: stikes_elisabeth@yahoo.co.id Website: www.stikeselisabethmedan.ac.id

Medan, 06 April 2021

Nomor: 453/STIKes/Ners-Penelitian/IV/2021

Lamp. -

Hal : Permohonan Ijin Penelitian

Kepada Yth:

Sr. M. Auxilia Simurit PSE, S.Kep., Ns., MAN
Kaprodi Ners STIKes Santa Elisabeth Medan
di-
Tempat.

Dengan hormat,

Dalam rangka penyelesaian studi pada Program Studi S1 Ilmu Keperawatan STIKes Santa Elisabeth Medan, maka dengan ini kami mohon kesediaman Suster untuk memberikan ijin penelitian untuk mahasiswa tersebut di bawah.

Adapun nama mahasiswa dan judul penelitian adalah sebagai berikut:

NO	NAMA	NIM	JUDUL PENELITIAN
1	Justia Lumbamobing	032017052	Hubungan Intensitas Penggunaan Smartphone Dengan Motivasi Belajar Pada Mahasiswa Ners Tahap Akademik di STIKes Santa Elisabeth Medan Tahun 2021.
2.	Yuni Riniwati Manumeg	032017003	Gambarkan Konsep Diri Mahasiswa Profesi Ners STIKes Santa Elisabeth Medan.
3.	Novia Ayu H.S.	032017051	Hubungan Body Image Dengan Pola Makan Pada Mahasiswa Tingkat 4 Selama Masa Pandemi Covid-19 di STIKes Santa Elisabeth Medan

Demikian permohonan ini kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasama yang baik kami ucapan terima kasih.

Hormat Kami,
STIKes Santa Elisabeth Medan



Megiana Br Karo, M.Kep., DNSc
Ketua

Tembusan:

1. Mahasiswa yang bersangkutan
2. Peritgal



STIKes SANTA ELISABETH MEDAN KOMISI ETIK PENELITIAN KESEHATAN

Jl. Bunga Terompet No. 118, Kel. Sempakata, Kec. Medan Selayang

Telp. 061-8214020, Fax. 061-8225509 Medan - 20131

E-mail: stikes_elisabeth@yahoo.co.id Website: www.stikeselisabethmedan.ac.id

KOMISI ETIK PENELITIAN KESEHATAN
HEALTH RESEARCH ETHICS COMMITTEE
STIKES SANTA ELISABETH MEDAN

KETERANGAN LAYAK ETIK

DESCRIPTION OF ETHICAL EXEMPTION

"ETHICAL EXEMPTION"

No.: 0137/KEPK-SE/PE-DT/III/2021

Protokol penelitian yang diusulkan oleh:

The research protocol proposed by

Peneliti Utama : Novia Ayu H.S
Principal Investigator

Nama Institusi : STIKes Santa Elisabeth Medan
Name of the Institution

Dengan judul:

Title

"Hubungan Body Image Dengan Pola Makas Pada Mahasiswa Tingkat 4 Selama Masa Pandemi Covid-19 di STIKes Santa Elisabeth 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/Eksplorasi, 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, 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 tanggal 31 Maret 2021 sampai dengan tanggal 31 Maret 2022.

This declaration of ethics applies during the period March 31, 2021 until March 31, 2022.



Mentor Dr. Kartika M.Kep. DNSc.



STIKes SANTA ELISABETH MEDAN PROGRAM STUDI NERS

JL. Bunga Terompet No. 118, Kel. Sempakata Kec. Medan Selayang

Telp. 061-8214020, Fax. 061-8225509 Medan - 20131

E-mail : stikes_elisabeth@yahoo.co.id Website : www.stikeselisabethmedan.ac.id

Medan, 28 April 2021

No : 024 Ners/STIKes IV/2021

Lampiran :

Hal : Persetujuan dan Pelaksanaan Penelitian

Kepada Yth:

Ketua STIKes Santa Elisabeth Medan

Di

Tempat

Dengan Hormat,

Sehubungan dengan Surat STIKes dengan No:

1. 279/STIKes/Kaprodi-Penelitian/III/2021 pada tanggal 13 Maret 2021
2. 280/STIKes/Kaprodi-Penelitian/III/2021 pada tanggal 13 Maret 2021
3. 295/STIKes/Kaprodi-Penelitian/III/2021 pada tanggal 16 Maret 2021
4. 299/STIKes/Kaprodi-Penelitian/III/2021 pada tanggal 16 Maret 2021
5. 319/STIKes/Kaprodi-Penelitian/III/2021 pada tanggal 18 Maret 2021
6. 327/STIKes/Kaprodi-Penelitian/III/2021 pada tanggal 19 Maret 2021
7. 330/STIKes/Kaprodi-Penelitian/III/2021 pada tanggal 19 Maret 2021
8. 368/STIKes/Kaprodi-Penelitian/III/2021 pada tanggal 22 Maret 2021
9. 376/STIKes/Kaprodi-Penelitian/III/2021 pada tanggal 23 Maret 2021
10. 388/STIKes/Kaprodi-Penelitian/III/2021 pada tanggal 23 Maret 2021
11. 400/STIKes/Kaprodi-Penelitian/III/2021 pada tanggal 26 Maret 2021
12. 402/STIKes/Kaprodi-Penelitian/III/2021 pada tanggal 26 Maret 2021
13. 412/STIKes/Kaprodi-Penelitian/III/2021 pada tanggal 27 Maret 2021
14. 418/STIKes/Kaprodi-Penelitian/III/2021 pada tanggal 31 Maret 2021
15. 449/STIKes/Kaprodi-Penelitian/III/2021 pada tanggal 06 April 2021
16. 453/STIKes/Kaprodi-Penelitian/III/2021 pada tanggal 06 April 2021
17. 461/STIKes/Kaprodi-Penelitian/III/2021 pada tanggal 07 April 2021
18. 486/STIKes/Kaprodi-Penelitian/III/2021 pada tanggal 14 April 2021
19. 492/STIKes/Kaprodi-Penelitian/III/2021 pada tanggal 15 April 2021
20. 504/STIKes/Kaprodi-Penelitian/III/2021 pada tanggal 19 April 2021



Perihal ijin penelitian, maka Prodi Ners memberikan ijin untuk pelaksanaan penelitian tersebut kepada mahasiswa:

NO	NAMA	NIM	JUDUL PROPOSAL
1.	Eka Darma Putra Bohalima	032017096	Hubungan efisiensi diri dengan prokrastinasi akademik mahasiswa STIKes Santa Elisabeth Medan tahun 2021
2.	Heavy Carolina Tampubolon	032017002	Hubungan dukungan sosial orang tua dengan motivasi belajar online mahasiswa program studi Ners tahap akademik STIKes Santa Elisabeth Medan tahun 2021
3.	Suniati Petronella Br. Sitinjak	032017094	Gambaran tingkat stres mahasiswa dalam mengikuti pembelajaran daring pada mahasiswa prodi Ners Tingkat III di STIKes Santa Elisabeth Medan tahun 2021
4.	Daniel Setiawan P	032017008	Hubungan caring behavior dosen dengan kepuasan mahasiswa dalam pelaksanaan kuliah daring Prodi Ners tingkat II di STIKes Santa Elisabeth Medan tahun 2021
5.	Jenita Kamsya Bakara	032017013	Hubungan self efficacy dengan stres mahasiswa semester akhir S1 keperawatan STIKes Santa Elisabeth Medan tahun 2021



STIKes SANTA ELISABETH MEDAN PROGRAM STUDI NERS

JL. Bunga Terompet No. 118, Kel. Sempakata Kec. Medan Selayang

Telp. 061-8214020, Fax. 061-8225509 Medan - 20131

E-mail : stikes_elisabeth@yahoo.co.id Website : www.stikeselisabethmedan.ac.id

6.	Hendrik Alvin Zebua	032017045	Hubungan kebiasaan sarapan pagi dengan konsentrasi belajar mahasiswa STIKes Santa Elisabeth Medan
7.	Francine Angelica Van Bert Siregar	032017050	Pengaruh zumba dance terhadap penurunan berat badan pada mahasiswa Program Studi Ners Tingkat 1, 2, dan 3 dengan obesitas di STIKes Santa Elisabeth Medan tahun 2021
8.	Putrasyah Trisetia Perjuangan Halawa	032017055	Gambaran pengetahuan tentang Covid-19 dan motivasi belajar mahasiswa Prodi Ners di STIKes Santa Elisabeth Medan tahun 2021
9.	Novelia Sitompul	032017019	Hubungan motivasi belajar dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa Ners tingkat II STIKes Santa Elisabeth Medan tahun 2021
10.	Elvi Miranda Gultom	032017077	Hubungan self disclosure dengan komunikasi interpersonal mahasiswa tingkat II Prodi Ners STIKes Santa Elisabeth Medan
11.	Frynska Yohana Hutahaean	032017082	Hubungan Prokrastinasi dengan stres pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di STIKes Santa Elisabeth Medan tahun 2021
12.	Susi Juniati Rajagukguk	032017021	Hubungan efikasi diri dengan kesiapan kerja mahasiswa Program Studi Profesi Ners di Sekolah Tinggi Santa Elisabeth Medan tahun 2021
13.	Nince Junita Waruwu	032017039	Faktor-faktor yang berhubungan dengan spirituaitas mahasiswa/i Ners Tingkat II pada masa pandemi covid-19 tahun 2021
14.	Jeka Ranita Br. Sembiring	032017027	Hubungan metode belajar daring dengan motivasi belajar mahasiswa tingkat satu STIKes Santa Elisabeth Medan
15.	Innes Deviola saragih	032017092	Hubungan lama penggunaan labtop selama pembelajaran daring dengan computer viction sindrome pada mahasiswa tingkat akhir di STIKes Santa Elisabeth Medan tahun 2021
16.	Winda Feri Wiranata Haloho	032017087	Hubungan motivasi dengan penggunaan waktu belajar di masa pandemi covid-19 pada mahasiswa Ners tahap akademik STIKes Santa Elisabeth Medan tahun 2021
17.	Gracia Fransiska Hasibuan	032017025	Hubungan self-disclosure dengan tingkat stres pada mahasiswa tingkat akhir dalam mengerjakan skripsi di STIKes Santa Elisabeth Medan tahun 2021
18.	Citra Tiur Rotua	032017035	Gambaran pengetahuan dan perilaku mahasiswi prodi Ners tingkat I dalam menjaga kebersihan organ reproduksi saat menstruasi di STIKes Santa Elisabeth Medan tahun 2021
19.	Junita Lumbantobing	030217052	Hubungan intensitas penggunaan Smartphone dengan motivasi belajar pada mahasiswa Ners tahap akademik di STIKes Santa Elisabeth Medan tahun 2021
20.	Yuni Riniwati Manurung	032017003	Gambaran konsep diri mahasiswa profesi Ners STIKes Santa Elisabeth Medan
21.	Novia Ayu HS	032017051	Hubungan body image dengan pola makan pada mahasiswa tingkat 4 selama masa pandemi covid-19 di STIKes Santa Elisabeth Medan
22.	Felisita Adine Febrilastari	032017095	Hubungan penggunaan gadget dengan kecerdasan pada mahasiswa tingkat 2 Ners tahap akademik di STIKes Santa Elisabeth Medan tahun 2021
23.	Fenny Angelina Purba	032017073	Tingkat kecemasan mahasiswa profesi Ners pada masa pandemi covid-19 dalam melakukan praktik keperawatan di RS Santa Elisabeth Medan tahun 2021
24.	Mei Rahmatsari Lase	032017048	Hubungan self efficacy dengan academic burnout pada mahasiswa tingkat IV yang menyusun skripsi di STIKes Santa Elisabeth Medan tahun 2021





