

KARYA TULIS ILMIAH

**GAMBARAN POLA MAKAN PADA ANAK REMAJA
YANG PERNAH TERPAPAR COVID-19 DI
KELURAHAN KESIMAN KECAMATAN
DENPASAR TIMUR TAHUN 2022**



Oleh:

NI PUTU CLARISSA ANDRIANI

NIM. P07120019034

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR
JURUSAN KEPERAWATAN
PRODI DIPLOMA III
DENPASAR
2022**

KARYA TULIS ILMIAH

**GAMBARAN POLA MAKAN PADA ANAK REMAJA
YANG PERNAH TERPAPAR COVID-19 DI
KELURAHAN KESIMAN KECAMATAN
DENPASAR TIMUR TAHUN 2022**



**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR
JURUSAN KEPERAWATAN
PRODI DIPLOMA III
DENPASAR
2022**

LEMBAR PERSETUJUAN


**GAMBARAN POLA MAKAN PADA ANAK REMAJA
YANG PERNAH TERPAPAR COVID-19 DI
KELURAHAN KESIMAN KECAMATAN
DENPASAR TIMUR TAHUN 2022**


Oleh:
NI PUTU CLARISSA ANDRIANI
NIM. P07120019034

TELAH MENDAPATKAN PERSETUJUAN


Pembimbing Utama :

Pembimbing Pendamping :


Dr. I Nyoman Ribek, S.Pd., S.Kep., Ners., M.Pd.
NIP. 196106061988031002


Ni Luh Kompyang Sulisnadewi, M.Kep.,Ns.,
Sp.Kep.An
NIP.197406221998032001

MENGETAHUI :
KETUA JURUSAN KEPERAWATAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR





Ners. I Made Sukarja, S.Kep., M.Kep.
NIP. 196812311992031020

KARYA TULIS ILMIAH DENGAN JUDUL :
**GAMBARAN POLA MAKAN PADA ANAK REMAJA
YANG PERNAH TERPAPAR COVID-19 DI
KELURAHAN KESIMAN KECAMATAN
DENPASAR TIMUR TAHUN 2022**

Oleh:
NI PUTU CLARISSA ANDRIANI
NIM. P07120019034

**TELAH DIUJI DI HADAPAN PENGUJI
PADA HARI : SENIN
TANGGAL : 23 MEI 2022**

TIM PENGUJI :

1. Ida Erni Sipahutar, S.Kep.,Ners.,M.Kep. (Ketua) 
NIP. 196712261990032002
2. Ni Luh Putu Yuniarti Suntari Cakera, S.Kep.,Ns.,M.Pd. (Anggota) 
NIP. 196906211994032002
3. Dr. I Nyoman Ribek, S.Pd.,S.Kep.,Ners.,M.Pd. (Anggota) 
NIP. 196106061988031002

MENGETAHUI :
KETUA JURUSAN KEPERAWATAN
POLITEKNIK KESEHATAN DENPASAR



Ners. I Made Sukarja, S.Kep., M.Kep.
NIP. 196812311992031020

SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Ni Putu Clarissa Andriani

NIM : P07120019034

Program Studi : Diploma III

Jurusan : Keperawatan

Tahun Akademik : 2021/2022

Alamat : Jalan Wr.Supratman, Gang Gunung Kawi No.7 Denpasar Timur

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Tugas Akhir dengan judul "Gambaran Pola Makan Pada Anak Remaja yang Pernah Terpapar Covid-19 di Kelurahan Kesiman Kecamatan Denpasar Timur Tahun 2022" adalah **benar karya sendiri atau bukan plagiat hasil karya orang lain.**
2. Apabila dikemudian hari terbukti bahwa Tugas Akhir ini **bukan** karya saya sendiri atau plagiat hasil karya orang lain, maka saya sendiri bersedia menerima sanksi sesuai Peraturan Mendiknas RI No.17 Tahun 2010 dan ketentuan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Denpasar, 18 Mei 2022

