

LAMPIRAN

Lampiran 1. Lembar Persetujuan Menjadi Responden

LEMBAR PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama :

Jenis kelamin :

Usia :

Menyatakan bersedia menjadi responden pada penelitian ini. Saya mengerti bahwa saya menjadi bagian dari penelitian yang berjudul “Gambaran Persepsi *Body Image* Dan Perilaku Makan Pada Remaja Di Asmaranur *Modelling School* Pekanbaru Pada Masa Pandemi *Covid-19*”.

Saya menyadari bahwa partisipasi atau penolakan ini tidak merugikan saya dan saya mengerti bahwa tujuan dari penelitian ini akan bermanfaat bagi saya maupun bagi dunia kesehatan. Demikian secara sukarela dan tidak ada unsur paksaan dari siapapun, saya bersedia untuk berperan serta dalam penelitian ini.

Pekanbaru, Februari 2022

Responden

(.....)

Lampiran 2. Kuesioner penelitian

KUESIONER PENELITIAN
GAMBARAN PERSEPSI *BODY IMAGE* DAN PERILAKU MAKAN PADA
REMAJA DI ASMARANUR *MODELLING SCHOOL* PEKANBARU PADA
MASA PANDEMI COVID-19

Nama :
 Jenis kelamin :
 Usia :

A. Persepsi *Body Image*

Kami ingin mengetahui bagaimana perasaan Anda mengenai penampilan Anda selama EMPAT MINGGU TERAKHIR. Silakan baca setiap pertanyaan dan pilihlah nomor yang sesuai dan jawab semua pertanyaan tanpa tekecuali.

Keterangan :

1 : Tidak pernah 2 : Jarang 3 : Kadang
 4 : Sering 5 : Sangat Sering 6 : Selalu

No	Pertanyaan	Pilihan Jawaban					
		1	2	3	4	5	6
1	Pernahkah anda merasa khawatir tentang bentuk tubuh anda, sehingga anda merasa harus berdiet?	1	2	3	4	5	6
2	Pernahkah anda merasa takut kalau tubuh anda menjadi gemuk atau lebih gemuk?	1	2	3	4	5	6
3	Pernahkah anda memutuskan untuk tidak bergaul atau bersosialisasi hanya karna anda merasa tidak puas dengan bentuk tubuh anda?	1	2	3	4	5	6
4	Pernahkah anda merasa ketika anda tidak berpakaian, misalnya sewaktu mandi, membuat anda merasa gemuk?	1	2	3	4	5	6
5	Pernahkah perasaan kenyang (misalnya setelah makan hidangan yang banyak) membuat anda merasa gemuk?	1	2	3	4	5	6
6	Pernahkah anda berfikir ingin membuang bagian tubuh yang anda rasa berlebihan?	1	2	3	4	5	6
7	Pernahkah anda merasa takut kalau tubuhmu menjadi gemuk?	1	2	3	4	5	6
8	Pernahkah anda merasa khawatir bila tubuh anda menjadi kendur atau tidak langsing?	1	2	3	4	5	6

Tabel Persepsi *Body Image* (lanjutan)

