

## **SKRIPSI**

# **HUBUNGAN ANTARA PERILAKU KONSUMSI MIE INSTAN DENGAN INDEKS MASA TUBUH PADA MAHASISWA PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN STIKes SANTA ELISABETH MEDAN TAHUN 2023**



Oleh :

Martina Susi Tridela

NIM.032019010

**PROGRAM STUDI NERS TAHAP AKADEMIK  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN SANTA ELISABETH  
MEDAN  
2023**



**SKRIPSI**

**HUBUNGAN ANTARA PERILAKU KONSUMSI MIE  
INSTAN DENGAN INDEKS MASA TUBUH PADA  
MAHASISWA PROGRAM STUDI ILMU  
KEPERAWATAN STIKes SANTA  
ELISABETH MEDAN  
TAHUN 2023**



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

Oleh :

Martina Susi Tridela  
NIM.032019010

**PROGRAM STUDI NERS TAHAP AKADEMIK  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN SANTA ELISABETH  
MEDAN  
2023**



### LEMBAR PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini,

Nama : Martina Susi Tridela

NIM : 032019010

Judul : “Hubungan Antara Perilaku Konsumsi Mie Instan Dengan Indeks Masa Tubuh Pada Mahasiswa Program Studi Sarjana Keperawatan STIKes Santa Elisabeth Medan. Tahun 2023”.

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 individu lain maka saya bersedia mempertanggung jawabkan sekaligus bersedia menerima sanksi berdasarkan aturan tata tertib di STIKes Santa Elisabeth Medan.

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

Penulis,

(Martina Susi Tridela)



**PROGRAM STUDI NERS  
STIKes SANTA ELISABETH MEDAN**

**Tanda Persetujuan Seminar Hasil**

Nama : Martina Susi Tridela  
NIM : 032019010  
Judul : Hubungan Antara Perilaku Konsumsi Mie Instan Dengan  
Indeks Masa Tubuh Pada Mahasiswa Program Studi Sarjana  
Keperawatan STIKes Santa Elisabeth Medan Tahun 2023.

Menyetujui Untuk Diujikan Pada Ujian Sidang Jenjang Sarjana Keperawatan  
Medan, 15 Mei 2023

Pembimbing II

Pembimbing I

Vina YS Sigalingging, S.Kep., Ns., M.Kep)

(Lilis Novitarum S. Kep. Ns., M. Kep)

Mengetahui,  
Ketua Program Studi Sarjana Keperawatan

(Lindawati F. Tampubolon, Ns., M.Kep)



**HALAMAN PENETAPAN PANITIA PENGUJI SKRIPSI**

**Telah diuji**

**Pada Tanggal, 15 Mei 2023**

**PANITIA PENGUJI**

**Ketua : Lilis Novitarum S. Kep. Ns., M. Kep**

**Anggota : 1. Vina YS Sigalingging, S.Kep., Ns., M.Kep**

**2. Mardiaty Barus, S.Kep., Ns., M.Kep**

**Mengetahui,**

**Ketua Program Studi Ners**

**(Lindawati F. Tampubolon, Ns., M.Kep)**





**PROGRAM STUDI NERS  
STIKes SANTA ELISABETH MEDAN**

**Tanda Pengesahan**

Nama : Martina Susi Tridela  
NIM : 032019010  
Judul : "Hubungan Antara Perilaku Konsumsi Mie Instan Dengan Indeks Masa Tubuh Pada Mahasiswa Program Studi Sarjana Keperawatan STIKes Santa Elisabeth Medan Tahun 2023".

Telah Disetujui, Diperiksa Dan Dipertahankan Dihadapan Tim Penguji  
Sebagai Persyaratan Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan  
Pada Senin, 15 Mei 2023 dan dinyatakan LULUS

**TIM PENGUJI :**

**TANDA TANGAN**

Penguji I : Lilis Novitarum, S.Kep., Ns., M.Kep

Penguji II : Vina YS Sigalingging, S.Kep., Ns., M.Kep

Penguji III : Mardiaty Barus, S.Kep., Ns., M.Kep

Mengetahui  
Ketua Program Studi Ners

Mengesahkan  
Ketua STIKes Santa Elisabeth Medan

(Lindawati F. Tampubolon, Ns., M.Kep)

(Mestiana Br. Karo, M.Kep., DNSc)



### PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

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

Nama : Martina Susi Tridela

NIM : 032019010

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 Antara Perilaku Konsumsi Mie Instan Dengan Indeks Massa Tubuh Pada Mahasiswa Program Studi Sarjana Keperawatan STIKes Santa Elisabeth Medan Tahun 2023.

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 based), 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, 15 Mei 2023

Yang Menyatakan

(Martina Susi Tridela)



## ABSTRACT

Martina Susi Tridela 032019010

Hubungan Antara Perilaku Konsumsi Mie Instan Dengan Indeks Masa Tubuh Pada Mahasiswa Program Studi Sarjana Keperawatan STIKes Santa Elisabeth Medan Tahun 2023

Program Studi Ners 2019

Kata Kunci: Konsumsi Mie Instan, IMT

(xviii + 62 + Lampiran)

Kalori yang terdapat dalam mie instan cukup tinggi, jika mengonsumsi mie instan terlalu sering, dapat menyebabkan seseorang memiliki indeks massa tubuh berlebih atau obesitas. Penelitian ini menggunakan Desain Deskriptif Korelatif yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antara perilaku konsumsi mie instan dengan indeks masa tubuh mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan STIKes Santa Elisabeth Medan Tahun 2023. Responden dalam penelitian ini berjumlah 193 orang dengan kriteria inklusi mahasiswa STIKes Santa Elisabeth Medan yang aktif berkuliah dan mengonsumsi mie instan 6 bulan terakhir. Berdasarkan uji statistic Spearman's Rho didapatkan p value = 0,064 ( $p > 0,05$ ). Hal ini menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan antara perilaku konsumsi mie instan dengan Indeks Massa Tubuh Pada Mahasiswa Sarjana Keperawatan STIKes Santa Elisabeth Medan. Tidak terdapatnya hubungan antara perilaku konsumsi mie instan dengan indeks massa tubuh dikarenakan adanya faktor lain yang dapat mempengaruhi IMT seperti pola aktivitas dan pola konsumsi. Disarankan bagi mahasiswa ners STIKes Santa Elisabeth Medan agar lebih memperhatikan pola konsumsi mie instan, menjaga pola diet dan menyeimbangkan dengan pola aktivitas untuk mendapatkan indeks massa tubuh yang normal dan sehat.

Daftar Pustaka (2010 – 2023)





## ABSTRACT

Martina Susi Tridela 032019010

*The Relationship Between Instant Noodle Consumption Behavior and Body Mass Index in Undergraduate Nursing Study Program Students of STIKes Santa Elisabeth Medan 2023*

*Ners Study Program, 2019*

*Keywords: Instant Noodle Consumption, BMI  
(xviii + 62 + appendices)*

*The calories contained in instant noodles are quite high, if consuming instant noodles too often, it can cause a person to have an excess body mass index or obesity. This study used a Correlative Descriptive Design which aims to determine the relationship between instant noodle consumption behavior and body mass index of students of the Nursing Science Study Program of STIKes Santa Elisabeth Medan 2023. Respondents in this study are 193 people with the inclusion criteria of STIKes Santa Elisabeth Medan students who are actively studying and consuming instant noodles in the last 6 months. Based on Spearman's Rho statistical test, the  $p$  value = 0.064 ( $p > 0.05$ ). This shows that there is no relationship between instant noodle consumption behavior and Body Mass Index in undergraduate nursing students of STIKes Santa Elisabeth Medan. There is no relationship between instant noodle consumption behavior and body mass index due to other factors that can affect BMI such as activity patterns and consumption patterns. It is recommended for nursing students of STIKes Santa Elisabeth Medan to pay more attention to instant noodle consumption patterns, maintain dietary patterns and balance with activity patterns to obtain a normal and healthy body mass index.*

*References (2010–2023)*



### KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan Kepada Tuhan Yang Maha Esa karena atas rahmat dan berkatnya penulis dapat menyelesaikan Skripsi ini. Adapun judul Skripsi ini “Hubungan Antara Perilaku Konsumsi Mie Instan Dengan Indeks Masa Tubuh Pada Mahasiswa Program Studi Sarjana Keperawatan STIKes Santa Elisabeth Medan Tahun 2023”. Skripsi ini disusun oleh penulis sebagai salah satu syarat agar dapat menyelesaikan pendidikan Program Studi Ners Tahap Akademik di STIKes Santa Elisabeth Medan.

Dalam penyusunan Skripsi ini telah banyak mendapatkan bimbingan, perhatian, kerjasama, dan dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Mestina Br. Karo, S. Kep., Ns., M. Kep., DNSc selaku ketua STIKes Santa Elisabeth Medan yang telah memberi kesempatan bagi penulis untuk mengikuti penyusunan skripsi ini.
2. Lindawati F.Tampubolon, Ns., M.Kep selaku ketua program studi Ners Santa Elisabeth Medan dan pembimbing akademik yang telah mengijikan penulis mengikuti untuk penyusunan skripsi ini.
3. Lilis Novitarum, S.Kep., Ns., M. Kep selaku dosen pembimbing I sekaligus penguji I yang telah membantu, membimbing serta mengarahkan penulis dengan penuh kesabaran dan memberikan ilmu yang bermanfaat dalam penyelesaian skripsi ini.
4. Vina Yolanda Sari Sigalingging, S. Kep., Ns., M. Kep selaku Dosen Pembimbing II sekaligus penguji II yang telah membantu, membimbing



serta mengarahkan penulis untuk penuh kesabaran dan memberikan ilmu yang bermanfaat dalam menyelesaikan skripsi ini.

5. Mardiaty Barus, S.Kep., Ns., M. Kep selaku penguji III yang telah membantu, menguji serta mengarahkan peneliti dengan penuh kesabaran dan memberikan ilmu yang bermanfaat dalam menyelesaikan skripsi ini.
  6. Seluruh Dosen dan Tenaga Pendidikan di STIKes Santa Elisabeth Medan yang telah membimbing dan mendidik penulis dalam upaya pencapaian pendidikan. Terimakasih untuk semua motivasi serta dukungan yang diberikan kepada penulis dan membantu penulis selama pendidikan di STIKes Santa Elisabeth Medan.
  7. Teristimewa kepada ayahanda tercinta Rimlot Simanungkalit dan ibunda Reliana Lumban Raja yang selalu memberi kasih sayang yang luar biasa dan dukungan baik materi, kesabaran, dan doa yang telah diberikan kepada saya dalam penyelesaian skripsi ini, Kepada kakak Riwaty Putri Intan yang memberi arahan dan dukungan dalam menyelesaikan skripsi ini dan abang Rendy Rinaldo Putra dan Mangoloi Cornelius yang telah memberikan dukungan kepada penulis.
  8. Kepada seluruh teman seperjuangan yang selalu bersama-sama berjuang selama 4 tahun terakhir ini yaitu Mahasiswa Program Studi Ners Tahap Akademik terkhusus angkatan stanbuk 2019 yang telah memberikan semangat, motivasi dan masukan dalam penyelesaian skripsi ini.
- Peneliti menyadari terdapat banyak kekurangan dalam penyusunan skripsi ini, maka saya harapkan kritik dan saran untuk perbaikan skripsi ini



Harapan peneliti semoga skripsi ini dapat dilanjutkan untuk penelitian dan bermanfaat untuk pengembangan ilmu pengetahuan khususnya profesi keperawatan.

Medan, 15 Mei 2023

Penulis,

Martina Susi Tridela



## DAFTAR ISI

	Halaman
SAMPUL DEPAN .....	
SAMPUL DALAM.....	i
PERNYATAAN ORISINALITAS.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN .....	iii
HALAMAN PENETAPAN PANITIA PENGUJI.....	iv
HALAMAN PENGESAHAN .....	v
SURAT PERNYATAAN PUBLIKASI .....	vi
ABSTRAK .....	vii
ABSTRACT .....	viii
KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR TABEL .....	xvi
DAFTAR BAGAN.....	xvii
DAFTAR DIAGRAM .....	xviii
<b>BAB 1 PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
1.1. Latar belakang .....	6
1.2. Perumusan Masalah.....	6
1.3. Tujuan .....	6
1.3.1 Tujuan Umum .....	6
1.3.2 Tujuan Khusus .....	6
1.4. Manfaat Teoritis .....	7
1.4.1 Manfaat Teoritis .....	7
1.4.2. Manfaat Praktis.....	7
<b>BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA .....</b>	<b>8</b>
2.1. Konsep Perilaku .....	8
2.1.1 Pengertian Perilaku .....	8
2.1.2 Proses Pembentukan Perilaku .....	9
2.1.3 Domain Perilaku.....	10
2.2 Konsep Konsumsi .....	15
2.2.1 Pengertian Konsumsi .....	15
2.2.2 Faktor yang mempengaruhi konsumsi Mie Instan .....	15
2.2.3 Tujuan Perilaku Konsumsi .....	16
2.3 Konsep Mie Instan .....	16
2.3.1 Pengertian Mie Instan.....	16
2.3.2 Cara Mengurangi Bahaya Konsumsi Mie Instan .....	16
2.3.3 Kelebihan dan bahaya Mie Instan .....	17
2.4 Konsep Indeks Masa Tubuh .....	19
2.4.1 Pengertian Indeks Masa Tubuh .....	19
2.4.2 Komponen Indeks Masa Tubuh .....	20
2.4.3 Faktor Faktor Yang Mempengaruhi IMT.....	21
2.4.4 Klasifikasi Indeks Masa Tubuh.....	23
<b>BAB 3 KERANGKA KONSEP DAN HIPOTESIS PENELITIAN ....</b>	<b>24</b>
3.1. Kerangka Konsep .....	24
3.2. Hipotesis Penelitian .....	25





<b>BAB 4 METODE PENELITIAN .....</b>	<b>26</b>
4.1 Rancangan Penelitian .....	26
4.2 Populasi dan Sampel .....	26
4.2.1 Populasi .....	26
4.2.2 Sampel .....	27
4.3 Variabel Penelitian dan Defenisi Operasional.....	29
4.3.1 Variabel penelitian .....	29
4.3.2 Defenisi Operasional .....	30
4.4 Instrumen Penelitian.....	31
4.4.1 Kuesioner .....	32
4.4.2 Lembar Dokumentasi .....	33
4.5 Lokasi dan Waktu Penelitian.....	33
4.5.1 Lokasi .....	33
4.5.2 Waktu .....	33
4.6 Prosedur pengambilan dan teknik pengumpulan data.....	33
4.6.1 Pengambilan data .....	33
4.6.2 pengumpulan data .....	34
4.6.3 Uji Validitas dan reliabilitas.....	35
4.7 Kerangka Operasional .....	37
4.8 Pengolahan data.....	37
4.8.1 <i>Editing</i> .....	38
4.8.2 <i>Coding</i> .....	38
4.8.3 <i>Data Entry</i> .....	38
4.8.4 <i>Scoring</i> .....	38
4.9 Analisa data .....	38
4.10 Etika penelitian.....	41
<b>BAB 5 HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>45</b>
5.1 Gambaran Lokasi Penelitian .....	45
5.2 Hasil Penelitian .....	47
5.2.1 Distribusi Karakteristik Data Demografi Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan STIKes Santa Elisabeth Medan Tahun 2023. ....	48
5.2.2 Perilaku Konsumsi Mie Instan Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan STIKes Santa Elisabeth Medan Tahun 2023 .....	49
5.2.3 Indeks Massa Tubuh Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan STIKes Santa Elisabeth Medan Tahun 2023 .....	50
5.2.4 Hubungan Perilaku Konsumsi Mie Instan Dengan Indeks Massa Tubuh Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan STIKes Santa Elisabeth Medan Tahun 2023 .....	50
5.3 Pembahasan Hasil Penelitian .....	
5.3.1 Perilaku Konsumsi Mie Instan Mahasiswa Studi Ilmu Keperawatan STIKes Santa Elisabeth Medan Tahun 2023 .....	51



5.3.2 Indeks Massa Tubuh Mahasiswa Sarjana Keperawatan Tahun 2023 .....	56
5.3.3 Hubungan Perilaku Konsumsi Mie Instan dengan Indeks Massa Tubuh .....	59
<b>BAB 6 SIMPULAN DAN SARAN.....</b>	<b>61</b>
6.1 Simpulan.....	61
6.2 Saran .....	61
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>63</b>
<b>LAMPIRAN</b> 1. <i>Informed Consent</i> .....	68
2. Kuesioner Perilaku Konsumsi Mie Instan .....	69
3. Buku Bimbingan .....	71
4. Permohonan Pengambilan Data Awal Penelitian .....	79
5. Balasan Surat Izin Pengambilan Data Awal .....	81
6. Usulan Judul Proposal .....	82
7. Pengajuan Judul Proposal .....	83
8. Keterangan Layak Etik .....	84
9. Permohonan Ijin Penelitian.....	85
10. Persetujuan Ijin Penelitian.....	86
11. Surat Selesai Penelitian .....	87
12 Dokumentasi.....	88



### DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 2.1 Klasifikasi Indeks Masa Tubuh Depkes RI .....	23
Tabel 4.2 Data jumlah mahasiswa S1 Keperawatan Tahun 2019-2022..	27
Tabel 4.3 Jumlah Sampel Penelitian Setiap Angkatan .....	28
Tabel 4.4 Defenisi Operasional hubungan perilaku konsumsi mie instan dengan Indeks Masa Tubuh Pada Mahasiswa Program Studi Sarjana Keperawatan STIKes Santa Elisabeth Medan. ....	31
Tabel 5.5 Distribusi Responden berdasarkan (Umur, Suku, Jenis Kelamin, Agama).....	48
Tabel 5.6 Distribusi Responden Berdasarkan Persentasi Perilaku Konsumsi Mie Instan Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan STIKes Santa Elisabeth Medan Tahun 2023 ...	49
Tabel 5.7 Distribusi Responden Berdasarkan Frekuensi Dan Presentasi Indeks Massa Tubuh Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan STIKes Santa Elisabeth Medan Tahun 2023 . ....	50
Tabel 5.8 Hasil Korelasi Antara Perilaku Konsumsi Mie Instan Dengan Indeks Massa Tubuh Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan STIKes Santa Elisabeth Medan Tahun 2023 .....	50



## DAFTAR BAGAN

	Halaman
Bagan 3.1 Kerangka Konsep penelitian hubungan antara perilaku konsumsi mie instan dengan Indeks Masa Tubuh pada mahasiswa program studi sarjana keperawatan STIKes Santa Elisabeth Medan Tahun 2023 .....	24
Bagan 4.2 Kerangka Operasional Hubungan Antara Perilaku Konsumsi Mie Instan dengan Indeks Masa Tubuh pada mahasiswa program studi Sarjana Keperawatan STIKes Santa Elisabeth Medan .....	37



## DAFTAR DIAGRAM

	Halaman
Diagram 5.1 Distribusi Responden Berdasarkan Persentasi Perilaku Konsumsi Mie Instan Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan STIKes Santa Elisabeth Medan Tahun 2023.....	51
Diagram 5.2 Distribusi Responden Berdasarkan Frekuensi Dan Presentasi Indeks Massa Tubuh Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan STIKes Santa Elisabeth Medan Tahun 2023 .....	56





## BAB 1 PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Kelebihan berat badan sudah sangat lama dianggap menjadi masalah psikososial manusia. Memiliki berat badan ideal dan langsing adalah hal yang sangat didambakan oleh semua individu terutama kaum wanita. Kelebihan berat badan tak jarang membuat wanita merasa sangat tertekan bahkan membuat penderitanya mengalami harga diri rendah ketika. Hal ini dikarenakan pandangan masyarakat yang menganggap semua individu yang mengalami kelebihan berat badan merupakan orang yang jelek hingga tak jarang individu tersebut mendapatkan tekanan bahkan ejekan dari teman sebaya serta lingkungan mereka dan membawa dampak yang buruk bagi kesehatan mental seseorang. Kelebihan berat badan adalah individu yang memiliki indeks masa tubuh yang tidak normal dimana tinggi dan berat badannya tidak seimbang. Kelebihan berat badan tidak hanya menjadi masalah kalangan masyarakat saja tetapi juga menjadi bagian dari masalah medis karena kelebihan berat badan dapat menimbulkan banyak masalah kesehatan bahkan dapat menyebabkan kematian. Individu yang memiliki berat badan berlebih akan sangat mempengaruhi kelangsungan hidup jangka panjang mereka (Nuttall, 2015).