Yang membuat pernyataan



Ni Putu Clarissa Andriani
NIM.P07120019034

**DESCRIPTION OF EATING PATTERNS IN ADOLESCENT CHILDREN WHO
HAVE BEEN EXPOSED TO COVID-19 IN KESIMAN VILLAGE
EAST DENPASAR DISTRICT
YEAR 2022**

ABSTRACT

Covid-19 is an infectious disease caused by a coronavirus (SAR-Cov-2). Covid-19 has a major impact on the social economy, education and is detrimental to the food, production, distribution and consumption sectors. The Covid-19 pandemic requires people to adopt a healthy lifestyle, namely paying attention to diet. Diet is a way to regulate the quantity of healthy and nutritious food. The purpose of this study was to describe the eating patterns of adolescents who had been exposed to Covid-19 in Kesiman Village in 2022. A sample of 41 respondents used a non-probability sampling technique, namely purposive sampling. This study shows the age of 17-19 years as many as 21 respondents (51.2%), based on gender the most, namely women as many as 23 respondents (56.1%). Based on the most education, namely junior high school children as many as 12 respondents (29.3%). Most of them have a sufficient diet as many as 19 respondents (46.4%), have a poor diet as many as 14 respondents (34.1%) and as many as 8 respondents (19.5%) who have a good diet. Based on the analysis of eating patterns, it was found that most of the respondents had an adequate diet at the age of 17-19 years, as many as 8 respondents (19.5%), eating patterns based on gender were mostly female as many as 10 respondents (24.3%), and eating patterns based on education the most, namely junior high school children as many as 7 respondents (17.1%). It is hoped that all adolescents and the community can improve healthy eating patterns by paying attention to the type, amount, time, and nutritional content.

Keywords: *description, diet, covid-19*

**GAMBARAN POLA MAKAN PADA ANAK REMAJA YANG PERNAH
TERPAPAR COVID-19 DI KELURAHAN KESIMAN
KECAMATAN DENPASAR TIMUR
TAHUN 2022**

ABSTRAK

Covid-19 adalah penyakit menular disebabkan oleh coronavirus (SAR-Cov-2). Covid-19 berdampak besar bagi perekonomian sosial, pendidikan dan merugikan sektor pangan, produksi, distribusi, hingga konsumsi. Pandemi Covid-19 menuntut masyarakat menerapkan pola hidup sehat yaitu memperhatikan pola makan. Pola makan adalah cara mengatur kuantitas makanan yang sehat dan bergizi. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui gambaran pola makan pada anak remaja yang pernah terpapar Covid-19 di Kelurahan Kesiman Tahun 2022. Sampel sebanyak 41 responden menggunakan Teknik *nonprobability sampling* yaitu *purposive sampling*. Penelitian ini menunjukkan umur 17-19 tahun sebanyak 21 responden (51,2%), berdasarkan jenis kelamin paling banyak yaitu perempuan sebanyak 23 responden (56,1%). Berdasarkan pendidikan paling banyak yaitu anak SMP sebanyak 12 responden (29,3%). Sebagian besar memiliki pola makan cukup sebanyak 19 responden (46,4%), memiliki pola makan kurang sebanyak 14 responden (34,1%) dan sebanyak 8 responden (19,5%) yang memiliki pola makan baik. Berdasarkan analisis pola makan didapatkan bahwa sebagian besar responden memiliki pola makan cukup pada umur 17-19 tahun yaitu sebanyak 8 responden (19,5%), pola makan berdasarkan jenis kelamin paling banyak yaitu perempuan sebanyak 10 responden (24,3%), dan pola makan berdasarkan pendidikan paling banyak yaitu anak SMP sebanyak 7 responden (17,1%). Diharapkan seluruh remaja dan masyarakat dapat meningkatkan pola makan yang sehat dengan memperhatikan jenis, jumlah, waktu, kandungan gizi.

