



**HUBUNGAN *BODY IMAGE* DENGAN POLA MAKAN DAN IMT
PADA REMAJA AKHIR PENGGUNA INSTAGRAM PROGRAM
STUDI ILMU KOMUNIKASI UPN VETERAN JAKARTA**

SKRIPSI

NIDA ARRUMAISHA

1710714050

UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL VETERAN JAKARTA

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

PROGRAM STUDI GIZI PROGRAM SARJANA

2022



**HUBUNGAN *BODY IMAGE* DENGAN POLA MAKAN DAN IMT
PADA REMAJA AKHIR PENGGUNA INSTAGRAM PROGRAM
STUDI ILMU KOMUNIKASI UPN VETERAN JAKARTA**

SKRIPSI

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar
Sarjana Gizi**

NIDA ARRUMAISHA

1710714050

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL VETERAN JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI GIZI PROGRAM SARJANA
2022**

PERNYATAAN ORISINALITAS

Skripsi ini adalah hasil karya sendiri, dan semua sumber yang dikutip maupun yang dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Nida Arrumaisha

NRP : 1710714050

Tanggal : 12 Juli 2022

Bilamana di kemudian hari ditemukan ketidaksesuaian dengan pernyataan saya ini, maka saya bersedia dituntut dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Jakarta, 12 Juli 2022

Yang Menyatakan,



(Nida Arrumaisha)

**PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI
UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai civitas akademik Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta,
saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Nida Arrumaisha
NRP : 1710714050
Fakultas : Ilmu Kesehatan
Program Studi : Gizi Program Sarjana

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada
Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta Hak Bebas Royalti Non eksklusif
(*Non-exclusive Royalty Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul :

***"Hubungan Body Image dengan Pola Makan dan IMT pada Remaja Akhir
Pengguna Instagram Program Studi Ilmu Komunikasi UPN Veteran Jakarta"***

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti ini
Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta berhak menyimpan,
mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*),
merawat dan mempublikasikan Skripsi saya selama tetap mencantumkan nama
saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Jakarta

Pada Tanggal : 12 Juli 2022

Yang Menyatakan,



(Nida Arrumaisha)

PENGESAHAN

Skripsi diajukan oleh:

Nama : Nida Arrumaisha
NRP : 1710714050
Program Studi : Gizi Program Sarjana
Judul Skripsi : Hubungan *Body Image* dengan Pola Makan dan IMT pada Remaja Akhir Pengguna Instagram Program Studi Ilmu Komunikasi UPN Veteran Jakarta

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Tim Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Gizi pada Program Studi Gizi Program Sarjana, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta.



Dian Luthfiana Sufyan, S.Gz., M.Gizi
Ketua Penguji



Denny Wahyuningsih, S.Gz., M.Si
Penguji I



Taufik Maryusman, S.Gz., M.Pd., M.Gizi
Penguji II (Pembimbing)



Dr. Nur Intania Sofianita, S.Ikom., MKM
Ka. Prodi Gizi Program Sarjana



HUBUNGAN *BODY IMAGE* DENGAN POLA MAKAN DAN IMT PADA REMAJA AKHIR PENGGUNA INSTAGRAM PROGRAM STUDI ILMU KOMUNIKASI UPN VETERAN JAKARTA

Nida Arrumaisha

Abstrak

Remaja memiliki peranan besar dan penting yang mana remaja merupakan calon pemimpin dan penggerak dalam pembangunan bangsa di masa depan. Masa remaja dimulai pada usia 10 sampai 13 tahun atau disebut remaja awal dan berakhir pada usia 18 sampai 22 tahun atau disebut remaja akhir. Remaja memiliki permasalahan yang dimana salah satunya ialah pola makan yang tidak sehat dan hal ini menimbulkan masalah lain yang mana terkait status gizi remaja. Usia 18-22 tahun merupakan remaja akhir memiliki permasalahan yang serupa yang mana hal ini dapat berdampak pada perkembangan selanjutnya. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui hubungan *body image* dengan pola makan dan IMT pada remaja akhir pengguna instagram Program Studi Ilmu Komunikasi UPN Veteran Jakarta. Metode penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain *cross sectional*. Sampel penelitian ini berjumlah 68 orang dan prosedur pengambilan sampel menggunakan *stratified random sampling*. Analisis data penelitian ini menggunakan uji korelasi *Spearman Rank*. Hasil uji statistik menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara *body image* dengan pola makan (*p-value* 0,179) dan ada hubungan yang signifikan antara *body image* dengan IMT (*p-value* 0,000) pada remaja akhir pengguna instagram Program Studi Ilmu Komunikasi UPN Veteran Jakarta.

Kata Kunci: *Body Image*, IMT, Pola Makan

THE RELATIONSHIP BODY IMAGE WITH EATING PATTERN AND BMI IN END ADOLESCENT USING INSTAGRAM COMMUNICATION STUDY PROGRAM UPN VETERAN JAKARTA

Nida Arrumaisha

Abstract

Adolescents have a big and important role in which they are potential leaders and movers in the development of the nation in the future. Adolescence begins at the age of 10 to 13 years or is called early adolescence and ends at the age of 18 to 22 years or is called late adolescence. Adolescents have problems, one of which is unhealthy eating patterns and this causes other problems which are related to the nutritional status of adolescents. Ages 18-22 years are late adolescence who have similar problems which can have an impact on further development. The purpose of this study was to determine the relationship between body image with eating pattern and BMI in end adolescent using Instagram Communication Study Program at UPN Veteran Jakarta. This research method is a quantitative research with a cross sectional design. The sample of this study amounted to 68 people and the sampling procedure in this study used stratified random sampling. The data analysis of this study using the Spearman Rank correlation test. Statistical test results show that there is no significant relationship between body image with eating pattern (p-value 0.179) and there is significant relationship between body image with BMI (p-value 0.000) in end adolescent using Instagram Communication Study Program UPN Veteran Jakarta.

