

LAMPIRAN

Lampiran 1: Surat Izin Penelitian



Nomor : 734/03.FKP/UBK/V/2023
Lampiran : Satu Berkas
Perihal : Permohonan Izin Penelitian dan Pengambilan Data

Kepada Yth,
Kepala Sekolah SMA Istiqamah kota Bandung
di
Tempat

Assalamualaikum Wr. Wb.

Dengan Hormat

Berkenaan dengan penyusunan laporan tugas akhir Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Keperawatan Universitas Bhakti Kencana, maka dengan ini kami memohon izin untuk melaksanakan penelitian dan pengambilan sampel data mulai tanggal Mei s/d September 2023 atas nama:

Nama : Dhia Enipilia Saumi Mumtaz
NIM : 191FK03066
Semester : VIII
Judul Skripsi : Sedentary Lifestyle dan Binge Eating Disorder pada Remaja Overweight di SMA Kota Bandung

Demikian permohonan izin ini kami sampaikan atas perhatian dan kerjasama yang baik kami ucapkan terimakasih.

Wassalamualaikum Wr.Wb.

Bandung, 15 Mei 2023

Hormat Kami
Fakultas Keperawatan
Dekan,



R. Siti Jundiah, M.Kep
NIK.02007020132

Nomor : 736/03.FKP/UBK/V/2023
Lampiran : Satu Berkas
Perihal : Permohonan Izin Penelitian dan Pengambilan Data

Kepada Yth,
Kepala Sekolah SMA PGRI 2 kota Bandung
di
Tempat

Assalamualaikum Wr. Wb.

Dengan Hormat

Berkenaan dengan penyusunan laporan tugas akhir Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Keperawatan Universitas Bhakti Kencana, maka dengan ini kami memohon izin untuk melaksanakan penelitian dan pengambilan sampel data mulai tanggal Mei s/d September 2023 atas nama:

Nama : Dhia Enipilia Saumi Mumtaz
NIM : 191FK03066
Semester : VIII
Judul Skripsi : Sedentary Lifestyle dan Binge Eating Disorder pada Remaja Overweight di SMA kota Bandung

Demikian permohonan izin ini kami sampaikan atas perhatian dan kerjasama yang baik kami ucapkan terimakasih.

Wassalamualaikum Wr.Wb.

Bandung, 15 Mei 2023

Hormat Kami
Fakultas Keperawatan
Dekan,



R. Siti Jundiah, M.Kep
NIK.02007020132

Nomor : 735/03.FKP/UBK/VI/2023
Lampiran : Satu Berkas
Perihal : Permohonan Izin Penelitian dan Pengambilan Data

Kepada Yth,
Bapak/Ibu Camat Kec. Buahbatu
di
Tempat

Assalamualaikum Wr. Wb.

Dengan Hormat

Berkenaan dengan penyusunan laporan tugas akhir Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Keperawatan Universitas Bhakti Kencana, maka dengan ini kami memohon izin untuk melaksanakan penelitian dan pengambilan sampel data mulai tanggal April s/d Juni 2023 atas nama:

Nama : Dhia Enipilia Saumi Mumtaz
NIM : 191FK03066
Semester : VIII
Judul Skripsi : Sedentary Lifestyle dan Binge Eating Disorder pada Remaja Overweight di Kecamatan Buahbatu

Demikian permohonan izin ini kami sampaikan atas perhatian dan kerjasama yang baik kami ucapkan terimakasih.

Wassalamualaikum Wr.Wb.

Bandung, 15 Mei 2023

Hormat Kami
Fakultas Keperawatan
Dekan,



R. Siti Jundiah, M.Kep

NIK.02007020132

Lampiran 2: Surat Izin Etik



KOMISI ETIK PENELITIAN KESEHATAN UNIVERSITAS BHAKTI KENCANA

Jl. Soekarno - Hatta 754, Bandung
Telp : 022-7830 760 / 022-7830-768
Email : komisi.etik@bku.ac.id



KOMISI ETIK PENELITIAN KESEHATAN
HEALTH RESEARCH ETHICS COMMITTEE
UNIVERSITAS BHAKTI KENCANA
BHAKTI KENCANA UNIVERSITY

KETERANGAN LAYAK ETIK
DESCRIPTION OF ETHICAL APPROVAL
"ETHICAL APPROVAL"
066/09.KEPK/UBK/VI/2023

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

Peneliti Utama : Dhia Enipilia Saumi Mumtaz
Principal in investigator

Nama institusi : Universitas Bhakti Kencana
Name of institution

Dengan judul :
Title

**Sedentary Lifestyle dan Binge Eating Disorder Pada Remaja Overweight Sekolah Menengah Atas Di
Kecamatan Buahbatu**

Sedentary Lifestyle and Binge Eating Disorder in High School Overweight Adolescents in Buahbatu District

Dinyatakan layak etik sesuai (tujuh) standar WHO 2011, yaitu 1) Nilai Sosial, 2) Nilai Ilmiah, 3) Pemerataan Beban dan Manfaat, dan 4) Risiko, 5) Bujukan atau eksploitasi, 6) Kerahasiaan atau Privacy, 7) Persetujuan Setelah Penjelasan, yang merujuk pada Pedoman CIOMS 2016. Hal ini seperti yang ditunjukkan oleh terpenuhinya indikator setiap standar.

Declared to be ethically appropriate in accordance to 7 (seven) WHO 2011 standards, 1) Social Value, 2) Scientific Value, 3) Equitable Assessment and Benefits, 4) Risks, 5) Persuasion/Exploitation, 6) Confidentiality and Privacy, and Informed Consent, referring to the 2016 CIOMS guidelines. This is as indicated by the fulfillment of the indicators of each standards.

Pernyataan Laik Etik ini berlaku selama kurun waktu 20 Juni 2023 sampai dengan tanggal 20 Juni 2024.

This declaration of ethics applies during the period 20 th June 2023 until 20 th June 2024.

20 Juni 2023

Professor and Chairperson

R. Nety Rustikayanti, S.Kp., M.Kep
NIK. 02019010336

Lampiran 3: Lembar *Informed Consent*

INFORMED CONSENT

Perihal : Pemberian Informasi dan Persetujuan

Lampiran : 2 (dua) lembar

Dengan Hormat,

Dalam rangka memenuhi salah satu syarat menempuh ujian Sarjana di Program Studi Sarjana Keperawatan Universitas Bhakti Kencana Bandung, saya bermaksud untuk mengadakan penelitian untuk menyusun Skripsi dengan judul: ***"Sedentary Lifestyle Dan Binge Eating Disorder Pada Remaja Overweight Di Kecamatan Buahbatu"***. Agar terlaksananya penelitian ini saya minta kesediaannya untuk menjadi responden dalam penelitian ini. Untuk itu saya mohon kerjasamanya dengan memberikan informasi dengan cara menjawab setiap butir pertanyaan yang saya ajukan sesuai dengan kebiasaannya.

Dalam penelitian ini tidak dilakukan tindakan apapun terhadap responden dan saya akan menjaga kerahasiaan jawaban yang diberikan. Penelitian ini hanya akan digunakan untuk kepentingan pendidikan serta perkembangan ilmu pengetahuan.

Atas bantuan dan kerjasamanya, saya ucapkan banyak terima kasih.

Bandung, Juni 2023

Hormat saya,



Dhia Enipilia Saumi Mumtaz

Lampiran 4: Lembar Persetujuan Responden

PERNYATAAN PERSETUJUAN RESPONDEN

Saya yang bertandatangan di bawah ini. Setelah mendapatkan pemberitahuan yang cukup jelas, dengan ini saya menyatakan :

Nama :

*) B E R S E D I A / T I D A K B E R S E D I A

untuk menjadi subjek dan atau responden penelitian dengan judul :
"Sedentary Lifestyle dan Binge Eating Disorder pada Remaja Overweight di Kecamatan Buahbatu".

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan tanpa ada unsur paksaan dari pihak manapun.

Bandung, Juni 2022

Responden

()

*) Coret yang tidak perlu

Lampiran 5: Kuesioner Identitas Subjek Penelitian

KUESIONER IDENTITAS SUBJEK PENELITIAN

Kode Responden :

Tanggal Pengisian :

A. Identitas Subjek Penelitian

Nama :

Jenis kelamin :

Usia :

Normor WA :

B. Data Antropometri

Tinggi Badan (TB) : cm

Berat Badan (BB) : kg

Indeks Massa Tubuh (IMT) :

Lampiran 6: Kuesioner ASAQ

KUESIONER AKTIVITAS SEDENTARI PADA REMAJA

Bagian I. Pikirkan ketika hari Senin-Jumat sebelum dan setelah sekolah, lalu perkirakan berapa lama anda melakukan aktivitas-aktivitas berikut dalam satuan jam dan menit.