No	Pertanyaan	Pilihan Jawaban					
		1	2	3	4	5	6
9	Pernahkah merasa akan menjadi gemuk padahal laki itu Anda hanya makan sedikit?	1	2	3	4	5	6
10	Pernahkah anda merasa tidak puas dengan bentuk tubuh anda ketika melihat bentuk tubuh orang lain?	1	2	3	4	5	6
11	Pernahkah konsentrasi anda terganggu dalam melakukan aktivitas karena fikiran anda tentang bentuk tubuh anda?	1	2	3	4	5	6
12	Pernahkah Anda teringat bentuk tubuh anda (baik atau buruk) ketika Anda dalam sekelompok orang?	1	2	3	4	5	6
13	Pernahkah anda menghindari situasi dimana orang lain dapat dengan jelas melihat bentuk tubuh Anda (misalnya di ruang ganti, kolam renang, dll)?	1	2	3	4	5	6
14	Pernahkah anda merasa tidak percaya diri ketika berada bersama dengan orang yang langsing?	1	2	3	4	5	6
15	Pernahkah anda merasa kegemukan sewaktu Anda dalam keadaan kenyang?	1	2	3	4	5	6
16	Pernahkah anda merasa khawatir ketika orang lain memperhatikan lipatan lemak pada area perut atau pinggang anda?	1	2	3	4	5	6
17	Pernahkah saat makan makanan yang manis, kue, atau berkalori tinggi lainnya membuat Anda merasa gemuk?	1	2	3	4	5	6
18	Pernahkah Anda memutuskan untuk tidak bergaul atau bersosialisasi (misalnya, ke pesta) karena Anda merasa begitu buruk dengan bentuk tubuh Anda?	1	2	3	4	5	6
19	Pernahkah Anda merasa terlalu besar dan bulat?	1	2	3	4	5	6
20	Pernahkah Anda merasa malu akan bentuk tubuh Anda?	1	2	3	4	5	6
21	Pernahkah kerisauan akan tubuh Anda membuat Anda mengatur pola makan (diet)?	1	2	3	4	5	6
22	Pernahkah Anda merasa sangat senang tentang tubuh Anda ketika perut Anda sedang kosong (misalnya, saat pagi hari)?	1	2	3	4	5	6
23	Pernahkah Anda berpikir bahwa bentuk tubuh Anda sekarang karena Anda kurang mengendalikan diri?	1	2	3	4	5	6
24	Pernahkah Anda merasa risau bila orang lain melihat lipatan -lipatan lemak di sekitar perut dan pinggang Anda?	1	2	3	4	5	6
25	Pernahkah Anda merasa tidak adil bahwa perempuan lain lebih kurus dari Anda?	1	2	3	4	5	6
26	Pernahkah Anda berusaha untuk muntah agar merasa lebih kurus?	1	2	3	4	5	6
27	Saat bersama orang lain, pernahkah Anda merasa risau karena mengambil terlalu banyak ruang (misalnya, saat duduk di sofa atau kursi bus)?	1	2	3	4	5	6

Tabel Persepsi *Body Image* (lanjutan)

No	Pertanyaan	Pilihan Jawaban					
28	Pernakah Anda merasa risau bila badan Anda menjadi berlekuk-lekuk karena lipatan lemak?	1	2	3	4	5	6
29	Pernakah dengan melihat pantulan diri Anda (misalnya, di cermin atau jendela etalase toko) membuat Anda merasa buruk tentang tubuh Anda?	1	2	3	4	5	6
30	Pernakah Anda mencubit beberapa bagian tubuh Anda untuk mengetahui seberapa banyak timbunan lemak Anda?	1	2	3	4	5	6
31	Pernakah Anda menghindari situasi dimana orang lain dapat melihat tubuh Anda (misalnya, di ruang ganti umum atau ruang mandi kolam renang)?	1	2	3	4	5	6
32	Pernakah Anda menggunakan obat pencahar (laksatif) agar merasa lebih kurus?	1	2	3	4	5	6
33	Pernakah Anda menyadari bentuk tubuh Anda saat berada di kerumunan orang?	1	2	3	4	5	6
34	Pernakah Anda merasa risau dengan bentuk tubuh Anda sehingga Anda merasa ingin berolahraga?	1	2	3	4	5	6

Sumber: Sitepu (2020).

B. Perilaku Makan

Berilah tanda ceklis (√) pada pilihan jawaban yang menurut anda paling sesuai dengan kebiasaan yang sering anda lakukan.

No	Pertanyaan	Jawaban
1.	Jika saya makan siang diluar rumah, saya sering memilih makanan yang rendah lemak. Seperti sayur, buah, dll	a. Ya b. Tidak c. Saya tidak pernah makan siang diluar rumah
2.	Saya biasanya menghindari makan makanan yang digoreng	a. Ya b. Tidak
3.	Saya biasanya makan makanan penutup jika memang tersedia	a. Ya b. Tidak
4.	Saya pasti makan buah minimal satu porsi setiap hari	a. Ya b. Tidak
5.	Saya menjaga jumlah asupan lemak agar tetap rendah	a. Ya b. Tidak
6.	Jika saya membeli camilan sejenis keripik, <i>potato chips</i> atau chiki, saya sering memilih yang kadar lemaknya rendah	a. Ya b. Tidak c. Saya tidak pernah membeli camilan sejenis keripik, <i>potato chips</i> atau chiki
7.	Saya menghindari terlalu banyak makanan <i>fast food</i>	a. Ya b. Tidak c. Saya tidak pernah makan <i>fast food</i>
8.	Saya sering membeli <i>pastry</i> (roti) atau <i>cake</i>	a. Ya b. Tidak
9.	Saya menjaga asupan gula agar tetap dalam batas rendah	a. Ya b. Tidak
10.	Saya pasti makan minimal satu porsi sayuran dalam sehari	a. Ya b. Tidak
11.	Jika saya makan dessert atau makanan penutup di rumah, saya mencoba makan yang rendah lemak seperti buah, sayur, dll	a. Ya b. Tidak c. Saya tidak makan dessert atau makanan penutup
12.	Saya jarang membeli makanan dari luar	a. Ya b. Tidak
13.	Saya mencoba banyak makan buah dan sayur	a. Ya b. Tidak
14.	Saya sering makan makanan ringan yang manis sebagai makanan selingan (cemilan)	a. Ya b. Tidak
15.	Biasanya saya makan minimal satu porsi sayur (kecuali kentang) pada makan malam saya	a. Ya b. Tidak
16.	Ketika saya membeli <i>soft drink</i> (minuman ringan) biasanya saya memilih yang rendah kalori	a. Ya b. Tidak