Keywords: Body Image, BMI, Eating Pattern

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT atas segala karunia-Nya sehingga skripsi ini berhasil diselesaikan. Judul yang dipilih dalam penelitian ini yang dilaksanakan sejak September 2021 adalah “Hubungan *Body Image* dengan Pola Makan dan IMT pada Remaja Akhir Pengguna Instagram Program Studi Ilmu Komunikasi UPN Veteran Jakarta”. Penulis mengucapkan terimakasih kepada Bapak Dr.drg. Wahyu Sulistiadi, MARS selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta, Ibu Dr. Nur Intania Sofianita, S.I.Kom, MKM selaku Kepala Program Studi Gizi Program Sarjana Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta, Bapak Taufik Maryusman, S.Gz, M.Pd, M.Gizi selaku dosen pembimbing yang telah memberikan bimbingan, motivasi, dan saran yang bermanfaat selama penyusunan skripsi., Ibu Utami Wahyuningsih, S.Gz, M.Si dan Ibu Dian Luthfiana Sufyan, S.Gz, M.Gizi selaku dosen penguji skripsi yang telah memberikan saran yang membangun untuk penyusunan skripsi.

Penulis juga mengucapkan terimakasih kepada Bapak Irianto Djojonegoro dan Ibu Murni Hartati selaku kedua orang tua serta seluruh keluarga yang tidak henti-hentinya memberikan semangat dan doa, seluruh responden penelitian yang telah berpartisipasi dalam penelitian ini, dan teman-teman yang tidak dapat penulis ucapkan satu persatu khususnya Nizma, Safira, Camilia, Clara, Shella, Cahee yang selalu mendukung dan membantu penulis dalam mengerjakan skripsi ini.

Jakarta, 12 Juli 2022

Penulis

Nida Arrumaisha

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN ORISINALITAS	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	iii
PENGESAHAN	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT.....	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
I.1 Latar Belakang.....	1
I.2 Rumusan Masalah.....	4
I.3 Tujuan Penelitian.....	4
I.4 Manfaat Penelitian.....	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	6
II.1 Remaja Akhir.....	6
II.2 Pola Makan	7
II.3 Indeks Massa Tubuh.....	12
II.4 <i>Body Image</i>	14
II.5 Matriks Penelitian Pendahulu.....	18
II.6 Kerangka Teori	22
II.7 Kerangka Konsep	23
II.8 Hipotesis Penelitian	23
BAB III METODE PENELITIAN.....	24
III.1 Waktu dan Tempat Penelitian.....	24
III.2 Desain Penelitian	24
III.3 Populasi dan Sampel.....	24
III.4 Pengumpulan Data.....	27
III.5 Etik Penelitian.....	32
III.6 Definisi Operasional	32
III.7 Analisis Data.....	34
III.8 Jadwal Penelitian	35
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	37
IV.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian.....	37
IV.2 Analisis Univariat	38
IV.3 Analisis Bivariat	41
IV.4 Keterbatasan Penelitian	44

BAB V PENUTUP.....	45
V.1 Kesimpulan.....	45
V.2 Saran.....	45

DAFTAR PUSTAKA
RIWAYAT HIDUP
LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Klasifikasi IMT Menurut WHO Asia Pasifik	12
Tabel 2	Matriks Penelitian Pendahulu	18
Tabel 3	Sampel Penelitian.....	26
Tabel 4	Definisi Operasional	32
Tabel 5	Jadwal Penelitian.....	35
Tabel 6	Gambaran Karakteristik Responden	38
Tabel 7	Distribusi Pola Makan.....	38
Tabel 8	Distribusi IMT.....	39
Tabel 9	Distribusi <i>Body Image</i> Pengguna Instagram	40
Tabel 10	Hubungan <i>Body Image</i> dengan Pola Makan pada Remaja Akhir Pengguna Instagram Program Studi Ilmu Komunikasi UPN Veteran Jakarta	41
Tabel 11	Hubungan <i>Body Image</i> dengan IMT pada Remaja Akhir Pengguna Instagram Program Studi Ilmu Komunikasi UPN Veteran Jakarta ..	42

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1	Kerangka Teori.....	22
Gambar 2	Kerangka Konsep	23
Gambar 3	Prosedur Pengumpulan Data	30
Gambar 4	Peta Lokasi Penelitian	37

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Surat Permohonan Izin Studi Pendahuluan dan Penelitian
Lampiran 2	Surat Pemberian Izin Penelitian
Lampiran 3	Surat <i>Ethical Approval</i>
Lampiran 4	Kartu Monitor Skripsi
Lampiran 5	Persetujuan Setelah Penjelasan
Lampiran 6	Pernyataan Kesediaan Menjadi Subjek Penelitian
Lampiran 7	Lembar Kuesioner Penelitian
Lampiran 8	Dokumentasi Penelitian
Lampiran 9	Hasil Analisis Statistik
Lampiran 10	Surat Pernyataan Bebas Plagiarisme
Lampiran 11	Hasil Turnitin