



STIKES BETHESDA YAKKUM YOGYAKARTA

SKRIPSI

STUDI FENOMENOLOGI PERILAKU DIET PADA REMAJA PUTRI

DENGAN OBESITAS DI SMA STELLA DUCE 02

YOGYAKARTA

TAHUN 2020

DEWI PUTRININGTYAS

1402019

PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN

SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BETHESDA YAKKUM

YOGYAKARTA

2020

**STUDI FENOMENOLOGI PERILAKU DIET PADA REMAJA PUTRI
DENGAN OBESITAS DI SMA STELLA DUCE 2 YOGYAKARTA
TAHUN 2020**

SKRIPSI

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana

Keperawatan

DEWI PUTRININGTYAS

1402019

**PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BETHESDA YAKKUM
YOGYAKARTA TAHUN 2020**

PERNYATAAN KEASLIAN

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi dengan judul “Studi Fenomenologi Perilaku Diet pada Remaja Putri di SMA Stella Duce 2 Yogyakarta Tahun 2020” yang saya kerjakan untuk melengkapi sebagai persyaratan menjadi Sarjana Keperawatan Program Sarjana Keperawatan STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta, bukan merupakan tiruan atau duplikasi dari skripsi penelitian di lingkungan institusi maupun di Perguruan Tinggi atau Instansi manapun, kecuali bagian yang sumber informasinya dicantumkan sebagai mana mestinya.

Apabila dikemudian hari didapati bahwa hasil skripsi penelitian ini adalah hasil tiruan dari skripsi penelitian lain, saya bersedia dikenai sanksi yaitu pencabutan gelar kesarjanaan saya.

Yogyakarta, 25 Juni 2020

Dewi Putriningtyas

1402019

LEMBAR PERSETUJUAN

SKRIPSI

STUDI FENOMENOLOGI PERILAKU DIET PADA REMAJA PUTRI

DENGAN OBESITAS DI SMA STELLA DUCE 2 YOGYAKARTA

TAHUN 2020

Disusun oleh :

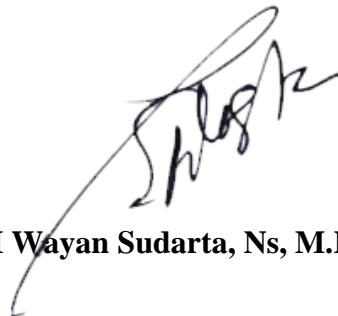
Dewi Iutrimingtyas

1402019

Skripsi ini telah diperiksa oleh pembimbing dan telah disetujui

Yogyakarta, 25 Juni 2020

Dosen Pembimbing :



I Wayan Sudarta, Ns, M.Kep.

LEMBAR PENGESAHAN



Skripsi ini telah dipertahankan di hadapan tim penguji sidang pada tanggal

25 Juni 2020

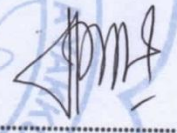
Penguji I

Ethic Palupi, S.Kep., Ns, MNS.

: 

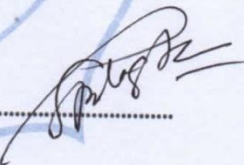
Penguji II

Priyani Haryati, S. Kep., Ns, M. Kep.

: 

Penguji III

Wayan Sudarta, S. Kep., Ns, M.Kep.

: 

Mengesahkan,

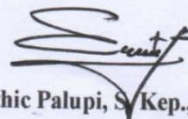
Ketua STIKES Bethesda Yakkum



Yuri Retno Intening, S. Kep., Ns., MAN.

Mengetahui,

Ketua Prodi Sarjana Keperawatan

: 

Ethic Palupi, S. Kep., Ns., MNS.

MOTTO

Carilah wajah Tuhan karena disitu masa depan telah Tuhan sediakan.