Banyak peneliti berpendapat bahwa individu dengan indeks masa tubuh tidak normal atau memiliki berat badan berlebih dapat berpotensi tinggi menyebabkan individu tersebut mengalami obesitas. Selain itu, sebuah tinjauan sistematis baru menyimpulkan bahwa kelebihan berat badan, obesitas, penambahan berat badan, dan peningkatan dari lingkaran pinggang merupakan

faktor risiko penyakit periodontal dimana penyakit periodontal adalah penyakit radang kronis periodonsium yang artinya penyakit yang sangat lazim, dan merupakan penyebab utama kehilangan gigi pada individu dewasa di seluruh dunia (Dhaifullah et al ., 2019).

Menurut WHO Tahun 2014, lebih dari 1,9 miliar individu dewasa yang berusia  $\geq 18$  tahun mengalami overweight dan lebih dari 600 juta individu di dunia mengalami obesitas. Pada tahun 2015, terdapat 2,3 miliar individu dewasa yang memiliki berat badan berlebih dan sebanyak 700 juta diantaranya tergolong obesitas. Prevalensi obesitas di seluruh dunia meningkat tiga kali lipat sejak 1975. Pada tahun 2016 sekitar 1,9 miliar individu dewasa ( $>18$  tahun) dilaporkan kelebihan berat badan, diantara jumlah tersebut 650 juta orang mengalami obesitas yang terdiri dari kelebihan berat badan diantaranya 39% terjadi pada pria dan 40% pada wanita. Secara keseluruhan yang mengalami obesitas sekitar 13% populasi individu dewasa di dunia terdiri dari 11% pria dan 15% wanita. Sedangkan pada anak-anak dan remaja berusia 5-19 tahun lebih dari 340 juta yang mengalami kelebihan berat badan dan obesitas. Asia Tenggara, prevalensi obesitas menunjukkan angka cukup tinggi. Di Indonesia dalam urutan yang kedua obesitas terbesar yaitu 12,2%, Thailand 8%, kemudian Malaysia 6%, Vietnam sebesar 4,6%, Sementara prevalensi obesitas (indeks massa tubuh di atas 27,0) usia di atas 18 tahun pada 2013 sebesar 14,8% dan pada tahun 2018 sebesar 13,6%. Sedangkan prevalensi obesitas sentral (lingkar perut perempuan lebih dari 80 cm dan laki-laki 90 cm) untuk usia di atas 15 tahun lebih besar, yakni pada tahun 2013 sebesar 26,6% dan pada tahun 2018 sebesar 31%. Berdasarkan data

Riskesdas tahun (2018) prevalensi obesitas atau kegemukan pada orang dewasa di atas 18 tahun terus meningkat dari tahun ke tahun. Berdasarkan hasil, prevalensi obesitas meningkat sejak 3 periode Riskesdas yaitu pada tahun 2007 10,5%, 2013 14,8% dan meningkat tahun 2018 yaitu 21,8% (Pelealu, Moleing, & Pongoh, 2021).

Menurut Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018, prevalensi obesitas di kalangan individu dewasa Indonesia meningkat hampir dua kali lipat dari 19,1 persen pada 2007 menjadi 35,4 persen pada 2018 (Dhaifullah et al., 2019). Persentase penduduk obesitas tertinggi berada di Provinsi Sulawesi Utara yaitu pada kasus obesitas sentral yang diukur lewat lingkaran perut persentase sebesar 42,5%, sementara obesitas dewasa paling tinggi persentase sebesar 30,2% dan terendah berada di Provinsi Nusa Tenggara Timur dengan persentase sebesar 19,3% (Pelealu, Moleing, & Pongoh, 2021). Menurut Riskesdas 2018 Proporsi Obesitas Sentral pada Penduduk Umur  $\geq 15$  Tahun menurut Kabupaten/Kota di Provinsi Sumatera Utara, Peringkat tertinggi berasal dari kota Karo dengan prevalensi 49.68 %, peringkat kedua berasal dari kota Pematang Siantar dengan prevalensi 48.28 % dan peringkat ketiga berasal dari kota Padang sidempuan dengan prevalensi 41.32 % dan posisi terendah adalah kota Nias dengan prevalensi 5.99 % (Riskesdas, 2018).

Sebagian besar mahasiswa berasal dari tempat tinggal yang berbeda beda dan jauh dari lingkungan kampus, Keadaan tersebut membuat mahasiswa harus pulang balik rumah dan kampus, tak jarang banyak mahasiswa yang memilih untuk tinggal di Kos ataupun diasrama untuk menghemat waktu. Jadwal

perkuliahan yang padat membuat mahasiswa tidak ada waktu untuk memasak sehingga tidak memperhatikan status gizinya dan mahasiswa lebih memilih makanan cepat saji sebagai pilihan menu makanan sehari-hari, salah satu makanan cepat saji pilihan mahasiswa adalah mie instan. Mahasiswa memenuhi kebutuhan makanannya hanya dengan mengonsumsi makanan yang banyak mengandung karbohidrat saja tanpa memperhatikan zat gizi dan bahaya dari makanan instan tersebut (Permana, Afiah, Ifroh & Wiranto 2020). Mie instan merupakan makanan cepat saji yang berbentuk petak dan memiliki cita rasa yang lezat. Sebelum menikmati mie instan biasanya mie akan direndam di dalam air yang mendidih setelah itu diangkat dan diberikan bumbu sebagai penambah cita rasa. Dalam Mie instan memuat banyak kalori akan tetapi minim akan vitamin, mineral dan juga serat yang tidak baik untuk kesehatan ketika dikonsumsi secara terus menerus. Ketika mie instan dikonsumsi oleh seseorang secara terus menerus dapat menyebabkan terhambatnya proses penyerapan nutrisi di dalam tubuh, meningkatkan resiko kanker dikarenakan terdapat pengawet di dalam sebuah mie instan yang bersifat karsinogenik yang jika secara terus menerus dikonsumsi maka akan menumpuk di dalam tubuh sehingga meningkatkan resiko terjadinya kanker, keguguran, terhambatnya proses metabolisme di dalam tubuh, bahaya *Propylene glycol*, pencernaan dapat terganggu, serta dapat menyebabkan terjadinya obesitas ataupun kegemukan (Amelia A & Nugroho P, 2021).

Dampak obesitas tentu sangat berpengaruh pada remaja maupun mahasiswa baik secara psikologis maupun secara fisik. Dampak negatif psikologis yang bisa muncul adalah timbulnya gangguan harga diri dikarenakan adanya perasaan

negatif pada diri sendiri, merasa tidak berharga, serta adanya rasa putus asa. Dampak buruk lainnya adalah akan mempengaruhi sistem kardiovaskular dan sistem pernapasan serta dapat menyebabkan menurunkan efisiensi pada sistem muskuloskeletal terutama sendi (*osteoarthritis*). Individu yang memiliki berat badan yang berlebih akan lebih rentan terhadap infeksi dan penyakit menular daripada orang yang berbadan kurus, sehingga sudah seharusnya setiap individu menjaga indeks masa tubuhnya agar tetap dalam batas normal untuk tetap memelihara kesehatannya dan memperindah penampilannya (Workman, 2010).

Menurut penelitian sebelumnya mengatakan sebanyak 93,5% mahasiswa yang menjadi responden penelitian mengalami obesitas dan terdapat hubungan antara pola makan yang tidak teratur dan terlalu sering memakan makanan instan dengan kejadian obesitas (Permana, Afiah, Ifroh & Wiranto 2020). Berdasarkan latar belakang di atas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang Hubungan Antara Perilaku Konsumsi Mie Instan Dengan Indeks Masa Tubuh Pada Mahasiswa Program Studi Sarjana Keperawatan STIKes Santa Elisabeth Medan.

### 1.2 Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan yaitu Konsumsi Mie Instan dikalangan mahasiswa tergolong sangat tinggi. Hal ini dapat dibuktikan dengan adanya penelitian-penelitian yang telah dilakukan yang menunjukkan bahwa adanya presentase yang tinggi pada mahasiswa yang mengonsumsi Mie Instan. Konsumsi Mie Instan merupakan salah satu faktor yang dapat menyebabkan peningkatan berat badan. Melihat fenomena tersebut penulis tertarik untuk





melakukan penelitian mengenai Perilaku Konsumsi Mie Instan, maka perumusan masalah dapat disusun adalah Hubungan Antara Perilaku Konsumsi Mie Instan Dengan Indeks Masa Tubuh Pada Mahasiswa Program Studi Sarjana Keperawatan STIKes Santa Elisabeth Medan.

### 1.3 Tujuan Penelitian

#### 1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui Hubungan Antara Perilaku Konsumsi Mie Instan Dengan Indeks Masa Tubuh Pada Mahasiswa Program Studi Sarjana Keperawatan STIKes Santa Elisabeth Medan.

#### 1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui perilaku konsumsi Mie Instan pada mahasiswa Prodi Sarjana Keperawatan
2. Mengetahui Indeks Masa Tubuh mahasiswa Prodi Sarjana Keperawatan
3. Untuk mengidentifikasi Hubungan Antara Perilaku Konsumsi Mie Instan Dengan Indeks Masa Tubuh Pada Mahasiswa Program Studi Sarjana Keperawatan STIKes Santa Elisabeth Medan.

### 1.4 Manfaat Penelitian

#### 1.4.1 Manfaat Teoritis

Diharapkan hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai sumber bacaan dan mengembangkan pengetahuan mengenai hubungan perilaku konsumsi Mie Instan dengan indeks masa tubuh. Penelitian ini juga diharapkan bisa memicu dilaksanakannya penelitian-penelitian mengenai dampak perilaku konsumsi mie instan.

### 1.4.2 Manfaat Praktis

#### 1. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai sumber informasi dan referensi pengetahuan mengenai hubungan perilaku konsumsi Mie Instan dengan indeks masa tubuh. Penelitian ini diharapkan juga dapat menjadi pemicu dilakukannya penelitian-penelitian selanjutnya mengenai dampak dari perilaku konsumsi Mie Instan dan faktor-faktor yang menyebabkan kelebihan dan kekurangan IMT.

#### 2. Bagi Responden

Diharapkan menjadi sumber tambahan informasi bagi responden terkait hubungan antara perilaku konsumsi Mie Instan dengan indeks masa tubuh. Juga di harapkan agar responden bisa menjaga jenis makanan yang akan di konsumsi untuk kesehantannya.

#### 3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi ataupun sumber data tambahan bagi peneliti selanjutnya mengenai hubungan antara perilaku konsumsi Mie Instan dengan indeks masa tubuh.

## BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA

### 2.1 Konsep Perilaku

#### 2.1.1 Pengertian Perilaku

Perilaku berasal dari kata “peri” dan “laku”, dimana peri dapat diartikan sebagai cara berbuat kelakuan perbuatan, dan laku dapat diartikan sebagai perbuatan, kelakuan, cara menjalankan (Irwan, 2017). Perilaku dapat diartikan sebagai reaksi seseorang terhadap objek ataupun respon seseorang terhadap benda yang berada di sekelilingnya (Prakoso & Fatah, 2018). Perilaku manusia adalah tindakan atau kegiatan manusia, yang dapat dilihat secara langsung ataupun secara tidak langsung. Menurut Skinner, perilaku merupakan tanggapan atau reaksi manusia untuk menghadapi rangsangan dari luar (Rachmawati, 2019). Perilaku operan (*operant behaviour*) adalah perilaku yang terbentuk oleh proses belajar dan merupakan yang paling dominan mempengaruhi dikarenakan hampir semua perilaku di atur oleh otak (Kusuma & Nurcahayati, 2021).

Perilaku kesehatan adalah suatu tindakan yang dilakukan oleh seseorang dalam menghadapi sebuah penyakit, pelayanan kesehatan, konsumsi makanan dan minuman serta lingkungan yang berhubungan dengan kesehatan. Dapat diartikan pula bahwa perilaku kesehatan dibagi menjadi dua yaitu perilaku positif dan perilaku negatif (Kusuma & Nurcahayati, 2021). Perilaku kesehatan didasari oleh tiga faktor utama, yaitu pengetahuan, sikap, serta praktek yang ketiga faktor ini dapat saling berhubungan namun belum tentu saling mempengaruhi antara satu faktor dengan faktor lainnya (Kusuma & Nurcahayati, 2021). Dari penjelasan

mengenai perilaku, maka perilaku dapat dibedakan menjadi dua menurut (Notoatmodjo, 2003) yaitu :

1. Perilaku tertutup (*Convert behavior*)

Perilaku tertutup merupakan reaksi seseorang mengenai dorongan dalam bentuk terselubung atau tertutup (*convert*). Tanggapan ataupun respon terhadap dorongan ini terbatas pada perhatian, persepsi, pengetahuan, kesadaran, dan sikap yang terjadi pada seseorang yang menerima stimulus namun belum dapat diamati oleh individu lain (Kusuma & Nurcahayati, 2021).

2. Perilaku terbuka (*Overt behavior*)

Perilaku terbuka adalah respon seseorang mengenai dorongan dalam bentuk tindakan nyata atau terbuka. Respon terhadap dorongan dalam bentuk tindakan yang dengan mudah diamati individu lain (Kusuma & Nurcahayati, 2021).

### 2.1.2 Proses Pembentukan Perilaku

Abraham Maslow mengemukakan sebuah pendapat bahwa pembentukan perilaku dapat dipengaruhi oleh banyaknya kebutuhan dasar atau disebut dengan hirarki kebutuhan Maslow. Abraham Maslow mengemukakan bahwa hirarki kebutuhan Maslow adalah tingkat kebutuhan manusia yang memiliki jenjang. Awal mula ketika Maslow melakukan observasi terhadap perilaku monyet, ia dapat menyimpulkan bahwa ada beberapa kebutuhan lebih diutamakan dibandingkan dengan kebutuhan lainnya (Irwan, 2017). Contoh dari hirarki kebutuhan Maslow adalah seseorang bisa hidup tanpa makanan berminggu-

minggu, namun seseorang hanya bisa bertahan hidup tanpa air beberapa hari saja karena kebutuhan akan air lebih kuat daripada kebutuhan akan makanan. Hirarki kebutuhan Maslow terdiri dari kebutuhan fisiologis, kebutuhan akan rasa aman dan nyaman, kebutuhan akan rasa saling memiliki dan kasih sayang, kebutuhan akan dihargai atau harga diri dan terakhir adalah kebutuhan aktualisasi diri. Maslow juga mengemukakan bahwa pemuasan terhadap berbagai kebutuhan didorong oleh dua kekuatan yaitu kekuatan motivasi kekurangan (*deficiency motivation*) dan kekuatan motivasi perkembangan (*growth motivation*) (Irwan, 2017).

### 2.1.3 Domain Perilaku

Menurut teori Bloom, Perilaku dapat dibagi menjadi 3 domain yaitu:

#### 1. Pengetahuan

Pengetahuan merupakan hasil dari seseorang yang mengetahui sesuatu dan pengetahuan hanya akan terjadi ketika seseorang selesai melakukan penginderaan terhadap sebuah objek. Ketika seseorang tidak memiliki pengetahuan maka seseorang itu tidak mempunyai dasar untuk mengambil sebuah keputusan dan individu tersebut tidak mampu untuk menentukan tindakan terhadap masalah yang sedang dihadapinya (Irwan, 2017).

Pengetahuan terdiri dari empat macam yaitu:

##### a. Pengetahuan *Faktual* (*Factual knowledge*)

Pengetahuan Faktual merupakan pengetahuan yang berisi beberapa informasi yang terpisah-pisah atau unsur dasar yang ada dalam sebuah disiplin ilmu tertentu. Pengetahuan faktual ini terdiri dari dua macam yaitu



pengetahuan mengenai terminologi (*knowledge of terminology*) yang mencakup pengetahuan mengenai label ataupun simbol yang bersifat verbal maupun non verbal (*knowledge of specific details and element*) yang mencakup pengetahuan mengenai individu, waktu, ataupun informasi yang bersifat spesifik (Irwan, 2017).

### b. Pengetahuan Konseptual

Pengetahuan Konseptual ialah pengetahuan yang menunjukkan hubungan antara beberapa komponen dasar dalam bentuk yang lebih besar dan semuanya berfungsi. Pengetahuan konseptual ini mencakup kerangka, model pemikiran, dan teori yang implisit dan eksplisit. Pengetahuan Konseptual memiliki 3 jenis yaitu mengenai klasifikasi dan kategori, pengetahuan mengenai prinsip dan generalisasi serta pengetahuan mengenai teori, model dan juga struktur (Irwan, 2017).

### c. Pengetahuan Prosedural

Pengetahuan Prosedural adalah sebuah pengetahuan mengenai cara seseorang dalam melakukan sesuatu, baik yang bersifat kebiasaan maupun merupakan hal yang baru serta berisi langkah-langkah atau proses tahapan yang harus dikerjakan dalam membuat suatu hal tertentu (Irwan, 2017).

### d. Pengetahuan *Metakognitif*

Pengetahuan *Metakognitif* merupakan pengetahuan mengenai kognisi secara umum yang menjelaskan mengenai dirinya sendiri. Penelitian mengenai metakognitif ini juga memperlihatkan bahwa seiring dengan

perkembangan seseorang individu, maka individu tersebut akan semakin sadar mengenai pikirannya dan akan semakin mengetahui kognisi, serta ketika individu mampu mencapai hal ini maka individu tersebut akan lebih baik lagi dalam belajar (Irwan, 2017).

### 2. Sikap (*Attitude*)

Sikap atau *Attitude* manusia adalah *prediktor* yang utama bagi perilaku (tindakan) dalam kehidupan sehari-hari, meskipun masih ada aspek-aspek yang lainnya, yakni lingkungan dan keyakinan seseorang. Sikap yang ada di dalam diri seseorang akan memberikan warna ataupun corak pada perilaku individu yang bersangkutan tersebut (Syamaun, 2019). Sikap adalah sebuah respon ataupun tindakan individu mengenai sebuah stimulus ataupun sebuah objek. Sikap juga dapat diartikan sebagai kesiapan seseorang dalam melakukan sesuatu untuk melaksanakan motif tertentu. Berbeda halnya dengan apa yang disampaikan oleh Gerungan (2002) yang berpendapat bahwa sikap merupakan pendapat ataupun pandangan seseorang mengenai sebuah objek yang terlebih dahulu mendahului tindakannya, Jadi kesimpulannya sikap tidak akan mungkin terbentuk sebelum individu mendapatkan informasi dan melihat sebuah kejadian serta mengalami sendiri suatu objek (Irwan, 2017).