STIKes SANTA ELISABETH MEDAN PROGRAM STUDI NERS

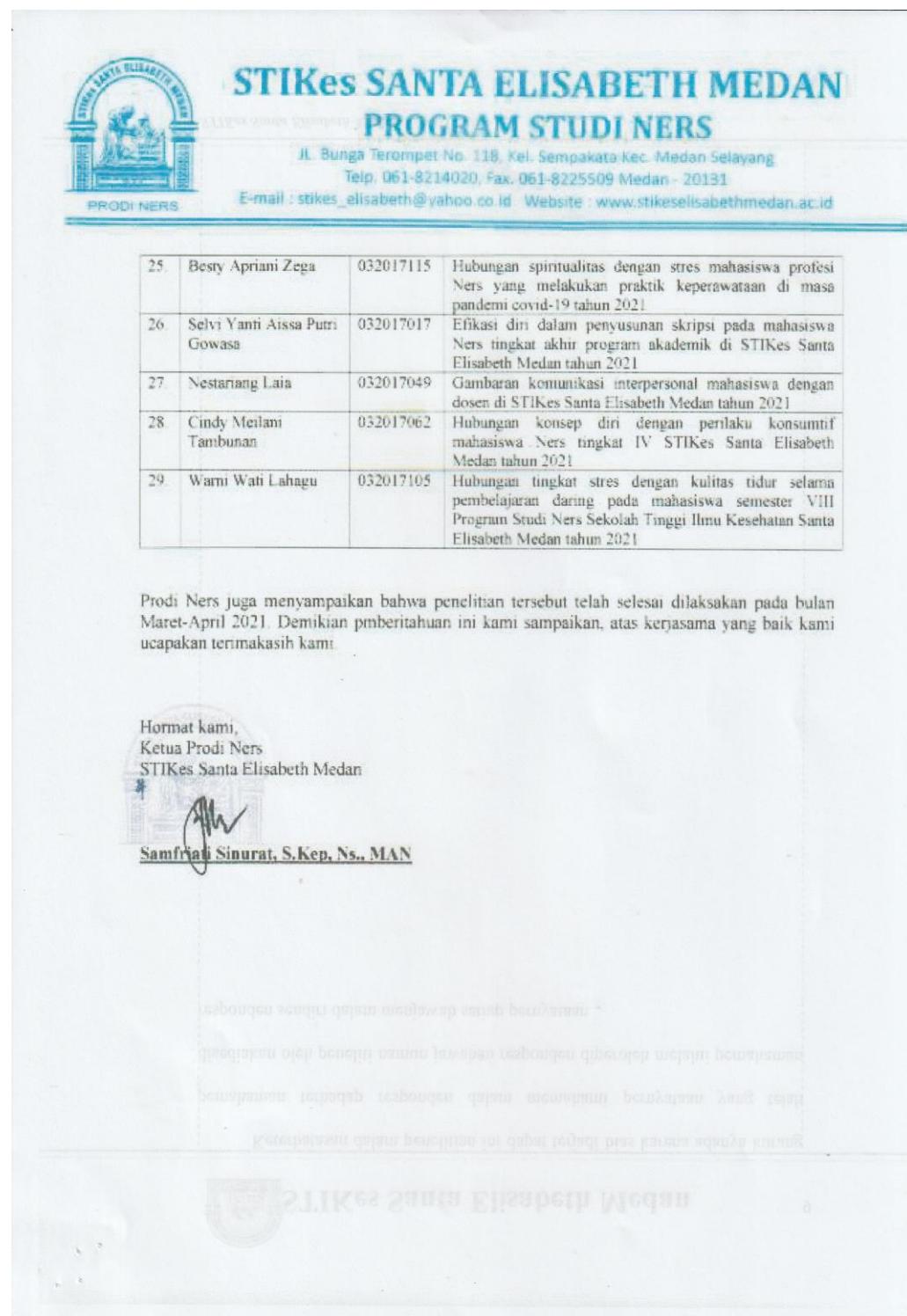
Jl. Bunga Terompet No. 118, Kel. Sempakata Kec. Medan Selayang
Telp. 061-8214020, Fax. 061-8225509 Medan - 20131
E-mail : stikes_elisabeth@yahoo.co.id Website : www.stikeselisabethmedan.ac.id

25.	Besty Apriani Zega	032017115	Hubungan spiritualitas dengan stres mahasiswa profesi Ners yang melakukan praktik keperawatan di masa pandemi covid-19 tahun 2021
26.	Selvi Yanti Aissa Putri Gowasa	032017017	Efikasi diri dalam penyusunan skripsi pada mahasiswa Ners tingkat akhir program akademik di STIKes Santa Elisabeth Medan tahun 2021
27.	Nestariang Laia	032017049	Gambaran komunikasi interpersonal mahasiswa dengan dosen di STIKes Santa Elisabeth Medan tahun 2021
28.	Cindy Meilani Tambunan	032017062	Hubungan konsep diri dengan perilaku konsumtif mahasiswa Ners tingkat IV STIKes Santa Elisabeth Medan tahun 2021
29.	Warni Wati Lahagu	032017105	Hubungan tingkat stres dengan kualitas tidur selama pembelajaran daring pada mahasiswa semester VIII Program Studi Ners Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth Medan tahun 2021

Prodi Ners juga menyampaikan bahwa penelitian tersebut telah selesai dilaksanakan pada bulan Maret-April 2021. Demikian pemberitahuan ini kami sampaikan, atas kerjasama yang baik kami ucapan terimakasih kami.

Hormat kami,
Ketua Prodi Ners
STIKes Santa Elisabeth Medan

Samfiani Sinurat, S.Kep, Ns., MAN



LEMBAR KONSULTASI

Nama Mahasiswa

: NOVIA AYU HERDANA SINAGA

NIM

: 032017051

Judul

Hubungan Body Image Dengan Pola Makan Pada Mahasiswa Tingkat 4 Selama Masa Pandemi Covid-19 Di STIKes Santa Elisabeth Medan.