(Ps. Jonathan Setiawan & GBI Keluarga Allah Jogja)

Sebab Aku ini mengetahui rancangan-rancangan apa yang ada pada-KU mengenai kamu, demikianlah firman TUHAN yaitu rancangan damai sejahtera dan bukan rancangan kecelakaan, untuk memberikan kepadamu hari depan yang penuh harapan.

(Yeremia 29 : 11)

STIKES BETHESDAYAKKUM

HALAMAN PERSEMBAHAN

“DALAM NAMA ALLAH BAPA, ANAK PUTRA DAN ROH KUDUS”

Saya bersyukur dihadapan Yesusku karena berkat kasih dan penyertaan-NYA saya dapat menyelesaikan tugas akhir ini dengan baik. Oleh karena itu saya persembahkan skripsi ini untuk...

“KELUARGA saya Papa Yunus dan Ibu Yektiningsih, kakak Hizkia Naftali, Mbak Nana, Alfredo septian, ponakan tercinta Albert dan Si Cantik Feodora.. Terimakasih untuk semua doa, dukungan dan semangatnya untuk Dewi.. I love you all ...”

“GBI KELUARGA ALLAH JOGJA yang telah menumbuhkan iman percaya saya bahwa tahun ini akan menjadi tahun yang penuh dengan banjir Mujizat, kemenangan, sukacita dan penuh dengan berkat..”

“DOSEN TERCINTA Bapak Wayan dan Ibu Nimsi yang begitu sabarnya membantu saya, Ibu Ethic dan ibu Nurlia yang selalu menyemangati saya dan juga dosen-dosen yang lain I LOVE YOU “

“SAHABAT hujan badai saya (Ayu, Eka Ratna), Yuni dan Nadia (sahabat skripsi onleku) , Septi, Michelle, Angel, Misda, Reni, Purbo, Louis, teman-teman komsel, teman-teman SD PartySquad (Agin, Ocy, Ryan, Dios, Ony, Cindy, Tata).

“Victoria Ekklusif Kost tuk kamar ternyamanku..”

Sekali lagi kuucapkan Terimakasih YESUSku, Keluarga, GBI, Dosen, sahabat, kost, dan motor helm kuu..

GOD Bless You.....

ABSTRAK

DEWI PUTRININGTYAS “Studi Fenomenologi Perilaku Diet pada Remaja Putri dengan Obesitas di SMA Stella Duce 2 Yogyakarta tahun 2020”

Latar Belakang: Menurut WHO (2014) obesitas merupakan masalah epidemiologi global yang menjadi ancaman serius bagi kesehatan dunia dan 39% diantaranya remaja. Perubahan fisik yang terjadi pada remaja sangat berpengaruh sangat besar terhadap citra tubuhnya sehingga banyak remaja putri yang melakukan program diet untuk mendapatkan berat badan yang ideal sehingga terlihat menarik.

Tujuan Penelitian: Untuk mengetahui gambaran tentang perilaku diet pada remaja putri dengan obesitas di SMA Stella Duce 02 Yogyakarta

Metode Penelitian: Menggunakan desain penelitian kualitatif dengan metode pendekatan fenomenologi untuk menjelaskan gambaran perilaku diet pada remaja putri dengan obesitas di SMA Stella Duce 02 Yogyakarta. Jumlah sampel 5 partisipan remaja putri dengan obesitas. Pengambilan data dilakukan di SMA Stella Duce 2 Yogyakarta pada tanggal 6 – 7 April 2020

Hasil Penelitian: Diet sebagai suatu program pembatasan asupan makanan dengan tujuan mengurangi berat badan, jenis makanan yang dikonsumsi termasuk dalam diet sehat, tindakan para remaja putri ketika mengetahui berat badan naik adalah dengan diet, diet yang dijalani berlangsung lama sampai memenuhi target, diet yang dijalani partisipan karena sebuah keinginan untuk tampil cantik, makanan bergizi seperti sayur dan buah, air putih, susu yang dikonsumsi oleh partisipan, keinginan makan terus-menerus dipengaruhi oleh pengaruh kebiasaan.