[illegible]

Bagian II. Pikirkan ketika hari Sabtu dan Minggu, lalu perkirakan berapa lama anda melakukan aktivitas-aktivitas berikut dalam satuan jam dan menit.

Kegiatan	Sabtu		Minggu	
	Jam	Menit	Jam	Menit
Menonton acara televisi				
Menonton video/DVD				
Penggunaan computer/laptop/tablet				
Menggunakan komputer untuk mengerjakan tugas				
Mengerjakan PR tanpa menggunakan komputer/laptop				
Les mata pelajaran				
Penggunaan alat transportasi (mobil, bis, kereta)				
Membaca novel/komik/majalah				
Melakukan hobi				
Bermain alat musik				
Mengobrol secara langsung maupun melalui media sosial (sambil duduk)				

Lampiran 7: Kuesioner BES

KUESIONER *BINGE EATING SCALE*

Bulatkan pada pilihan anda sesuai dengan keseharian anda

#1

- (0) 1. Saya tidak memikirkan bentuk tubuh ketika bersama orang lain.
- (0) 2. Meskipun saya khawatir dengan penampilan saya, namun saya tetap merasa nyaman.
- (1) 3. Memikirkan penampilan dan berat badan membuat saya merasa tidak nyaman.
- (3) 4. Ketika saya berpikir tentang berat badan, saya merasa malu dan jijik

#2

- (0) 1. Saya tidak merasa kesulitan untuk makan secara perlahan.
- (1) 2. Saya makan dengan cepat, dan saya tetap tidak merasa kenyang.
- (2) 3. Ketika makan dengan cepat, saya mudah merasa kenyang.
- (3) 4. Saya terbiasa makan hampir tanpa mengunyah, hal itu membuat saya merasa sudah makan sangat banyak.

#3

- (0) 1. Saya dapat mengontrol keinginan untuk makan terus menerus.
- (1) 2. Saya merasa kurang mampu mengontrol makan, dibandingkan orang lain.
- (3) 3. Saya merasa sangat tidak mampu mengontrol keinginan untuk makan terus menerus.
- (3) 4. Saya merasa sangat sulit mengontrol nafsu makan, dan saya berusaha keras untuk mengontrolnya.

#4

- (0) 1. Ketika sedang bosan, saya tidak mengalihkannya dengan makan.
- (0) 2. Terkadang saya ingin makan ketika bosan, namun saya mampu mengalihkan pikiran dari makan.
- (0) 3. Seringkali saya makan ketika bosan, namun terkadang saya mampu mengalihkan pikiran dari makan.
- (2) 4. Saya selalu makan ketika bosan, dan sulit untuk berhenti.

#5

- (0) 1. Saya selalu makan hanya ketika merasa lapar.
- (1) 2. Terkadang saya makan, tanpa saya benar-benar merasa lapar.
- (2) 3. Saya makan ketika lapar, bahkan saya tetap makan meskipun sudah kenyang.
- (3) 4. Meskipun saya belum lapar, saya merasa perlu untuk memakan sesuatu.

#6

- (0) 1. Saya tidak merasa bersalah atau menyesal setelah makan banyak.
- (1) 2. Terkadang saya merasa bersalah atau menyesal setelah makan banyak.
- (3) 3. Saya selalu merasa menyesal setelah makan banyak.

#7

- (0) 1. Ketika saya sedang diet, saya dapat mengontrol nafsu makan, walaupun terkadang saya makan sangat banyak.
- (2) 2. Saya merasa gagal ketika saya memakan makanan yang dilarang untuk orang yang berdiet, namun saya tetap terus memakannya.
- (3) 3. Saya merasa gagal ketika sedang berdiet, lalu makan terlalu banyak, saya tetap terus memakannya.
- (3) 4. Saya akan memilih salah satu antara makan banyak atau puasa sekalian.

#8

- (0) 1. Saya jarang makan dalam porsi besar, karena dapat membuat saya merasa sangat kekenyangan.
- (1) 2. Satu kali dalam sebulan saya makan banyak sampai saya tidak merasa nyaman.
- (2) 3. Terdapat satu waktu tertentu dalam satu bulan, saya akan makan dengan porsi yang besar.
- (3) 4. Setelah saya makan dengan porsi besar, saya merasa buruk dan mual.

#9

- (0) 1. Jumlah kalori yang saya konsumsi cukup stabil setiap harinya.
- (1) 2. Setelah saya makan dengan porsi besar, maka pada jam makan berikutnya saya akan makan dengan porsi kecil..
- (2) 3. Ketika saya tidak sarapan dengan porsi besar, maka saya makan lebih banyak saat malam hari.

(3) 4. Selama satu minggu saya berdiet, namun pada minggu berikutnya saya makan banyak.

#10

(0) 1. Saya selalu dapat berhenti makan ketika merasa sudah kenyang.

(1) 2. Terkadang saya tidak dapat menahan dorongan untuk makan.

(2) 3. Saya seringkali kalah terhadap dorongan untuk makan, walaupun terkadang saya dapat mengendalikannya.

(3) 4. Saya benar-benar merasa tidak dapat mengontrol keinginan untuk makan.

#11

(0) 1. Ketika merasa cukup kenyang, saya akan berhenti makan

(1) 2. Saya berhenti makan ketika sudah kenyang, namun terkadang ketika saya makan banyak terasa menyenangkan.

(2) 3. Saya sulit berhenti makan, sebelum saya merasa sangat kenyang.

(3) 4. Saya sulit berhenti makan, bahkan terkadang sampai ingin muntah.

#12

(0) 1. Saya makan dengan porsi yang sama ketika bersama teman maupun sendirian.

(1) 2. Terkadang saya tidak ingin makan dengan orang lain karena porsi makan saya yang besar

(2) 3. Porsi makan saya selalu lebih sedikit ketika bersama orang lain karena merasa malu.

(3) 4. Saya hanya makan ketika sendirian, karena merasa malu makan dengan porsi besar

#13

(0) 1. Saya makan sehari tiga kali, terkadang dengan tambahan camilan

(0) 2. Saya makan sehari tiga kali, dan selalu dengan tambahan camilan.

(2) 3. Saya makan banyak namun tidak teratur.

(3) 4. Terkadang saya makan terus menerus dan tidak memiliki aturan waktu.

#14

(0) 1. Saya tidak memiliki keinginan untuk makan banyak.

(1) 2. Terkadang pikiran saya dipenuhi dengan bagaimana cara mengontrol nafsu makan.

(2) 3. Saya sering menghabiskan waktu untuk memikirkan tentang apa yang saya makan dan bagaimana cara menghentikannya.

(3) 4. Pikiran saya sibuk memikirkan tentang makan, dan saya selalu berjuang untuk berhenti makan.

#15

(0) 1. Saya tidak lagi berpikir tentang makanan seperti kebanyakan orang.

(1) 2. Saya memiliki keinginan yang kuat untuk makan, namun hanya sesaat.

(2) 3. Dalam beberapa hari saya tidak memikirkan apapun kecuali makanan.

(3) 4. Sebagian besar waktu saya diisi dengan pikiran tentang makan, saya merasa hidup untuk makan.

#16

(0) 1. Saya tahu kapan saya lapar atau tidak, dan saya tahu porsi yang sesuai bagi tubuh saya.

(1) 2. Terkadang saya tidak tahu apakah saya lapar secara fisik atau emosi (hanya ingin), dan saya tidak tahu porsi yang tepat bagi tubuh saya.

(2) 3. Meskipun saya tahu berapa banyak kalori yang harus saya makan, saya tidak tahu apakah itu jumlah makanan yang normal.

Lampiran 8: Hasil Penelitian

1. Karakteristik Responden

Karakteristik Responden						
Responden	Umur	Jenis Kelamin	<i>Sedentary Lifestyle</i>		<i>Binge Eating Disorder</i>	
			Score	Hasil	Score	Hasil
1	16	Laki - Laki	6	Tinggi	24	Berlebihan sedang
2	16	Perempuan	3	Sedang	27	Berlebihan parah
3	16	Perempuan	6	Tinggi	27	Berlebihan parah
4	17	Perempuan	3	Sedang	27	Berlebihan parah
5	18	Laki - Laki	6	Tinggi	20	Berlebihan sedang
6	17	Laki - Laki	4	Sedang	22	Berlebihan sedang
7	17	Laki - Laki	7	Tinggi	28	Berlebihan parah
8	16	Laki - Laki	4	Sedang	27	Berlebihan parah
9	16	Perempuan	3	Sedang	25	Berlebihan sedang
10	16	Laki - Laki	5	Tinggi	27	Berlebihan parah
11	17	Laki - Laki	6	Tinggi	27	Berlebihan parah
12	16	Laki - Laki	6	Tinggi	28	Berlebihan parah
13	16	Laki - Laki	4	Sedang	27	Berlebihan parah
14	18	Perempuan	6	Tinggi	30	Berlebihan parah
15	19	Perempuan	8	Tinggi	14	Tidak berlebihan
16	17	Perempuan	7	Tinggi	26	Berlebihan sedang
17	18	Laki - Laki	4	Sedang	27	Berlebihan parah
18	18	Laki - Laki	6	Tinggi	32	Berlebihan parah
19	17	Perempuan	3	Sedang	29	Berlebihan parah
20	16	Perempuan	6	Tinggi	28	Berlebihan parah
21	16	Perempuan	6	Tinggi	18	Berlebihan sedang
22	17	Perempuan	6	Tinggi	27	Berlebihan parah
23	16	Perempuan	4	Sedang	26	Berlebihan sedang
24	17	Perempuan	8	Tinggi	21	Berlebihan sedang
25	18	Laki - Laki	6	Tinggi	23	Berlebihan sedang
26	18	Perempuan	6	Tinggi	27	Berlebihan parah
27	17	Laki - Laki	4	Sedang	27	Berlebihan parah
28	16	Perempuan	4	Sedang	27	Berlebihan parah
29	19	Perempuan	8	Tinggi	27	Berlebihan parah
30	17	Perempuan	6	Tinggi	26	Berlebihan sedang
31	19	Perempuan	6	Tinggi	27	Berlebihan parah
32	16	Perempuan	9	Tinggi	27	Berlebihan parah
33	17	Perempuan	4	Sedang	27	Berlebihan parah