Seperti halnya pengetahuan, sikap ini terdiri dari berbagai macam tingkatan, yaitu:

- a. Penerimaan (*receiving*). Artinya, individu (*subjek*) menginginkannya dan memperhatikan stimulus (*objek*) yang diberikan.

- b. Menanggapi (*responding*). Menanggapi saat diminta melakukan atau menyelesaikan tugas yang diberikan merupakan tanda sikap.
- c. Menghargai (*valuing*). Undang individu lain untuk mengerjakan suatu masalah atau mendiskusikannya indikasi sikap tingkat ketiga.
- d. Bertanggung jawab (*responsibility*). Bertanggung jawab untuk semua yang dia pilih dengan segala risiko adalah sikap tertinggi (Irwan, 2017).

### 3. Praktik atau Tindakan

Tindakan ialah realisasi yang berasal dari pengetahuan dan perilaku yang diimplementasikan dalam perbuatan nyata. Tindakan dapat diartikan sebagai respon seseorang terhadap stimulus dalam bentuk konkret atau terbuka (Notoatmodjo, 2003). Respon atau reaksi ini diklaim sebagai sebuah sikap, bentuk perilaku dapat bersifat sederhana serta kompleks. Pada peraturan teoritis, tingkah laku dapat dibedakan atas perilaku, di mana perilaku diartikan menjadi suatu kesamaan potensi untuk mengadakan reaksi (tingkah laku). Suatu perilaku belum otomatis terwujud pada suatu tindakan untuk terwujudnya sikap agar menjadi suatu tindakan yang nyata dibutuhkan faktor pendukung atau suatu kondisi fasilitas yg memungkinkan (Irwan, 2017).

Tindakan artinya gerakan atau perbuatan yang berasal dari tubuh sesudah menerima rangsangan ataupun adaptasi yang berasal dari dalam ataupun dari luar tubuh suatu lingkungan. Secara biologis, perilaku dapat dicerminkan pada suatu bentuk tindakan, tetapi tak pula bisa dikatakan bahwa perilaku

tindakan mempunyai hubungan yang sistematis. Berikut beberapa strata dalam tindakan ialah sebagai berikut:

- a. Persepsi (*Perception*), ialah mengenal serta memiliki aneka macam objek sehubungan mengenai tindakan yang diambil.
- b. Respon terpimpin (*Guided Response*), bisa melakukan sesuatu sinkron dengan urutan yang sah.
- c. Prosedur (*Mechanism*), jika seseorang sudah dapat melakukan sesuatu secara benar maka secara otomatis itu dapat menjadi sesuatu kebiasaan.
- d. Adaptasi (*Adaptation*), ialah suatu praktek atau kegiatan yang telah berkembang dengan baik, dapat diartikan tindakan itu telah dimodifikasi tanpa mengurangi kebenaran sebuah tindakan.

#### 4. Perilaku Kesehatan

Respons seseorang (*organisme*) terhadap rangsangan atau tujuan yang berkaitan dengan keadaan sakit dan penyakit, sistem perawatan kesehatan, makanan dan minuman, serta lingkungan disebut sebagai "perilaku kesehatan". Perilaku sehat mengacu pada tindakan yang dilakukan individu untuk menjaga dan meningkatkan kesehatan, contoh dari perilaku kesehatan adalah menjaga kebersihan diri, berolahraga secara teratur, serta makan makanan yang seimbang. Individu yang merasa sehat, meskipun secara medis mungkin tidak benar-benar sehat, menunjukkan perilaku yang baik yang sehat ini (Irwan, 2017).

Perilaku sehat adalah tanggapan seseorang terhadap individu-individu dari luar untuk mengupayakan kesehatannya. Terbentuknya perilaku sehat

disebabkan oleh tiga faktor lain yaitu pengetahuan seseorang hasil induksi manusia melalui proses belajar atau realisasi pemahaman seseorang terhadap suatu objek melalui penggunaan indera yang tersedia. Terbentuknya pengetahuan sangat terhambat oleh intensitas pemikiran dan kepedulian terhadap objek. Definisi lain dari pengetahuan tentang kesehatan mencakup segala sesuatu yang dipahami seseorang tentang cara menjaga kesehatan (Irwan, 2017).

## **2.2 Konsep Konsumsi**

### **2.2.1 Pengertian Konsumsi**

Konsumsi merupakan kegiatan yang secara langsung terlibat dalam memperoleh, memakai, dan menghabiskan produk serta jasa dalam memenuhi kehidupan sehari-hari (Wahyuni, 2014). Konsumsi merupakan kegiatan yang tidak dapat dilepaskan oleh manusia untuk dapat memenuhi kehidupannya karena konsumsi merupakan kebutuhan primer manusia (sandang, pangan, dan papan) (Ramdania, Irawati & Nurrohman, 2020).

### **2.2.2 Faktor Yang Mempengaruhi Konsumsi Mie Instan**

Terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi perilaku konsumsi dalam kehidupan sehari-hari adalah sebagai berikut :

1. Faktor individual
2. Faktor ekonomi
3. Faktor social
4. Faktor kebudayaan
5. Selera

6. Faktor sosial ekonomi
7. Kekayaan
8. Keuntungan atau kerugian kapitalis
9. Tingkat harga
10. Tingkat bunga (wahyuni, 2014).

#### 2.2.3 Tujuan Perilaku Konsumsi

Perilaku konsumsi adalah perilaku yang bertujuan untuk memenuhi berbagai macam kebutuhan hidup seseorang agar dapat memperoleh kemakmuran serta kepuasan dalam diri seseorang (Wahyuni, 2014).

### 2.3 Konsep Mie Instan

#### 2.3.1 Pengertian Mie Instan

Mie instan dapat diartikan sebagai sebuah produk mie yang berbentuk persegi yang disertai bumbu instan didalam kemasannya yang bertujuan untuk menambah cita rasa agar rasanya semakin lezat. Mie instan sifatnya sangat praktis dan mudah untuk di masak, rasanya sangat lezat dan sangat menggoda sehingga mie instan sangat digemari oleh semua kalangan masyarakat (Efrizal, 2021). Anak-anak serta remaja adalah usia yang paling banyak mengonsumsi mie instan karena mereka cenderung mengikuti gaya hidup modern dan serba instan (Na'im, Kusnandar, & Raden., 2020).

#### 2.3.2 Cara Mengurangi Bahaya Konsumsi Mie Instan

Terdapat beberapa langkah untuk mengolah mie instan agar dapat mengurangi bahaya mie instan, Berikut ini merupakan beberapa cara yang dapat dilakukan untuk mengolah Mie Instan :



1. Lihat petunjuk penyajian yang berada di belakang bungkus mie instan.
2. Menambahkan beberapa bahan makanan lainnya didalam pengelolaan mie instan untuk menambah nilai gizi , beberapa makanan yang bisa ditambahkan adalah telur, sayuran-sayuran, kerupuk, sosis, daging sapi, daging ayam, bakso, keju, dan ikan. Menambahkan makanan lain akan membuat kebutuhan gizi menjadi seimbang bagi tubuh, dikarenakan mie instan terbuat dari bahan tepung terigu sehingga lebih banyak mengandung karbohidrat.
3. Jangan mengonsumsi mie instan berlebihan karena mengandung zat-zat kimia yang berbahaya jika terus menerus dikonsumsi dan mengakibatkan kerusakan sel-sel jaringan otak. Kondisi ini akan menimbulkan efek penurunan transmisi sinyal pada otak yang memicu terjadinya penyakit-penyakit, seperti stroke dan kelumpuhan.
4. Jangan menggunakan semua bumbu mie instan, untuk memperkaya cita rasa mie instan bisa dengan mengganti bumbu dengan garam untuk mengurangi kandungan MSG yang ada didalam mie instan.
5. Dianjurkan mengonsumsi mie instan diiringi dengan olahraga rutin secara rutin.
6. Air rebusan mie dibuang agar zat pengawetnya juga terbuang dan gunakan air baru untuk kuah.
7. Jangan mencampurkan bumbu mie instan diatas api yang menyala dikarenakan di dalam bumbu mie instan terdapat *MSG (monosodium glutamat)* jika dimasak diatas suhu  $120^{\circ}\text{C}$  akan berpotensi menjadi karsinogen yang dapat menyebabkan terjadinya kanker.



8. Jangan tambahkan nasi dalam mengonsumsi mie instan, dikarenakan mie instan dan nasi sama-sama mengandung karbohidrat sehingga jika mengonsumsi keduanya maka akan terlalu banyak karbohidrat yang kita konsumsi dapat berdampak buruk pada kesehatan, dimana di dalam 1 porsi mie instan mengandung 400 kalori dan jika ditambahkan dengan nasi akan menjadi 600-700 kalori, hal tersebut dapat memicu diabetes, karena kadar gula meningkat tajam (Efrizal, 2021).

### 2.3.2 Kelebihan dan Bahaya Mie Instan

Mie Instan memiliki banyak kelebihan diantaranya bersifat praktis, cepat saji, mudah dihidangkan, rasanya yang lezat dan sangat familiar, memiliki banyak pilihan rasa, dan harga yang terjangkau sehingga menjadi makanan yang sangat digemari semua kalangan terutama pada pelajar dan mahasiswa yang tinggal jauh dari keluarganya (Efrizal, 2021). Selain memiliki banyak kelebihan, dampak buruk mie instan bagi kesehatan juga tak kalah banyaknya terutama jika dikonsumsi secara terus menerus dapat menyebabkan menumpuknya zat-zat kimia yang berbahaya didalam tubuh dan mengakibatkan rusaknya sel-sel jaringan didalam otak yang dapat mengakibatkan efek penurunan transmisi sinyal pada otak yang dapat memicu terjadinya berbagai penyakit (Efrizal, 2021). Beberapa penyakit lain yang dapat timbul karena mengonsumsi mie instan berlebih yaitu stroke dan kelumpuhan serta menyebabkan kelainan pada organ tubuh, termasuk sistem reproduksi yang dapat menyebabkan infertilitas, dan timbulnya gejala *Chinese Restaurant Syndrome* (CRS) yang menimbulkan gejala seperti rasa panas

di dada dan bagian belakang leher dan lengan bawah, sakit kepala, mual, jantung berdebar-debar, sesak napas, dan sering mengantuk (Efrizal, 2021).

Mengonsumsi mie instan setiap hari juga dapat menyebabkan adanya maag, konstipasi, cephalgia, diare, kembung, gatal kemerahan, sakit perut dan mual. Mie instan juga merupakan salah faktor yang dapat menyebabkan peningkatan berat badan atau bahkan sampai obesitas. Hal ini disebabkan oleh kemasan mie instan sedang dengan berat 80 gram mengandung energi sejumlah 400 kkal, yaitu berjumlah sekitar 20% dari total kebutuhan energi harian (2.000 kkal). Energi yang disumbangkan minyak berjumlah sekitar 170-200 kkal. Kandungan kalori mie instan mencapai lebih dari tiga kali lipat nasi (Regency, 2022).

### 2.4 Konsep Indeks Masa Tubuh

#### 2.4.1 Pengertian Indeks Masa Tubuh

Indeks massa tubuh (IMT) adalah nilai yang didapatkan dari perhitungan hasil bagi antara berat badan (BB) dalam kilogram dengan kuadrat dari tinggi badan (TB) dalam meter. Indeks Massa Tubuh adalah sebuah cara yang bertujuan untuk mengetahui rentang berat badan ideal serta memperkirakan seberapa besar risiko gangguan kesehatan pada seseorang. Metode pengukuran ini digunakan untuk menentukan berat badan yang sehat berdasarkan berat dan tinggi badan. Angka IMT atau dalam bahasa inggris disebut *Body Mass Index* (BMI) dijadikan cara untuk menunjukkan kategori berat badan seseorang apakah sudah proporsional atau belum. Melalui IMT ini, diharapkan seseorang akan lebih mengetahui apakah berat badannya termasuk kategori berat badan normal, kelebihan, atau justru kekurangan. Indeks massa tubuh didapat dengan

membagi berat badan seseorang dalam satuan kilogram dengan tinggi mereka dalam meter kuadrat (Mahfud, Gumantan, & Fahrizqi., 2020).

Indeks Massa Tubuh merupakan sebuah pengukuran berat badan yang disesuaikan dengan pengukuran tinggi badan, kemudian dihitung dengan cara berat badan dalam kilogram dibagi dengan kuadrat tinggi badan dalam meter ( $\text{kg/m}^2$ ). Meskipun IMT sering diartikan sebagai indikator kegemukan tubuh, namun pengukuran IMT ini adalah ukuran pengganti lemak tubuh karena mengukur kelebihan berat badan daripada kelebihan lemak (Arini, 2011). Indeks Massa Tubuh (IMT) menurut WHO adalah sebuah parameter untuk melakukan perbandingan berat badan dengan tinggi badan seseorang. Cara untuk mengukur indeks masa tubuh adalah dengan cara mengukur berat badan dan tinggi badan untuk mendapatkan nilai IMT (Situmorang, 2017). Indeks Masa tubuh dikategorikan menjadi empat bagian yaitu kekurangan berat badan (*underweight*), berat badan normal, berat badan berlebih (*overweight*), dan obesitas (*obese*) (Mahfud et al., 2020).

#### 2.4.2 Komponen Indeks Masa Tubuh

##### 1. Tinggi Badan

Cara pengukuran tinggi badan yaitu dengan menganjurkan agar berdiri tegak lurus, tidak memakai alas kaki, kedua tangan dirapatkan ke badan, punggung dan bokong menempel pada dinding dan pandangan diarahkan ke depan. Kedua lengan relaks di samping badan. Bagian pengukur yang dapat bergerak disejajarkan dengan bagian teratas kepala (*vertex*) (Wijaya, Muliarta & Permana., 2020).

## 2. Berat Badan

Ketika ingin melakukan pengukuran berat badan sangat disarankan agar dilakukan pada waktu pagi hari setelah bangun tidur dan dianjurkan melakukannya sebelum sarapan pagi, karena setelah bangun pagi dianggap merupakan waktu yang pas karena sudah melewati pengosongan lambung yang cukup lama yaitu sekitar 10-12 jam. Timbangan berat badan perlu dikalibrasi pada angka nol sebagai permulaan dan memiliki ketelitian 0,1 kg. Pengukuran Berat badan dapat digunakan sebagai ukuran yang reliable dengan menggabungkan dan membandingkannya dengan indikator lainnya seperti pengukuran tinggi badan, dimensi kerangka tubuh, proporsi lemak, otot, bentuk tulang dan komponen berat patologis (seperti edema dan splenomegali). Berat badan ideal individu dewasa dapat diperoleh menggunakan formula Lorentz:

$$\text{BBI laki-laki} = (\text{TBcm} - 100) - ((\text{TBcm} - 150) / 4),$$

$$\text{BBI perempuan} = (\text{TBcm} - 100) - ((\text{TBcm} - 150) / 2) \text{ (Wijaya, Muliarta, \& Permana., 2020).}$$

### 2.4.3 Faktor Faktor Yang Mempengaruhi IMT

Banyak faktor yang dapat mempengaruhi IMT. Beberapa faktor yang dapat mempengaruhi Indeks Masa Tubuh diantaranya adalah sebagai berikut:

#### 1. Usia/ Umur

Usia merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi IMT seseorang karena nilai prevalensi penderita obesitas akan meningkat secara

terus menerus dimulai dari usia 20-60 tahun, lalu kemudian setelah seseorang telah mencapai usia 60 tahun angka obesitas mulai menurun.

### 2. Jenis Kelamin

Jenis kelamin juga merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi IMT seseorang. Jenis kelamin dianggap mampu mempengaruhi IMT seseorang dikarenakan banyaknya peneliti yang mempublikasikan hasil penelitian dengan hasil bahwa jenis kelamin laki-laki lebih banyak mengalami *overweight* daripada perempuan dikarenakan distribusi lemak tubuh yang berbeda pada pria dan wanita dimana lemak tubuh pada pria cenderung mengalami obesitas visceral dibandingkan dengan wanita.

### 3. Genetik

Menurut beberapa peneliti faktor genetik merupakan salah satu faktor yang sangat berpengaruh terhadap IMT seseorang, hal ini dapat dibuktikan banyaknya penelitian yang menjelaskan bahwa gen individu orang tua yang mengalami obesitas ataupun peningkatan berat badan maka menghasilkan keturunan/ anak yang memiliki kemungkinan besar menderita obesitas.

### 4. Pola Makan

Pola makan juga dapat mempengaruhi IMT karena makanan siap saji/ instan juga berperan terhadap obesitas hal ini dibuktikan dengan banyak sekali keluarga yang mengonsumsi makanan instan yang mengandung tinggi lemak dan tinggi gula. Alasan lainnya yang mampu meningkatkan kejadian

obesitas adalah peningkatan porsi makan, semakin besar porsi makan seseorang maka akan menyebabkan indeks masa tubuh meningkat pula.

#### 5. Aktivitas Fisik

Aktivitas fisik keluarga yang semakin menurun dapat menyebabkan kenaikan IMT salah satu contohnya adalah dengan pengalihan buruh manual dengan mesin dan peningkatan penggunaan alat bantu rumah tangga, transportasi dan rekreasi (Utami & Setyarini, 2017).

#### 2.4.4 Klasifikasi Indeks Massa Tubuh

Klasifikasi IMT yang dipakai Penelitian Ini Berdasarkan Klasifikasi IMT dari Depkes RI 2013 (Nugroho, Kinasih, & Mesakh, 2018).

**Tabel 2.1 Klasifikasi Indeks Masa Tubuh Depkes RI 2013.**

Klasifikasi	Indeks Massa Tubuh (IMT) (kg/ m <sup>2</sup> )
Kurus	IMT < 18,5
Normal	IMT ≥ 18,5 - < 24,9
Berat badan lebih	IMT ≥ 25,0 - < 27
Obesitas	IMT ≥ 27

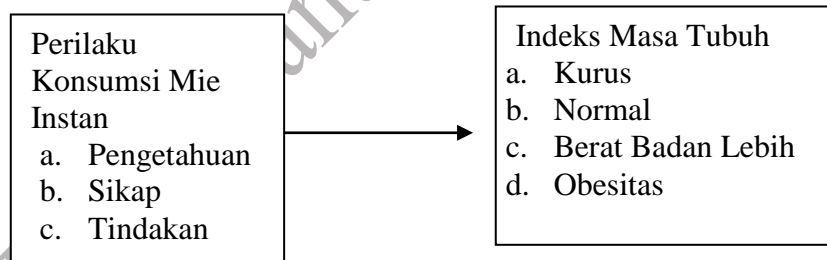


## KERANGKA KONSEP DAN HIPOTESIS PENELITIAN

Kerangka konsep adalah lanjutan dari kerangka teori yang berisi variabel yang diteliti maupun variabel yang tidak diteliti untuk mengetahui hubungan antara berbagai variabel yang dirumuskan oleh peneliti setelah membaca berbagai teori yang ada lalu selanjutnya menyusun teorinya sendiri yang akan dipergunakan sebagai landasan untuk penelitiannya (Anggreni, 2022). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Hubungan Antara Perilaku Konsumsi Mie Instan Dengan Indeks Masa Tubuh Pada Mahasiswa Program Studi Sarjana Keperawatan STIKes Santa Elisabeth Medan Tahun 2022.

