



Unggul Dalam IPTEK

Kokoh Dalam IMTAQ

SKRIPSI

**HUBUNGAN POLA MAKAN DAN AKTIVITAS FISIK DENGAN
KEJADIAN OBESITAS PADA SISWA KELAS XI SMA SANDIKTA
JATIRAHAYU BEKASI TAHUN
2023**

ADILLA AZZAHRA

2019720106

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JAKARTA**

2023



*Unggul Dalam IPTEK
Kokoh Dalam IMTAQ*

SKRIPSI

**HUBUNGAN POLA MAKAN DAN AKTIVITAS FISIK DENGAN
KEJADIAN OBESITAS PADA SISWA KELAS XI SMA SANDIKTA
JATIRAHAYU BEKASI TAHUN
2023**

**ADILLA AZZAHRA
2019720106**

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JAKARTA
2023**

LEMBAR PERSETUJUAN

Skripsi dengan judul :

**HUBUNGAN POLA MAKAN DAN AKTIVITAS FISIK DENGAN
KEJADIAN OBESITAS PADA SISWA/SISWI KELAS XI SMA SANDIKTA
JATIRAHAYU BEKASI**

Oleh :

ADILLA AZZAHRA

NPM 2019720106

Telah diperiksa dan disetujui dosen pembimbing untuk dilakukan uji sidang skripsi

Jakarta, 4 Agustus 2023

Mengetahui,

Pembimbing



(Ns. Masnun Zuryati., M.Kep)

Mengetahui

Ka Prodi Keperawatan



(Neneng Kurwiyah, S.Kep., Ns)

Lampiran

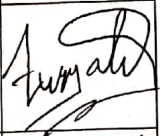
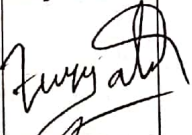
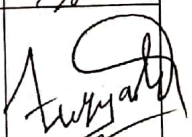



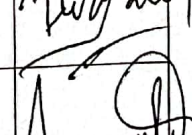
LEMBAR KONSULTASI

Nama : Adilla Azzahra

NPM : 2019720106

Nama Pembimbing : Ns. Masmun Zuryati, M. Kep.

Judul Skripsi : Hubungan Pola Makan dan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Obesitas siswa/siswi kelas XI SMA Sandikta Jatirahayu Bekasi

Hari/Tgl	Topik Diskusi	Masukan Pembimbing	TTD
Senin / 6 Maret 2023	Membahas Jurnal dan Judul yang dipilih	Melakukan studi pendahuluan	
Senin / 13. Maret 2023	Membahas BAB I & Studi pendahuluan	Revisi BAB I	
Senin / 29. Maret 2023	Konsul REVISI BAB I	REVISI BAB I & Lanjut. Menyusun BAB II	
Jumat / 31 Maret 2023	REVISI BAB I & Mengumpulkan BAB II	REVISI BAB I & II	
Kamis / 6 April 2023	REVISI BAB I & II	Lanjut menyusun bab. III & IV dan revisi BAB II	
Jumat / 28 April 2023.	Bimbingan BAB III & IV, dan kuesioner	REVISI BAB III & IV dan kuesioner	
Senin / 8 Mei 2023.	Bimbingan BAB III & IV, dan kuesioner.	Revisi spasi, Revisi kata Pengantar & Daftar Isi	

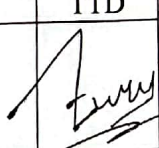
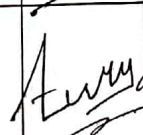

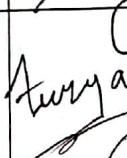


LEMBAR KONSULTASI

Nama : Adilla Azzahra

NPM : 2019720106

Nama Pembimbing : Ns. Masmun Zuryati, M. Kep.