34	19	Perempuan	6	Tinggi	28	Berlebihan parah
35	18	Perempuan	8	Tinggi	30	Berlebihan parah

2. *Sedentary Lifestyle* pada Remaja

N a m a	Rekreari layar kecil			Pendidikan			Ber per gia n	Kegiatan budaya, membaca untuk bersenang-senang	Kegiatan sosial		
	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11
1	1 jam 30 menit	2 jam 10 menit	2 jam 30 menit	1 jam 30 menit	1 jam 30 menit	2 jam 20 menit	1 jam 23 menit	1 jam 10 menit	3 jam	30 menit	2 jam 25 menit
2	2 jam	1 jam 15 menit	1 jam 30 menit	1 jam 15 menit	1 jam 15 menit	0	15 menit	30 menit	2 jam 45 menit	15 menit	30 menit
3	30 menit	3 jam	1 jam	3 jam	3 jam	0	45 menit	1 jam	3 jam	10 menit	4 jam
4	30 menit	0 menit	6 jam 30 menit	0 menit	0 menit	0 menit	15 menit	0 menit	3 jam	0	2 jam 30 menit
5	1 jam	2 jam	1 jam	1 jam	1 jam	2 jam 30 menit	4 jam	30 menit	2 jam 25 menit	0	4 jam 30 menit
6	10 menit	30 menit	4 jam 20 menit	1 jam	1 jam	1 jam 30 menit	2 jam	1 jam	1 jam 25 menit	0	2 jam

7	1 jam	1 jam	1 jam	20 menit	20 menit	0 menit	1 jam	10 menit	4 jam	10 menit	6 jam
8	10 menit	1 jam	3 jam	1 jam	3 jam	0	1 jam	10 menit	2 jam	10 menit	5 jam
9	30 menit	2 jam	1 jam	45 menit	45 menit	-	30 menit	1 jam	3 jam	15 menit	1 jam
10	2 jam 10 menit	1 jam	1 jam	1 jam	1 jam	0 jam	6 jam	1 jam	1 jam 10 menit	1 jam	5 jam
11	1 jam	3 jam 0 menit	3 jam 0 menit	1 jam 30 menit	1 jam 30 menit	1 jam 45 menit	1 jam 30 menit	1 jam 15 menit	2 jam	10 menit	4 jam 0 menit
12	2 jam 10 menit	3 jam 15 menit	20 menit	1 jam 20 menit	1 jam 20 menit	1 jam 30 menit	5 jam 10 menit	10 menit	3 jam	20 menit	2 jam 5 menit
13	1 jam	30 menit	1 jam	1 jam	1 jam	2 jam	4 jam	20 menit	2 jam	0	2 jam
14	2 jam	1 jam 30 menit	4 jam	1 jam	1 jam	2 jam	1 jam	3 jam	2 jam 30 menit	15 menit	3 jam
15	1 jam	5 jam	10 jam	1 jam	1 jam	0	10 mnt	0	1 jam 50 menit	20 menit	3 jam
16	1 jam 30	1 jam	12 jam	4 jam	4 jam	0	5 jam	2 jam	2 jam 10	0	10 menit

	me nit								me nit		
1 7	1 jam	2 jam 30 me nit	4 jam 30 me nit	40 me nit	40 me nit	0 jam 30 me nit	1 jam 30 me nit	0 jam 20 menit	1 jam 45 me nit	1 0 m en it	0 jam 30 me nit
1 8	1 jam	2 jam 30 me nit	2 jam 20 me nit	2 jam 10 me nit	2 jam 10 me nit	1 jam 10 me nit	2 jam 10 me nit	1 jam	3 jam	1 0 m en it	3 jam 20 me nit
1 9	2 jam	1 jam 30 me nit	3 jam	1 jam	2 jam	0	1 jam	Tidak	2 jam	0	1 jam 20 me nit
2 0	1 jam	1 jam	6 jam	1 jam	1 jam	-	40 me nit	30 menit	2 jam	0	4 jam
2 1	30 me nit	1 jam	6ja m	1 jam	2 jam	1ja m	2ja m	1jam	2 jam	1 0 m en it	2ja m
2 2	30 me nit	2 jam	6 jam	1 jam	1 jam	-	1 jam	-	1 jam 45 me nit	1 0 m en it	3 jam
2 3	1 jam	1 jam 15 me nit	1 jam 30 me nit	30 me nit	30 me nit	1 jam	15 me njt	1 jam	2 jam 10 me nit	2 5 m en it	1 jam
2 4	1 jam 30 me nit	1 jam	2 jam	2 jam	1 jam 15 me nit	0	1 jam 30 mnt	1 jam	3 jam	0	2 jam
2 5	1 jam	3 jam	1 jam	1 jam	2 jam	-	1 jam 50 me nit	-	2 jam 15 me nit	1 0 m en it	3 jam

26	1 jam	2 jam	2 jam	30 menit	30 menit	1 jam	1 jam	30 menit	3 jam	30 menit	2 jam
27	1 jam	2 jam	3 jam 30 menit	1 jam 30 menit	2 jam	-	1 jam 15 menit	1 jam 25 menit	3 jam	0	1 jam 30 menit
28	1 jam	2 jam	5 jam	2 jam	2 jam	-	1 jam 15 menit	30 menit	3 jam	0	2 jam
29	1 jam	6 jam	3 jam	6 jam	6 jam	1 jam	2 jam	1 jam	2 jam	20 menit	5 jam
30	15 menit	2 jam	12 jam	2 jam	2 jam	-	1 jam	30 menit	3 jam	10 menit	3 jam
31	30 menit	1 jam	6 jam	2 jam	3 jam	0	2 jam	30 menit	3 jam	0	3 jam
32	1 Jam 5 menit	1 Jam	4 Jam	10 Jam	7 Jam	1 Jam	3 Jam	1 Jam	2 Jam	0	5 Jam
33	1 Jam 5 menit	1 Jam	3 Jam 30 menit	1 Jam	1 Jam	0	1 Jam 30 menit	30 Menit	3 Jam	0	5 Jam 30 menit
34	1 jam	1 jam 15 menit	3 jam 15 menit	1 jam 30 menit	1 jam 30 menit	1 jam 15 menit	2 jam 5 menit	1 jam 20 menit	2 jam	10 menit	3 jam
35	1 jam	1 jam	6 jam	4 jam	0 menit	0	3 jam	45 menit	2 jam	15 m	7 jam

										en it	
R at a- ra ta	1 jam	1 jam	3 jam	1 jam	1 jam	1 jam	1 jam	1 jam	2 jam	1 0 m en it	3 jam