### Variabel Bebas

## Variabel Terikat



7

= Diteliti

---

= Garis Penghubung



### 3.2 Hipotesis Penelitian

Hipotesis merupakan pernyataan yang memperkirakan apakah sebuah variabel berhubungan dengan variabel lainnya dan dapat diuji melalui penelitian. Hipotesis biasanya digunakan dalam penelitian dengan desain eksperimental dan kuasi eksperimental serta penelitian survei (Leavy, 2023). Hipotesis Induktif dapat disimpulkan dari sebuah pengalaman klinis, yaitu dengan cara mengamati pola atau asosiasi tertentu diantara fenomena dan kemudian membuat prediksi berdasarkan pengamatan tersebut, dengan kata lain hipotesis induktif dimulai dengan pengamatan khusus bergerak menuju generalisasi sedangkan Hipotesis deduktif adalah sebuah hipotesis memiliki teori sebagai titik awal yang menyimpulkan bahwa jika hipotesis didukung maka teori tersebut dapat diperkuat (F.Polit & Beck, 2018)

Pada pengujian hipotesis dijumpai dua jenis hipotesis yaitu hipotesis nol ( $H_0$ ) dan hipotesis alternatif ( $H_a/H_1$ ). Hipotesis nol diartikan sebagai tidak adanya hubungan atau perbedaan antara dua fenomena yang diteliti sebaliknya hipotesis alternatif adalah adanya perbedaan atau adanya hubungan antara dua fenomena yang diteliti (variabel bebas dan variabel terikat). Hipotesis yang didapat dalam penelitian ini adalah:

$H_0$  : Tidak ada Hubungan Perilaku Konsumsi Mie Instan dengan Indeks Massa Tubuh pada Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan STIKes Santa Elisabeth Medan.

## BAB 4 METODE PENELITIAN

### 4.1 Rancangan Penelitian

Rancangan penelitian merupakan sesuatu yang memungkinkan pengontrolan maksimal beberapa faktor yang dapat memengaruhi akurasi suatu hasil. Jenis Penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah jenis penelitian kuantitatif dimana penelitian ini memakai data-data angka (*numerik*) dan diolah dengan metode statistika. Penelitian ini menggunakan *Desain Deskriptif Korelatif* yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antara perilaku konsumsi mi instan dengan indeks masa tubuh mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan STIKes Santa Elisabeth Medan Tahun 2023. Penelitian ini juga menggunakan pendekatan *cross sectional* dimana peneliti bertugas untuk mengobservasi dan melakukan pengukuran variabel yaitu perilaku konsumsi mi instan dan indeks masa tubuh sebanyak satu kali. Pada penelitian ini, peneliti tidak melakukan tindak lanjut terkait kegiatan pengukuran yang telah dilakukan oleh peneliti (Ridwan, Bangsawan, 2021).

### 4.2 Populasi dan Sampel

#### 4.2.1 Populasi

Populasi adalah kelompok individu yang memiliki ciri yang sama dan hidup di tempat tinggal yang berdekatan, misalnya ketika seorang peneliti tertarik untuk meneliti kualitas yang menarik beberapa mahasiswa dalam aktivitas sosial, maka populasinya adalah kelompok mahasiswa yang ikut terlibat dalam aktivitas sosial (Leavy, 2023). Populasi tidak hanya terbatas pada manusia saja, akan tetapi populasi juga dapat terdiri dari semua catatan rumah sakit di rumah sakit, sampel

darah laboratorium, apapun unitnya populasi merupakan kumpulan dari elemen yang menarik dan menjadi perhatian dari seorang peneliti (F.Polit & Beck, 2018).

Populasi pada penelitian ini adalah seluruh mahasiswa S1 Keperawatan STIKes Santa Elisabeth Medan angkatan 2019-2022 dengan jumlah 373 mahasiswa dengan jumlah setiap angkatan sebagai berikut :

Tabel 4.2 Data jumlah mahasiswa S1 Keperawatan Tahun 2019-2022

No	Angkatan	Jumlah
1	2019	81
2	2020	96
3	2021	96
4	2022	100
Jumlah		373

#### 4.2.2 Sampel

Sebuah sampel merupakan bagian dari populasi elemen, yang merupakan unit paling dasar tentang data yang dikumpulkan. Dalam penelitian keperawatan, elemen yang paling sering adalah manusia (F.Polit & Beck, 2018). Sampel ialah jumlah kasus individual yang pada akhirnya diambil oleh peneliti yang menghasilkan sebuah data. Didalam pengambilan sampel seorang peneliti harus memilih sejumlah kasus individual yang berasal dari populasi yang lebih besar dengan cara menentukan unsur-unsur dalam penelitian (Leavy, 2023).

Adapun pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik Purposive Sampling dimana teknik ini adalah salah satu teknik sampling non random sampling dimana peneliti menentukan pengambilan sampel dengan cara menetapkan ciri-ciri khusus yang sesuai dengan tujuan penelitian sehingga diharapkan dapat menjawab permasalahan penelitian dengan mengambil subyek

dari setiap angkatan ditentukan seimbang dengan banyaknya subyek pada setiap Angkatan.

Besar sampel dihitung menggunakan rumus *Slovin* sebagai berikut :

$$\begin{aligned}n &= \frac{N}{1+Ne^2} \\n &= \frac{373}{1+373.(0,05)^2} \\n &= \frac{373}{1+(373.0,0025)} \\n &= \frac{373}{1+0,9375} \\n &= \frac{373}{1,9325} \\n &= 193,014 \\n &= 193\end{aligned}$$

Keterangan:

n : Besar sampel

N : Besar populasi

d : Tingkat kepercayaan yang diinginkan (0,05)

Adapun sampel dari penelitian ini adalah mahasiswa S1 Keperawatan STIKes Santa Elisabeth Medan sebanyak 193 mahasiswa dengan jumlah setiap angkatan sebagai berikut :

Tabel 4.3 Jumlah Sampel Penelitian Setiap Angkatan

Angkatan	Jumlah	Besar Sampel
2019	81	$81/373 \times 193=42$
2020	96	$96/373 \times 193=50$
2021	96	$96/373 \times 193=50$
2022	100	$100/373 \times 193=51$
TOTAL	373	193

Kriteria inklusi terdiri atas data karakteristik yang harus dimiliki oleh suatu subjek supaya subjek tersebut layak untuk dimasukkan kedalam studi. Adapun kriteria Inklusi dan Eksklusi pada penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Kriteria Inklusi

- a. Mahasiswa S1 Keperawatan STIKes Santa Elisabeth Medan dengan status aktif dari angkatan 2019- 2022.
- b. Mengonsumsi mie instan dalam 6 bulan terakhir.

2. Kriteria Eksklusi

Kriteria eksklusi merupakan kriteria yang menyingkirkan subjek dari kelayakan untuk ikut berpartisipasi dalam suatu studi. Pada penelitian ini kriteria eksklusi adalah tidak ada mahasiswa yang cuti maupun drop out pada saat penelitian berlangsung.

### 4.3 Variabel penelitian dan Definisi Operasional

#### 4.3.1 Variabel Penelitian

Variabel dapat berpatokan pada ciri-ciri individu ataupun organisasi yang bisa diukur serta diamati, individu yang diamati biasanya bervariasi antara orang ataupun organisasi yang diteliti (Creswell, 2018). Variabel dalam penelitian merupakan ciri-ciri individu yang memiliki variasi antara satu individu dengan individu yang lain (Ridwan; Bangsawan, 2021). Variabel di dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Variabel Independen (bebas)

Variabel independen merupakan variabel yang mempengaruhi. Variabel independen sering digambarkan sebagai variabel yang dimanipulasi

(Creswell, 2018). Variabel independen pada penelitian ini adalah perilaku konsumsi mie instan.

## 2. Variabel Dependen (terikat)

Variabel dependen merupakan variabel yang bergantung pada variabel independen, variabel dependen adalah hasil dari pengaruh variabel independent (Creswell, 2018). Adapun variabel dependen pada penelitian berikut ini adalah indeks masa tubuh.

### 4.3.2 Definisi Operasional

Definisi operasional variabel adalah konsep-konsep yang berupa kerangka yang menjadi perkataan untuk menggambarkan perilaku ataupun gejala yang diamati peneliti dan sudah pasti dapat diuji kebenarannya (Oscar & Sumirah, 2019).

**Tabel 4.4** Defenisi Operasional Hubungan Antara Perilaku Konsumsi Mie Instan Dengan Indeks Masa Tubuh Pada Mahasiswa Program Studi Sarjana Keperawatan STIKes Santa Elisabeth Medan.

Variabel	Defenisi	Indikator	Alat Ukur	Skala	Skor
Perilaku konsumsi mie instan	Perilaku konsumsi mie instan merupakan kegiatan yang secara langsung terlibat dalam menghabiskan produk mie instan.	a. Pengetahuan b. Sikap c. Tindakan	Kuesioner	Ordinal	a. Baik 15-21 b. Cukup 8 -14 c. Kurang 0-7
Indeks Masa Tubuh	Indeks massa tubuh merupakan sebuah pengukuran berat badan yang di selaraskan dengan pengukuran tinggi badan, kemudian di hitung dengan cara berat badan dalam kilogram dibagi dengan kuadrat tinggi badan dalam meter ( $\text{kg/m}^2$ ).	a.Tinggi Badan b.Berat Badan	a.Lembar Observasi b.Timbangan Berat Badan c.Mikrotoa d.Kalkulator IMT	Ordinal	Diklasifikasi sikan berdasarkan klasifikasi IMT (Depkes RI) yang terdiri dari: a. Kurus ( $<18,5$ ) b. Normal ( $\geq 18,5$ - $<24,9$ ) c. Berat badan lebih ( $\geq 25,0$ - $<27,0$ ) d. Obesitas ( $\geq 27,0$ )

## 4.4 Instrumen Penelitian

Dalam bahasa indonesia instrumen dapat diartikan sebagai sebuah alat. Maka dapat disimpulkan bahwa instrumen penelitian merupakan alat yang



diperuntukkan dan diatur oleh seseorang peneliti berdasarkan teori atau konsep dan disesuaikan dengan kebutuhan penelitian untuk mengumpulkan data sebuah penelitian (Adib, 2017). Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner mengenai perilaku konsumsi mie instan, timbangan berat badan digital dengan merk GEA, sebuah pengukur tinggi badan mikrotua, kalkulator IMT untuk menghitung Indeks Masa Tubuh serta lembar dokumentasi. Peneliti menggunakan kuesioner yang dibuat oleh peneliti terdahulu dan telah dilakukan uji valid oleh peneliti sebelumnya yaitu Puspitasari, (2018).

#### 4.4.1 Kuesioner

Dalam penelitian ini kuesioner yang dipakai mengenai perilaku konsumsi mie instan berupa pengetahuan, sikap, serta tindakan mahasiswa mengenai konsumsi mie instan. Kuesioner perilaku konsumsi mie instan ini diperoleh dari peneliti sebelumnya yaitu oleh peneliti Puspitasari pada tahun 2018. Nilai skor dari setiap pertanyaan dalam kuesioner perilaku konsumsi mie instan ini, jika pertanyaan positif diberi jawaban benar/setuju/ya diberikan skor 1 lalu jika jawaban salah/tidak setuju/tidak berikan skor 0. Kemudian untuk jenis pertanyaan negatif bila jawabannya benar/setuju/ya diberikan skor 0 lalu jika jawabannya salah/tidak setuju/tidak diberikan skor 1. Pertanyaan dengan nilai positif yaitu 1, 2, 4, 6, 7, 9, 10, 11, 14, 20 dan pertanyaan negatif yaitu nomor 3, 5, 8, 12, 13, 15, 16, 17, 18, 19, 21. Jawaban dalam penelitian ini dikategorikan menjadi tiga bagian, yang terdiri dari baik, cukup, dan kurang. Interpretasi hasil dalam kuesioner ini, yaitu kurang jika total jawaban benar/setuju/ya untuk

pertanyaan positif ditambah dengan total jawaban salah/tidak setuju/tidak untuk pertanyaan negatif.

#### 4.4.2 Lembar Dokumentasi

Lembar dokumentasi pada penelitian ini digunakan untuk mencatat hasil pengukuran berat badan serta tinggi badan responden yang akan diolah untuk menentukan indeks masa tubuh responden penelitian.

### 4.5 Lokasi dan Waktu penelitian

#### 4.5.1 Lokasi

Penelitian ini dilaksanakan di lingkungan STIKes Santa Elisabeth Medan yang berada di Jl. Bunga terompet 118 Kelurahan Sempakata Medan Selayang, dimana peneliti memilih lingkungan STIKes Santa Elisabeth Medan dikarenakan peneliti bertempat tinggal di sekitar lingkungan STIKes Santa Elisabeth Medan sehingga peneliti cukup mengetahui perilaku konsumsi mie instan mahasiswa di tempat yang menjadi tujuan penelitian serta lokasi penelitian ini sudah cukup memenuhi kriteria untuk dilakukan pengambilan sampel.

#### 4.5.2 Waktu penelitian

Waktu penelitian ini dilaksanakan pada bulan Maret - April 2023.

### 4.6 Prosedur Pengambilan dan Pengumpulan Data

#### 4.6.1 Pengambilan Data

Dalam penelitian ini metode pengambilan yang digunakan oleh peneliti adalah menggunakan data primer, dimana data primer adalah data yang diperoleh oleh seorang peneliti secara langsung dari sumber yang diamati dan dicatat untuk pertama kalinya. Metode pengambilan data primer dalam

penelitian ini berasal dari hasil wawancara secara langsung, survei awal, serta pembagian kuesioner terhadap responden (Teri & Indra, 2021).

#### 4.6.2 Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini dimulai dari peneliti mengumpulkan data lalu peneliti meminta surat izin tertulis dari STIKes Santa Elisabeth Medan untuk melakukan penelitian di STIKes Santa Elisabeth Medan. Kemudian peneliti meminta izin kepada ketua program studi Ners untuk melakukan pengumpulan data di STIKes Santa Elisabeth Medan. Selanjutnya peneliti akan membagi kuesioner kepada responden yaitu mahasiswa STIKes S1 Keperawatan yang mengonsumsi mie instan 6 bulan terakhir. Sebelum responden mengisi kuesioner, responden diminta kesediaannya untuk mengisi informed consent yang menyatakan bahwa bersedia menjadi responden penelitian. Setelah responden bersedia, maka peneliti akan menjelaskan mengenai tujuan dan manfaat peneliti serta cara pengisian kuesioner. Saat pengisian kuesioner peneliti mendampingi responden, agar apabila ada pertanyaan tidak jelas peneliti dapat menjelaskan kepada responden. Kemudian peneliti mengumpulkan kuesioner kembali. Dalam pengumpulan data peneliti memberi waktu kepada responden untuk mengisi kuesioner selama 5 menit untuk mencegah perubahan jawaban dari responden, Setelah semuanya dijawab peneliti mengumpulkan kembali lembar jawaban responden dan mengucapkan terimakasih atas kesediaannya menjadi responden. Untuk observasi IMT peneliti mengukur berat badan dan tinggi badan responden kemudian menghitungnya menggunakan rumus IMT (Teri & Indra, 2021).

#### 4.6.3 Uji Validitas dan Reliabilitas

##### 1. Uji Validitas

Kata validitas merupakan kata yang bersal dari kata *validity* yang memiliki arti keabsahan ataupun kebenaran. Validitas juga memiliki arti bahwa sebuah alat ukur tepat dan cermat dalam melakukan sebuah pengukuran (F.Polit & Beck, 2018). Validitas adalah sebuah indeks yang memperlihatkan alat ukur sebuah penelitian benar benar menunjukkan hasil pengukuran yang sesuai dengan apa yang ingin diteliti (Sugiono, 2020). Pada penelitian ini peneliti tidak melakukan uji validitas lagi dikarenakan kuesioner diperoleh dari penelitian sebelumnya dan sudah dilakukan uji validitas dan sudah memiliki nilai yang sudah baku. Menurut Pusitasari, 2018 kuesioner ini sudah valid karena dalam uji validnya mendapatkan hasil  $r$  hitung  $>$   $r$  table dengan ketepatan table menggunakan 30 responden yaitu 0,3061.  $r$  hitung didapatkan dengan rentang 0,668-0,906.

##### 2. Uji Reliabilitas

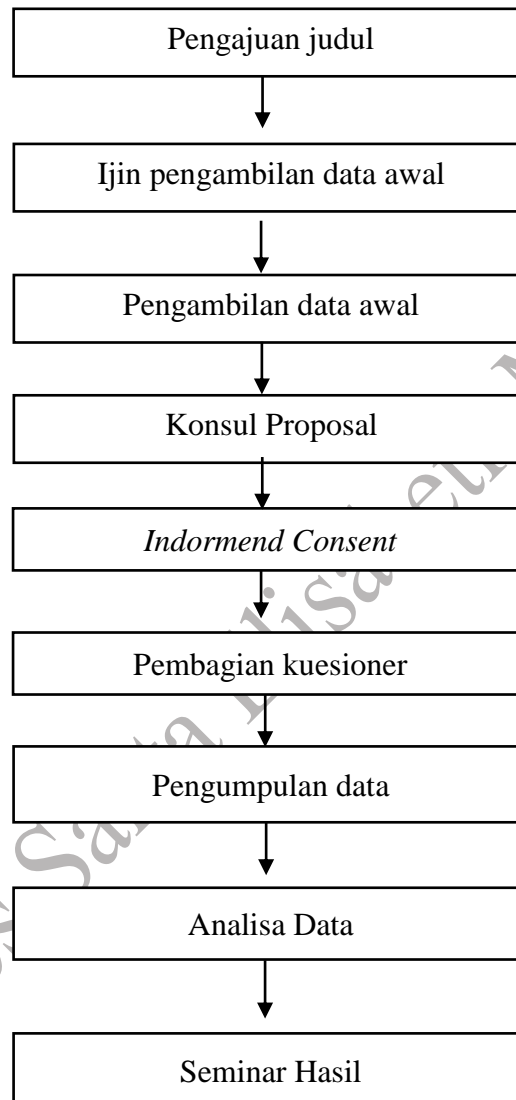
Uji Reliabilitas merupakan indeks yang memperlihatkan sejauh mana sebuah alat ukur dapat dipercaya dan diandalkan yang bertujuan untuk mengetahui sejauh mana hasil pengukuran akan tetap konsisten menunjukkan hasil yang sama bilamana dilakukan dua atau lebih gejala yang sama dan menggunakan alat ukur yang sama. Alat ukur akan dikatakan reliabel dapat menghasilkan hasil yang sama walaupun dilakukan pengukuran berulang kali pada waktu yang berbeda kepada responden yang sama (F.Polit & Beck, 2017).



Suatu kuesioner dikatakan reliabel jika kuesioner dapat diandalkan dan menghasilkan hasil yang konsisten. Reliabilitas interitem ditujukan untuk mengukur sebuah variabel menggunakan pertanyaan/indikator (Leavy, 2023). Pada penelitian ini peneliti juga tidak melakukan uji realibilitas dikarenakan kuesioner diambil dari penelitian sebelumnya dan sudah dilakukan uji realibilitasnya yang dikutip dari penelitian puspitasari, 2018. Hasil dari uji reliabilitas didapatkan yaitu nilai alpha sebesar 0,955. Kuesioner ini dapat dikatakan reliabel karena hasil Alpha Crounbach > konstanta 0,6.