Kata kunci : gambaran, pola makan, covid-19

RINGKASAN PENELITIAN

GAMBARAN POLA MAKAN PADA ANAK REMAJA YANG PERNAH TERPAPAR COVID-19 DI KELURAHAN KESIMAN KECAMATAN DENPASAR TIMUR TAHUN 2022

Oleh : Ni Putu Clarissa Andriani

Dunia digemparkan dengan munculnya virus baru. Virus ini disebut *Coronavirus Disease 2019* (Covid-19). Virus ini pertama kali di temukan di kota Wuhan, Cina. (Nurislaminingsih, 2020) Covid-19 merupakan penyakit yang disebabkan oleh SAR-CoV2. Virus ini ditularkan melalui droplet pernafasan dan melalui kontak dengan virus. (Sukmana & Yuniarti, 2021) Covid-19 menuntut masyarakat untuk menerapkan pola hidup sehat yaitu memperhatikan pola makan. Pola makan merupakan cara untuk mengatur pola makanan yang sehat dan bergizi seimbang sehingga sangatlah berpengaruh terhadap status gizi seseorang. Status gizi seseorang dinyatakan baik apabila tubuh mampu memperoleh cukup zat secara efisien. (Fadhli et al., 2021).

Berdasarkan hasil penelitian (Amaliyah et al., 2021) terkait pola makan remaja di Desa Kepajen Kabupaten Jombang selama pandemi Covid-19 dengan responden sebanyak 100 orang. Menunjukkan pola makan remaja cukup dengan kesadaran mengkonsumsi makanan sesuai pembagian waktu, remaja selalu makan tepat waktu dengan makanan yang bergizi seimbang terdiri dari karbohidrat, protein, lemak, vitamin dan mineral. Jenis makanan yang sering dikonsumsi adalah masakan olahan sendiri tidak menutup kemungkinan untuk membeli makan cepat saji.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran pola makan pada remaja yang pernah terpapar Covid-19 di Desa Kelurahan Kesiman. Sampel dalam penelitian

ini sebanyak 41 responden. Jenis penelitian yang digunakan merupakan jenis penelitian deskriptif kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*, dengan menggunakan teknik *nonprobability sampling* yaitu *purposive sampling* menggunakan metode angket melalui pengisian kuesioner yang dilakukan oleh responden melalui *google form*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pola makan anak remaja yang pernah terpapar covid-19 yaitu dari 41 responden yang paling banyak adalah umur 17-19 tahun sebanyak 21 responden (51,2%), berdasarkan karakteristik jenis kelamin paling banyak adalah perempuan yaitu sebanyak 23 responden (56,1%). Berdasarkan pendidikan yang paling banyak yaitu anak SMP sebanyak 12 responden (29,3%). Sebagian besar memiliki pola makan yang cukup sebanyak 19 responden (46,4%), pola makan yang kurang sebanyak 14 responden (34,1%) dan sebanyak 8 responden (19,5%) yang memiliki pola makan baik. Berdasarkan analisis pola makan didapatkan bahwa sebagian besar responden memiliki pola makan yang cukup pada umur 17-19 tahun yaitu sebanyak 8 responden (19,5%), kemudian berdasarkan jenis kelamin didapatkan paling banyak yaitu perempuan sebanyak 10 responden (24,3%), dan berdasarkan status pendidikan yang paling banyak yaitu anak SMP sebanyak 7 responden (17,1%). Diharapkan agar seluruh masyarakat dapat meningkatkan pola makan sehat dan seimbang dengan memperhatikan jenis makanan, jumlah makanan, kandungan gizi dan waktu makan dengan mengurangi makanan cepat saji dan makanan yang tinggi lemak, perbanyak konsumsi sayur dan buah dimasa pandemi Covid-19.