Kesimpulan: Perilaku diet para remaja putri ini tergolong diet yang sehat karena memperhatikan jenis makanan dan minuman yang dikonsumsi. Yang perlu diperbaiki adalah frekuensi makan dalam program diet yang dijalankan.

Saran: Remaja putri dapat lebih memperhatikan program diet yang akan dijalankan.

Kata Kunci: Remaja, Obesitas, Diet.

Xvii+65 halaman+4 tabel+2 skema+10 lampiran

Kepustakaan 37, 2010-2018.

ABSTRACT

DEWI PUTRININGTYAS, Thesis: A Phenomenological Study of the Diet Behavior of Teenagers girl with the obesity of SMA Stella Duce 2 Yogyakarta in academic year 2020.

The Background Of The Research : According to obesity is a global epidemiological serious problem to world health and 39% of them are teenagers. Physical changes that happened in teenager girl. It is very influential on their body image. So many teenagers who go on a diet program to get the ideal body weight so it looks attractive.

The Research Purposes : To knowing about the diet behavior of Teenagers girl with the obesity of SMA Stella Duce 2 Yogyakarta in academic year 2020.

The Research Method: using a qualitative research design with a phenomenological approach to explain the description of the diet behavior of Teenager girl with the obesity of SMA Stella Duce 2 Yogyakarta in academic year 2020. In this research, the writer takes 5 teenagers girl as the sample. Data was collected at SMA Stella Duce 2 Yogyakarta on April 6 – 7, 2020.

The Result Of The Research: The diet behavior experienced by the teenager girls triggered because they are want to get the ideal body to looks more beautiful and attractive.

Conclusion: The diet behavior of the teenagers girl it is classified as a healthy diet because it pay attention to the type of food and drink consumed. So, what needs to be improved is frequency of food or drink in a diet program.

Suggestion : The teenagers girl can more pay attention to their diet program.

Keywords: Teenagers , Obesity, Diet

Xvii + 65 pages+ 4 tables + 2 schemes + 10 annex bibliography 37, 2010-2018.

PRAKATA

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yesus atas segala kasih dan berkat-Nya, yang telah memberikan berkat, anugerah dan penguatan yang luar biasa selama menjalani proses pembuatan skripsi penelitian ini, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Studi Fenomenologi Perilaku Diet pada Remaja Putri dengan Obesitas di SMA Stella Duce 2 Yogyakarta Tahun 2020”.

Selama proses penyusunan skripsi ini, penulis banyak mendapatkan bantuan dan dukungan dari berbagai pihak. Untuk itu penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Ibu Vivi Retno Intening, S.Kep., Ns., MAN selaku Ketua STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta.
2. Ibu Vinsensia Siwi Sridinarti, S.Pd selaku Kepala Sekolah SMA Stella Duce 2 Yogyakarta.
3. Ibu Nurlia Ikaningtyas, S.Kep., Ns., M.Kep., Sp. Kep.MB selaku Wakil I Bidang Akademik STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta.
4. Ibu Ethic Palupi, S. Kep., Ns., MNS selaku Ketua Prodi Sarjana Keperawatan STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta, sekaligus dosen penguji skripsi penelitian.
5. Bapak I Wayan Sudarta, S. Kep., Ns, M.Kep selaku dosen pembimbing penyusunan skripsi.
6. Ibu Priyani Haryati, S. Kep., Ns. M. Kep selaku dosen penguji skripsi.

