

Lampiran 1. Surat Permohonan Menjadi Responden

PERMOHONAN MENJADI RESPONDEN PENELITIAN

Yth. Saudara/i
Di Tempat

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Nila Ijma Septiana
NIM : 405150053
Instansi : Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara

Sehubungan dengan akan dilaksanakannya penelitian yang berjudul “Pengaruh Perilaku Makan dan Tingkat Kepuasan *Body Image* terhadap Status Gizi pada Pelajar Kelas 8 dan 9 di MTs Da’il Khairaat Kalideres Januari 2018”, maka peneliti mengharapkan kesediaan saudara/i untuk dapat turut berpartisipasi dan bersedia menjadi responden penelitian. Segala bentuk informasi yang diberikan dalam proses penelitian akan dijaga kerahasiannya. Responden tidak akan dibebankan biaya apapun selama penelitian. Hasil penelitian hanya digunakan untuk kepentingan akademik.

Demikian surat permohonan ini saya buat dengan sebenar-benarnya. Atas perhatian saudara/i saya ucapkan terima kasih.

Hormat saya,

Nilia Ijma Septiana

Lampiran 2. Surat Pernyataan Kesediaan Menjadi Responden

PERNYATAAN KESEDIAAN MENJADI RESPONDEN PENELITIAN

(Informed Consent)

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama :
Kelas :
Tanggal Lahir :
Usia : Tahun Bulan
Nomor Handphone :

Dengan ini saya menyatakan bersedia menjadi responden penelitian tanpa paksaan dari pihak manapun. Saya bersedia untuk dilakukan pengukuran berat badan dan tinggi badan oleh peneliti serta bersedia untuk mengisi kuesioner mengenai “Pengaruh Perilaku Makan dan Tingkat Kepuasan *Body Image* terhadap Status Gizi pada Pelajar Kelas 8 dan 9 di MTs Da’il Khairaat Kalideres Januari 2018”. Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan tanpa paksaan dari pihak manapun.

Jakarta, 2018

Responden

(.....)

Lampiran 3. Kuesioner

KUESIONER IDENTITAS RESPONDEN

1. Identitas Responden

Nama :
Usia : Tahun Bulan
Tanggal Lahir :
Kelas :
Jenis Kelamin :

2. Indeks Masa Tubuh

Berat Badan :..... kg
Tinggi Badan :..... cm
IMT :..... (kg/m²)
Kategori Status Gizi (IMT/U) :
a. sangat kurus = <-3 SD
b. kurus = -3 SD sampai dengan <-2 SD
c. normal = -2 SD sampai dengan +1 SD
d. gemuk = >+1 SD sampai dengan +2 SD
e. obesitas = >+2 SD

KUESIONER *BODY SHAPE QUESTIONNAIRE* (*BSQ*)

Beri tanda pada kolom 1, 2, 3, 4, 5, atau 6 sesuai dengan apa yang dirasakan oleh saudara/i terhadap kalimat keterangan yang terletak di kolom kedua.

Keterangan :

- 1 = tidak pernah
- 2 = jarang
- 3 = kadang-kadang
- 4 = sering
- 5 = sangat sering
- 6 = selalu

1.	Pernahkah anda merasa bosan sehingga membuatmu khawatir tentang bentuk tubuhmu?	1	2	3	4	5	6
2.	Pernahkah merasa sangat khawatir tentang bentuk tubuhmu sehingga merasa ingin melakukan diet?	1	2	3	4	5	6
3.	Pernahkah berfikir bahwa paha, pinggul atau bokongmu terlalu besar dan tidak sesuai dengan bagian tubuhmu yang lain?	1	2	3	4	5	6
4.	Pernahkah merasa takut kalau tubuhmu berubah menjadi gemuk?	1	2	3	4	5	6
5.	Pernahkah anda merasa khawatir bila tubuhmu menjadi kendur/tidak langsing?	1	2	3	4	5	6
6.	Pernahkah anda merasa kegemukan sewaktu anda dalam keadaan kenyang?	1	2	3	4	5	6
7.	Pernahkah anda menangis karena menganggap bentuk tubuhmu terlalu gemuk?	1	2	3	4	5	6
8.	Pernahkah menolak berlari karena beranggapan akan membuat tubuh atau lemak anda bergoyang?	1	2	3	4	5	6
9.	Pernahkah anda merasa tidak percaya diri ketika berada bersama dengan seorang yang langsing?	1	2	3	4	5	6
10.	Pernahkah merasa paham seolah-olah akan pecah/terbagi sewaktu anda duduk?	1	2	3	4	5	6