3. *Binge Eating Disorder* pada Remaja

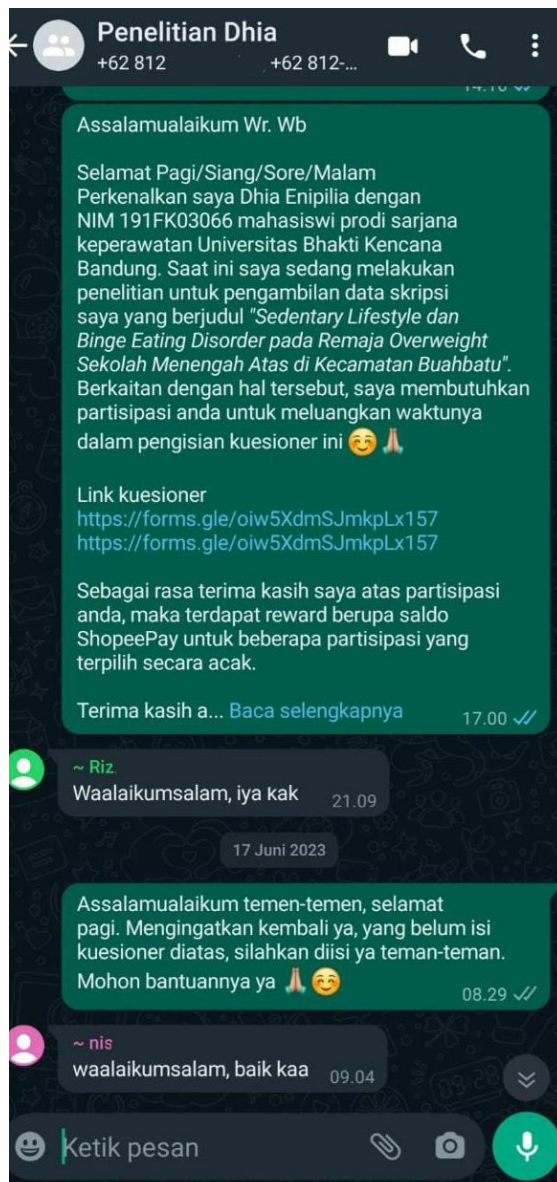
Na ma	Rasa Bersalah / Malu			Perilaku & Emosional									Respon Kognitif			
	P 1	P 6	P 12	P 2	P 3	P 5	P 8	P1 0	P1 1	P1 3	P1 5	P1 6	P 4	P 7	P 9	P 1 4
1	3	1	1	1	1	2	1	1	1	2	1	1	2	3	1	2
2	3	1	1	1	3	1	2	2	1	0	2	2	2	3	2	1
3	3	1	1	3	1	1	2	2	2	2	1	1	2	3	1	1
4	3	1	0	3	3	2	3	0	0	2	1	2	2	3	1	1
5	3	1	0	2	3	2	2	1	0	0	0	0	2	2	1	1
6	3	1	0	3	3	3	1	0	0	0	0	0	2	3	3	0
7	3	1	1	2	3	2	1	1	1	2	1	2	2	3	2	1
8	3	3	0	3	3	3	2	2	2	0	1	1	2	0	2	0
9	3	3	0	2	1	1	2	3	1	0	2	1	2	0	3	1
10	3	3	0	3	1	3	2	0	0	0	2	2	0	3	3	2
11	3	3	0	3	1	1	2	0	1	2	2	2	0	3	3	1
12	3	3	0	3	1	3	3	1	0	2	1	1	0	3	2	2
13	3	3	1	1	3	2	0	1	0	2	1	2	2	3	2	1
14	3	3	0	2	3	1	3	0	3	2	2	1	2	2	1	2
15	1	0	0	1	0	0	1	0	0	2	1	1	2	3	1	1
16	3	3	0	3	3	1	0	2	1	2	0	1	2	3	2	0
17	1	3	2	1	1	2	3	0	1	2	0	2	2	3	3	1
18	3	3	0	3	3	3	3	1	1	2	2	2	2	3	0	1
19	1	3	0	1	3	2	2	1	1	2	3	1	2	3	3	1
20	1	3	2	3	1	3	0	1	0	2	1	2	2	3	3	1
21	1	1	0	3	0	3	2	0	0	3	0	0	2	2	1	0
22	3	1	1	3	1	1	3	1	1	3	2	1	2	2	1	1
23	3	1	2	1	3	1	3	0	1	2	2	1	2	2	0	2
24	1	1	0	2	0	2	3	2	0	3	0	0	2	2	3	0
25	1	1	0	3	3	3	3	0	0	3	0	0	2	2	2	0
26	1	1	0	3	3	2	1	1	1	3	2	1	2	2	3	1
27	3	1	1	3	3	2	2	1	1	2	1	1	2	2	1	1

28	1	3	1	3	0	2	1	2	1	3	1	2	2	2	1	2
29	3	1	2	2	1	2	1	0	1	3	1	1	2	2	3	2
30	1	1	1	2	3	3	1	2	1	2	1	0	2	2	3	1
31	3	1	0	3	3	2	3	0	1	0	1	1	2	2	3	2
32	1	1	0	3	3	2	3	1	0	2	1	1	2	3	3	1
33	3	1	0	3	1	1	2	2	1	0	2	2	2	3	3	1
34	3	0	2	3	1	1	3	1	2	2	0	1	2	3	3	1
35	3	3	1	3	1	2	1	1	1	2	1	1	2	3	3	2
Modus	3	1	0	3	3	2	3	1	1	2	1	1	2	3	3	1

Keterangan:

1. Pertanyaan 1: Ketika saya berpikir tentang berat badan, saya merasa malu dan jijik
2. Pertanyaan 2: Saya terbiasa makan hampir tanpa mengunyah, hal itu membuat saya merasa sudah makan sangat banyak
3. Pertanyaan 3: Saya merasa sangat tidak mampu mengontrol keinginan untuk makan terus menerus
4. Pertanyaan 4: Saya selalu makan ketika bosan, dan sulit untuk berhenti
5. Pertanyaan 5: Saya makan ketika lapar, bahkan saya tetap makan meskipun sudah kenyang
6. Pertanyaan 6: Terkadang saya merasa bersalah atau menyesal setelah makan banyak
7. Pertanyaan 7: Saya merasa gagal ketika sedang berdiet, lalu makan terlalu banyak, saya tetap terus memakannya / Saya akan memilih salah satu antara makan banyak atau puasa sekalian
8. Pertanyaan 8: Setelah saya makan dengan porsi besar, saya merasa buruk dan mual.
9. Pertanyaan 9: Selama satu minggu saya berdiet, namun pada minggu berikutnya saya makan banyak
10. Pertanyaan 10: Terkadang saya tidak dapat menahan dorongan untuk makan
11. Pertanyaan 11: Saya berhenti makan ketika sudah kenyang, namun terkadang ketika saya makan banyak terasa menyenangkan

12. Pertanyaan 12: Saya makan dengan porsi yang sama ketika bersama teman maupun sendirian
13. Pertanyaan 13: Saya makan banyak namun tidak teratur
14. Pertanyaan 14: Terkadang pikiran saya dipenuhi dengan bagaimana cara mengontrol nafsu makan.
15. Pertanyaan 15: Saya memiliki keinginan yang kuat untuk makan, namun hanya sesaat
16. Pertanyaan 16: Terkadang saya tidak tahu apakah saya lapar secara fisik atau emosi (hanya ingin), dan saya tidak tahu porsi yang tepat bagi tubuh saya



Lampiran 9: Hasil Analisis Data

1. Kategori *Sedentary Lifestyle* Pada Remaja *Overweight*

Kategori	Frekuensi (n)	Presentase (%)
Rendah	0	0.0 %
Sedang	13	37.1 %
Tinggi	22	62.9 %
Total	35	100.0 %

2. Kategori *Binge Eating Disorder* Pada Remaja *Overweight*

Kategori	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Tidak berlebihan	1	2.9 %
Berlebihan sedang	10	28.6%
Berlebihan parah	24	68.6 %
Total	35	100.0 %

Lampiran 10: Matriks Sidang Proposal



**Fakultas Keperawatan
Universitas
Bhakti Kencana**

Jl. Soekarno Hatta No. 754 Bandung
☎ 022 7830 760, 022 7830 765
✉ bku.ac.id • contact@bku.ac.id

MATRIKS EVALUASI SKRIPSI PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN TAHUN AKADEMIK 2022/ 2023

Nama Mahasiswa : Dhia Enipilia S.M
NIM : 191FK03066
Pembimbing : 1. Ingrid Dirgahayu, S.Kp., M.KM
2. Vivop Marti Lengga, S.Kep., Ners., M.Kep
Penguji I : Tri Nur Jayanti, S.Kep., Ners., M.Kep

