



**HUBUNGAN CITRA TUBUH DAN PERILAKU MAKAN
DENGAN STATUS GIZI PADA REMAJA PUTRI DI
SMA NEGERI 104 JAKARTA**

SKRIPSI

DITA SAVITRI

1510714031

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL "VETERAN" JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI S-1 ILMU GIZI
2019**



**HUBUNGAN CITRA TUBUH DAN PERILAKU MAKAN
DENGAN STATUS GIZI PADA REMAJA PUTRI DI
SMA NEGERI 104 JAKARTA**

SKRIPSI

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar
Sarjana Ilmu Gizi (S.Gz)**

DITA SAVITRI

1510714031

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL "VETERAN" JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI S-1 ILMU GIZI
2019**

PERNYATAAN ORISINALITAS

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

Nama : Dita Savitri
NRP : 1510714031
Tanggal : 3 Juli 2019

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

Jakarta, 3 Juli 2019

Yang Menyatakan,



PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

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

Nama : Dita Savitri
NRP : 1510714031
Fakultas : Ilmu Kesehatan
Program Studi : S-1 Ilmu Gizi

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

“Hubungan Citra Tubuh dan Perilaku Makan Dengan Status Gizi Pada Remaja Putri di SMA Negeri 104 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 : 3 Juli 2019

Yang menyatakan,



Dita Savitri

PENGESAHAN

Skripsi diajukan oleh:

Nama : Dita Savitri

NRP : 1510714031


Program Studi : S1 Ilmu Gizi

Judul Laporan : Hubungan Citra Tubuh dan Perilaku Makan Dengan Status Gizi pada Remaja Putri di SMA Negeri 104 Jakarta

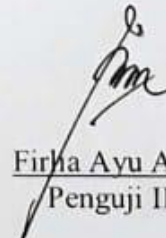
Telah berhasil dipertahankan di hadapan tim penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Ilmu Gizi (S.Gz) pada program studi S1 Ilmu Gizi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta.





Iin Fatmawati, S.Gz, M.PH
Ketua Penguji




Muhammad Ikhsan Amar, S.Gz, M.Kes
Penguji I



Firha Ayu Arini, SKM, MKM
Penguji II (Pembimbing)



Dr. drg. Wahyu Sulistiadi, MARS
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan



Taufik Maryusman, S.Gz, M.Gizi, M.Pd
Ka. Prodi S1 Ilmu Gizi

Ditetapkan di : Jakarta

Tanggal Ujian : 3 Juli 2019

HUBUNGAN CITRA TUBUH DAN PERILAKU MAKAN DENGAN STATUS GIZI PADA REMAJA PUTRI DI SMA NEGERI 104 JAKARTA

Dita Savitri

Abstrak

Masa remaja merupakan masa terjadinya perubahan mental, fisik dan psikososial serta masa dimana remaja rentan akan masalah gizi kurang dan lebih karena adanya ketidakseimbangan dalam penyediaan pangan dan perubahan perilaku makan. Ketidakpuasan akan bentuk tubuh menjadi perhatian khusus pada remaja untuk mengontrol berat badan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara citra tubuh dengan perilaku makan (*restraint eating*, *emotional eating*, dan *external eating*) terhadap status gizi berdasarkan IMT/U pada remaja putri di SMAN 104 Jakarta. Penelitian menggunakan desain *cross sectional* dengan metode uji *chi-square*. Penilaian citra tubuh dilakukan menggunakan *Body Shape Questionnaire* (BSQ-16) dan perilaku makan menggunakan *Dutch Eating Behaviour Questionnaire* (DEBQ-32) serta pengukuran antropometri meliputi berat badan dan tinggi badan kepada 85 remaja putri. Hasil analisis menunjukkan bahwa citra tubuh ($p=0,000$), perilaku makan *restraint eating* ($p=0,002$), dan *external eating* ($p=0,033$) memiliki hubungan terhadap status gizi remaja putri ($p<0,05$) dan tidak ada hubungan antara *emotional eating* ($p=0,353$) dengan status gizi. Hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan antara citra tubuh, *restraint eating*, dan *external eating* dengan status gizi pada remaja putri SMAN 104 Jakarta.

Kata Kunci : Remaja Putri, Citra Tubuh, *Restraint Eating*, *Emotional Eating*, *External Eating*, Status Gizi (IMT/U).

THE CORRELATION BETWEEN BODY IMAGE AND EATING BEHAVIOUR WITH NUTRITIONAL STATUS IN FEMALE ADOLESCENTS AT SMAN 104 JAKARTA

Dita Savitri

Abstract

Adolescence is a period of mental, physical and psychosocial changes, whereas some of them are vulnerable of malnutrition and due more to imbalances in food supply and changes in eating behavior. Dissatisfaction with their body shape is a special concern for teens to control their body. This study aimed to determine the correlation between body image and eating behavior (restraint eating, emotional eating, and external eating) with nutritional status based on BMI/U in female adolescents at SMAN 104 Jakarta. The study used a cross sectional design with chi-square test method. Body image assessment was carried out using the Body Shape Questionnaire (BSQ-16) and eating behavior used the Dutch Eating Behavior Questionnaire (DEBQ-32) and anthropometric measurements included weight and height for 85 female adolescents. The analysis showed that body image ($p = 0,000$), restraint eating behavior ($p = 0,002$), and external eating ($p = 0,033$) had a correlation to the nutritional status of female adolescents ($p < 0,05$) and no correlation between emotional eating ($p = 0.353$) with nutritional status. This shows that there was correlation between body image, restraint eating, and external eating with nutritional status in female adolescents at SMAN 104 Jakarta.