Judul Skripsi : Hubungan Pola Makan dan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Obesitas siswa/siswi kelas XI SMA Sandikta Jatirahayu Bekasi

Hari/Tgl	Topik Diskusi	Masukan Pembimbing	TTD
Senin 12 Mei 2023	Revisi BAB I - IV setelah uji proposal	Revisi kuesioner & lanjut penelitian.	
Kamis 13 Juli 2023	Bimbingan BAB V & VI	Revisi BAB V	
Jumat 12 Juli 2023	Revisi BAB V, VI dan bimbingan BAB VII	Revisi BAB VI & VII Revisi Saran.	
Jumat 28 Juli 2023	Revisi BAB VI & VII	Revisi kata & penulisan BAB VI	
Senin 13 Juli 2023	Mengumpulkan BAB I - VII	Menambahkan kata pengantar 4/ photo setelah revisi BAB VI	
Kamis 13 Agustus 2023	Bimbingan BAB VI	Acc BAB I - VII, lanjut sidang skripsi	



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JAKARTA
FAKULTAS II ILMU KEPERAWATAN
Program Studi Ilmu Keperawatan

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

DAFTAR HADIR MAHASISWA
UJIAN SIDANG RISET KEPERAWATAN
TAHUN AKADEMIK. ...2022.../2023 .
PSIK FIK-UMJ

RUANG : 503 .

NO	NPM	NAMA MAHASISWA	TANDA TANGAN
1	2019720106 .	ADILLA AZZAHRA	
2		SHALZA DWI PARAMITHA	
3			
4			
5			
6			
7			
8			
9			
10			

Program Studi :
Ilmu Keperawatan
SI Keperawatan
Dokter Keperawatan (PSI)

Jl. Cempaka Putih Tengah I No. 1 Jakarta Pusat 10510, Telp./Fax: (021) 4428023/2
Jl. Cempaka Putih Tengah I No. 1 Jakarta Pusat 10510, Telp./Fax: (021) 4428023/2



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JAKARTA
FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN
Program Studi Ilmu Keperawatan

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

DAFTAR HADIR PENGUJI
UJIAN SIDANG RISET KEPERAWATAN
TAHUN AKADEMIK. .2022/2023 .
PSIK FIK-UMJ

RUANG : 503 .

NO	NAMA PENGUJI	TANDA TANGAN
1	Ns. Masmun Zuryati, M.kep.	
2	Abdul Rahim Kamil Sp.kep.MB	
3	Rizki Agung Nugraha Sp.kep.MB	

Program Studi :

Magister Keperawatan

SA Keperawatan

ODH Keperawatan RSD

II Cempaka Putih Tengah I No. 1 Jakarta Pusat 10510, Telp/Fax (021) 42802292

II Cempaka Putih Tengah I No. 1 Jakarta Pusat 10510, Telp/Fax (021) 42802292

II Cempaka Putih Tengah I No. 1 Jakarta Pusat 10510, Telp/Fax (021) 42808669



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JAKARTA
FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN
Program Studi Ilmu Keperawatan



BERITA ACARA
UJIAN RISET KEPERAWATAN

Pada hari ini, Jumat tanggal 4 bulan Agustus Tahun 2023; telah dilakukan ujian Riset Keperawatan terhadap peserta Program Studi Ilmu Keperawatan – Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Jakarta.

Nama : ADILLA RAZAHPA
No. Pokok/NIRM : 2610720106
Peminatan : Kep. Medikal Bedah
 Kep. Maternitas
 Kep. Anak
 Kep. Jiwa
 Kep. Komunitas/ Keluarga/ Gerontik
 Kep. Gawat Darurat

Judul Riset :
Hubungan Pola makan dan aktivitas fisik dengan kesehatan jantung pada siswa kelas XI S.M.A Saadikha Jati Mahajua Bekasi

Berdasarkan Keputusan Para Penguji yang terdiri dari:
Ketua : Masman
Anggota : A.R. Kamal, Rizky N.A.

Peserta tersebut dinyatakan (pilih salah satu pernyataan dibawah ini)
 Tidak lulus
 Lulus Tanpa Perbaikan
 Lulus Dengan Perbaikan

Sesuai masukan dan saran penguji

1. Penguji I : Masman
2. Penguji II : Midi Putrianti
3. Penguji III : Rizky N.A.

Jakarta, 4 Agustus 2023

Ketua Tim Penguji

(M. Masman)

Program Studi :
Magister Keperawatan : Jl. Cempaka Putih Tengah I No. 1 Jakarta Pusat 10510, Telp Fax. (021) 42802202
S1 Keperawatan : Jl. Cempaka Putih Tengah I No. 1 Jakarta Pusat 10510, Telp Fax. (021) 42802202
D III Keperawatan RSII : Jl. Cempaka Putih Tengah I No. 1 Jakarta Pusat 10510, Telp Fax. (021) 42878669



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JAKARTA
FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN
Program Studi Ilmu Keperawatan