No	Perbaikan/ Masukan (diisi berdasarkan perbaikan/ masukan saat ujian)	Hasil Revisi (diisi oleh Mahasiswa sebagai bentuk jawaban perbaikan/ masukan Penguji)
1.	Masukkan justifikasi kenapa pada remaja, overweight harus di teliti pada latar belakang	Berisiko lebih terhadap terjadinya overweight dan obesitas, hasil penelitian Telisa, dkk (2020) menyebutkan bahwa remaja yang memiliki asupan zat gizi makro berlebih seperti energi, protein, lemak dan karbohidrat, konsumsi <i>fast food</i> yang sering, aktivitas fisik ringan. Aktivitas fisik sangat penting bagi setiap pertumbuhan dan perkembangan kelompok usia termasuk remaja. Akan tetapi, WHO menemukan data secara global bahwa dari delapan puluh persen remaja sekolah tidak memenuhi rekomendasi setidaknya satu jam aktivitas fisik perhari, termasuk 85% anak perempuan dan 78% anak laki-laki (WHO, 2019).
2.	Perbaiki hasil stupen	Hasil studi pendahuluan di salah satu SMA di kota Bandung dilakukan perhitungan IMT pada tujuh siswa, dan didapatkan empat siswa yang mengalami overweight. Dilakukan wawancara pada empat siswa overweight. Hasil wawancara didapatkan siswa lebih banyak menghabiskan waktunya untuk rekreasi layar kecil dan siswa memiliki pengetahuan dan perilaku yang baik terhadap pola makannya yaitu memikirkan bagaimana cara mengontrol nafsu makan, memikirkan tentang apa



		yang mereka makan dan bagaimana cara menghentikan makan.
3.	Perbaiki definisi variabel bebas	Variabel bebas atau <i>Independent</i> yaitu variabel yang mempengaruhi yang menjadi sebab perubahan variabel dependen (terikat) (Made & Ika, 2019)
4.	Perbaiki definisi operasional	Sedentary lifestyle yaitu kebiasaan remaja yang tidak banyak melakukan aktivitas. Binge Eating Disorder adalah pola makan menyimpang, dan mengalami gangguan makan seperti makan dalam jumlah banyak dan sulit dikendalikan. Pertanyaan didasarkan pada keduanya karakteristik perilaku (misalnya, jumlah makanan yang di konsumsi) dan emosional, respon kognitif, rasa bersalah atau malu.
5.	Perbanyak sampel	Sampel dalam penelitian ini ditentukan menggunakan rumus Slovin. Rumus Slovin yaitu rumus untuk menghitung jumlah sampel minimal, yang digunakan dalam penelitian survey dimana biasanya jumlah sampel besar, sehingga diperlukan sebuah formula untuk mendapatkan sampel yang sedikit tetapi dapat mewakili seluruh populasi (Nizamuddin, 2020, p.20). sampel yang menjadi responden dalam penelitian ini yaitu sebanyak 91 remaja overweight sekolah menengah atas di kecamatan Buah Batu. Penelitian ini menggunakan teknik pengambilan sampel non-probability yaitu metode quota sampling.
6.	Perbaiki pada pengolahan data (coding)	Pengkodean yaitu kegiatan sesudah dilakukan memasukan data, ini dilakukan dengan menggunakan cara memberikan kode seperti angka kepada jawaban responden yang diterima (Firdaus, dkk 2021). Mengolah data dan memberikan kode pada kuesioner responden. Peneliti akan memberikan kode berupa



**MATRIKS EVALUASI SKRIPSI
PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN
TAHUN AKADEMIK 2022/ 2023**

Nama Mahasiswa : Dhia Enipilla S.M
NIM : 191FK03066
Pembimbing : 1. Ingrid Dirgahayu, S.Kp., M.KM
2. Vivop Marti Lengga, S.Kep., M.Kep
Penguji II : Novitasari Tsamrotul Fuadah, S.Kep., M.Kep

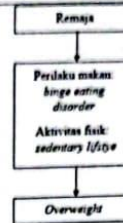
No	Perbaikan/ Masukan (diisi berdasarkan perbaikan/ masukan saat ujian)	Hasil Revisi (diisi oleh Mahasiswa sebagai bentuk jawaban perbaikan/ masukan Penguji)
1.	Perbaiki redaksi kalimat judul	<i>Sedentary Lifestyle Dan Binge Eating Disorder Pada Remaja Overweight Sekolah Menengah Atas Di Kecamatan Buah Batu</i>
2.	Masukkan justifikasi pada latar belakang	Risiko terjadinya penyakit degeneratif penyakit kardiovaskular, diabetes, gangguan muskuloskeletal dan kanker payudara, kanker endometrium dan kanker usus besar. Penyakit-penyakit degeneratif ini yang akan membawa dampak negatif pada tumbuh kembang remaja sampai saat dewasa nanti (Prasad, <i>et al</i> 2015). Selain memiliki dampak negatif secara fisik, <i>overweight</i> juga menimbulkan dampak psikologis, Rachmawati (2012) menyatakan dampak secara psikologis yaitu kepercayaan diri yang rendah, gangguan gambaran diri dan depresi. Adapun dampak lainnya yaitu secara sosial yang dapat menyebabkan diskriminasi, dijadikan bahan ejekan oleh teman-temannya/<i>bullying</i>, risiko perubahan negatif pada perilaku seperti merokok, minum-minuman alkohol, dan menggunakan obat terlarang (Rachmawati, 2012). Berisiko lebih terhadap terjadinya <i>overweight</i> dan obesitas, hasil penelitian Telisa, dkk (2020)



		menyebutkan bahwa remaja yang memiliki asupan zat gizi makro berlebih seperti energi, protein, lemak dan karbohidrat, konsumsi <i>fast food</i> yang sering, aktivitas fisik ringan. Aktivitas fisik sangat penting bagi setiap pertumbuhan dan perkembangan kelompok usia termasuk remaja. Akan tetapi, WHO menemukan data secara global bahwa dari delapan puluh persen remaja sekolah tidak memenuhi rekomendasi setidaknya satu jam aktivitas fisik perhari, termasuk 85% anak perempuan dan 78% anak laki-laki (WHO, 2019).
3.	Perbaiki manfaat penelitian	Manfaat penelitian untuk puskesmas diganti dengan manfaat untuk sekolah. Hasil penelitian ini dapat memberikan informasi yang berguna tentang gambaran <i>sedentary lifestyle</i> dan <i>binge eating disorder</i> pada remaja <i>overweight</i> . Serta bahan pertimbangan sekolah dalam upaya meningkatkan mutu kesehatan agar lebih memperhatikan kesehatan siswa.
4.	Klasifikasi overweight	Kategori IMT menurut Kemenkes RI Kurus Kekurangan berat badan tingkat berat < 17,0 Kekurangan berat badan tingkat ringan 17,0 – 18,4 Normal 18,5 – 25,0 Gemuk Kelebihan berat badan tingkat ringan 25,1 – 27,0 Kelebihan berat badan tingkat berat >27,0



5. Kerangka konseptual



Keterangan:

□ detail

→ berhubungan

Sumber: WHO, (2018); Margawati & Imanika, (2017); Azisak, dkk, (2022)

6. Perbaiki paradigma penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk menggali gambaran antara gaya hidup yang kurang aktif dan gangguan makan berlebihan (*binge eating disorder*) pada remaja *overweight* di Kecamatan Buah Batu. Dalam penelitian ini, diharapkan dapat ditemukan pemahaman yang lebih baik tentang bagaimana gaya hidup yang tidak aktif dapat mempengaruhi kecenderungan makan berlebih pada remaja *overweight*. Hasil penelitian ini dapat memberikan informasi yang berguna tentang gambaran *sedentary lifestyle* dan *binge eating disorder* pada remaja *overweight*. Serta bahan pertimbangan sekolah dalam upaya meningkatkan mutu kesehatan agar lebih memperhatikan kesehatan siswa. Dengan demikian, paradigma keperawatan ini menekankan pentingnya peran perawat dalam menyediakan perawatan yang baik, termasuk edukasi, dukungan psikososial, untuk mengubah pola pikir dan perilaku yang tidak sehat pada remaja *overweight* sekolah menengah atas di Kecamatan Buah Batu.

7. Perbaiki definisi operasional

Sedentary lifestyle yaitu kebiasaan remaja yang tidak banyak melakukan aktivitas.

Binge Eating Disorder adalah pola makan menyimpang, dan mengalami

Lampiran 11: Lembar Bimbingan



Fakultas Keperawatan
Universitas
Bhakti Kencana

Jl. Sekeloa Hatta No 754 Bandung
☎ 022 7830 760, 022 7830 769
✉ bka.ac.id | contact@bka.ac.id

LEMBAR BIMBINGAN

Nama Mahasiswa : DHIA ENIPILIA S.M

NIM : 191Fk03066

Judul Skripsi : Sedentary lifestyle dan Binge Eating Disorder
Pada Remaja dengan Overweight Di SMA X

Pembimbing Utama : Ingrid Dirgahayu, S.Kp., M.KM

Pembimbing Pendamping : Vivop Marti Lengga, S.Kep., Ners., M.Kep

No	Hari/ Tanggal	Catatan Pembimbing	Paraf Pembimbing
1.	Rabu, 15 Nov 2022	stufen obesitas Cari literatur jurnal obesitas. pd remaja. u/ menentukan Variabel.	
2.	Selasa, 22 Nov 2022	Bawa Instrumen Hasil Stufen dpt dlm ,	
3.	Kabu, 7 Desember 2022	Susun Bab 2. Pastikan Instrumen yg dipakai bisa diolah .	
4.	Jum'at, 9 Desember 2022	Susun Bab 2 dan Bab 3	
5.	Senin, 19 Desember 2022	Susun Bab 2, Perbaiki bab 3 dan Susun bab 4	
6.	Senin, 2 Januari 2023	Pengukuran, Kerangka penelitian, Bab 4	



LEMBAR BIMBINGAN

Nama Mahasiswa : Dhia Enipilia Saumi Mumtaz
NIM : 191FK03066
Judul Skripsi : Sedentary Lifestyle & Binge Eating Disorder
pada Remaja dengan Overweight di SMA *
Pembimbing Utama : Ingrid Dirgahayu, S.Kp., M.KM
Pembimbing Pendamping : Vivop Marti Lengga, S.Kep., Ners., M.Kep

No	Hari/ Tanggal	Catatan Pembimbing	Paraf Pembimbing
7.	Jumat, 13 Januari 2023	Perbaiki Bab 3-4	
8.	Rabu, 19 Januari 2023	Perbaiki Bab 3 dan 4 (Instrumen)	
9.	Selasa, 24 Januari 2023	Perbaiki Kerangka Penelitian	
10	15-01-2023	Acc SUP	
11.	Rabu, 7 Juni 2023	Acc pengambilan Data.	