Tabel Perilaku Makan (lanjutan)

17.	Ketika saya mengoleskan mentega atau	a. Ya
-----	--------------------------------------	-------

	margarin pada roti, biasanya saya mengoleskannya dengan tipis	b. Tidak c. Saya tidak pernah memakai margarin atau mentega dalam roti
18.	Jika saya membawa bekal makan siang, biasanya saya menambahkan beberapa coklat dan atau biskuit	a. Ya b. Tidak c. Saya tidak pernah membawa bekal makan siang
19.	Ketika saya makan cemilan atau makanan ringan sebelum makan, saya sering memilih buah sebagai camilannya	a. Ya b. Tidak c. Saya tidak pernah makan camilan sebelum makan
20.	20 Saat makan di restoran saya cenderung memilih makanan penutup yang paling sehat	a. Ya b. Tidak c. Saya tidak pernah makan makanan penutup di restoran
21.	Saya sering menambahkan krim pada makanan penutup (dessert) atau minuman	a. Ya b. Tidak c. Saya tidak pernah makan dessert
22.	Saya makan minimal tiga porsi buah hampir setiap hari	a. Ya b. Tidak
23.	Saya sering kali mencoba pola makan sehat	a. Ya b. Tidak

Lampiran 3. Master Tabel Penelitian

No	Nama	Jenis Kelamin	Usia	Persepsi <i>Body Image</i>		Perilaku Makan	
				Skor	Kategori	Skor	Kategori

1	Pr	Perempuan	20	65	Negatif	3	Tidak Baik
2	Kl	Perempuan	17	153	Negatif	12	Baik
3	Ri	Laki-Laki	21	48	Positif	5	Tidak Baik
4	Fwg	Perempuan	17	55	Positif	14	Baik
5	Df	Laki-Laki	22	90	Negatif	15	Baik
6	Cra	Laki-Laki	19	82	Negatif	15	Baik
7	H	Laki-Laki	19	100	Negatif	18	Baik
8	Sa	Perempuan	18	38	Positif	10	Tidak Baik
9	Vm	Perempuan	18	94	Negatif	8	Tidak Baik
10	Pm	Perempuan	19	119	Negatif	14	Baik
11	Ma	Perempuan	22	96	Negatif	18	Baik
12	Z	Laki-Laki	21	102	Negatif	19	Baik
13	Tm	Perempuan	19	128	Negatif	14	Baik
14	Si	Perempuan	18	128	Negatif	9	Tidak Baik
15	Sh	Laki-Laki	20	40	Positif	16	Baik
16	Nnt	Perempuan	19	107	Negatif	16	Baik
17	Jk	Laki-Laki	17	63	Negatif	5	Tidak Baik
18	Ap	Laki-Laki	19	86	Negatif	5	Tidak Baik

Keterangan:

1. Persepsi *body image*
 - a. Skor <62 : Persepsi *body image* positif
 - b. Skor >62 : Persepsi *body image* negatif
2. Perilaku makan
 - a. Skor >11,5 : Perilaku makan baik
 - b. Skor <11,5 : Perilaku makan tidak baik