FORMULIR PENILAIAN UJIAN RISET KEPERAWATAN

Nama : ADILLA Azzahra
No. Pokok/NIRM : 2019220106
Peminatan :
Judul Riset : Hubungan pola makan & aktivitas fisik dengan kejadian obesitas pada siswa kelas XI SMA Sandiketa. Jababara befasri

Aspek Yang Dinilai	Nilai	Bobot	Nilai x Bobot
1. Penyajian Lisan: Bagaimana penggunaan wtu untuk penyajian, bagaimana kejelasan serta efektifitas pemakaian AVA	80	1	80
2. Sistematika Penulisan, Penggunaan Kalimat dan Pemilihan Kata/Istilah: Adakah kesinambungan antar BAB, keajegan istilah, kesempurnaan kalimat serta penulisan pustaka	82	1	82
3. Isi (Laporan hasil Penelitian/Prototipe): Apakah hasil penelitian atau rancangan model yang buat di jelaskan dengan bahsa yang ilmiah lugas serta jujur. Apakah hasil dapat mengungkapkan permasalahan, tujuan yang dicapai dan kalauada hipotesa sudah dapat merupakan suatu model, apakah model tersebut berhasil disimulasikan.	80	3	240
4. Kesimpulan dan Saran : Apakah kesimpulan yang diajukan sesuai dengan hasil penelitian dan saran yang dibuat cukup spesifik serta dapat dilaksanakan	82	2	164
5. Tanya Jawab : Bagaimana ketetapan jawaban dan kemampuan argumentasi serta sikap/penampilan pada saat menjawab pertanyaan yang diajukan.	83	3	249
TOTAL	404		810

Penjelasan Penelitian

85.00 - 100.00	A
80.00 - 84.99	A-
75.00 - 79.99	B+
70.00 - 74.99	B
65.00 - 69.99	B-
60.00 - 64.99	C+
55.00 - 59.99	C
50.00 - 54.99	C-
45.00 - 49.99	D

Total	
Nilai = $\frac{810}{10}$	= 81.0 (A-)

Jakarta, 4 Agustus 2023
Penguji

Adilla
Maximura

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JAKARTA
FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN
Program Studi Ilmu Keperawatan



REKAPITULASI NILAI UJIAN RISET KEPERAWATAN

Nama : ... Adilla Azzahra .
No. Pokok/NIRM : ... 106
Mata Ajar : ... Riset
Kasus : ... K.M.B.

No.	NAMA PENGUJI	NILAI
1.	Masnun Zuryati	81
2.	A.R. Kamil	80
3.	Rizki H.A.	83
TOTAL		244

$$\text{Nilai Akhir} = \frac{\text{Total}}{\Sigma \text{penguji}} = \frac{244}{3} = 81.33 \text{ [A]}$$


Pembimbing / Ketua Penguji

(.....)



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JAKARTA
FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN
Program Studi Ilmu Keperawatan

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

REKAPITULASI NILAI
SIDANG RISET KEPERAWATAN


NAMA MAHASISWA : Adilla Azzahra
NPM : 106
JUDUL PENELITIAN : Mub. pola makan dan aktifitas
fisik dengan kejadian obesitas

No.	NAMA PENGUJI	Bobot (B)	Nilai (N)	Nilai Akhir (BxN)
1.	Uji Proposal	20%	77	15,4
2.	Penelitian/ Bimbingan	30%	85	25,5
3.	Uji Hasil	50%	81,3	40,6
	Jumlah	100%		81,5

Jakarta, 4 Agustus 23

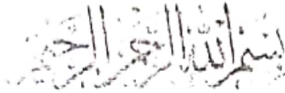
Tim Penguji

Mengetahui,


..... Mas-tun
Ketua Tim

.....
Koordinator Riset Keperawatan

Ketua Tim



**BERITA ACARA
UJIAN PROPOSAL PENELITIAN KEPERAWATAN**

Pada hari ini, Selasa tanggal 23 bulan Mei Tahun 2023 telah dilakukan ujian Proposal Penelitian terhadap peserta Program Studi Keperawatan – Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Jakarta.