7. Bapak/Ibu dosen dan karyawan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bethesda Yakkum Yogyakarta.
8. Keluarga saya (Papa, Ibu, Kak Hizkia, Mbak Nana, Edo, Albert, Feodora) yang selalu memberi doa, dukungan dan motivasi dalam penyusunan skripsi ini.
9. Staf Perpustakaan STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta yang telah menyediakan buku – buku sumber yang dibutuhkan.
10. Teman-teman Program Sarjana Keperawatan angkatan 2014 (Ayu, Septi, Michelle, Angel, Eka, Yuni, Bunga Edelweish) dan yang saya kasihi Agin Kartiko Hutomo yang telah memberikan motivasi selama penyusunan skripsi ini.

Semoga skripsi ini bermanfaat bagi semua pihak yang membaca. Tuhan memberkati.

Yogyakarta, 25 Juni 2020

Dewi Putriningtyas

DAFTAR ISI

COVER DEPAN	i
HALAMAN JUDUL	ii
HALAMAN KEASLIAN PENELITIAN	iii
HALAMAN PERSETUJUAN	iv
HALAMAN PENGESAHAN.....	v
HALAMAN MOTTO	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	vii
HALAMAN ABSTRAK.....	viii
HALAMAN PRAKATA.....	x
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR SKEMA.....	xvi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvii
BAB I : PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian.....	5
D. Manfaat Penelitian	5
E. Keaslian Penelitian.....	7
BAB II: TINJAUAN PUSTAKA	
A. Kajian Pustaka.....	11
1. Remaja	

a.	Pengertian Remaja	11
b.	Klasifikasi Remaja	12
c.	Perkembangan Remaja	13
2.	<i>Obesitas</i>	
a.	Pengertian <i>Obesitas</i>	16
b.	Penyebab <i>Obesitas</i>	17
c.	Patofisiologi <i>Obesitas</i>	19
d.	Manifestasi Klinis <i>Obesitas</i>	21
e.	Klasifikasi <i>Obesitas</i>	21
f.	Pengukuran <i>Obesitas</i>	23
g.	Penatalaksanaan <i>Obesitas</i>	26
3.	Perilaku Diet	
a.	Pengertian Diet	28
b.	Pengertian Perilaku	29
c.	Faktor-faktor Perilaku Diet.....	33
d.	Aspek Perilaku Diet	34
e.	Jenis-jenis Diet	36
B.	Kerangka Teori.....	37
C.	Kerangka Konsep	38
D.	Pertanyaan Penelitian	38
E.	Variabel Penelitian	39
a.	Definisi Konseptual.....	39
b.	Definisi Operasional.....	39

BAB III : METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian.....	40
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	40
C. Populasi dan Partisipan	40
D. Alat Ukur Penelitian.....	41
E. Uji Validitas dan Reliabilitas	42
F. Etika Penelitian	42
G. Prosedur Pengumpulan Data	42
H. Analisis data	44

BAB IV : HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian.....	46
B. Pembahasan.....	50
C. Keterbatasan Penelitian.....	59

BAB V : KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan.....	60
B. Saran.....	62

DAFTAR PUSTAKA.....	64
---------------------	----

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Keaslian Penelitian	7
Tabel 2 Klasifikasi IMT	23
Tabel 3 Data Primer	41
Tabel 4 Distribusi Frekuensi Jenis Kelamin dan Usia	46

STIKES BETHESDA YAKKUM

DAFTAR SKEMA

Skema 1 Kerangka Teori.....	37
Skema 2 Kerangka Konsep	38

STIKES BETHESDA YAKKUM

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Surat Permohonan Penelitian
- Lampiran 2. Surat Persetujuan Penelitian
- Lampiran 3. Surat Keterangan Kelaiakan Etik
- Lampiran 4. Lembar *Informed Consent*
- Lampiran 5. Lembar Permohonan Menjadi Responden
- Lampiran 6. Lembar Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 7. Lembar Pedoman Wawancara
- Lampiran 8. Lembar Transkrip Wawancara
- Lampiran 9. Lembar *Coding*
- Lampiran 10. Lembar Daftar Kategori dan Tema
- Lampiran 11. Lembar Konsultasi Skripsi

STIKES BETHESDA YAKKUM