Lampiran 4. Master tabel persepsi *body image*

No	Nama	Jenis Kelamin	Usia	Soal persepsi <i>body image</i>																																		Skor	Hasil
				1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34		
1	PR	perempuan	20	3	3	1	1	6	1	2	1	2	1	1	4	3	1	5	1	1	1	1	2	1	3	2	2	1	1	1	2	2	2	2	1	2	2	65	negatif
2	KL	perempuan	17	2	6	6	6	4	6	4	1	3	4	1	4	5	3	6	6	5	4	6	4	6	2	6	6	6	3	6	6	6	5	4	1	4	6	153	negatif
3	RI	laki-laki	21	3	1	1	3	1	1	1	1	1	1	1	3	3	1	1	1	1	1	1	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	3	48	positif
4	FWG	perempuan	17	2	1	3	2	1	2	1	1	2	3	1	2	1	2	1	1	2	1	1	1	1	4	2	1	1	1	1	3	1	4	1	1	1	2	55	positif
5	DF	laki-laki	22	3	4	3	4	4	5	1	1	1	1	3	1	4	2	4	3	5	1	1	3	3	2	4	3	1	1	1	3	3	4	1	3	4	90	negatif	
6	CRA	laki-laki	19	2	3	4	3	3	4	2	3	4	4	3	2	1	3	4	3	3	1	1	1	1	3	2	3	1	1	1	2	3	3	3	1	1	3	82	negatif
7	H	laki-laki	19	3	3	4	2	4	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3	2	4	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	100	negatif
8	SA	perempuan	18	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	38	positif
9	VM	perempuan	18	3	3	6	5	4	4	3	4	2	2	2	4	1	2	4	6	3	1	3	3	2	2	2	4	1	1	1	3	1	4	3	1	1	3	94	negatif
10	PM	perempuan	19	2	3	2	3	2	3	3	4	5	4	3	4	3	3	3	5	2	4	3	3	4	6	5	5	3	4	3	4	3	3	3	3	4	5	119	negatif
11	MA	perempuan	22	4	2	2	2	2	2	1	2	3	2	3	3	2	3	4	4	4	2	3	3	2	4	2	4	1	2	4	3	3	3	3	4	3	5	96	negatif
12	Z	laki-laki	21	3	4	2	2	3	2	1	2	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	2	3	4	3	3	4	4	1	2	3	3	4	3	3	4	6	102	negatif
13	TM	perempuan	19	4	4	4	3	3	3	2	2	5	4	4	4	4	4	5	5	4	3	4	4	3	4	4	3	4	1	3	4	5	5	4	3	4	6	128	negatif
14	SI	perempuan	18	4	3	4	4	3	4	2	3	5	4	4	6	3	5	5	6	4	2	4	4	4	3	3	4	4	1	3	4	3	5	4	1	4	6	128	negatif
15	SH	laki-laki	20	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	2	40	positif
16	NNT	perempuan	19	2	1	3	2	4	3	3	3	5	4	3	4	5	4	3	2	3	4	2	3	3	3	2	3	4	3	2	3	4	2	4	1	5	5	107	negatif
17	JK	laki-laki	17	2	1	2	3	2	2	1	1	1	2	2	2	2	1	1	1	1	1	2	1	2	1	1	3	4	3	2	4	2	2	1	2	3	2	63	negatif
18	AP	laki-laki	19	2	2	1	3	3	2	1	1	3	2	2	3	3	4	4	3	4	3	2	2	2	4	2	2	3	1	2	1	2	4	3	1	4	5	86	negatif

Keterangan :