LEMBAR BIMBINGAN

Nama Mahasiswa : Dhia Enipilia Saumi Mumtaz
NIM : 191FK03066
Judul Skripsi : *Sedentary Lifestyle dan Binge Eating Disorder pada Remaja Overweight di Kota Bandung*
Pembimbing Utama : Ingrid Dirgahayu, S.Kp., M.KM
Pembimbing Pendamping : Vivop Marti Lengga, S.Kep., Ners., M.Kep

No	Hari/ Tanggal	Catatan Pembimbing	Paraf Pembimbing
12	20/06/23	Bimbingan Sampel & teknik sampel	
13	27/06/23	Hasil Data, lanjutkan bab 5	
14	5/7/23	Bab 5, Perbaiki bab 5	
15	10/7/23	Lengkapi, perbaiki bab 5, Pembahasan diperbanyot & diperelas	
16	13 Juli 2023	Accesidang Akhir	



LEMBAR BIMBINGAN

Nama Mahasiswa : DHIA ENIPILIA J. M
NIM : 191F03066
Judul Skripsi : Sedentary Lifestyle dan Binge Eating Disorder
pada Remaja dengan Overweight Di SMA X
Pembimbing Utama : Ingrid Dirgahayu, S.Kep, M.KM
Pembimbing Pendamping : Vivop Marti Lengga, S.Kep, Ners, M.Kep

No	Hari/ Tanggal	Catatan Pembimbing	Paraf Pembimbing
1.	Jum'at 11/11/22	Pembuatan Bab 1	
2.	Jum'at, 2/12/22	Bimbingan Bab 1	
3.	Senin, 12/12/22	Perbaiki Bab 1	
4.	Selasa, 3/1/23	Perbaiki Bab 1, Bab 2, Bab 3. Lanjutkan Bab 4	
5.	Jum'at, 13/1/23	Perbaiki Bab 1 - Bab 4.	
6.	Jum'at, 20/1/23	Perbaiki etika penelitian ACE Endang	
7.	Jum'at 19/5/23	Lanjutkan perbaikan BAB I & B	
8.	Jum'at 26/5/23	Perbaiki urutan BAB I	
9.	Rabu, 31/05/23	Perbaiki BAB I Bilakan kepengisi	



LEMBAR BIMBINGAN

Nama Mahasiswa : Dhia Enipilia Saumi Mumtaz
NIM : 191FK03066
Judul Skripsi : *Sedentary Lifestyle dan Binge Eating Disorder pada Remaja Overweight di Kota Bandung*

Pembimbing Utama : Ingrid Dirgahayu, S.Kp., M.KM
Pembimbing Pendamping : Vivop Marti Lengga, S.Kep., Ners., M.Kep

No	Hari/ Tanggal	Catatan Pembimbing	Paraf Pembimbing
10	15/06/23	Bimbingan terkait teknik dan jumlah sampel	
11	27/06/23	Bimbingan hasil data penelitian	
12	5/07/23	Bimbingan terkait Bab 5 dan 6	
13	10/07/23	Perbanyak penjelasan pada pembahasan mengapa sedentary lifestyle tinggi dan sedang, BED tinggi? Hubungan dengan faktor yang mempengaruhi SL dengan BED, hasil kuisioner, pola asuh/makanan, genetika, jenis makanan/jajanan? -perbaiki abstrak	
14	17/07/23	Perbaiki pembahasan tLl sedang	

Lampiran 12: Kisi-Kisi ASAQ

Kisi-kisi		Item	Contoh Pertanyaan
Rekreasi Layar Kecil	1, 2, 3		Menonton acara televisi
Pendidikan	4, 5, 6		Les mata pelajaran
Berpergian	7		Penggunaan alat transportasi (mobil, bis, kereta api)
Kegiatan Membaca bersenang-senang	Budaya, 8 untuk		Membaca novel
Kegiatan Sosial	9, 10, 11		Mengobrol secara langsung maupun melalui media sosial (sambal duduk)

Lampiran 13: Kisi-Kisi Kuesioner BES

Kisi-kisi	Item	Contoh Pertanyaan
Perilaku dan emosional	2, 3, 5, 8, 10, 11, 13, 15, 16	Ketika makan dengan cepat, saya mudah merasa kenyang.
Respon kognitif	4, 7, 9, 14	Seringkali saya makan ketika bosan, namun terkadang saya mampu mengalihkan pikiran dari makan
Rasa bersalah atau malu	1, 6, 12	Ketika saya berpikir tentang berat badan, saya merasa malu dan jijik

Lampiran 14: Form Bukti Menjadi Oponen



**Fakultas Keperawatan
Universitas
Bhakti Kencana**

Jl. Sekeloa Utara No. 754 Bandung
☎ 022 7830 740, 022 7830 748
✉ info@ubk.ac.id contact@ubk.ac.id

LEMBAR OPONEN

Nama Mahasiswa : Dhia Enipilia Saumi Mumtaz
NIM : 191FK03066

No	Hari/ Tanggal	Penyaji	Judul Proposal Penelitian	Tgl Moderator
1.	Rabu, 24 Mei 2023	Rizky Nurheni Sohargo	Hubungan Dukungan Sosial dengan Adaptasi Lingkungan pada Mahasiswa Baru UBK Bandung.	
2.	Senin, 12 Juni 2023	Diana Octavianti Awinero	Pengaruh Edukasi dengan Metode door to door Terhadap Tingkat Pengetahuan Tentang Penatalaksanaan 5 Pilar Diabetes melitus id Pasien DM Tipe 2 di Puskesmas Bobakan Sari.	
3.	Jum'at 23 Juni 2023	Aghnira Yulanda	Hubungan Ankle Brodial Index dengan Sensitivitas Kaki Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe II di Wilayah Kerja puskesmas Padamukti	
4.	Jum'at 23 Juni 2023	Lia Apriani	Hubungan Tingkat Stress dengan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Melitus di Puskesmas Bobakan Sari Kota Bandung	



Fakultas Keperawatan
Universitas
Bhakti Kencana

Jl. Soekarno Hatta No. 754 Bandung
☎ 022 7830 760 022 7830 768
✉ bku.ac.id • contact@bku.ac.id

Lampiran 14

LEMBAR OPONEN

Nama Mahasiswa : Dhia Eniplica S.M
NIM : 1915503066

No	Hari/ Tanggal	Penyaji	Judul Proposal Penelitian	Ttd Moderator
5	Kamis, 6 Juli 2023	Adinda Putri Sodikin	Hubungan Self Empowerment dengan Kadar Gula Darah pada pasien Prolanis Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Puskesmas Pada Mukti	

Lampiran 15: Matriks Sidang Akhir



Fakultas Keperawatan
Universitas
Bhakti Kencana

No Dok 10.33.00/TKAA 4/5/KEP SPN



MATRIKS EVALUASI UJIAN SIDANG AKHIR / SKRIPSI PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN TAHUN AKADEMIK 2022/2023

Nama : Dhia Enipilia Saumi Mumtaz
NIM : 191FK03066
Program Studi : Sarjana Keperawatan
Pembimbing : Ingrid Dirgahayu, S.Kp., M.KM dan Vivop Marti Lengga, M.Kep
Penguji : Tri Nur Jayanti, M.Kep.