## 4.7 Kerangka Operasional

**Bagan 4.2 Kerangka Operasional Hubungan Antara Perilaku Konsumsi Mie Instan Dengan Indeks Masa Tubuh Pada Mahasiswa Program Studi Sarjana Keperawatan STIKes Santa Elisabeth Medan.**



## 4.8 Pengolaan Data

Pengolahan data merupakan mengubah data mentah menjadi data yang lebih bermakna (Adiputra et al., 2021). Pengolahan data dapat diartikan sebagai cara untuk menyederhanakan data kebentuk yang lebih mudah dibaca yang bertujuan

untuk mendapatkan sebuah kesimpulan (Anggreni, 2022). Berikut langkah-langkah pengolahan data antara lain :

### 4.8.1 *Editing*

*Editing* adalah proses saat peneliti melakukan pemeriksaan kelengkapan lembar jawaban dari responden di dalam kuesioner yang telah diperoleh yang bertujuan supaya data yang dimaksud dapat diolah secara tepat dan benar.

### 4.8.2 *Coding*

*Coding* adalah langkah saat seseorang peneliti merubah jawaban yang telah didapatkan dari responden dan merubahnya menjadi bentuk angka/nomor urut agar lebih mudah diidentifikasi.

### 4.8.3 *Data entry*

*Data entry* adalah proses ketika seseorang peneliti memasukkan data kedalam komputer berupa angka yang telah ditetapkan dalam kuesioner.

### 4.8.4 *Scoring*

*Scoring* adalah langkah ketika seseorang peneliti menghitung skor yang telah diperoleh dari setiap jawaban responden atas pertanyaan yang diajukan penelitian.

## 4.9 **Analisa Data**

Analisis data adalah penelaahan, penjabaran, dan pemecahan data yang didapatkan di dalam sebuah penelitian. Dapat disimpulkan analisis data bertujuan untuk mengolah data dalam bentuk yang lebih mudah dibaca dan diinterpretasikan serta menguji secara statistik kebenaran hipotesis yang telah diterapkan (Adiputra



et al., 2021). Analisis Data pada penelitian ini dilakukan dengan tahapan sebagai berikut :

#### 4.9.1 Analisis Univariat

Pada penelitian ini menggunakan analisa univariat yaitu data perilaku konsumsi mi instan dan serta indeks masa tubuh. Data-data tersebut diolah dalam bentuk presentase dan tabel distribusi frekuensi menggunakan komputer, sehingga akan didapat gambaran data perilaku konsumsi mi instan dan serta penggolongan indeks masa tubuh responden dalam bentuk tabel distribusi frekuensi yang disertai dengan persentasinya. Analisa univariat merupakan analisa terhadap satu variabel untuk mengetahui besar frekuensi masing-masing kategori dari variabel independen yang beresiko dan variabel dependen yang beresiko serta untuk mengetahui adanya homogenitas.

#### 3.9.2 Analisis Bivariat

Analisa bivariat merupakan analisa yang dapat dilakukan terhadap dua variabel yang diduga berhubungan atau berkorelasi. Penelitian ini menggunakan uji korelasi rank spearman. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan atau korelasi antar dua variabel penelitian, yaitu variabel bebas (perilaku konsumsi mi instan) dan variabel terikat (indeks masa tubuh). Akan tetapi, jika data pasangan pengamatan banyak mengandung angka sama atau ada situasi dimana data pengamatan ditampilkan dalam bentuk tabel kontingensi, maka penggunaan *koefisien korelasi Spearman-rho* akan kurang efektif. Dengan demikian untuk data pasangan pengamatan yang keduanya bertipe ordinal dan ditampilkan dalam bentuk tabel kontingensi, koefisien korelasi yang dapat

digunakan adalah *koefisien korelasi Gamma (G)* (Vusvitasari Nugroho, & Akbar., 2016).

1. Syarat penggunaan uji korelasi *rank spearman* adalah sebagai berikut:
  - a. Digunakan untuk data diskrit dan kontinu namun untuk *statistik nonparametric* (Tidak memerlukan asumsi normalitas dan linearitas).
  - b. Data tidak berdistribusi normal atau data diukur dalam bentuk ranking.
  - c. Korelasi *Rank Spearman* cocok juga digunakan untuk data dengan sampel kecil.
  - d. Korelasi *Rank Spearman* menghitung korelasi dengan menghitung ranking data terlebih dahulu. Artinya korelasi dihitung berdasarkan orde data (Santoso, 2019).

### 2. Rumus *Rank Spearman*

Adapun rumus dalam mencari korelasi rank spearman bisa dijabarkan sebagai berikut:

$$Rho = 1 - \frac{6 \sum d^2}{n(n^2 - 1)}$$

Keterangan:

Rho : *Koefisien Korelasi Rank Spearman*

$d^2$  :Rangking yang dikuadratkan

$n$  :Banyaknya data ( Sampel )

Ada tidaknya hubungan yang signifikan antara variabel bebas dan variabel terikat dilihat dengan membandingkan *p value* dengan tingkat kesalahan alpha sebesar 0,05.

### 3. Penafsiran Analisis Korelasi

Berikut adalah pedoman untuk memberikan interpretasi serta analisis bagi koefisien korelasi:

#### a. Dasar Pengambilan Keputusan:

- 1) Jika nilai Signifikansi  $< 0,05$  = maka Berkorelasi
- 2) Jika nilai Signifikansi  $> 0,05$  = maka Tidak Berkorelasi

#### b. Pedoman Kekuatan Hubungan (*Korrelation Coefficient*)

- 1) 0,00 - 0,199 = Sangat Lemah
- 2) 0,20 - 0,3999 = Lemah
- 3) 0,40 - 0,5999 = Sedang
- 4) 0,60 - 0,799 = Kuat
- 5) 0,80 - 1,000 = Sangat kuat

#### c. Kriteria Arah Hubungan

- 1) Arah korelasi dilihat pada angka *correlation coefficient*.
- 2) Nilai *correlation coefficoent* bernilai positif, maka hubungan kedua variabel searah, Misalnya makin tinggi nilai x maka makin tinggi pula nilai y.
- 3) Nilai *correlation coefficoent* bernilai negatif, maka hubungan kedua variabel tidak searah, Misalnya makin tinggi nilai x maka nilai y semakin rendah (Santoso, 2019).

### 4.10 Etika Penelitian

Terdapat tiga prinsip dalam standar perilaku etis dalam melakukan sebuah penelitian di Amerika Serikat yang terdiri dari *beneficence*, *respect for human*

*dignity, and justice* (F.Polit & Beck, 2018). Dimana tiga prinsip dasar etis itu adalah sebagai berikut:

1. *Beneficence*

*Beneficence* membebankan tugas dan mengharuskan seorang peneliti untuk dapat meminimalkan kerugian dan memaksimalkan manfaat penelitian bagi peserta maupun orang lain. Penelitian ini diharapkan mampu membawa dampak positif dan manfaat bagi masyarakat terkhusus pada responden yaitu mahasiswa STIKes Santa Elisabeth Medan untuk lebih menjaga gaya hidup nya menjadi lebih sehat. Prinsip ini mencakup banyak aspek, yaitu sebagai berikut:

- a. *The Right to Freedom from Harm and Discomfort*

Peneliti memiliki kewajiban untuk menghindari, mencegah, atau meminimalkan kerugian (*non maleficence*) dalam penelitian dengan manusia. Peserta tidak boleh terkena risiko bahaya atau ketidaknyamanan yang tidak perlu, dan partisipasi mereka harus penting untuk mencapai tujuan penting masyarakat yang tidak dapat diwujudkan dengan cara lain. Pada penelitian ini peneliti tidak akan mengarahkan responden untuk mengonsumsi mie instan sehingga sebisa mungkin tidak berdampak merugikan bagi para responden penelitian ini, namun dalam penelitian ini peneliti akan mengarahkan responden agar mengurangi frekuensi konsumsi mie instan (F.Polit & Beck, 2018).

b. *The Right to Protection from Exploitation*

*The right to protection from exploitation* merupakan tindakan melindungi dari eksploitasi, Tugas peneliti adalah memastikan bahwa informasi yang diberikan oleh responden tidak untuk di pergunakan untuk melawan mereka. Pada penelitian ini peneliti memiliki kewajiban melindungi segala informasi yang diberikan oleh responden baik dalam pengisian kuesioner, pengukuran tinggi dan berat badan maupun dalam wawancara dan hanya memergunakan informasi tersebut untuk kepentingan penelitian saja (F.Polit & Beck, 2018).

2. *Respect for Human Dignity*

*Respect for human dignity* merupakan menghormati martabat manusia, prinsip ini mencakup hak untuk menentukan nasib sendiri dan hak untuk pengungkapan penuh. Pada penelitian ini seseorang memiliki hak untuk menerima ataupun menolak menjadi seorang responden (F.Polit & Beck, 2018).

a. *The Right to Self-Determination*

Pada penelitian ini seseorang berhak untuk memilih menolak menjadi responden penelitian, ketika seseorang sudah memutuskan untuk tidak menjadi responden maka ia tidak akan mendapatkan ancaman atau perlakuan negatif dari peneliti (F.Polit & Beck, 2018).

b. *The Right to Full Disclosure*

Hak orang untuk membuat keputusan yang sukarela tentang partisipasi studi membutuhkan pengungkapan penuh. Pengungkapan penuh berarti bahwa peneliti telah menjelaskan penelitian secara lengkap, hak orang untuk

menolak partisipasi, tanggung jawab peneliti, dan kemungkinan risiko dan manfaat (F.Polit & Beck, 2018).

### 3. *Justice*

Prinsip luas ketiga yaitu menyangkut keadilan, yang termasuk hak peserta atas perlakuan yang adil dan hak privasi mereka (F.Polit & Beck, 2018).

#### a. *The Right to Fair Treatment*

Pemilihan peserta harus didasarkan pada persyaratan studi dan bukan pada kerentanan kelompok. Pada penelitian ini peneliti sudah menetapkan kriteria seseorang responden dalam penelitian ini yaitu mahasiswa yang sedang aktif berkuliah, tidak dalam keadaan cuti dan mengonsumsi mie instan 6 bulan terakhir, sehingga responden dipilih berdasarkan kriteria tersebut dan semua orang yang memenuhi kriteria tersebut bisa menjadi responden (F.Polit & Beck, 2018).

#### b. *The Right to Privacy*

Penelitian ini berhubungan dengan manusia yang melibatkan kehidupan pribadi seseorang. Peneliti harus memastikan bahwa penelitian mereka tidak lebih mengganggu daripada yang seharusnya dan bahwa peserta privasi terjaga. Peserta memiliki hak untuk berharap bahwa data mereka akan disimpan kepercayaan diri yang paling ketat (F.Polit & Beck, 2018). Penelitian ini telah mendapatkan izin penelitian dengan No. 037/KEPK-SE/PE-DT/III/2023.



## BAB 5 HASIL DAN PEMBAHASAN

### 5.1 Gambaran Lokasi Penelitian

STIKes Santa Elisabeth Medan merupakan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan yang berlokasi di jalan Bunga Terompet No.118 kelurahan Sempakata Kecamatan Medan Selayang Medan. Institusi ini merupakan salah satu contoh karya pelayanan di dalam pendidikan yang didirikan oleh FSE (Kongregasi Fransiskanes Santa Elisabeth) yang mulai dibangun pada tahun 1931. Adapun motto dari STIKes Santa Elisabeth Medan ini yaitu “Ketika Aku Sakit Kamu Melawat Aku (Matius 25:26)”. STIKes Santa Elisabeth Medan memiliki Misi untuk menjadi pendidikan tinggi kesehatan yang unggul dalam pelayanan kegawatdaruratan berdasarkan Daya Kasih Kristus yang menyembuhkan sebagai tanda kehadiran Allah dan mampu berkompetisi di tingkat ASEAN tahun 2027.

Adapun Misi dari STIKes Santa Elisabeth Medan yaitu:

1. Menyelenggarakan Pendidikan tinggi kesehatan yang unggul dalam bidang kegawatdaruratan,
2. Menyelenggarakan penelitian dasar dan terapan yang inovatif dalam pengembangan ilmu kesehatan,
3. Menyelenggarakan pengabdian kepada masyarakat sesuai dengan perkembangan ilmu Kesehatan untuk kepentingan masyarakat,
4. Mengembangkan prinsip good governance,
5. Mengembangkan kerja sama ditingkat Nasional dan ASEAN yang terkait bidang kesehatan,



6. Menciptakan lingkungan akademik yang kondusif dilandasi penghayatan Daya Kasih Kristus.

Visi dari Prodi Ners STIKes Santa Elisabeth Medan adalah “Menjadi program studi Ners yang unggul dalam penanganan kegawatdaruratan berdasarkan Daya Kasih Kristus yang menyembuhkan sebagai tanda kehadiran Allah dan mampu berkompetisi di tingkat ASEAN tahun 2027”.

Misi dari Prodi Ners STIKes Santa Elisabeth Medan adalah:

1. Menyelenggarakan pendidikan yang unggul dalam penanganan kegawatdaruratan klinis dan komunitas.
2. Menyelenggarakan penelitian dasar dan terapan yang inovatif dalam pengembangan ilmu keperawatan.
3. Menyelenggarakan pengabdian kepada masyarakat sesuai dengan perkembangan ilmu keperawatan untuk kepentingan masyarakat.
4. Mengembangkan kerja sama di tingkat nasional dan ASEAN yang terkait bidang keperawatan.
5. Menciptakan lingkungan akademik yang kondusif dilandasi penghayatan Daya Kasih Kristus.

STIKes Santa Elisabeth Medan ini memiliki beberapa Program Studi yaitu D3 Keperawatan, S1 Keperawatan, D3 Kebidanan, Profesi Ners, Sarjana Terapan TLM, Sarjana Terapan MIK, Sarjana Gizi.



## 5.2 Hasil Penelitian

Hasil penelitian hubungan perilaku konsumsi mie instan dengan indeks masa tubuh mahasiswa. Penelitian ini dimulai pada akhir bulan maret sampai dengan pertengahan bulan april tahun 2023. Program Studi yang dipilih menjadi responden penelitian dalam penelitian ini adalah Program Studi S1 Keperawatan dengan kriteria inklusi mahasiswa yang sedang aktif berkuliah di STIKes Santa Elisabeth Medan dan Mahasiswa yang mengonsumsi mie instan 6 bulan terakhir. Data yang sudah diperoleh dari kuesioner penelitian kemudian dilakukan tahap editing dengan memeriksa apakah kuesioner telah diisi dengan baik sesuai dengan petunjuk pengisian kuesioner, setelah itu dilakukan pengolahan data dengan memberikan kode ataupun angka tertentu pada jawaban kuesioner untuk mempermudah peneliti melakukan tabulasi data, Setelah dilakukan pengkodean kemudian dilakukan tabulasi dengan cara menghitung dan menyusun data dari hasil kode yang diperoleh dan dimasukkan ke dalam program computer dengan aplikasi IBM pengelolaan data dengan menggunakan komputerisasi pada aplikasi *IBM SPSS 26 Statistic for Windows*.

Adapun responden dalam penelitian ini berjumlah 193 orang mahasiswa yang mengonsumsi mie instan 6 bulan terakhir.

## 5.2.1 Distribusi Karakteristik Data Demografi Mahasiswa Program Studi Ilmu

Keperawatan STIKes Santa Elisabeth Medan Tahun 2023.

**Tabel 5.5 Distribusi Responden berdasarkan (Umur, Suku, Jenis Kelamin, Agama).**

NO	Karakteristik	F	%
1	Usia		
	17 Tahun	1	0,5
	18 Tahun	25	13,0
	19 Tahun	54	28,0
	20 Tahun	48	24,9
	21 Tahun	34	17,6
	22 Tahun	27	14,0
	23 Tahun	3	1,6
	25 Tahun	1	0,5
	<b>Total</b>	<b>193</b>	<b>100,0</b>
2	Jenis Kelamin		
	Perempuan	192	99,5
	Laki-laki	1	0,5
	<b>Total</b>	<b>193</b>	<b>100,0</b>
3	Suku		
	Toba	136	70,5
	Karo	14	7,3
	Jawa	1	0,5
	Nias	29	15,0
	Simalungun	9	4,7
	Lain-Lain	4	2,1
	<b>Total</b>	<b>193</b>	<b>100,0</b>
4	Agama		
	Katolik	59	30,6
	Kristen Protestan	133	68,9
	Islam	1	0,5
	<b>Total</b>	<b>193</b>	<b>100,0</b>

Berdasarkan tabel 5.5 pada kolom usia dari 193 orang responden,

Mayoritas responden berusia 19 tahun yaitu sebanyak 54 orang (28,0%), dan usia minoritas pada penelitian ini adalah usia 17 dan 25 tahun yaitu sebanyak 1 orang (0,5 %). Pada kolom jenis kelamin dari 193 orang responden sebanyak 192 orang (99,5%) berjenis kelamin perempuan dan 1 orang (0,5%) berjenis kelamin laki laki. Pada kolom suku dari 193 orang

responden mayoritas suku responden adalah suku batak toba sebanyak 136 orang (70,5%) dan minoritas suku adalah suku jawa dengan 1 orang (0,5%).

Pada kolom agama dari 193 responden mayoritas agama responden adalah agama Kristen protestan dengan jumlah 133 orang (68,9%) dan agama minoritas adalah agama islam dengan 1 orang (0,5 %).

#### 5.2.2 Perilaku Konsumsi Mie Instan Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan STIKes Santa Elisabeth Medan Tahun 2023.

**Tabel 5.6 Distribusi Responden Berdasarkan Persentasi Perilaku Konsumsi Mie Instan Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan STIKes Santa Elisabeth Medan Tahun 2023.**

NO	Perilaku Konsumsi	<i>f</i>	%
1	Kurang	3	1,6
2	Cukup	151	78,2
3	Baik	39	20,2
<b>Total</b>		<b>193</b>	<b>100,0</b>

Berdasarkan tabel 5.6 bahwa dari 193 responden memiliki perilaku konsumsi mie instan dengan kategori kurang sebanyak 3 orang (1,6%), cukup 151 orang (78,2%), dan baik sebanyak 39 orang (20,2%).

## 5.2.3 Indeks Massa Tubuh Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan STIKes

Santa Elisabeth Medan Tahun 2023.

**Tabel 5.7 Distribusi Responden Berdasarkan Frekuensi Dan Presentasi Indeks Massa Tubuh Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan STIKes Santa Elisabeth Medan Tahun 2023.**

NO	Indeks Massa Tubuh	<i>f</i>	%
1	Kurus	26	13,5
2	Normal	123	63,7
3	Berat Badan Berlebih	25	13,0
4	Obesitas	19	9,8
<b>Total</b>		<b>193</b>	<b>100,0</b>

Berdasarkan Tabel 5.7 didapatkan bahwa dari 193 responden memiliki

Indeks Massa Tubuh kurus sebanyak 26 orang (13,5%), Normal 123 orang (63,7 %), Berat Badan Berlebih sebanyak 25 orang (13,0%), serta Obesitas 19 orang ( 9,8 %).

## 5.2.4 Hubungan Perilaku Konsumsi Mie Instan Dengan Indeks Massa Tubuh

Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan STIKes Santa Elisabeth Medan Tahun 2023.