Nama Pembimbing 1

: Pomarida Simbolon, SKM., M.Kep

Nama Pembimbing 2

: Ance Stallagan, S.Kep., Ns., M.Kep

Nama Penguji 3

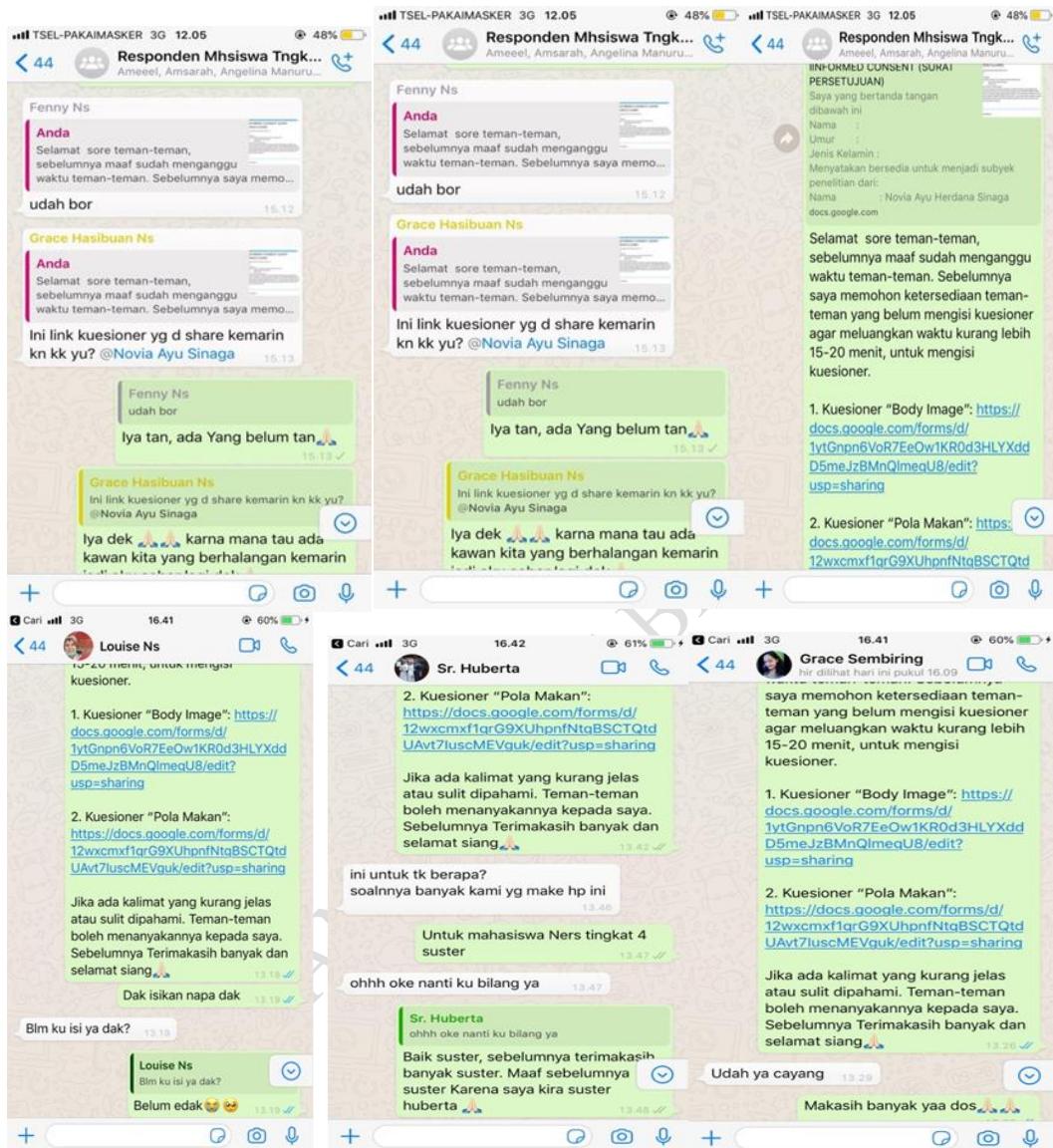
: Agustria Ginting, S.K.M., M.K.M

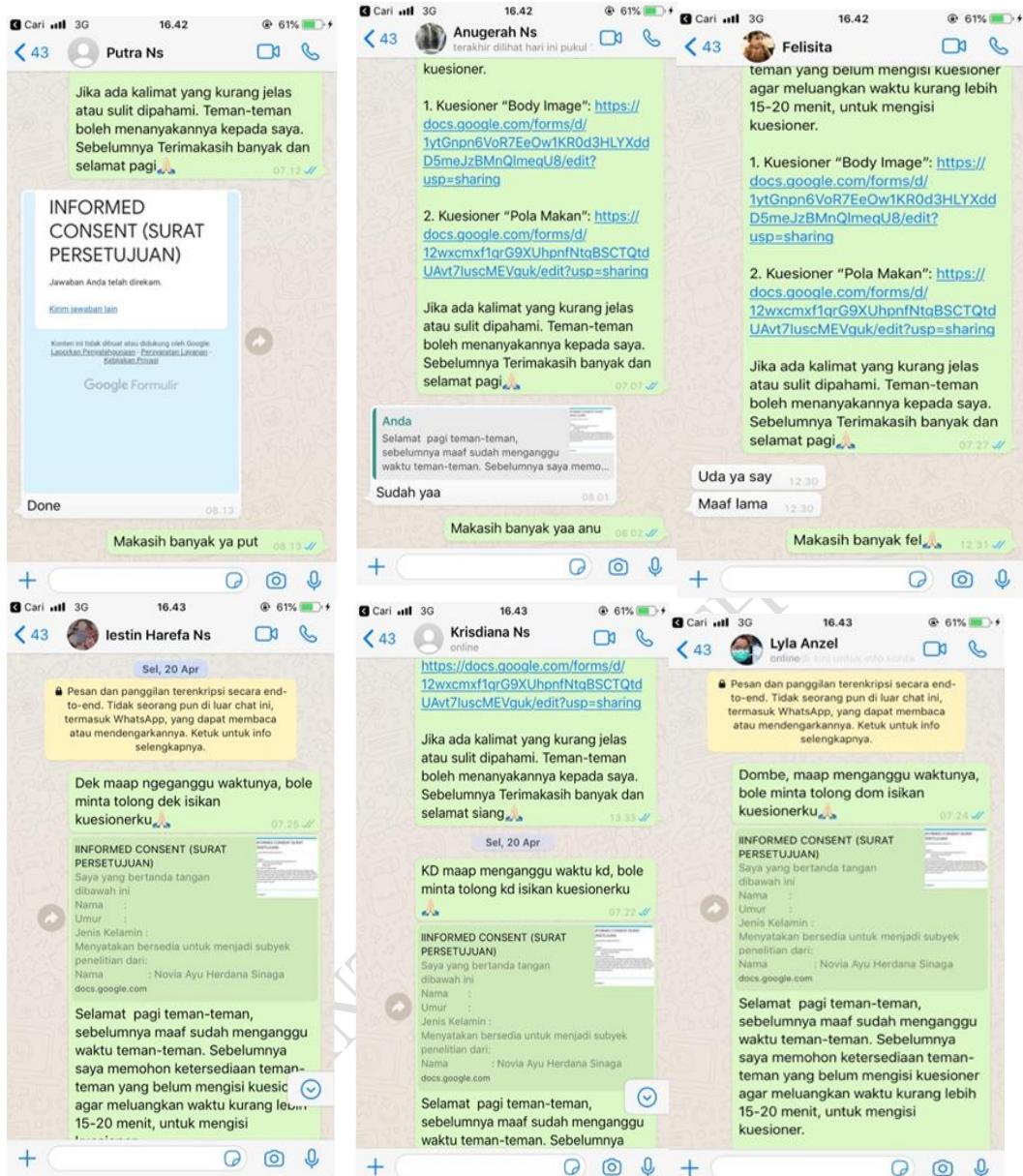
no	Hari / Tanggal	Pembimbing	Pembahasan	Tanda Tangan		
				Pembimbing 1	Pembimbing 2	Penguji 3
1	JUM'AT 27/11-20	Pomarida Simbolon, SKM., M.Kep	Judul Proposal	3P		
2	Selasa 01/12-20	Pomarida Simbolon, SKM., M.Kep	Judul Proposal	3P		
3	Kamis 03/12-20	Pomarida Simbolon SKM., M.Kep	Judul Proposal	3P		
4	Sabtu 05/12-20	Pomarida Simbolon SKM., M.Kep	Judul Proposal	3P		
5	Selasa 08/12-20	Pomarida Simbolon SKM., M.Kep	Judul Proposal	3P		
6	Senin 14/12-20	Pomarida Simbolon SKM., M.Kep	Judul Proposal dan Zoom	3P		