Nama : ... *Adilla Az Zahra*
No. Pokok/NIRM : ... *106*
Peminatan : [] Kep. Medikal Bedah
 [] Kep. Maternitas
 [] Kep. Anak
 [] Kep. Jiwa
 [] Kep. Komunitas/ Keluarga/ Gerontik
 [] Kep. Gawat Darurat

Judul Riset : ... *Hubungan antara kemampuan dan keterampilan dasar keperawatan Obstetri pada Gawat Darurat pada ibu hamil dan melahirkan*

Berdasarkan Keputusan Para Penguji yang terdiri dari:

Ketua : ... *M. Asmahan*
Anggota : ... *A. B. Kurnia, Rizki N.A*

Peserta tersebut dinyatakan (pilih salah satu pernyataan dibawah ini)

- [] Lanjut Tanpa Perbaikan
- [] Lanjut Dengan Perbaikan
- [] Tidak Dapat Dilanjutkan

..... sesuai masukan dan saran penguji
.....
.....

1. Penguji I : ... *M. Asmahan*
2. Penguji II : ... *A. B. Kurnia*
3. Penguji III : ... *Rizki N.A*

Jakarta, ... *23 Mei 2023*

Ketua Tim Penguji
M. Asmahan
(... *M. Asmahan* ...)



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JAKARTA
FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN
Program Studi Ilmu Keperawatan



FORMULIR PENILAIAN
UJIAN PROPOSAL PENELITIAN KEPERAWATAN

Nama : Adilla Zahra
No. Pokok/NIRM : 106
Peminatan : KMB
Judul Riset : Hub pola makan dan aktifitas fisik dgn kejadian obesitas pd siswa kelas IX SMA Bekasi

Aspek Yang Dinilai	Bobot	Nilai	Bobot x Nilai
1. Penyajian Lisan: Bagaimana penggunaan waktu untuk ujian, bagaimana kejelasan serta efektifitas pemakaian <i>audio visual aids (AVA)</i>	1	80	80
2. Sistematika Penulisan, Penggunaan Kalimat dan Pemilihan Kata/Istilah: Adakah kesinambungan antar BAB, kejelasan istilah, kesempurnaan kalimat; penulisan sumber kutipan dan pustaka	2	78	15.6
3. Isi (Proposal Penelitian/Prototype): Apakah proposal penelitian yang dibuat dijelaskan dengan bahasa yang ilmiah, lugas, serta jujur Bagaimana ketetapan metodologi yang digunakan	4	80	320
4. Tanya Jawab : Bagaimana ketetapan jawaban dan kemampuan argumentasi serta sikap/penampilan pada saat menjawab pertanyaan/ menanggapi saran yang diajukan.	3	78	23.4
TOTAL		316	790

Penjelasan Penelitian	
85.00 - 100.00	A
80.00 - 84.99	A-
75.00 - 79.99	B+
70.00 - 74.99	B
65.00 - 69.99	B-
60.00 - 64.99	C+
55.00 - 59.99	C
50.00 - 54.99	C-
45.00 - 49.99	D
0 - 44.99	E

Total
Nilai = $\frac{790}{10} = 79 \dots (B)$

Jakarta, ... 23. Mei. 2023
Penguji

(..... M. Masman Z.)

Program Studi :
Magister Keperawatan : Jl. Cempaka Putih Tengah I No. 1 Jakarta Pusat 10510, Telp/Fax. (021) 42803203
SI Keperawatan : Jl. Cempaka Putih Tengah I No. 1 Jakarta Pusat 10510
D III Keperawatan RSTH



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JAKARTA
FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN
Program Studi Ilmu Keperawatan

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

REKAPITULASI NILAI UJIAN PROPOSAL PENELITIAN
KEPERAWATAN

Nama : ... Adilla Azzahra .
No. Pokok/NIRM : 1.0.6
Mata Ajar : Riset
Kasus : K.M.B.

No.	NAMA PENGUJI	NILAI
1. Masnun 2 79
2. A.R. Kamul 76
3. Rizky Nurpaha : 77
	TOTAL	232

$$\text{Nilai Akhir} = \frac{\text{Total}}{\Sigma \text{penguji}} = \frac{232}{3} = 77 \text{ [B]}$$

Pembimbing / Ketua Penguji

(... Masnun Ri ...)

Program Studi :

Magister Keperawatan
SI Keperawatan

: Jl. Cempaka Putih Tengah I No. 1 Jakarta Pusat 10510, Telp/Fax. (021) 42807707
: Jl. Cempaka Putih Tengah I No. 1 Jakarta Pusat 10510, Telp/Fax. (021) 42807707