**Tabel 5.8 Hasil Korelasi Antara Perilaku Konsumsi Mie Instan Dengan Indeks Massa Tubuh Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan STIKes Santa Elisabeth Medan Tahun 2023.**

Correlations				
			Perilaku Konsumsi	IMT Mahasiswa
Spearman's rho	Perilaku Konsumsi	Correlation	1.00	.134
		Coefficient	0	
		Sig. (2-tailed)	.	.064
		N	193	193
	IMT Mahasiswa	Correlation	.134	1.000
		Coefficient		
		Sig. (2-tailed)	.064	.
		N	193	193

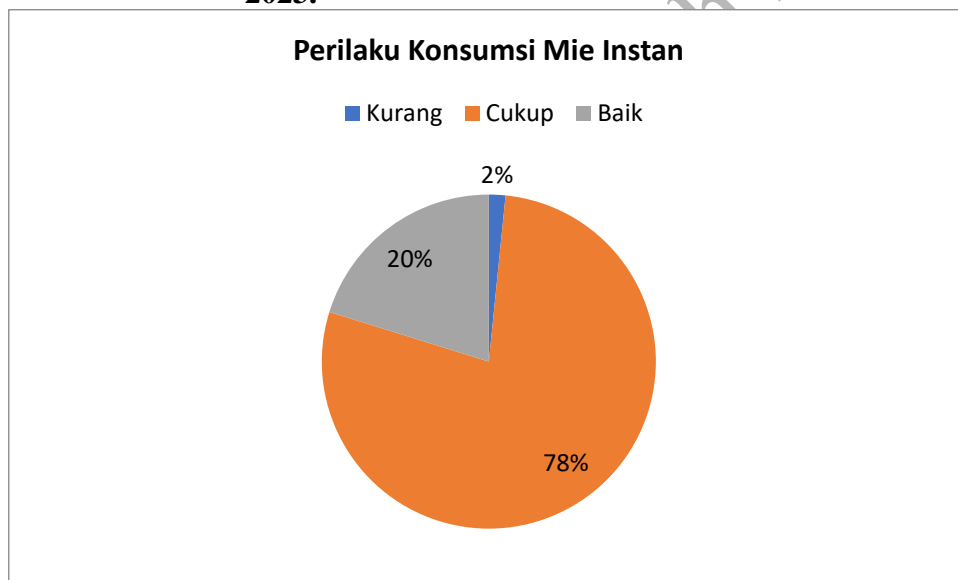
Pada tabel 5.8 menjelaskan bahwa dari hasil Uji korelasi menggunakan *Spearman's Rho* menunjukkan bahwa nilai p value =0,064

( $p > 0,05$ ) sehingga hipotesa ( $H_a$ ) ditolak dan dapat ditarik kesimpulan bahwa tidak terdapat hubungan antara perilaku konsumsi mie instan dengan Indeks Massa Tubuh Pada Mahasiswa Sarjana Keperawatan STIKes Santa Elisabeth Medan.

### 5.3 Pembahasan Hasil Penelitian

5.3.1 Perilaku Konsumsi Mie Instan Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan STIKes Santa Elisabeth Medan Tahun 2023.

**Diagram 5.1 Distribusi Responden Berdasarkan Persentasi Perilaku Konsumsi Mie Instan Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan STIKes Santa Elisabeth Medan Tahun 2023.**



Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti di STIKes Santa Elisabeth Medan Tahun 2023 mengenai perilaku konsumsi mie instan termasuk dalam kategori cukup. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas perilaku konsumsi mie instan yang menjawab cukup ada 151 orang (78,2%) sedangkan minoritas yang menjawab kurang yaitu 3 orang (1,6%).

Berdasarkan hasil observasi yang sudah dilakukan oleh peneliti, Peneliti berasumsi bahwa hasil mayoritas perilaku konsumsi mie instan yang cukup



sejalan dengan latar belakang semua responden yang merupakan mahasiswa keperawatan sehingga sudah lebih mengetahui kandungan dan bahaya ketika mengonsumsi mie instan secara berlebihan dan tidak sesuai dengan petunjuk penyajian. Mahasiswa kesehatan pasti sudah cukup membekali dirinya mengenai makanan dan minuman yang baik maupun tidak baik untuk dikonsumsi secara terus menerus. Namun cita rasa dari mie instan yang enak, praktis saat memasak, mudah disajikan, harganya terjangkau, serta mengenyangkan membuat mahasiswa mengesampingkan bahaya mie instan dan tetap memilih mengonsumsi mie instan sebagai salah satu makanan yang paling disukai disaat kelaparan.

Selain karena responden merupakan mahasiswa kesehatan, Alasan lainnya yang juga sejalan adalah karena responden bertempat tinggal di asrama. Berdasarkan Panduan Akademik STIKes Santa Elisabeth Medan No SK Ketua STIKes Santa Elisabeth Medan Nomor 898/STIKes/SK-AK/VIII/2019 Bab 7 Peraturan Akademik tentang tata tertib di kamar tidur menjelaskan bahwa “Tidak diperkenankan menyimpan uang di kamar lebih dari Rp. 100.000.- (cukup untuk uang kantong 1 bulan), selebihnya disimpan di Kordinator Asrama atau setiap hari boleh diambil di ATM BNI”. Peraturan yang membatasi jumlah uang saku ini menyebabkan mahasiswa kesulitan dalam membeli mie instan dan mempengaruhi perilaku konsumsi mie instan.

Berdasarkan Panduan Akademik STIKes Santa Elisabeth Medan No SK Ketua STIKes Santa Elisabeth Medan Nomor 898/STIKes/SK-AK/VIII/2019 Bab 7 Peraturan Akademik Tentang tata tertib di kamar makan yang berbunyi “Dilarang membawa makanan ke dalam kamar kecuali pada mahasiswa yang



sedang sakit dan telah mendapat izin dari Koordinator Asrama/Ibu Asrama.”

Menurut asumsi saya yang membuat perilaku konsumsi mahasiswa menjadi kurang, dikarenakan izin untuk membawa masuk makanan ke dalam kamar cukup sulit.

Alasan lain yang menyebabkan perilaku konsumsi mie instan kurang adalah tidak tersedianya kompor ataupun peralatan memasak yang bisa digunakan untuk memasak mie instan yang menimbulkan rasa dari mie instan yang kurang nikmat dibandingkan dengan memasak langsung di atas kompor menyebabkan perilaku konsumsi mie instan menjadi kurang. Alasan pihak asrama tidak menyediakan kompor dan peralatan memasak ini dikarenakan segala kebutuhan akan makanan dan minuman sudah di penuhi oleh dapur sentral asrama.

Menurut opini peneliti, alasan mengapa dalam praktiknya mahasiswa tidak mengolah mie instan sesuai dengan prosedur yang seharusnya dikarenakan keterbatasan alat dan bahan di asrama tempat tinggal mahasiswa dimana dalam praktiknya mahasiswa tidak menambahkan sayur sayuran dan protein ke dalam mie instan dikarenakan tidak diperbolehkannya mahasiswa untuk membawa atau membeli bahan makanan ke dalam asrama, sehingga dalam memasak mie instan mahasiswa tidak menambahkan bahan makanan yang bisa menambah jumlah gizi di dalam mie instan. Hal serupa juga sama dengan mahasiswa tetap mengonsumsi air resbusan pertama mie instan juga disebabkan oleh terbatasnya jumlah air dan dispenser diasrama yaitu dalam 1 Unit asrama hanya memiliki 1 dispenser yang menyebabkan puluhan anak asrama harus antre jika ingin mengambil air panas dari dispenser.

Menurut opini peneliti responden memiliki pengetahuan dan sikap yang baik mengenai bahaya mengonsumsi mie instan di malam hari dan bahaya mengonsumsi mie instan lebih dari 1 kali dalam seminggu. Namun dalam praktiknya juga mahasiswa yang tinggal di asrama tetap memilih mengonsumsi mie instan dikarenakan jadwal makan di asrama yang sudah teratur yaitu 3 kali sehari, sehingga di saat mahasiswa merasakan lapar di malam hari dan tidak diperbolehkan mengambil nasi ke ruang makan pada malam hari, membuat mie instan menjadi pilihan paling disukai mahasiswa di kala lapar saat malam hari, karena sifat mie instan yang mengenyangkan dan rasanya nikmat.

Hasil observasi peneliti mengenai psikologis manusia, yang terjadi ialah manusia memang sering dengan sengaja melakukan sesuatu yang mereka sukai meskipun mereka mengerti akan bahaya yang akan terjadi. Jika dikaitkan dengan penelitian ini, sama halnya dengan mahasiswa STIKes Santa Elisabeth Medan yang sebenarnya mengetahui bahaya mengonsumsi mie instan jika dikonsumsi terus menerus, bahaya jika mengonsumsi air rebusan pertama mie instan, pentingnya menambahkan bahan makanan lain yang menambah nilai gizi mie instan, pentingnya mengurangi jumlah bumbu yang terdapat pada mie instan. Namun dalam praktiknya responden dengan sengaja melanggar aturan yang ada dengan alasan kenikmatan ataupun agar tidak mengganggu cita rasa dari mie instan tersebut.

Opini peneliti mengenai psikologis manusia sejalan dengan apa yang disampaikan oleh Iklima (2017) dengan judul gambaran pemilihan makanan jajanan pada anak usia sekolah dasar mengemukakan bahwa dari 110 siswa, 57.3% siswa



memilih makanan yang tidak sehat untuk mereka konsumsi. Dimana 54,3% siswa dengan sengaja memilih mengonsumsi makanan tidak sehat karena menyukainya karena menyukai rasanya dan harganya yang murah meriah sehingga ramah di kantong siswa sekolah.

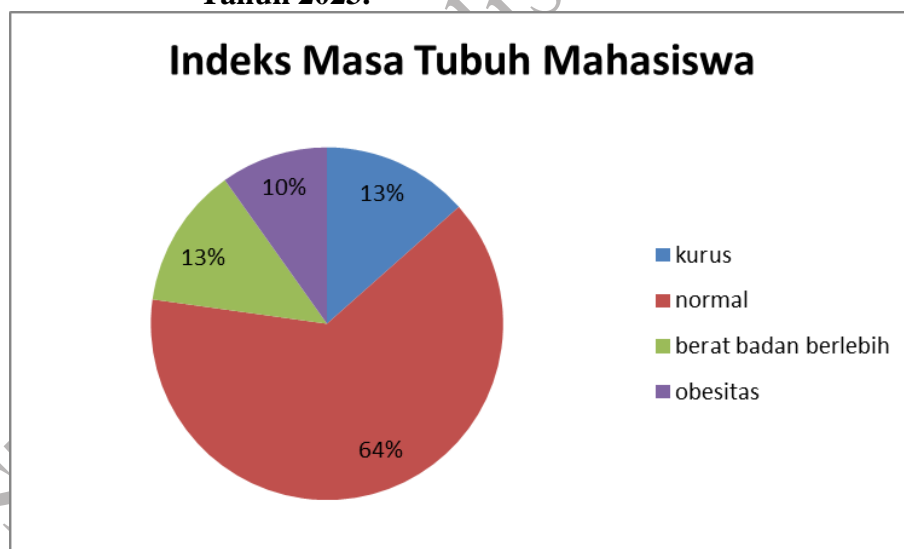
Hasil Penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Efrizal (2021) dengan judul Perilaku Konsumsi Mie Instan Pada Remaja di Bangka Belitung dengan mengemukakan bahwa sebagian besar responden memiliki perilaku yang cukup dimana responden dalam penelitian ini sudah mengetahui bahaya jika mengonsumsi mie instan secara berlebihan, namun tetap dikonsumsi dengan harapan jika dikonsumsi dengan cara pengurangan bumbu, mengganti air rebusan, dan pengurangan mie yang akan dikonsumsi akan membuat dampak negatif mie instan berkurang.

Hasil penelitian yang disampaikan oleh Arza (2017) tentang faktor-faktor yang mempengaruhi konsumsi mie instan pada mahasiswa hampir sama dengan hasil penelitian ini dimana ia mengemukakan bahwa faktor yang mempengaruhi dalam mengonsumsi mie instan pada kalangan mahasiswa Teman Sebaya yaitu sebanyak 82,26%. Hasil penelitian tersebut juga menyampaikan bahwa Teman Sebaya ini cenderung mirip dengan Domain perilaku yang ketiga yaitu Praktik/Tindakan dimana dikarenakan mahasiswa cenderung akan lebih banyak waktu bersama teman-teman sebayanya, maka ketika seorang teman sebaya mengonsumsi mie instan maka hal itu menimbulkan keinginan teman lainnya untuk mengonsumsi mie instan pula.

Pada penelitian yang dikemukakan oleh Sarkim (2010) dengan judul Perilaku Konsumsi Mie Instan pada Mahasiswa FKM Undana Kupang juga mengatakan bahwa sebagian responden memiliki pengetahuan gizi yang baik, peneliti juga mengatakan seluruh responden memiliki sikap yang baik terhadap konsumsi mie instan, Namun dalam tindakannya responden penelitian cenderung mengonsumsi mie instan 1 kali dalam seminggu, serta mengonsumsi mie instan diluar jam makan utama.

### 5.3.2 Indeks Massa Tubuh Mahasiswa Sarjana Keperawatan Tahun 2023

**Diagram 5.2 Distribusi Responden Berdasarkan Frekuensi Dan Presentasi Indeks Massa Tubuh Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan STIKes Santa Elisabeth Medan Tahun 2023.**



Pada hasil penelitian yang dilakukan di STIKes Santa Elisabeth Medan Tahun 2023 mayoritas mahasiswa memiliki indeks massa tubuh normal yaitu sebanyak 123 orang (63,7%), dan indeks massa tubuh mahasiswa paling minoritas yaitu indeks massa tubuh obesitas dengan jumlah 19 orang (9,8 %).

Berdasarkan hasil observasi yang telah dilakukan oleh peneliti terhadap mahasiswa sarjana keperawatan di STIKes Santa Elisabeth Medan Tahun 2023, Peneliti berasumsi bahwa dengan mengonsumsi mie instan belum tentu dapat menyebabkan orang mengalami obesitas. Dimana hal ini sejalan dengan asumsi bahwa terdapat faktor lain yang bisa menyebabkan mayoritas IMT mahasiswa normal yaitu banyaknya tugas yang diberikan oleh dosen membuat mahasiswa lebih banyak berpikir, belajar bahkan begadang yang membuat otak membutuhkan lebih banyak glukosa untuk berpikir, mengingat dan berkonsentrasi sehingga walaupun mahasiswa mengonsumsi mie instan tidak membuatnya memiliki IMT berlebih.

Opini lain peneliti yang sejalan yaitu mayoritas mahasiswa yang tinggal di asrama adalah wanita yaitu (99,5%), wanita cenderung malu jika bertubuh gemuk, hal ini menyebabkan mahasiswa wanita yang tinggal di asrama akan berusaha agar menjaga berat badannya supaya tetap ideal. Beberapa hal yang dilakukan mahasiswa wanita adalah dengan diet mengurangi makan, ketika ingin mengonsumsi mie instan mahasiswa cenderung akan menggantikan nasi dengan mengonsumsi mie saja tambahan karbohidrat lainnya, hal ini yang bisa menyebabkan indeks massa tubuh mahasiswa wanita cenderung normal.

Menurut peneliti, penyebab IMT mahasiswa mayoritas normal adalah tata tertib asrama mengenai kebersihan kamar, lingkungan asrama, dan kegiatan asrama (berdoa, beribadah, dan berkumpul) serta jadwal perkuliahan yang padat. Padatnya jadwal kegiatan mahasiswa baik di asrama maupun di kampus ini dapat menstimulasi pertumbuhan otot, sehingga tubuh akan memiliki proporsi otot yang

lebih banyak. Hal ini dapat berpengaruh pada meningkatnya proses metabolisme tubuh dan mampu menurunkan berat badan sehingga mayoritas responden memiliki IMT normal.

Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dikemukakan oleh Utami & Setyarini (2018) dengan judul faktor-faktor Yang Mempengaruhi Indeks Massa Tubuh Pada Remaja Usia 15-18 Tahun Di SMA N 14 Tangerang yang mengatakan bahwa IMT dipengaruhi oleh citra tubuh ( $P$  value = 0,002), aktivitas fisik ( $P$  value = 0,000), kebiasaan sarapan ( $P$  value = 0,049) dan asupan zat gizi ( $P$  value = 0,043).

Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dikemukakan oleh Putra & Rizqi (2018) dengan judul Index Massa Tubuh (IMT) Mempengaruhi Aktivitas Remaja Putri Smp Negeri 1 Sumberlawang yang mengemukakan bahwa IMT juga dipengaruhi oleh aktivitas. Dimana dari 84 jumlah responden siswa SMP Negeri 1 Sumberlawang mayoritas siswa memiliki hasil IMT dalam kategori normal dan gemuk sebanyak 24 responden, sedangkan kategori aktivitas fisik yang dominan adalah kategori aktivitas fisik sedang sebanyak 34 responden.

Penelitian yang dikemukakan oleh Pamungkas, lestari & mardiyah (2010) dengan judul Analisis Faktor yang Mempengaruhi Indeks Massa Tubuh (IMT) Kurus Pada Ibu Hamil Usia Muda Di Wilayah Kerja Puskesmas Tanjung Karang. Berdasarkan analisis statistik didapatkan terdapat hubungan signifikan antara KEK dengan IMT kurus pada ibu hamil usia muda dengan  $p$  value 0.00 dan hubungan signifikan pada Anemia dengan kejadian IMT kurus pada ibu hamil usia muda dengan  $p$  value 0,017.

### 5.3.3 Hubungan Perilaku Konsumsi Mie Instan dengan Indeks Massa Tubuh

Pada penelitian ini menjelaskan bahwa dari hasil Uji korelasi menggunakan *Spearman's Rho* menunjukkan bahwa nilai nilai  $p$  value = 0,064 ( $p > 0,05$ ), sehingga hipotesa ( $H_a$ ) di tolak dan dapat ditarik kesimpulan bahwa tidak terdapat hubungan antara perilaku konsumsi mie instan dengan Indeks Massa Tubuh Pada Mahasiswa Sarjana Keperawatan STIKes Santa Elisabeth Medan.

Penelitian ini juga sependapat dengan penelitian sebelumnya yang dikemukakan oleh Puspitasari (2018) dengan judul Hubungan Antara Perilaku Konsumsi Mi Instan Dengan Indeks Masa Tubuh Pada Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Diponegoro menegaskan bahwa tidak terdapat hubungan antara perilaku konsumsi mi instan dengan indeks masa tubuh pada Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Diponegoro dengan nilai  $p$  value sebesar 0,701 dan nilai koefisien korelasi -0,026. Menurut asumsi saya, penelitian ini bisa sejalan karena memiliki beberapa kemiripan dengan responden peneliti, yaitu responden merupakan mahasiswa keperawatan dan banyak responden yang tinggal jauh dari rumah sehingga membuat perilaku konsumsi mie instan responden hampir sama.

Berbeda dengan hasil penelitian yang dikemukakan oleh Hendra et al (2014) Hubungan Frekuensi Konsumsi Mie Instan Dengan Komposisi Tubuh Pada Siswi Kelas 3 Sman 12 Banda Aceh yang mengatakan bahwa terdapat hubungan antara frekuensi konsumsi mie instan dengan indeks massa tubuh siswi kelas 3 SMAN 12 Banda Aceh, dimana  $p$  value 0.000 ( $p < 0.05$ ). Hasil kedua penelitian ini tidak sejalan kemungkinan dikarenakan karakteristik responden yang berbeda dimana

pada penelitian ini respondennya adalah remaja berusia 16–20 tahun, pada penelitian ini juga kebanyakan responden masih tinggal bersama dengan orang tua, pada penelitian ini juga banyak responden yang bersuku aceh. Provinsi Aceh memiliki pola konsumsi sumber karbohidrat kompleks sangat tinggi, konsumsi sayuran sangat rendah, konsumsi buah sangat rendah dan konsumsi lauk pauk sangat rendah sehingga beberapa hal tersebut yang membuat hasil penelitian tidak sejalan.