a. Pilihan jawaban

1 : Tidak pernah 2 : Jarang 3 : Kadang

4 : Sering 5 : Sangat Sering 6 : Selalu

b. Skor persepsi *body image*

1. Skor ≥ 62 : *body image* negatif

2. Skor < 62 : *body image* Positif

Lampiran 5. Master tabel perilaku makan

No	nama	jenis kelamin	usia	Soal Perilaku Makan																							skor	hasil	
				1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23			
1	PR	perempuan	20	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	tidak baik	
2	KL	perempuan	17	2	2	2	2	1	1	2	2	2	1	1	2	1	1	2	2	1	2	1	2	2	2	1	12	baik	
3	RI	laki-laki	21	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	3	3	3	3	3	3	2	1	5	tidak baik
4	FWG	perempuan	17	3	1	1	2	1	2	1	2	1	2	1	1	1	2	2	2	1	2	1	2	2	2	1	14	baik	
5	DF	laki-laki	22	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	1	1	3	1	1	2	2	1	15	baik		
6	CRA	laki-laki	19	2	1	1	1	1	1	1	2	1	1	2	1	1	1	2	1	1	3	1	1	3	2	1	15	baik	
7	H	laki-laki	19	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	2	1	1	1	1	2	18	baik	
8	SA	perempuan	18	2	2	1	1	2	1	2	1	2	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	2	1	2	1	10	tidak baik	
9	VM	perempuan	18	2	1	2	2	2	2	2	1	2	2	1	2	1	2	1	2	2	1	2	2	2	2	1	8	tidak baik	
10	PM	perempuan	19	1	1	2	1	1	1	2	1	1	1	3	1	1	1	1	2	3	2	2	1	1	2	1	14	baik	
11	MA	perempuan	22	1	1	2	1	1	1	1	2	1	1	1	2	1	1	2	1	3	2	1	1	1	1	1	18	baik	
12	Z	laki-laki	21	1	1	2	1	1	2	1	1	1	1	3	1	1	2	1	1	3	2	1	1	2	1	1	19	baik	
13	TM	perempuan	19	2	1	2	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	2	1	3	3	1	3	1	1	1	14	baik	
14	SI	perempuan	18	1	1	2	1	2	2	2	1	2	1	2	2	1	1	1	2	2	1	2	2	1	2	1	9	tidak baik	
15	SH	laki-laki	20	1	2	2	1	2	1	1	1	1	1	3	1	1	2	1	1	3	2	3	3	2	1	1	16	baik	
16	NNT	perempuan	19	3	1	1	1	2	2	1	2	1	1	2	1	1	2	1	1	1	2	1	1	1	2	1	16	baik	
17	JK	laki-laki	17	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	3	2	2	1	1	2	2	3	2	3	1	2	1	5	tidak baik	
18	AP	laki-laki	19	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	3	1	1	1	2	2	2	3	2	2	1	2	2	5	tidak baik	

Keterangan:

- a. Pilihan jawaban perilaku makan
 1. Ya
 2. Tidak
 3. Tidak pernah
- b. Skor perilaku makan
 1. $\geq 11,5$ = Perilaku Makan Baik
 2. $< 11,5$ = Perilaku Makan Tidak Baik

Lampiran 6. Output perhitungan spss

Umur Responden					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	17	3	15.8	16.7	16.7
	18	3	15.8	16.7	33.3
	19	6	31.6	33.3	66.7
	20	2	10.5	11.1	77.8
	21	2	10.5	11.1	88.9
	22	2	10.5	11.1	100.0
Total		18	100.0	100.0	


Hasil Persepsi <i>Body Image</i>					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	positif	4	22,3	22,3	22.3
	negatif	14	77,7	77,7	100.0
Total		18	100.0	100.0	


Hasil Perilaku Makan					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	baik	11	61,1	61,1	61,1
	tidak baik	7	38,9	38,9	100.0
Total		18	100.0	100.0	

Hasil persepsi body image * perilaku makan crosstabulation
count

Variabel		Perilaku makan				Total	
		Baik		Tidak baik			
		n	%	n	%	n	%
Persepsi <i>body image</i>	Positif	2	50,0	2	50,0	4	100
	Negatif	9	64,2	5	35,8	14	100
Total		11	61,1	7	38,9	18	100

Lampiran 7. Surat Izin Penelitian


KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
DIREKTORAT JENDERAL TENAGA KESEHATAN
POLTEKES KEMENKES RIAU
 Jl. Melur Nomor 103, Kel. Harjosari, Kec. Sukajadi Kota Pekanbaru 28122
 Telepon : (0761) 36581 Fax : (0761) 20656
 Email : poltekkespekanbaru@yahoo.co.id , pkr@pkr.ac.id Website : www.pkr.ac.id




Nomor : KH.03.01/1.1/ *DyT* /2022 14 April 2022
 Lampiran : 1 (satu) lembar
 Hal : Permohonan Izin Penelitian

Yth,
 Kepala Asmaranur Modelling School
 di Pekanbaru

Bersama ini kami sampaikan kepada Bapak/Ibu bahwa mahasiswa/i Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Riau Tahun Akademik 2021/2022 diwajibkan untuk membuat Karya Tulis Ilmiah yang merupakan salah satu persyaratan untuk menyelesaikan Pendidikan Diploma III Gizi.

Sehubungan dengan hal tersebut di atas, kami meminta bantuan Bapak/Ibu agar kiranya dapat memberikan Izin dan memfasilitasi kegiatan mahasiswa/i yang tersebut dalam lampiran surat ini supaya dapat melakukan pengumpulan data penelitiannya.

Demikianlah disampaikan atas perhatian dan kerjasamanya diucapkan terima kasih.


Alkausyiah Aziz, SKM, M.Kes
 107252000031001

Lampiran 8. Dokumentasi kegiatan