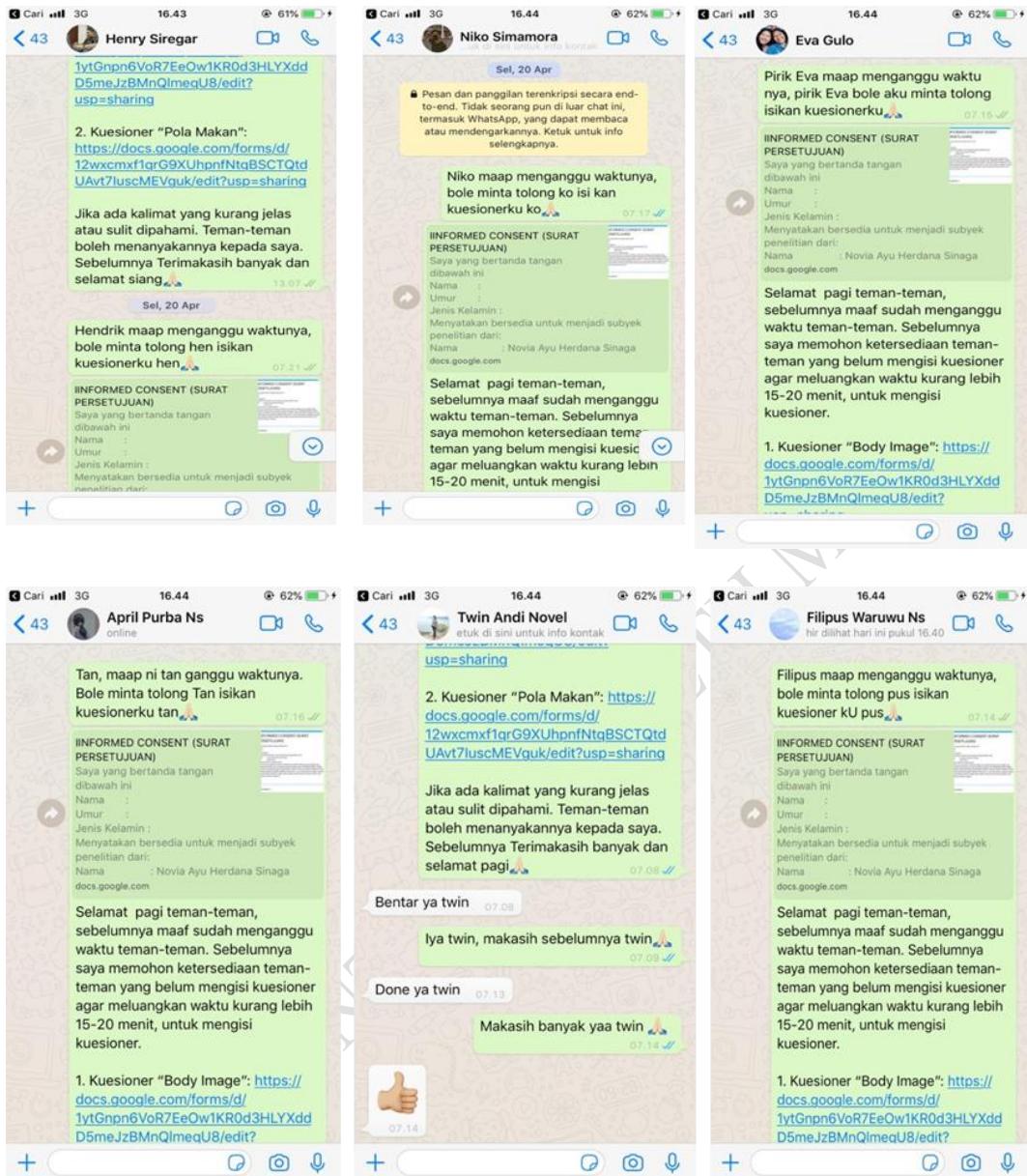
7	Senin 14/12/20	Ance Siallagan, S.Kep., Ns., M.Kep	Judul Proposal		dk
8	Sabtu 09/01/21	Pomarida Simbolon, SKM., M.Kes	Konsul Bab 1 dan zoom	zf	
9	Rabu 13/01/21	Ance Siallagan, S.Kep., Ns., M.Kep	Konsul Bab 1.		dk
10	Rabu 13/01/21	Pomarida Simbolon, SKM., M.Kes	Konsul Bab 1.	zf	
11	Jumat 29/01/21	Pomarida Simbolon, SKM., M.Kes	Konsul Bab 1, 2 dan 3	zf	
12	Sabtu 30/01/21	Ance Siallagan, S.Kep., Ns., M.Kep	Konsul Bab 1, 2 dan 3		dk
13	Selasa 16/02/21	Ance Siallagan, S.Kep., Ns., M.Kep	Bimbingan zoom Proposal		dk
14	Rabu 17/02/21	Pomarida simbolon, SKM., Ns., M.Kes	Konsul Bab 1, 2, 3 dan 4.	zf	
15	Senin 22/02/21	Ance Siallagan, S.Kep., Ns., M.Kep	Konsul Bab 1, 2, 3 dan 4.		dk
16	Selasa 23/02/21	Ance Siallagan, S.Kep., Ns., M.Kep	Konsul Bab 1, 2, 3 dan 4.		dk
17	Sabtu 27/02/21	Ance Siallagan, S.Kep., Ns., M.Kep	Konsul Bab 1, 2, 3 dan 4.		dk
18	Senin 01/03/21	Pomarida Simbolon, SKM., M.Kes	Bimbingan zoom Proposal	zf	
19	Selasa 02/03/21	Pomarida Simbolon, SKM., M.Kes	Konsul Survei awal dan Bab 1, 2, 3 & 4.	zf	