Penelitian lain yang bertentangan dengan hasil yaitu penelitian yang disampaikan oleh Yulianawati (2016) Hubungan Pola Makan Dengan Tingkat Obesitas Pada Mahasiswa Ilmu Keperawatan Di Universitas ‘Aisyiyah Yogyakarta menjelaskan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara pola makan dengan tingkat obesitas pada mahasiswa Ilmu Keperawatan di Universitas Aisyiyah Yogyakarta dalam kategori sedang dengan nilai yang didapatkan nilai  $p = 0,030 < 0,05$  dan nilai  $\lambda = 0,429$ . Dapat dilihat bahwa karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin terbanyak adalah perempuan sebanyak 29 mahasiswa (64,4%), responden berdasarkan usia terbanyak pada usia 20 tahun sebanyak 12 mahasiswa (26,7%), dan berdasarkan semester terbanyak pada semester 2 dan 4 berjumlah sama yaitu 14 mahasiswa. Jam kuliah semester 2 dan 4 terkadang mendadak kosong, yang membuat mahasiswa datang ke kantin untuk mengisi waktu dan menunggu jam kuliah selanjutnya.



## BAB 6 SIMPULAN DAN SARAN

### 6.1 Simpulan

Berdasarkan hasil dari penelitian yang didapatkan oleh peneliti mengenai Hubungan Antara Perilaku Konsumsi Mie Instan Dengan Indeks Masa Tubuh Pada Mahasiswa Program Studi Sarjana Keperawatan STIKes Santa Elisabeth Medan Tahun 2023 dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Sebagian besar responden dari penelitian ini yaitu Mahasiswa Program Studi Sarjana Keperawatan STIKes Santa Elisabeth Medan Tahun 2023 memiliki perilaku konsumsi mie instan yang Cukup yaitu sebanyak 151 orang (78,2%).
2. Sebagian besar responden dari penelitian ini yaitu Mahasiswa Program Studi Sarjana Keperawatan STIKes Santa Elisabeth Medan Tahun 2023 memiliki Indeks Massa Tubuh yang Normal yaitu sebanyak 123 orang (63,7%).
3. Tidak ada hubungan antara Perilaku Konsumsi Mie Instan Dengan Indeks Masa Tubuh Pada Mahasiswa Program Studi Sarjana Keperawatan STIKes Santa Elisabeth Medan Tahun 2023, didapatkan  $p\text{-value } 0,05 > 0,064$ .

### 6.2 Saran

1. Bagi institusi pendidikan STIKes Santa Elisabeth Medan.

Diharapkan bagi institusi memasukkan materi tentang nutrisi sehat dan seimbang dalam mata kuliah promosi kesehatan dan keperawatan komunitas serta edukasi mahasiswa mengenai makanan yang sehat dan tidak sehat untuk dikonsumsi, mengukur nilai gizi makanan yang tersedia di asrama, dan terlibat dalam pembuatan variasi menu makanan asrama agar makanan yang



tersedia lebih menarik dan membuat konsumsi mie instan mahasiswa STIKes Santa Elisabeth Medan semakin menurun.

2. Bagi Mahasiswa

Diharapkan bagi seluruh mahasiswa STIKes Santa Elisabeth Medan agar dalam mengonsumsi mie instan dibarengi dengan makanan yang tinggi serat untuk dapat menambah nilai gizi dan mencegah terjadinya berbagai masalah kesehatan.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan bagi peneliti selanjutnya untuk melakukan penelitian mengenai faktor - faktor yang mempengaruhi konsumsi mie instan.

4. Bagi Koordinator Asrama

Diharapkan koordinator asrama lebih memperhatikan menu makan di asrama yang bukan hanya sehat saja namun juga bervariasi sehingga seluruh mahasiswa yang tinggal di asrama tertarik untuk selalu makan di ruang makan dan tidak mengonsumsi makanan instan tidak sehat lain.



**DAFTAR PUSTAKA**

- Adib, h. S. (2017). Teknik pengembangan instrumen penelitian ilmiah di perguruan tinggi keagamaan islam. *Sains dan teknoogi*, 139–157.
- Adiputra, i. M. S., trisnadewi, n. W., oktaviani, n. P. W., & munthe, s. A. (2021). *Metodologi penelitian kesehatan*.
- Amelia a, & nugroho p. (2021). Hubungan antara frekuensi konsumsi mie instan dan minuman soda dengan kejadian obesitas pada remaja. *Borneo student research*, 2(2), 1105–1110.
- Anggreni, d. (2022). *Buku ajar metodologi penelitian* (s. . Mk. Eka diah kartiningrum (ed.)). Stikes majapahit mojokerto.
- Arini, l. (2011). Body mass index: considerations for practitioners. *Cdc*, 4.
- Arza, a. E. I. (2017). Faktor faktor yang mempengaruhi konsumsi mie instan pada mahasiswa. *Journal of chemical information and modeling*,
- Creswell, j. W. (2018). *Research design qualitative, quantitative, and mixed methods approaches fifth edition*. Sage publications inc.
- Dhaifullah, e., al-maweri, s. A., koppolu, p., elkhtat, e., mostafa, d., & mahgoub, m. (2019). Body mass index and periodontal health status among young saudi adults: a cross-sectional study. *Annals of saudi medicine*,
- Efrizal, w. (2021a). Citra delima: jurnal ilmiah stikes citra delima bangka belitung. *Citra delima: jurnal ilmiah stikes citra delima bangka belitung*, 4(2), 94–100.
- Efrizal, w. (2021b). Perilaku konsumsi mie instan pada remaja di bangka belitung wiwin efrizal *Jurnal ilmiah stikes citra delima bangka belitung p-issn: 2087-2240; e-issn: 2655-0792 perilaku*, 4(2), 94–100.
- F.polit, d., & beck, c. T. (2017). *Nurshing research generating and assessing evidence for nurshing practice* (c. Burns (ed.); tenth). Wolter kluwer.
- F.polit, d., & beck, c. T. (2018). *Essentials of nurshing research* (c. C. Burns (ed.); nine). Wolters kluwer.
- Hendra al-r, a., ona lianti, f., & khazanah, w. (2014). Hubungan frekuensi konsumsi mie instan dengan komposisi tubuh pada siswi kelas 3 sman 12 banda aceh. *Jurnal kesehatan ilmiah nasuwakes*, 7(2), 247–253.
- Iklima, n. (2017). Gambaran pemilihan makanan jajanan pada anak usia sekolah dasar. *Jurnal keperawatan bsi*,

- Irwan. (2017). *Etika dan perilaku kesehatan*.
- Kusuma, t., & nurcahayati. (2021). Sikap dan perilaku masyarakat terhadap pandemi covid-19. *Jurnal penelitian psikologi*, 8(2), 1–12.
- Leavy, p. (2023). *Research design quantitative, qualitative, mixed methods, arts-based, and community-based participatory research approaches* (s. Edition (ed.)). Introduction to social research.
- Mahfud, i., gumantan, a., & fahrizqi, bagus eko. (2020). Analisis imt (indeks massa tubuh) atlet ukm sepakbola universitas teknokrat indonesia. *Sports athleticism in teaching and recreation on interdisciplinary analysis*.
- Na'im, a., kusunandar, & adi, r. K. (2020). Faktor-faktor yang memengaruhi keputusan pembelian mie instan merek indomie di kalangan mahasiswa universitas sebelas maret. *Agrista*, 8(3), 169–181.
- Nugroho, a. M. A., kinasih, a., & messakh, s. T. (2018). Gambaran aktivitas fisik siswa dengan imt kategori gemuk di sekolah dasar desa butuh. *Jurnal mitra pendidikan (jmp online)*, 2(8), 730–737.
- Nuttall, f. Q. (2015). Body mass index: obesity, bmi, and health: a critical review. *Nutrition today*, 50(3), 117–128.
- Oscar, b., & sumirah, d. (2019). Pengaruh grooming pada customer relations coordinator (crc) terhadap kepuasan pelanggan di pt astra international tbk toyota sales operation (auto2000) pasteur. *Jurnal bisnis dan pemasaran*, 9(1), 1–11.
- Pelealu, s. K., moleong, m., & pongoh, l. (2021). Hubungan pola makan dan minum dengan kejadian obesitas di sma negeri 1 tomohon. *Jurnal kesehatan masyarakat unima*, 02(02), 32–37.
- Permana, l., afiah, n., ifroh, r. H., & wiranto, a. (2020). Analisis status gizi, kebiasaan makan dan aktivitas fisik pada mahasiswa kesehatan dengan pendekatan mix-method tergambar dari data global school merupakan usia remaja akhir, yang makan saji, menjadikan. *Jurnal kesehatan*, 10(2), 19–34.
- Prakoso, g. D., & fatah, m. Z. (2018). Analisis pengaruh sikap, kontrol perilaku, dan norma subjektif terhadap perilaku safety. *Jurnal promkes*, 5(2), 193.
- Puspitasari, y. (2018). *Hubungan antara perilaku konsumsi mi instan dengan indeks masa tubuh pada mahasiswa program studi ilmu keperawatan universitas diponegoro*.
- Putra, y. W., & rizqi, a. S. (2018). Index massa tubuh (imt) mempengaruhi aktivitas remaja putri smp negeri 1 sumberlawang. *Gaster*, 16(1), 105.

- Regency, t., agustin, i., septimar, z. M., rochmani, s., farida, i., & madani, y. (2022). Hubungan perilaku konsumsi mie instan dengan tingkat indeks massa tubuh (imt) pada warga di rt 03 desa buniayu kabupaten tangerang the *Nusantara hasana journal*, 2(6), 106–110.
- Ridwan; bangsawan, i. (2021). *Konsep metodologi penelitian bagi pemula*.
- Riskesdas. (2018). Laporan provinsi sumatera utara riskesdas 2018. In *badan penelitian dan pengembangan kesehatan*.
- Santoso, i. H. (2019). *Statistik ii (untuk ilmu sosial dan ekonomi)*.
- Sarkim, l., nabuasa, e., & limbu, r. (2010). Perilaku konsumsi mie instan pada mahasiswa undana kupang yang tinggal di kos wilayah nakoten 1. *Jurnal fkn undana*, 05(01).
- Situmorang, m. (2017). Penentuan indeks massa tubuh (imt) melalui pengukuran berat dan tinggi badan berbasis mikrokontroler at89s51 dan pc. *Jurnal teori dan aplikasi fisika*, 03(02), 102–110.
- Sugiono. (2020). Uji validitas dan reliabilitas alat ukur sg posture evaluation. *Jurnal keterampilan fisik*, 5(1), 55–61.
- Syamaun, s. (2019). jurnal at-taujih bimbingan dan konseling islam vol. 2 no. 2 juli - desember 2019. *Jurnal at-taujih bimbingan dan konseling islam*, 2(2), 81–95.
- Teri, & indra. (2021). *Faktor-faktor yang mempengaruhi kinerja sistem informasi akuntansi pada rumah sakit umum daerah kota palopo teri dan indra mulia mujit*.
- Utami, d., & setyarini, g. A. (2017). Faktor-faktor yang mempengaruhi indeks massa tubuh pada remaja usia 15-18 tahun di sman 14 tangerang. *Jurnal ilmu kedokteran dan kesehatan*, 4(3), 207–215.
- Vusvitasari, r., nugroho, s., & akbar, s. (2016). Kajian hubungan koefisien korelasi pearson ( $\rho$ ), spearman-. *Journal statistika*, 41–54.
- Wahyuni, e. T. (2014). Faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku konsumsi mahasiswa fakultas ekonomi universitas pgri yogyakarta. *Universitas pgri yogyakarta*.
- Wida ramdania. (2020). Konsep konsumsi dan kesejahteraan dalam perspektif ekonomi islam. *Iqtisadiya: jurnal ilmu ekonomi islam*, vol. Vii, 93–102.
- Wijaya, g. B. R., muliarta, i. M., & permana, p. (2020). Faktor-faktor yang berpengaruh pada indeks massa tubuh (imt) pada anak sekolah menengah atas (sma) di kecamatan buleleng, bali, indonesia tahun 2016. *Intisari sains*



*medis*, 11(1), 223.

Windi chusniah rachmawati. (2019). *Promosi kesehatan dan ilmu perilaku* (1st ed.). Wineka media.

Workman, i. (2010). *Medical surgical nurshing patient-centered collaborative care* (l. Henderson (ed.); sixth edit). Saunders / elsevier.

Yulianawati, r. (2016). Hubungan pola makan dengan tingkat obesitas pada mahasiswa ilmu keperawatan di universitas 'aisyiyah yogyakarta naskah, *Revista brasileira de ergonomia*, 9(august), 10.

STIKes Santa Elisabeth Medan



# **LAMPIRAN**



## Lampiran I

### *Informed Consent*

#### LEMBAR PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan:

BEREDIA/TIDAK BERSEDIA\*

Menjadi Responden dalam penelitian yang berjudul “Hubungan Antara Perilaku Konsumsi Mie Instan dengan Indeks Masa Tubuh Pada Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan STIKes Santa Elisabeth Medan oleh Martina Susi Tridela. Saya telah mengerti dengan penjelasan terkait tujuan dan manfaat penelitian yang disampaikan oleh peneliti, sehingga keputusan yang saya ambil bebas dari tekanan maupun paksaan dari pihak manapun.

\* Coret Salah Satu

Medan, .....2023

Responden

( )



## Lampiran II

### Kuesioner Penelitian

#### KUESIONER PENELITIAN

#### Identitas Responden:

Inisial :  
Umur :  
Suku :  
Jenis Kelamin :  
Agama :  
TB/BB : .....Cm.....Kg  
Hari/Tanggal :

Saudara cukup memberi tanda check (✓) pada alternatif jawaban yang tersedia, dengan ketentuan sebagai berikut:

**Benar/Setuju/Ya**

**Salah/TidakSetuju/ Tidak**

Atas bantuan dan kerjasamanya diucapkan terimakasih

NO	PERNYATAAN	BENAR	SALAH
1.	Cara mengolah Mie instan yang baik adalah dengan membuang air rebusan pertama.		
2.	Kandungan sodium yang tinggi pada bumbu Mie instan dapat meningkatkan resiko hipertensi.		
3.	Terdapat kandungan lilin pada Mie instan.		
4.	Mie instan mudah pengolahannya dan tidak membutuhkan waktu yang lama.		
5.	Kandungan serat pada Mie instan tinggi.		
6.	Kandungan kalori yang tinggi pada Mie instan dapat menyebabkan kenaikan berat badan bahkan obesitas jika dikonsumsi berlebihan.		
		SETUJU	TIDAK
7.	Jumlah pendapatan tidak menjadi alasan bagi saya untuk memilih Mie instan untuk dikonsumsi		
8.	Saya tertarik mengonsumsi Mie instan karena teman saya juga mengonsumsi Mie instan		



9.	Iklan Mie instan di media massa tidak menjadikan saya tertarik untuk mengonsumsi Mie instan.		
10.	Kemudahan saat mengolah Mie instan merupakan salah satu alasan saya memilih Mie instan untuk saya konsumsi.		
11.	Waktu yang cepat untuk mengolah Mie menjadikan saya memilih Mie instan untuk saya konsumsi.		
		<b>YA</b>	<b>TIDAK</b>
12.	Saya mengonsumsi mie instan karena teman/keluarga saya juga mengonsumsi mie instan.		
13.	Saya tidak menambahkan bahan apapun saat memasak mie instan.		
14.	Saya menambahkan bahan makanan lain seperti sayur dan atau telur saat mengolah mie instan.		
15.	Saya tetap menggunakan air rebusan pertama untuk saya konsumsi.		
16.	Saya memasukan bumbu mie instan saat mie sedang dimasak di atas kompor.		
17.	Saya mengonsumsi mie instan lebih dari satu bungkus (ukuran standar 77 gr) dalam satu kali masak.		
18.	Saya mengonsumsi mie instan >1 kali dalam seminggu.		
19.	Saya mengonsumsi mie instan pada malam hari sebelum tidur.		
20.	Saya mengolah mie instan sesuai dengan waktu yang tertera pada kemasan mie instan.		
21.	Saya menambahkan nasi saat mengonsumsi mie instan.		


(Puspitasari, 2018)





## LAMPIRAN III

### Buku Bimbingan Proposal

  
PRODI NERS

Buku Bimbingan Proposal dan Skripsi Prodi Ners STIKes Santa Elisabeth Medan

**PROPOSAL**




Nama Mahasiswa : Martina Susi Tridela.

NIM : 09200010.

Judul : Hubungan antara perilaku konsumsi mie instant dengan indeks massa tubuh pada Mahasiswa program studi ilmu keperawatan STIKes Santa Elisabeth Medan.

Nama Pembimbing I : Lilis Novitarum, Ns., M.kep

Nama Pembimbing II : Vina Yolanda sari, Ns., M.kep.

NO	HARI/ TANGGAL	PEMBIMBING	PEMBAHASAN	PARAF	
				PEMB I	PEMB II
1	Kamis, 30 Oktober 2021	Lilis Novitarum	Konsultasi judul proposal kepada Dospem I		
2	Jumat, 28 Oktober 2021	Vina Yolanda Sari	Konsultasi judul proposal kepada Dospem II		
3.	Jumat 02 Desember 2021	Vina Yolanda Sari	Konsultasi Bab 1-2		

1



Buku Bimbingan Proposal dan Skripsi Prodi Ners STIKes Santa Elisabeth Medan



NO	HARI/ TANGGAL	PEMBIMBING	PEMBAHASAN	PARAF	
				PEMB I	PEMB II
4	Kamis, 15 Desember 2022	Lilis Novitarum	Konsultasi proposal Bab 1-4		
5	Jumat, 16 Desember 2022	Vita Yolanda Sari	Konsultasi proposal Bab 1-4		
6	Sabtu, 07 Januari 2023	Vita Yolanda Sari	Konsultasi proposal Bab 1-4		
7	Selasa, 11 Januari 2023	Lilis Novitarum	Konsul proposal bab 1-4		
8	12 Januari 2023 Rabu.	Lilis Novitarum	Konsul proposal bab 1-4 dan kuisisioner		
9	Kamis 13 Januari 2023	Lilis Novitarum	Revisi sistematika dan usulan		



Buku Bimbingan Proposal dan Skripsi Prodi Ners STIKes Santa Elisabeth Medan

NO	HARI/ TANGGAL	PEMBIMBING	PEMBAHASAN	PARAF	
				PEMB I	PEMB II
10	Sabtu 21 Januari 2023	Vina Yolanda Sari	Revisi Statistika.		
11	Senin 23 Januari 2023	Vina Yolanda Sari	Revisi statistika.		
12	Selasa 7 Februari 2023	Vina Yolanda Sari	Revisi Defenisi Operasional		
13	Sabtu, 25 Februari 2023	Vina Yolanda Sari	Acc Ujian.		





## REVISI PROPOSAL

Nama Mahasiswa : Martina Susi Tridela  
NIM : 032019010  
Judul : Hubungan Antara Perilaku Konsumsi Mie Instan Dengan Indeks Masa Tubuh Pada Mahasiswa Program Studi Sarjana Keperawatan STIKes Santa Elisabeth Medan Tahun 2023.  
Nama Pembimbing I : Lilis Novitarum, S.Kep., Ns., M. Kep  
Nama Pembimbing II : Vina Yolanda Sari Sigalingging, S. Kep., Ns., M. Kep  
Nama Pembimbing III : Mardiaty Barus, S.Kep., Ns., M. Kep

NO	HARI/ TANGGAL	PEMBIMBING	PEMBAHASAN	PARAF		
				PEMB I	PEMB II	PEMB III
1.	Kamis 16 maret 2023	Vina Y.S Sigalingging, S.kep.,Ns.,M.kep.	1.) tambahan syarat spearman rank. 2.) periksa sistematika Penulisan.			
2.	Jumat 17 maret 2023	Lilis Novitarum, S.kep.,Ns.,M.kep.	1.) Periksa penomoran tabel dan bagian 2.) periksa sistematika Penulisan.			