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadapan Tuhan Yang Maha Esa karena atas berkatNya-lah penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah dengan judul “Gambaran Pola Makan Pada Anak Remaja Yang Pernah Terpapar Covid-19 Di Kelurahan Kesiman Kecamatan Denpasar Timur Tahun 2022” tepat pada waktunya dan sesuai dengan harapan. Usulan Penelitian ini dapat terselesaikan dengan baik atas dorongan dari berbagai pihak yang telah membantu sehingga Usulan Penelitian ini dapat terselesaikan dengan baik. Untuk itu melalui kesempatan ini penulis mengucapkan banyak terima kasih kepada:

1. Bapak Anak Agung Ngurah Kusumajaya, SP.,MPH selaku Direktur Poltekkes Denpasar yang telah memberikan kesempatan menempuh program pendidikan D-III Keperawatan Poltekkes Denpasar.
2. Bapak Ners. I Made Sukarja, S.Kep., M.Kep selaku Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Denpasar yang telah memberikan kesempatan dalam menyelesaikan Usulan Penelitian ini.
3. Bapak I Nengah Sumirta, SST, S.Kep., M.Kes selaku Ketua Program Studi D- III Keperawatan Poltekkes Denpasar serta telah membimbing selama perkuliahan dalam menyelesaikan program Diploma III Keperawatan.
4. Bapak Dr. I Nyoman Ribek, S.Pd.,S.Kep.,Ners.,M.Pd. selaku pembimbing utama yang telah banyak memberikan masukan, pengetahuan dan bimbingan dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.
5. Ibu Ni Luh Kompyang Sulisnadewi, M.Kep.,Ns.,Sp.Kep.An selaku pembimbing

pendamping yang telah meluangkan waktu memberikan bimbingan dan masukan serta saran dalam Karya Tulis Ilmiah ini.

6. Seluruh dosen yang telah terlibat dalam pengajaran pengantar riset keperawatan yang telah memberikan ilmunya kepada kami, sehingga penulis dapat menyusun Karya Tulis Ilmiah ini dengan baik.
7. Mahasiswa angkatan XXXIV dan teman-teman D-III Keperawatan Poltekkes Denpasar yang banyak memberikan masukan dan dorongan pada penulis.
8. Bapak dan Ibu, kerabat serta sahabat penulis yang telah memberikan dorongan dan inspirasi.
9. Semua pihak yang telah membantu dalam penyusunan penulis ini yang tidak bisa peneliti sebutkan satu persatu.

Penulis menyadari dengan sepenuhnya bahwa penulisan Karya Tulis Ilmiah ini masih jauh dari kata sempurna, oleh karena itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun.

Denpasar, 18 Mei 2022

Peneliti

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
LEMBAR PERSETUJUAN.....	ii
LEMBAR PENGESAHAN.....	iii
SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT.....	iv
ABSTRAK.....	v
RINGKASAN PENELITIAN.....	vii
KATA PENGANTAR.....	x
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR TABEL.....	xvi
DAFTAR GAMBAR.....	xvii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xviii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah.....	5
C. Tujuan Penelitian.....	5
1. Tujuan Umum.....	5
2. Tujuan Khusus.....	5
D. Manfaat Penelitian.....	6
1. Manfaat Teoritis.....	6
2. Manfaat Praktis.....	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	8
A. Konsep Dasar <i>Coronavirus Disease 2019</i> (Covid-19).....	8

1. Pengertian Covid 19	8
2. Penyebab Covid-19.....	8
3. Tanda Gejala Covid-19.....	8
4. Patogenesis Covid-19	9
5. Pencegahan Covid-19	10
6. Penatalaksanaan Covid-19.....	14
7. Pemeriksaan Covid-19.....	16
B. Pola Makan.....	18
1. Pengertian Pola Makan	18
2. Pola Makan pada Remaja yang terpapar Covid-19.....	18
3. Pengaturan Pola Makan Sehat.....	20
4. Faktor yang Mempengaruhi Pola Makan	23
C. Remaja.....	25
1. Pengertian Remaja	25
2. Tahap Perkembangan Remaja	25
3. Karakteristik Masa Remaja	26
BAB III KERANGKA KONSEP.....	28
A. Kerangka Konsep.....	28
B. Defisi Operasional Variabel.....	29
1. Variabel Penelitian.....	29
2. Definisi Operasional	29
BAB IV METODE PENELITIAN.....	31
A. Jenis Penelitian	31
B. Tempat dan Waktu	31
C. Populasi dan Sampel Penelitian	31