No	Perbaikan / Masukan (diisi pada saat ujian oleh Penguji)	Hasil Revisi (diisi oleh mahasiswa sebagai bentuk jawaban perbaikan/masukan penguji)
1.	Sebutkan data dinkes sebagai data populasi	Dinas Kesehatan kota Bandung tahun 2021 mengungkapkan, kecamatan Buahbatu memiliki angka overweight cukup tinggi, dimana berdasarkan data didapatkan hasil bahwa 509 remaja kecamatan Buahbatu mengalami overweight.
2.	Teknik sampling, kriteria, rumus, pastikan dapat me-generalisasi populasi	Penelitian ini menggunakan teknik sampling non-probability yaitu metode accidental sampling dengan jumlah sampel 35 orang dengan menggunakan rumus Lameshow dengan waktu satu minggu pengambilan data di kecamatan Buahbatu kota Bandung. $n = \frac{1,96^2 \cdot P \cdot (1-P) \cdot N}{0,1^2 \cdot (N-1) + 1,96^2 \cdot P \cdot (1-P)}$ $n = \frac{3,8416 \cdot 0,102 \cdot (1-0,898) \cdot 509}{0,01 \cdot 508 + 3,8416 \cdot 0,102 \cdot 0,898}$ $n = \frac{179,10447354}{5,4318751936}$ $n = 32$ $n = 32 + 10\% = 35$
3.	Masukan: aktivitas fisik dalam keseharian	Remaja overweight di kecamatan Buahbatu rata-rata menggunakan waktunya di rumah untuk mengerjakan tugas, melakukan hobinya, dan beristirahat sisanya mereka lakukan kegiatan di sekolah. Aktivitas fisik yang remaja overweight lakukan dalam kesehariannya adalah membersihkan dan membereskan rumah, serta melakukan aktivitas olah raga saat weekend. Aktivitas fisik itu dilakukan kurang lebih satu jam perhari.
4.	Bahasa tabel jangan diulang kembali di penjelasannya agar fungsi tabel tetap berfungsi	Sudah diperbaiki
5.	Bahas hingga jenis makanannya; tinggi karbo atau lemak?	Tingginya karbohidrat juga menjadi salah satu penyebab remaja menjadi overweight. Remaja mengatakan bahwa makanan yang dikonsumsi kebanyakan mengandung karbohidrat dibandingkan dengan gizi lainnya seperti lemak nabati, lemak



Fakultas Keperawatan

Universitas
Bhakti Kencana

hewan, dan serat. Hal ini disebabkan dalam penelitian Damayanti, dkk (2020) bahwa tingginya asupan karbohidrat akan disimpan dalam bentuk lemak dan glikogen, lalu disimpan dalam perut, dibawah kulit dan menyebabkan overweight.

Mengetahui,

Sebelum Revisi		Setelah Revisi	
1. Mahasiswa	: <i>dy.</i>	1. Mahasiswa	: <i>dy.</i>
2. Pembimbing	: <i>[Signature]</i>	2. Pembimbing	: <i>[Signature]</i>
3. Penguji	: <i>[Signature]</i>	3. Penguji	: <i>[Signature]</i>



MATRIKS EVALUASI UJIAN SIDANG AKHIR / SKRIPSI
PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN
TAHUN AKADEMIK 2022/2023

Nama : Dhia Eripilia Saumi Mumtaz
NIM : 191FK03066
Program Studi : Sarjana Keperawatan
Pembimbing : Pembimbing : Ingrid Dirgahayu, S.Kp., M.KM dan Vivop Marti Lengga, M.Kep
Penguji : Novitasari, M.Kep

No	Perbaikan / Masukan (diisi pada saat ujian oleh Penguji)	Hasil Revisi (diisi oleh mahasiswa sebagai bentuk jawaban perbaikan/masukan penguji)
1.	Data permasalahan belum muncul di latar belakang; data jumlah remaja di sekolah yang overweight, untuk memperkuat tambahkan data overweight kecamatan	Dinas Kesehatan kota Bandung tahun 2021 mengungkapkan, kecamatan Buahbatu memiliki angka overweight cukup tinggi, dimana berdasarkan data didapatkan hasil bahwa 509 remaja kecamatan Buahbatu mengalami overweight.
2.	BAB II Tambahkan faktor-faktor yang mempengaruhi sedentary lifestyle dan BED, dan faktor yang mempengaruhi keduanya. Sesuaikan dengan kerangka teori	- Faktor yang mempengaruhi sedentary lifestyle: pengetahuan, sikap, hobi, jenis kelamin, fasilitas, transportasi, pendapatan orang tua, sosial geografis. - Faktor yang mempengaruhi BED: genetik, riwayat keluarga, trauma seksual atau fisik di rumah, pelecehan emosional dan penelantaran, situasi negatif lainnya yang melibatkan kehilangan atau trauma dengan keluarga seseorang atau di masa kecil mereka, tumbuh dengan anggota keluarga yang menunjukkan kebiasaan makan yang tidak teratur dan tidak sehat, riwayat keluarga depresi atau gangguan mood, citra tubuh yang buruk, harga diri rendah.
3.	Mengapa sedentary lifestyle tinggi; jelaskan faktor yang mempengaruhi, baru deskripsikan berdasarkan hasil kuesioner. Berbeda lagi dengan sedentary lifestyle sedang, jelaskan lagi faktornya baru deskripsikan hasil kuesioner. Begitu juga pembahasan pada BED.	Tingginya sedentary lifestyle berdasarkan hasil penelitian disebabkan oleh penggunaan komputer, melakukan hobi (menonton tv, mendengarkan lagu, dan membaca buku) dan mengobrol secara langsung maupun melalui media sosial yang remaja lakukan dalam kesehariannya. Sesuai kuesioner remaja menghabiskan masing-masing dua hingga tiga jam sehari untuk menggunakan komputer, melakukan hobi, dan mengobrol secara langsung maupun melalui media sosial. Hal tersebut dapat terjadi dikarenakan hobi sesuai dengan yang dijelaskan oleh Hayati et al., (2022) bahwa hobi merupakan faktor yang mempengaruhi sedentary lifestyle. Semakin baik kemajuan teknologi saat ini, menyebabkan para remaja melakukan banyak aktivitas di media sosialnya seperti, menonton video, melakukan scrolling aplikasi, dan mendengarkan musik. Remaja juga memanfaatkan teknologi untuk memudahkan



	aktivitasnya seperti penggunaan aplikasi ojek online dimana remaja tidak perlu jalan kaki terlebih dahulu untuk menemukan kendaraan umum, tetapi langsung menempati dan sampai ke daerah tujuan. Itu merupakan salah satu penyebab sedentary lifestyle yang termasuk kemudahan atau fasilitas yang diakibatkan oleh teknologi. Sesuai dengan penjelasan Hayati et al., (2022) bahwa fasilitas merupakan faktor yang mempengaruhi sedentary lifestyle sehingga seseorang menjadi malas untuk bergerak. Kategori sedang pada sedentary lifestyle di kalangan remaja overweight di kecamatan Buahbatu disebabkan oleh perbedaan penggunaan waktu pada masing-masing kegiatan. Pada kategori sedentary lifestyle tinggi dan sedentary lifestyle sedang rata-rata pernyataan les mata pelajaran remaja hanya menghabiskan waktu 1 jam. Pada kategori sedentary lifestyle sedang, remaja hanya menghabiskan waktunya rata-rata 18 menit, sedangkan kategori sedentary lifestyle tinggi remaja menghabiskan waktu rata-rata 47 menit untuk les mata pelajaran. Binge eating disorder kategori tinggi ini disebabkan karena 24 dari 35 remaja di kecamatan Buahbatu merasa malu dan jijik jika memikirkan tentang berat badan mereka. Sesuai dengan penelitian Annahar dan Hendrati (2022) mengatakan bahwa ketidakpuasan citra tubuh menjadi faktor risiko terjadinya depresi pada remaja overweight, yang dimana depresi merupakan salah satu penyebab binge eating disorder (Thamrin, dkk 2018). Citra tubuh yang buruk merupakan faktor risiko dari binge eating disorder (Walden, 2023). Penelitian Annahar dan Hendrati (2022) juga mengungkapkan penderita binge eating disorder disebabkan karena tingkat depresi yang sedang ataupun sangat berat. Masdar, dkk (2016) menyebutkan bahwa faktor psikologi seperti depresi memiliki hubungan dengan status gizi pada remaja. Depresi berhubungan dengan status gizi seseorang (DI, 2013). Remaja menjawab 18 dari 35 remaja overweight merasa sangat tidak mampu mengontrol keinginan untuk makan terus-menerus. Hal ini merupakan ciri-ciri seseorang mengalami binge eating disorder yaitu kebiasaan makan secara berlebihan dan tidak dapat berhenti, serta makan dalam jumlah banyak (PsikologiD, 2015). Hal ini sejalan dengan penelitian Kurdaningsih, et al (2016) yang menyebutkan bahwa pola makan yang tidak sehat dapat menyebabkan overweight.
4. Sarannya lebih konsisten ☎ 022 7630 740 022 7630 746 ✉ info@bk.ac.id ✉ contact@bk.ac.id	- Bagi masyarakat Bagi masyarakat hasil penelitian ini menjadi informasi sekaligus mengembangkan ilmu mengenai gambaran sedentary lifestyle dan