3.	Jumat., 17 Maret 2023	Mardiaty Batus., Skep.,Ns.,M.kep	Tambahan Syarat Uji rank Spearman dan Anausis.				2/
4.	Senin, 20 Maret 2023	Vina Y.S Sigalingging, Skep Ns., M.kep.	Perbaikan sistematika Penulisan			4/	
5	Lili Novitarum Skep.,Ns.M.kep	Lili's Novitarum S.kep.,Ns.M.kep	Acc jilid			1/	
6.	Selasa, 21 Maret 2023	Vina Y.S Sigalingging, Skep Ns., M.kep.	Acc jilid.			4/	





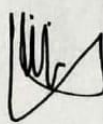
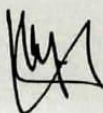
## STIKes Santa Elisabeth Medan

### BIMBINGAN SKRIPSI

Nama Mahasiswa : Martina Susi Tridela  
NIM : 032019010  
Judul : Hubungan Antara Perilaku Konsumsi Mie Instan Dengan Indeks Masa Tubuh Pada Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Stikes Santa Elisabeth Medan Tahun 2023

Nama Pembimbing I : Lilis Novitarum, S.Kep., Ns., M.Kep


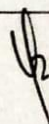
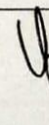

Nama Pembimbing II : Vina Yolanda Sari Sigalingging, S.Kep., Ns., M.Kep

NO	HARI/ TANGGAL	PEMBIMBING	PEMBAHASAN	PARAF	
1.	24 April 2023	Vina Yolanda Sari Sigalingging S.Kep., Ns., M.Kep	1. Master data 2. Hasil spss		
2.	27 April 2023	Vina Yolanda Sari Sigalingging S.Kep., Ns., M.Kep	1. BAB 5		
3.	Sabtu, 29 April 2023	Lilis Novitarum, S.Kep., Ns., M.Kep	1. Memeriksa Master Data 2. Memeriksa Bab 5 3. Memeriksa Hasil Output SPSS		
4.	Rabu, 03 Mei 2023	Lilis Novitarum, S.Kep., Ns., M.Kep	1. Perbaikan Sistematika Penulisan 2. Tambahkan opini mengenai mahasiswa kesehatan,		





## STIKes Santa Elisabeth Medan


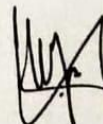
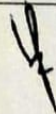
			peralatan memasak mie instan, peraturan asrama.		
5.	08 Mei 2023	Vina Yolanda Sari Sigalingging S.Kep., Ns., M.Kep	Menambahkan Opini mengenai Perilaku Konsumsi yang Terdiri atas pengetahuan, Sikap dan Tindakan.		
6.	10 Mei 2023	Vina Yolanda Sari Sigalingging S.Kep., Ns., M.Kep	Memperbaiki Sistematika Penulisan		
7.	13 Mei 2023	Vina Yolanda Sari Sigalingging S.Kep., Ns., M.Kep	Acc Ujian Skripsi		
8.	13 Mei 2023	Lilis Novitarum, S.Kep., Ns., M.Kep	Acc Ujian Skripsi		



## STIKes Santa Elisabeth Medan

### BIMBINGAN REVISI SKRIPSI

Nama Mahasiswa : Martina Susi Tridela  
NIM : 032019010  
Judul : Hubungan Antara Perilaku Konsumsi Mie Instan Dengan Indeks Masa Tubuh Pada Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Stikes Santa Elisabeth Medan Tahun 2023  
Nama Pembimbing I : Lilis Novitarum, S.Kep., Ns., M.Kep  
Nama Pembimbing II : Vina Yolanda Sari Sigalingging, S.Kep., Ns., M.Kep  
Nama Pembimbing III: Mardiaty Barus, S.Kep., Ns., M.Kep

NO	HARI/ TANGGAL	PEMBIMBING	PEMBAHASAN	PARAF	
1.	16 Mei 2023	Lilis Novitarum, S.Kep., Ns., M.Kep	1. Sistematika Penulisan 2. Abstrak 3. Opini		
2.	17 Mei 2023	Lilis Novitarum, S.Kep., Ns., M.Kep	1. ACC Jilid		
3.	17 Mei 2023	Vina Yolanda Sari Sigalingging S.Kep., Ns., M.Kep	1. ACC Jilid		
4.	19 Mei 2023	Mardiaty Barus S.Kep., Ns., M.Kep	1. Perbaikan Opini 2. ACC Jilid		

CS Dipindai dengan CamScanner






## STIKes Santa Elisabeth Medan

### Lampiran IV

### Permohonan Pengambilan Data Awal Penelitian

 **SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN (STIKes)  
SANTA ELISABETH MEDAN**  
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, 15 Desember 2022

Nomor : 1891/STIKes/Ners-Penelitian/XII/2022  
Lamp. :  
Hal : Permohonan Pengambilan Data Awal Penelitian


Kepada Yth.:  
Lindawati Farida Tampubolon, S.Kep., Ns., M.Kep  
Kaprodi Ners STIKes Santa Elisabeth Medan  
di-  
Tempat.

Dengan hormat,

Dalam rangka penyelesaian studi pada Program Studi SI Ilmu Keperawatan STIKes Santa Elisabeth Medan, maka dengan ini kami mohon kesediaan Ibu untuk memberikan ijin pengambilan data awal.

Adapun nama mahasiswa dan judul proposal Terlampir:

Demikian hal ini kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasama yang baik kami ucapkan terimakasih.

Hormat kami  
  
Mediana Br Karo, M.Kep., DNSc  
Ketua

Tembusan:  
1. Mahasiswa yang bersangkutan  
2. Arsip



## STIKes Santa Elisabeth Medan

Lampiran Surat Nomor : 1891/STIKes/Ners-Penelitian/XII/2022

Lampiran Daftar Nama Mahasiswa Yang Akan Melakukan Pengambilan Data Awal Penelitian di  
STIKes Santa Elisabeth Medan

NO	NAMA	NIM	JUDUL PROPOSAL
1.	Zaitun Martseba Siringo ringo	032019050	Hubungan Self- concept dengan perilaku konsumtif pada Mahasiswa Ners Tingkat IV Di STiKes Santa Elisabeth Medan tahun 2023
2.	Miltri Januarti Munthe	032019037	Hubungan Self Management dengan Minat Belajar Mahasiswa Prodi Ners Tingkat III di STIKes Santa Elisabeth Medan Tahun 2023
3.	Martina Susi Trideia	032019010	Hubungan Antara Perilaku Konsumsi Mi Instan Dengan Indeks Masa Tubuh Pada Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Stikes Santa Elisabeth Medan
4.	Susta Maria Silalahi	032019002	Analisis Pemahaman Caring Code pada Mahasiswa Tingkat III di Prodi Ners Stikes Santa Elisabeth Medan Tahun 2023.
5.	Elisa Sinaga	032019021	Hubungan Dukungan Sosial dengan Adaptasi Akademik Pada Mahasiswa Tingkat I di Prodi Ners Stikes Santa Elisabeth Medan Tahun 2023.



Elisabeth Medan

Mestiana Br Karo, M.Kep., DNSc  
Ketua






## STIKes Santa Elisabeth Medan

### Lampiran V

### Balasan Surat Izin Pengambilan Data Awal

 **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, 16 Desember 2022

No : 181/Ners-Penelitian/XII/2022  
Lampiran : -  
Hal : Permohonan Pengambilan Data Awal

Kepada Yth:  
Ketua STIKes Santa Elisabeth Medan  
Di  
Tempat


Dengan Hormat,

Sehubungan dengan surat STIKes dengan No. 1891/STIKes/Ners-Penelitian/XII/2022 tentang permohonan pengambilan data awal penelitian, maka Prodi Ners mengijinkan proses pengambilan data awal tersebut guna kepentingan penelitian bagi mahasiswa dibawah ini:

NO	NAMA	NIM	JUDUL PROPOSAL
1.	Zaitun Martseba Siringo ringo	032019050	Hubungan Self- Concept dengan Perilaku Konsumtif Pada Mahasiswa Ners Tingkat IV Di STiKes Santa Elisabeth Medan tahun 2023
2.	Miltri Januarti Munthe	032019037	Hubungan Self Management Dengan Minat Belajar Mahasiswa Prodi Ners Tingkat III di STIKes Santa Elisabeth Medan Tahun 2023
3.	Martina Susi Tridela	032019010	Hubungan Antara Perilaku Konsumsi Mie Instan Dengan Indeks Masa Tubuh Pada Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Stikes Santa Elisabeth Medan
4.	Susta Maria Silalahi	032019002	Analisis Pemahaman Caring Code pada Mahasiswa Tingkat III di Prodi Ners Stikes Santa Elisabeth Medan Tahun 2023.
5.	Elisa Sinaga	032019021	Hubungan Dukungan Sosial dengan Adaptasi Akademik Pada Mahasiswa Tingkat 1 di Prodi Ners Stikes Santa Elisabeth Medan Tahun 2023.

Demikian surat pemberitahuan ini kami buat, atas kerjasama yang baik kami ucapkan terimakasih kami.

Hormat kami,  
Ketua Prodi Ners  
STIKes Santa Elisabeth Medan

  
**Lindawati F. Tampubolon, S.Kep., Ns., M.Kep**



## Lampiran VI Usulan Judul Skripsi

### USULAN JUDUL SKRIPSI DAN TIM PEMBIMBING

1. Nama Mahasiswa : Martina Susi Tridela
2. NIM : 032019610.
3. Program Studi : Ners Tahap Akademik STIKes Santa Elisabeth Medan
4. Judul : Hubungan Antara Perilaku Konsumsi Mi Instan Dengan Indeks Masa Tubuh Pada Mahasiswa Program studi ilmu Keperawatan STIKes Santa Elisabeth Medan.
5. Tim Pembimbing :

Jabatan	Nama	Kesediaan
Pembimbing I	Lilis Novitanum, Ns., M.kep	
Pembimbing II	Nina Yolanda Sari, Ns., M.kep.	

### 6. Rekomendasi :

- a. Dapat diterima Judul Hubungan Antara Perilaku Konsumsi Mi Instan Dengan Indeks Masa Tubuh Pada Mahasiswa Keperawatan STIKes Santa Elisabeth Medan.  
yang tercantum dalam usulan judul Skripsi di atas
- b. Lokasi Penelitian dapat diterima atau dapat diganti dengan pertimbangan obyektif
- c. Judul dapat disempurnakan berdasarkan pertimbangan ilmiah
- d. Tim Pembimbing dan Mahasiswa diwajibkan menggunakan Buku Panduan Penulisan Proposal Penelitian dan Skripsi, dan ketentuan khusus tentang Skripsi yang terlampir dalam surat ini

Medan, 02 Desember 2022...

Ketua Program Studi Ners

Lindawati Farida Tampubolon, S.Kep.,Ns.,M.Kep





### Lampiran VII Pengajuan Judul Proposal

**PENGAJUAN JUDUL PROPOSAL**

JUDUL PROPOSAL : Hubungan Antara Penilaku Konsumsi Mi Instan Dengan Indeks Masa Tubuh Pada Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan STIKes Santa Elisabeth Medan.

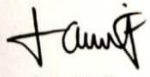
Nama mahasiswa : Martina Susi Tridela

N.I.M : 032019010

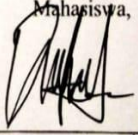
Program Studi : Ners Tahap Akademik STIKes Santa Elisabeth Medan

Menyetujui,  
Ketua Program Studi Ners


  
Lindawati Farida Tampubolon,  
S.Kep.,Ns.,M.Kep

Medan, 02 Desember 2022.

Mahasiswa,  
  
Martina susi Tridela



## Lampiran VIII Keterangan Layak Etik

 **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

KEPK

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

**KETERANGAN LAYAK ETIK**  
DESCRIPTION OF ETHICAL EXEMPTION  
"ETHICAL EXEMPTION"  
No. 037/KEPK-SE/PE-DT/III/2023

Protokol penelitian yang diusulkan oleh:  
*The research protocol proposed by*

Peneliti Utama : Martina Susi Tridela  
*Principal In Investigator*

Nama Institusi : STIKes Santa Elisabeth Medan  
*Name of the Institution*

Dengan Judul:  
*Title*


**"Hubungan Antara Perilaku Konsumsi Mie Instan Dengan Indeks Masa Tubuh Pada Mahasiswa Program Studi Sarjana Keperawatan STIKes Santa Elisabeth Medan Tahun 2023"**

Dinyatakan layak etik sesuai 7 (tujuh) Standar WHO 2011, yaitu 1) Nilai Sosial, 2) Nilai Ilmiah, 3) Pemerataan Beban dan Manfaat, 4) Risiko, 5) Bujukan/Eksploitasi, 6) Kerahasiaan dan Privacy, dan 7) Persetujuan Setelah Penjelasan, yang merujuk pada Pedoman CIOMS 2016. Hal iniseperti 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 28 Maret 2023 sampai dengan tanggal 28 Maret 2024.  
*This declaration of ethics applies during the period March 28, 2023 until March 28, 2024.*

March 28, 2023  
Chairperson,


  
Mestiana Br. Kade, M.Kep. DNSc.





## STIKes Santa Elisabeth Medan

### Lampiran IX Permohonan Ijin Penelitian

 **SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN (STIKes)  
SANTA ELISABETH MEDAN**  
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 Maret 2023

Nomor : 436/STIKes/Ners-Penelitian/III/2023  
Lamp. : -  
Hal : Permohonan Ijin Penelitian

Kepada Yth. :  
Lindawati Farida Tampubolon, S.Kep., Ns., M.Kep  
Kaprosdi Ners STIKes Santa Elisabeth Medan  
di-  
Tempat


Dengan hormat,

Sehubungan dengan penyelesaian studi pada Prodi S1 Ilmu Keperawatan STIKes Santa Elisabeth Medan, melalui surat ini kami mohon kesediaan Ibu untuk memberikan ijin penelitian bagi mahasiswa tersebut di bawah ini, yaitu:

NO	N A M A	NIM	JUDUL PROPOSAL
1.	Zaitun Martseba Siringo ringo	032019050	Hubungan <i>Self Concept</i> Dengan Perilaku Konsumtif Pada Mahasiswi Ners Tingkat II Di STIKes Santa Elisabeth Medan Tahun 2023
2.	Martina Susi Tridela	032019010	Hubungan Antara Perilaku Konsumsi Mie Instan Dengan Indeks Masa Tubuh Pada Mahasiswa Program Studi Sarjana Keperawatan STIKes Santa Elisabeth Medan Tahun 2023
3.	Miltri Januarti Munthe	032019037	Hubungan <i>Self Management</i> Dengan Minat Belajar Mahasiswa Prodi Ners Tingkat III Di STIKes Santa Elisabeth Medan Tahun 2023
4.	Elisa Sinaga	032019021	Gambaran Dukungan Sosial dan Adaptasi Akademik Pada Mahasiswa Tingkat I Di Prodi Ners STIKes Santa Elisabeth Medan Tahun 2023
5.	Morris Eduardy Tamba	032019057	Hubungan <i>Self Regulated Learning</i> dengan Motivasi Belajar Pada Mahasiswa Ners Tingkat I Di STIKes Santa Elisabeth Medan Tahun 2023

Demikian hal ini kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasama yang baik kami ucapkan terimakasih.

Hormat kami,  
STIKes Santa Elisabeth Medan

  
Masakana B. Kuro, M.Kep., DNSe  
Ketua

Tembusan:  
1. Mahasiswa yang bersangkutan  
2. Arsip



## STIKes Santa Elisabeth Medan

### Lampiran X Persetujuan Ijin Penelitian



### 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, 29 Maret 2023

No. : 008/Ners-Penelitian/Mhs/III/2023  
Lampiran : -  
Hal : Persetujuan Ijin Penelitian

Kepada Yth. :  
Ketua STIKes Santa Elisabeth Medan  
di  
**Tempat**

Dengan hormat,

Sehubungan dengan surat STIKes dengan No. 436/STIKes/Ners-Penelitian/III/2023 tentang permohonan pengambilan ijin penelitian, maka Prodi Ners memberikan persetujuan ijin penelitian tersebut guna kepentingan penelitian bagi mahasiswa dibawah ini:

NO.	NAMA	NIM	JUDUL PROPOSAL
1.	Zaitun Matserba Siringo ringo	032019050	Hubungan <i>Self Concept</i> Dengan Perilaku Komsuntif Pada Mahasiswa Ners Tingkat II Di STIKes Santa Elisabeth Medan Tahun 2023
2.	Martina Susi Tridela	032019010	Hubungan Antara Perilaku Konsumsi Mie Instan Dengan Indeks Masa Tubuh Pada Mahasiswa Program Studi Sarjana Keperawatan STIKes Santa Elisabeth Medan Tahun 2023
3.	Miltri Januarti Munthe	032019037	Hubungan <i>Self Management</i> Dengan Minat Belajar Mahasiswa Prodi Ners Tingkat III di STIKes Santa Elisabeth Medan Tahun 2023
4.	Elisa Sinaga	032019021	Gambaran Dukungan Sosial dan Adaptasi Akademik pada Mahasiswa Tingkat I di Prodi Ners STIKes Santa Elisabeth Medan Tahun 2023
5.	Morris Eduardy Tambar	032019057	Hubungan <i>Self Regulated Learning</i> Dengan Motivasi Belajar Pada Mahasiswa Ners Tingkat I di STIKes Santa Elisabeth Medan Tahun 2023

Demikian surat pemberitahuan ini kami buat, atas perhatian dan kerjasama yang baik kami sampaikan terima kasih.

Hormat Kami,  
Ketua Program Studi Ners  
STIKes Santa Elisabeth Medan

  
**Lindawati F. Tampubolon, S.Kep., Ns., M.Kep**





## STIKes Santa Elisabeth Medan

### Lampiran XI Surat Selesai Penelitian



### 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

PRODI NERS

Medan, 22 Mei 2023

No. : 088/Ners/STIKes/V/2023  
Lampiran : -  
Hal : Pemberitahuan Selesai Penelitian

Kepada Yth. :  
Ketua STIKes Santa Elisabeth Medan  
di

#### Tempat

Dengan hormat,

Sehubungan dengan surat STIKes dengan No. 436/STIKes/Ners-Penelitian/III/2023, maka Prodi Ners menginformasikan bahwa penelitian telah selesai dilaksanakan tanggal 6 Mei 2023 oleh mahasiswa berikut:

NO.	NAMA	NIM	JUDUL
1.	Martina Susi Tridela	032019010	Hubungan Antara Perilaku Konsumsi Mie Instan Dengan Indeks Masa Tubuh Pada Mahasiswa Program Studi Sarjana Keperawatan STIKes Santa Elisabeth Medan Tahun 2023

Demikian surat pemberitahuan ini kami buat, atas perhatian dan kerjasama yang baik kami sampaikan terima kasih.



Lindawati F. Tampubolon, Ns., M.Kep



**Lampiran XII  
Dokumentasi**





STIKes Santa Elisabeth Medan