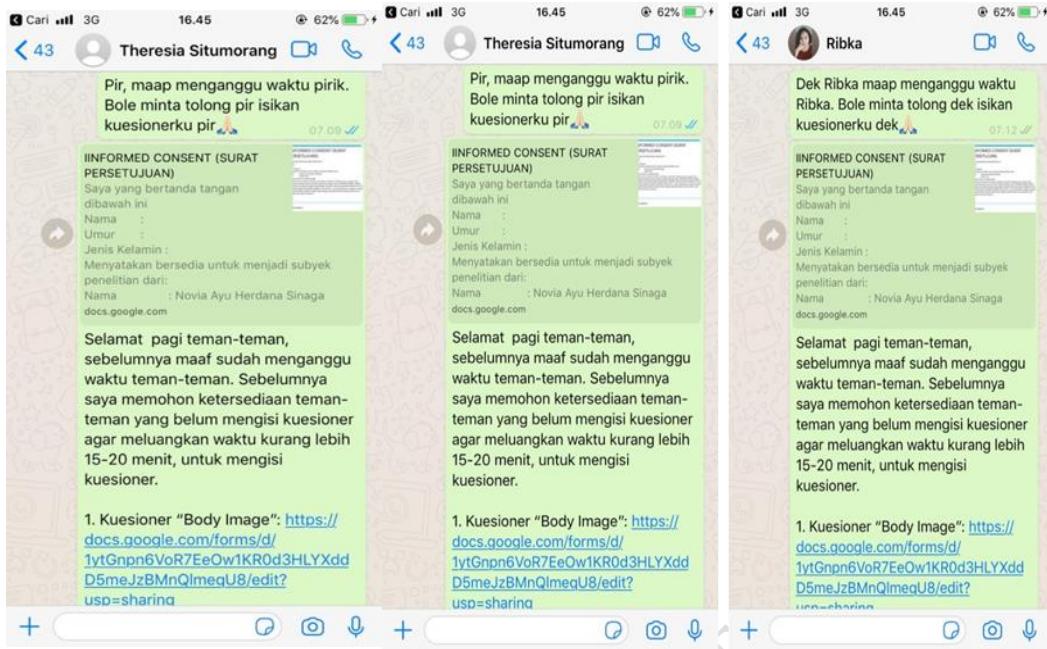
20	Rabu 03/03-21	Pomarida Simbolon, SKM., M.Kes	Konsul Bab 1, 2, 3 dan 4.	zf		
21	Selasa 09/03-21	Ance Siallagan, S.Kep., Ns., M.Kep	Konsul Revisi Proposal (selesai Ujian Proposal)	de		
22	Selasa 09/03-21	Agustria Ginting, S.K.M., M.K.M	Konsul Revisi Proposal (selesai Ujian Proposal)		zf	
23	Selasa 16/03-21	Agustria Ginting, S.K.M., M.K.M	Konsul Revisi Proposal (selesai Ujian Proposal)		zf	
24	Rabu 17/03-21	Agustria Ginting, S.K.M., M.K.M	Konsul Revisi Data Valid pada Kuesioner		zf	
25	Kamis 18/03-21	Agustria Ginting, S.K.M., M.K.M.	Konsul Revisi Proposal Bab 4. ACC Jilid		zf	
6	22/03-21	Ance Siallagan, S.Kep., Ns., M.Kep	ACC	de		
7						
8						
29						
30						