1. Populasi.....	31
2. Sampel.....	32
3. Jumlah dan Besaran Sampel	33
4. Teknik Sampling	34
D. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data.....	35
1. Jenis Data	35
2. Metode Pengumpulan Data.....	35
3. Instrumen Pengumpulan Data.....	37
E. Metode Analisis Data	40
1. Pengolahan Data	40
2. Teknik Analisis Data.....	41
F. Etika Studi Kasus	41
1. <i>Informed consent</i> (persetujuan menjadi pasien).....	41
2. <i>Anonymity</i> (tanpa nama)	42
3. <i>Confidentiality</i> (kerahasiaan)	42
BAB V HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	43
A. Hasil.....	43
1. Kondisi Lokasi Penelitian	40
2. Karakteristik Subjek Penelitian.....	43
3. Hasil Pengamatan Terhadap Subjek Penelitian	46
4. Gambaran Pola Makan Pada Anak Remaja yang Pernah Terpapar Covid-19 di Kelurahan Kesiman Tahun 2022 Berdasarkan Karakteristik Responden.....	47
B. Pembahasan.....	50
1. Karakteristik Responden Remaja yang Pernah Terpapar Covid-19	50
2. Gambaran Pola Makan Pada Anak Remaja yang Pernah Terpapar Covid-19 di Kelurahan Kesiman Tahun 2022.....	53

3. Menganalisis Pola Makan Pada Anak Remaja yang Pernah Terpapar Covid-19 di Kelurahan Kesiman Tahun 2022	56
BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN.....	59
A. Kesimpulan	59
B. Saran	60
DAFTAR PUSTAKA.....	61
LAMPIRAN.....	65

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Definisi Operasional Variabel.....	30
Tabel 2 Karakteristik Responden Berdasarkan Usia	44
Tabel 3 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	45
Tabel 4 Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan.....	45
Tabel 5 Distribusi Responden Berdasarkan Pola Makan.....	46
Tabel 6 Distribusi Pola Makan Berdasarkan Usia.....	47
Tabel 7 Distribusi Pola Makan Berdasarkan Jenis Kelamin	48
Tabel 8 Distribusi Gambaran Pola Berdasarkan Pendidikan.....	48
Tabel 9 Uji Valid dan Reliabilitas.....	75

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 : Kerangka Konsep Pola Makan Pada Anak Remaja yang Pernah Terpapar Covid-19	29
---	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Jadwal Kegiatan Usulan Penelitian.....	65
Lampiran 2 Anggaran Biaya Penelitian.....	66
Lampiran 3 Lembar Permohonan Menjadi Responden.....	67
Lampiran 4 Lembar Persetujuan Responden.....	68
Lampiran 5 Persetujuan Penjelasan (<i>Informed Consent</i>).....	69
Lampiran 6 Kisi-Kisi Kuesioner.....	71
Lampiran 7 Lampiran Kuesioner.....	72
Lampiran 8 Uji Valid dan Reliabilitas Kuesioner.....	75
Lampiran 9 Master Tabel.....	76
Lampiran 10 Analisa Data.....	78
Lampiran 11 Surat Ijin Pengambilan Data.....	81
Lampiran 12 Surat Ijin Uji Valid dan Reliabilitas.....	82
Lampiran 13 Validasi Bimbingan.....	83
Lampiran 14 Surat Persetujuan Etik.....	84