11.	Pernahkah merasa akan menjadi gemuk padahal waktu itu anda hanya makan sedikit?	1	2	3	4	5	6
12.	Pernahkah anda merasa tidak puas dengan bentuk tubuh ketika melihat bentuk tubuh orang lain?	1	2	3	4	5	6
13.	Pernahkah konsentrasi anda terganggu dalam melakukan aktivitas sehari-hari terganggu karena pikiran anda tentang bentuk tubuh anda?	1	2	3	4	5	6
14.	Dalam keadaan tanpa busana (misalnya saat mandi) pernahkah anda merasa kegemukan?	1	2	3	4	5	6
15.	Pernahkah menghindari dari pakaian tertentu yang membuat anda teringat pada bentuk tubuh anda?	1	2	3	4	5	6
16.	Pernahkah anda ingin menyingkirkan anggota tubuh anda yang anda merasa terganggu?	1	2	3	4	5	6
17.	Pernahkah anda memakan kue, manisan, dan makanan berkalori tinggi lainnya membuat anda merasa gemuk?	1	2	3	4	5	6
18.	Pernahkah anda memutuskan untuk tidak bergaul/bersosialisasi hanya karena merasa tidak puas dengan bentuk tubuh anda?	1	2	3	4	5	6
19.	Pernahkah merasa gemuk dan bulat?	1	2	3	4	5	6
20.	Pernahkah merasa dipermalukan oleh tubuh anda?	1	2	3	4	5	6
21.	Apakah anda khawatir dengan bentuk tubuhmu, sehingga melakukan diet?	1	2	3	4	5	6
22.	Pernahkah merasa senang dengan bentuk tubuhmu ketika perut anda kosong (misalnya pagi hari)?	1	2	3	4	5	6
23.	Pernahkah anda merasa bentuk tubuh anda sekarang dikarenakan kurangnya control diri anda terhadap pola makan?	1	2	3	4	5	6
24.	Pernahkah anda merasa khawatir ketika orang lain memeperhatikan lipan lemak pada area perut atau pinggang anda?	1	2	3	4	5	6

25.	Pernahkah anda merasa tidak adil jika ada wanita/pria lain lebih langsing dari anda?	1	2	3	4	5	6
26.	Pernahkah anda muntah agar merasa lebih langsing?	1	2	3	4	5	6
27.	Sewaktu anda duduk bersama orang lain, apakah anda merasa mengambil tempat duduk yang terlalu banyak (sofa, tempat duduk di bus, dll)	1	2	3	4	5	6
28.	Pernahkah merasa khawatir bila tubuh menjadi cekung (kendur)?	1	2	3	4	5	6
29.	Pernahkah anda buruk ketika melihat bayangan diri anda di cermin?	1	2	3	4	5	6
30.	Pernahkah anda menarik bagian tubuh anda yang anda merasa banyak timbunan lemak untuk melihat seberapa banyak timbunan lemak disana?	1	2	3	4	5	6
31.	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
32.	Pernahkah anda makan laxatives (semacam pencuci perut misalnya vegeta, herbal, dll)?	1	2	3	4	5	6
33.	Pernahkah anda teringat bentuk tubuh anda (baik atau buruk) ketika anda dalam sekelompok orang?	1	2	3	4	5	6
34.	Pernahkah merasa khawatir dengan bentuk tubuhmu sehingga merasa ingin latihan (olah raga)?	1	2	3	4	5	6

KUESIONER *EATING ATTITUDE TEST* – 26 (*EAT-26*)

Beri tanda pada kolom 1, 2, 3, 4, 5, atau 6 sesuai dengan apa yang dirasakan oleh saudara/i terhadap kalimat keterangan yang terletak di kolom kedua.

Keterangan :

- 1 = selalu
- 2 = hampir selalu
- 3 = sering
- 4 = kadang
- 5 = jarang
- 6 = tidak pernah

No.	Pertanyaan	Skor Penilaian					
		1	2	3	4	5	6
1.	Saya takut menjadi gemuk						
2.	Saya menghindari makan meskipun saya lapar						
3.	Saya memikirkan makan/makanan						
4.	Selama masih ada makanan dihadapan saya, saya tidak mampu berhenti makan						
5.	Saya memotong makan menjadi potongan kecil-kecil						
6.	Saya mengetahui kandungan kalori makanan yang saya makan						
7.	Saya terutama menghindari makanan yang mengandung banyak kandungan karbohidrat, seperti nasi, roti, kentang, dll						
8.	Saya merasa bahwa teman-teman dan keluarga saya senang jika saya makan lebih banyak						
9.	Saya muntah setelah makan						
10.	Saya merasa sangat bersalah setelah makan						
11.	Saya berkeinginan untuk menjadi kurus						

12.	Ketika berolahraga, saya berusaha untuk membakar lemak lebih banyak						
13.	Orang lain menganggap saya terlalu kurus						
14.	Saya memikirkan lemak tubuh saya						
15.	Saya membutuhkan waktu makan lebih lama daripada orang lain						
16.	Saya menghindari makanan bergula						
17.	Saya menghindari makanan sumber kalori, lemak seperti <i>fast food</i> dan gorengan tetapi mengutamakan makanan yang mengandung serat seperti buah dan sayur						
18.	Saya merasa hidup saya dikendalikan makanan						
19.	Saya dapat mengendalikan diri dalam hal makanan						
20.	Saya merasa dipaksa makan oleh orang lain						
21.	Saya menghabiskan terlalu banyak waktu memikirkan makanan						
22.	Saya merasa tidak nyaman setelah makan permen						
23.	Saya mengatur porsi dan frekuensi makan						
24.	Saya suka bila perut saya kosong						
25.	Saya terangsang untuk muntah setelah makan						
26.	Saya senang mencoba berbagai jenis makanan baru						

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

A. DATA PRIBADI

1. Nama : Nila Ijma Septiana
2. NIM : 405150053
3. Jenis Kelamin : Perempuan
4. Tempat, Tanggal Lahir : Tangerang, 28 September 1997
5. Agama : Islam
6. Status : Belum Menikah
7. Pendidikan Terakhir : SMA
8. Alamat : Jl. Cendrawasih II Nomor 100, Cengkareng,
Jakarta Barat
9. No. Telepon : 081281019189
10. Email : nilaijmaseptiana28@yahoo.co.id

B. RIWAYAT PENDIDIKAN

1. 2003 – 2009 : SDS Muslimat
2. 2009 – 2012 : SMPN 45 Jakarta
3. 2012 – 2015 : SMAN 33 Jakarta