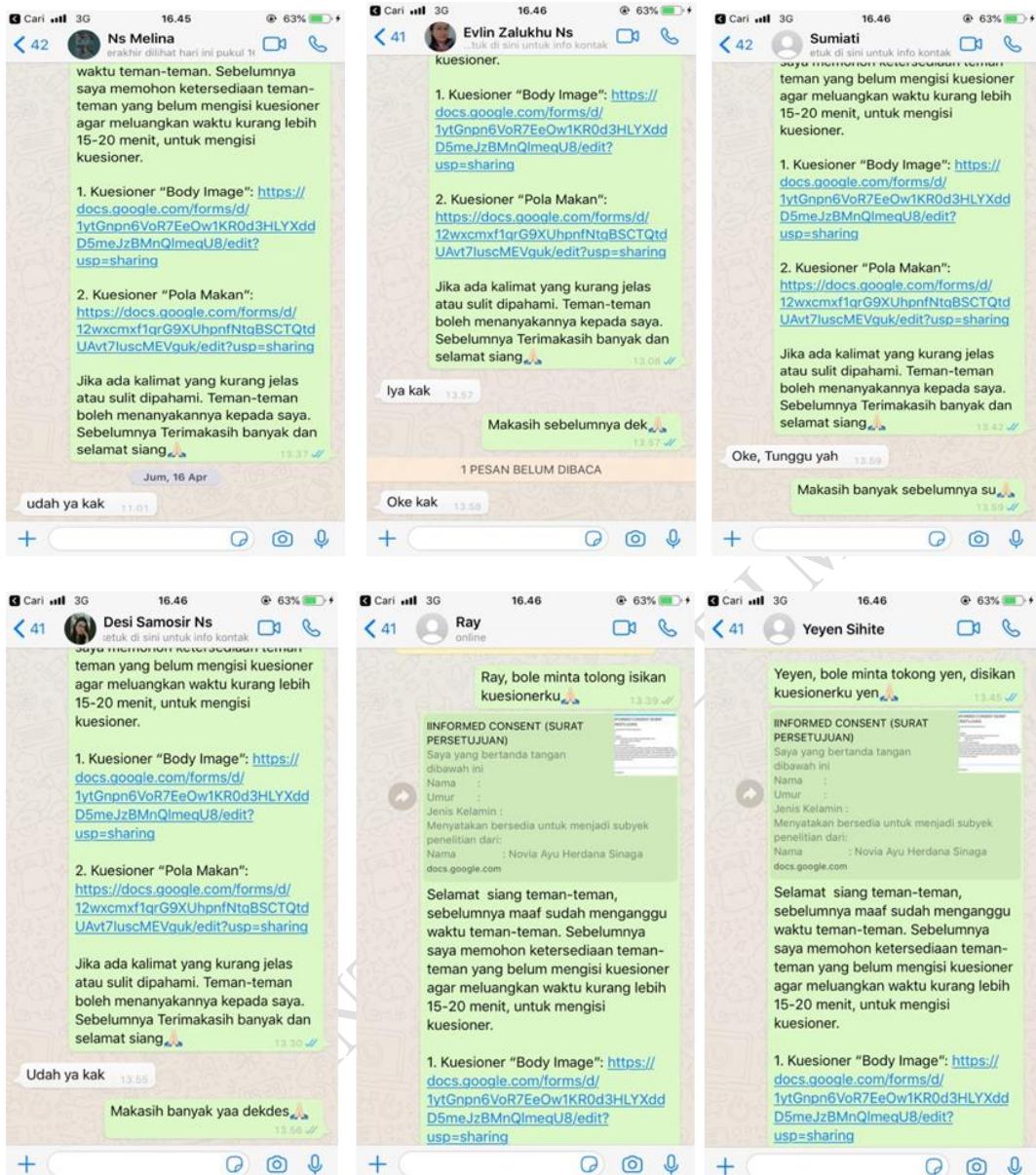
DOKUMENTASI

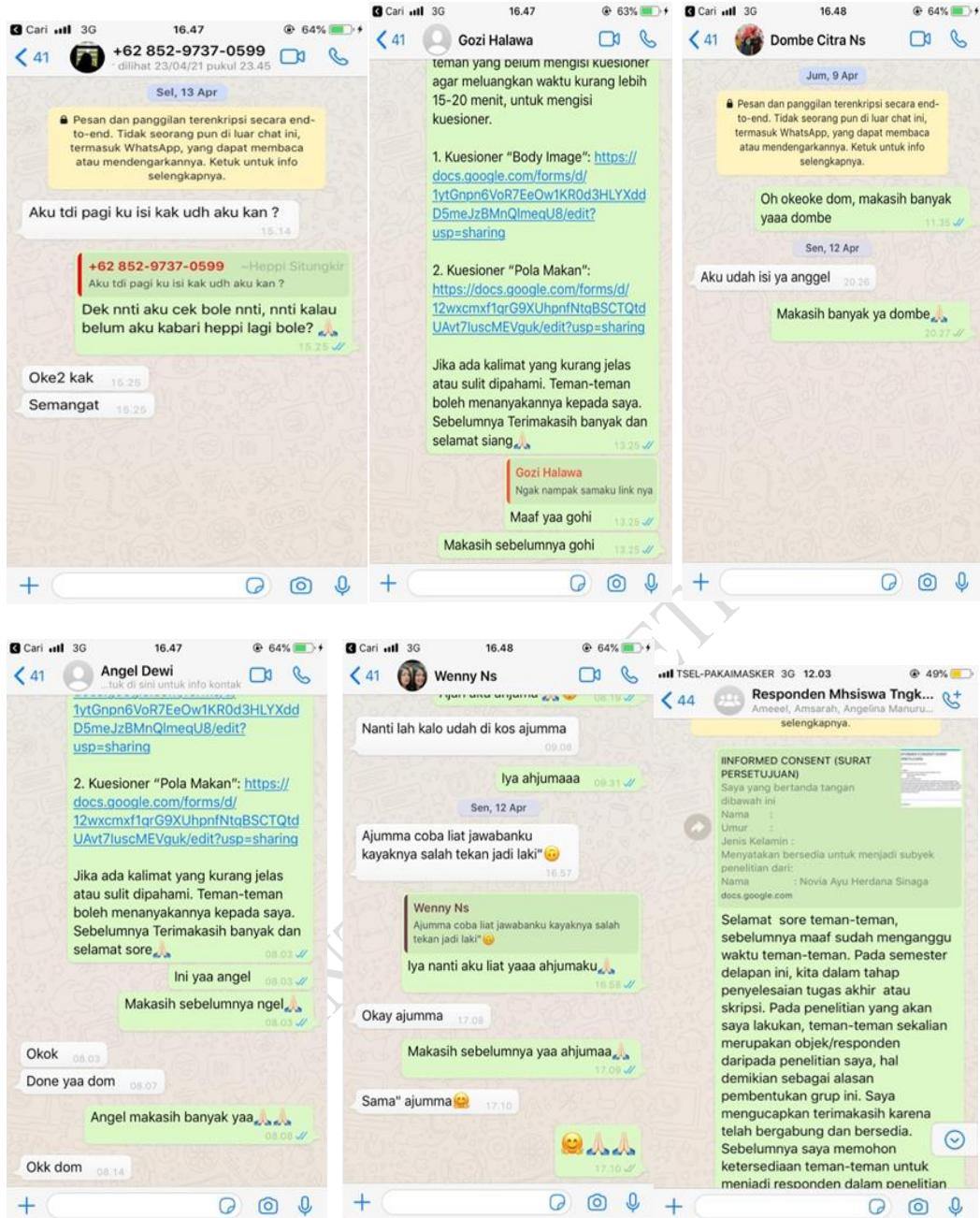