	binge eating disorder pada remaja overweight. Masyarakat lebih memperhatikan dampak dari sedentary lifestyle dan binge eating disorder pada remaja terutama remaja overweight. • Bagi peneliti selanjutnya Bagi peneliti selanjutnya hasil penelitian ini dapat menjadi acuan untuk penelitian berikutnya. Penelitian ini dapat dijadikan dasar untuk mengembangkan penelitian hingga mencari solusi penanganan untuk sedentary lifestyle dan binge eating disorder pada remaja overweight.
5. Abstrak sesuaikan dengan rujukan panduan, metodenya perbaiki lagi.	WHO memperkirakan pada tahun 2025, sekitar 167 juta orang dewasa dan anak-anak akan menjadi kurang sehat akibat dari overweight. Penimbunan lemak yang berlebihan di bawah diafragma dan didalam dinding dada dapat menekan paru-paru sehingga dapat menyebabkan gangguan pernapasan dan sesak walaupun seorang penderita hanya melakukan aktivitas yang ringan. Faktor penyebab overweight seperti genetik, perilaku makan, ekonomi dan aktivitas fisik. Aktivitas fisik yang sedikit dapat disebut dengan sedentary lifestyle. Sedentary lifestyle yaitu kebiasaan seseorang yang sedikit melakukan aktivitas fisik, seperti bermain games, membaca, tetapi tidak termasuk waktu tidur. Selain aktivitas fisik yang sedikit. Kebiasaan makan yang tidak baik juga, dapat menyebabkan overweight, salah satunya Binge Eating Disorder (BED) adalah suatu pola makan tidak normal, yaitu seseorang mengonsumsi makanan dengan porsi yang sangat besar dalam waktu yang terbatas. Penelitian ini menggunakan rancangan penelitian kuantitatif deskriptif dengan tujuan mengetahui gambaran sedentary lifestyle dan binge eating disorder pada remaja overweight dengan sampel 35 orang. Penelitian ini menggunakan kuesioner ASAQ dan BES. Hasil penelitian sebagian besar remaja overweight mengalami sedentary lifestyle kategori tinggi (22 orang) pada binge eating disorder kategori parah (24 orang). Kemajuan teknologi, hobi, merupakan faktor terjadinya perubahan perilaku dalam aktivitas fisik remaja yang semakin rendah. Faktor psikologi seperti depresi memiliki hubungan dengan status gizi. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi informasi sekaligus mengembangkan ilmu mengenal gambaran sedentary lifestyle dan binge eating disorder pada remaja overweight. Masyarakat lebih memperhatikan dampak dari sedentary lifestyle dan binge eating disorder pada remaja terutama remaja overweight.



Fakultas Keperawatan
Universitas
Bhakti Kencana

No Dok 10.33.00/IRMA 4/SIKEP-SPM



Mengetahui,

Sebelum Revisi		Setelah Revisi	
1. Mahasiswa	: 	1. Mahasiswa	: 
2. Pembimbing	: 	2. Pembimbing	: 
3. Penguji	: 	3. Penguji	: 



Lampiran 16: Daftar Riwayat Hidup



Nama Lengkap : Dhia Enipilia Saumi Mumtaz
NIM : 191FK03066
Tempat/Tanggal Lahir : Bandung, 27 November 2000
Alamat : Bumi Panyileukan, Kota Bandung
E-mail : dhia.enipiliasm@gmail.com
No. HP : 0852-2028-2345

Riwayat Pendidikan :

1. MI Zakaria : Tahun 2009-2015
2. SMP Istiqamah : Tahun 2015-2017
3. SMA Istiqamah : Tahun 2017-2019
4. Universitas Bhakti Kencana
Bandung Program Studi
Sarjana Keperawatan : Tahun 2019-2023

ORIGINALITY REPORT

24%
SIMILARITY INDEX

24%
INTERNET SOURCES

5%
PUBLICATIONS

8%
STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1	journal.uinjkt.ac.id Internet Source	7%
2	repository.bku.ac.id Internet Source	2%
3	adoc.pub Internet Source	1%
4	journal.unnes.ac.id Internet Source	1%
5	ejurnal.ars.ac.id Internet Source	1%
6	docplayer.info Internet Source	1%
7	Submitted to Universitas Nasional Student Paper	1%
8	repository.poltekkeskupang.ac.id Internet Source	1%
9	123dok.com Internet Source	1%

10	www.researchgate.net Internet Source	1 %
11	fitk.iainambon.ac.id Internet Source	<1 %
12	repository.usd.ac.id Internet Source	<1 %
13	Submitted to Universitas Pendidikan Indonesia Student Paper	<1 %
14	repo.poltekkestasikmalaya.ac.id Internet Source	<1 %
15	jurnal.unsil.ac.id Internet Source	<1 %
16	jikm.upnvj.ac.id Internet Source	<1 %
17	repository.uin-suska.ac.id Internet Source	<1 %
18	www.coursehero.com Internet Source	<1 %
19	repository.ub.ac.id Internet Source	<1 %
20	Submitted to Universitas Muhammadiyah Surakarta Student Paper	<1 %

21	repository.stikeselisabethmedan.ac.id Internet Source	<1 %
22	e-journal.lppmdianhusada.ac.id Internet Source	<1 %
23	repository.unika.ac.id Internet Source	<1 %
24	docobook.com Internet Source	<1 %
25	repository.unhas.ac.id Internet Source	<1 %
26	eprints.undip.ac.id Internet Source	<1 %
27	lib.unnes.ac.id Internet Source	<1 %
28	infokursus.net Internet Source	<1 %
29	pdfcoffee.com Internet Source	<1 %
30	repository.um-surabaya.ac.id Internet Source	<1 %
31	Submitted to Submitted on 1691552635289 Student Paper	<1 %
32	eprints.poltekkesjogja.ac.id Internet Source	<1 %

33

repository.itekes-bali.ac.id

Internet Source

<1 %

34

www.scribd.com

Internet Source

<1 %

35

eprints.uny.ac.id

Internet Source

<1 %

36

[Submitted to Forum Perpustakaan Perguruan Tinggi Indonesia Jawa Timur](#)

Student Paper

<1 %

37

www.klikdokter.com

Internet Source

<1 %

38

[Submitted to University of Queensland](#)

Student Paper

<1 %

39

edoc.pub

Internet Source

<1 %

40

perpustakaan.poltekkes-malang.ac.id

Internet Source

<1 %

41

[Submitted to Universitas Negeri Semarang](#)

Student Paper

<1 %

42

core.ac.uk

Internet Source

<1 %

43

jurnal.unived.ac.id

Internet Source

<1 %

44	docs.google.com Internet Source	<1 %
45	id.123dok.com Internet Source	<1 %
46	Submitted to Purdue University Student Paper	<1 %
47	repository.wima.ac.id Internet Source	<1 %
48	help.scilab.org Internet Source	<1 %
49	Mefa Hidayatul Rohmah, Ninna Rohmawati, Sulistiyani Sulistiyani. "Hubungan kebiasaan sarapan dan jajan dengan status gizi remaja di Sekolah Menengah Pertama Negeri 14 Jember", Ilmu Gizi Indonesia, 2020 Publication	<1 %
50	ejournal.undip.ac.id Internet Source	<1 %
51	eprints.iain-surakarta.ac.id Internet Source	<1 %
52	pardedeku.blogspot.com Internet Source	<1 %
53	repository.binawan.ac.id Internet Source	<1 %

54

www.documentation.ird.fr

<1 %

55

www.neliti.com

Internet Source

<1 %

56

Livana PH, Hermanto Hermanto, Nanda Putra Pratama. Jurnal Kesehatan Manarang, 2018

Publication

<1 %

57

Wiwit Dwi Nurbadriyah. "PERILAKU ORANGTUA DALAM PENCEGAHAN OBESITAS ANAK PRASEKOLAH BERBASIS THEORY OF PLANNED BEHAVIOUR (TPB)", Jurnal Ners dan Kebidanan (Journal of Ners and Midwifery), 2018

Publication

<1 %

58

digilib.unila.ac.id

Internet Source

<1 %

59

lp2m.stikesayani.ac.id

Internet Source

<1 %

60

repository.unair.ac.id

Internet Source

<1 %

61

repository.unj.ac.id

Internet Source

<1 %

62

repository.unsri.ac.id

Internet Source

<1 %

63

ejournal3.undip.ac.id

Internet Source

<1 %

64

jurnal.ugm.ac.id

Internet Source

<1 %

65

jurnal2.untagsmg.ac.id

Internet Source

<1 %

66

repositori.usu.ac.id

Internet Source

<1 %

67

repository.stikes-bhm.ac.id

Internet Source

<1 %

68

repository.unej.ac.id

Internet Source

<1 %

69

tesis.pucp.edu.pe

Internet Source

<1 %

70

Christel van den Bogaard. "Linking the North Atlantic to central Europe: a high-resolution Holocene tephrochronological record from northern Germany", Journal of Quaternary Science, 01/2002

Publication

<1 %

Exclude quotes On

Exclude matches Off

Exclude bibliography On