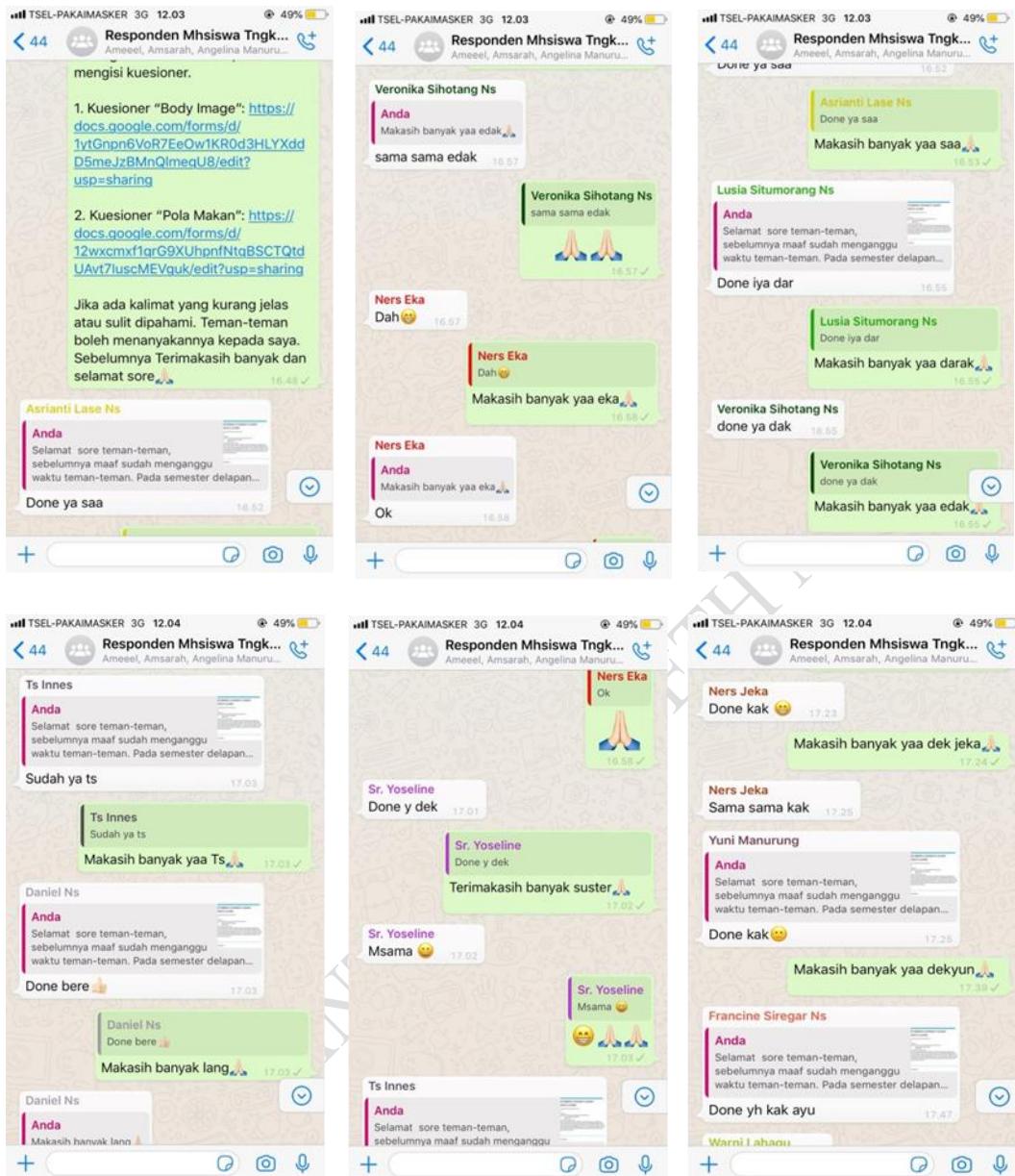


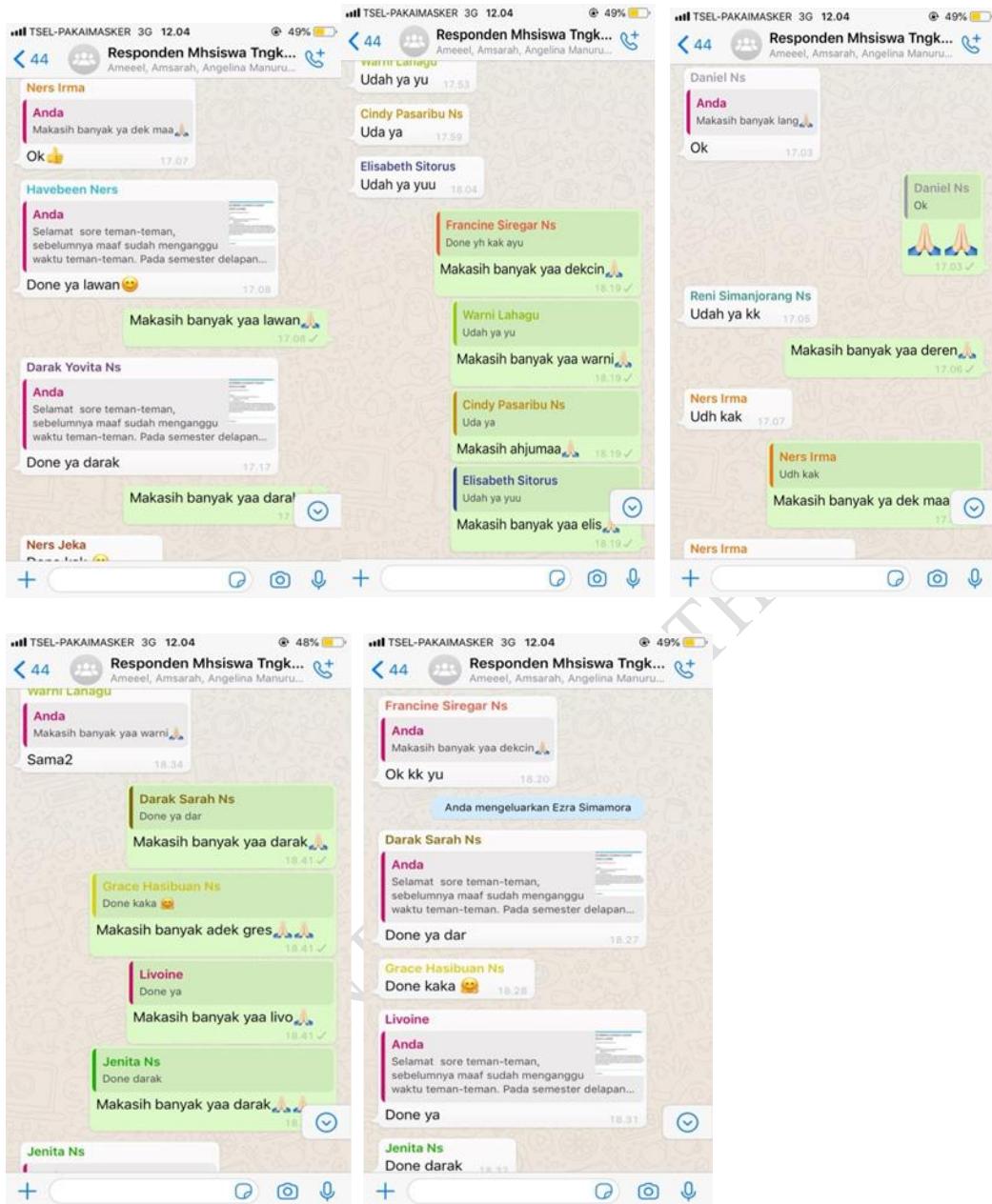














STIKES SANTA ELISABETH N...