Keywords: Female Adolescents, Body Image, Restraint Eating, Emotional Eating, External Eating, Nutritional Status (BMI / U).

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT atas segala rahmat dan karunia-Nya sehingga skripsi ini berhasil diselesaikan. Judul yang dipilih dalam penelitian ini adalah “Hubungan Citra Tubuh dan Perilaku Makan dengan Status Gizi pada Remaja Putri di SMA Negeri 104 Jakarta”. Terima kasih kepada Bapak Taufik Maryusman, S.Gz, M.Gizi, M.Pd selaku Kepala Program Studi S1 Ilmu Gizi Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta. Terima kasih penulis ucapkan kepada Ibu Firlia Ayu Arini, SKM, MKM selaku dosen pembimbing I, Bapak Muhammad Ikhsan Amar, S.Gz, M.Kes selaku dosen pembimbing II dan Ibu In Fatmawati S.Gz, MPH selaku ketua penguji yang telah banyak memberikan waktu, bimbingan, saran, dan motivasi bagi penulis. Terima kasih kepada seluruh Dosen S1 Ilmu Gizi Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta atas ilmu yang telah diberikan.

Terima kasih kepada kedua orang tua tercinta, Bapak Mustari Usman dan Ibu Dewi Ariany serta Abang Dio Rama Mustari dan Kakak Dea Naomi selaku kakak yang telah memberikan doa, kasih sayang, dukungan, serta bimbingan kepada penulis hingga saat ini. Terima kasih kepada kepala sekolah serta staff SMA Negeri 104 Jakarta yang telah mengizinkan untuk melakukan penelitian. Terima kasih untuk Rachnudra Putorani Tarayana yang telah menemani, mendukung, memotivasi, dan mendengar segala keluh kesah penulis. Terima kasih untuk seluruh teman - teman gizi terutama angkatan 2015 dan seluruh teman - teman penulis yang tidak dapat disebutkan satu per satu karena selalu mendoakan dan memberikan semangat kepada penulis.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih banyak kekurangan baik bentuk, isi, maupun teknik penyajian. Oleh karena itu, penulis berharap kritik dan saran yang bersifat membangun dari berbagai pihak.

Jakarta, 3 Juli 2019

Penulis

Dita Savitri

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.....	3
I.3 Tujuan Penelitian	4
I.4 Manfaat Penelitian	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	6
II.1 Remaja	6
II.2 Status Gizi.....	9
II.3 Citra Tubuh.....	11
II.4 Perilaku Makan	15
II.5 Hubungan Citra Tubuh dengan Status Gizi	19
II.6 Matriks Penelitian Pendahulu	20
II.7 Kerangka Teori	25
II.8 Kerangka Konsep.....	26
II.9 Hipotesis	26
BAB III METODE PENELITIAN.....	27
III.1 Waktu dan Tempat Penelitian.....	27
III.2 Desain Penelitian	27
III.3 Populasi dan Sampel.....	27
III.4 Pengumpulan Data.....	29
III.5 Teknik Pengolahan Data.....	32
III.6 Etik Penelitian.....	33
III.7 Definisi Operasional	34
III.8 Analisis Data.....	36
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	37
IV.1 Gambaran Umum Lokasi.....	37
IV.2 Analisis Univariat	37
IV.3 Analisis Bivariat	42

BAB V PENUTUP.....	49
V.1 Kesimpulan.....	49
V.2 Saran	49
DAFTAR PUSTAKA	51
RIWAYAT HIDUP	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Klasifikasi status gizi IMT/U menurut umur 5-18 tahun	11
Tabel 2	Matriks Penelitian Pendahulu	20
Tabel 3	Definisi Operasional	34
Tabel 4	Rekapitulasi Hasil Analisis Univariat.....	38
Tabel 5	Rekapitulasi Hasil Analisis Bivariat.....	42

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1	Kerangka Teori	25
Gambar 2	Kerangka Konsep.....	26
Gambar 3	Alur Penelitian	32

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Surat Keterangan <i>Ethical Approval</i> / Persetujuan Etik
Lampiran 2	Berita Acara Ujian Komprehensif (Skripsi)
Lampiran 3	Surat Izin Studi Pendahuluan dan Penelitian
Lampiran 4	Surat Keterangan Melakukan Penelitian
Lampiran 5	Naskah Penjelasan
Lampiran 6	<i>Informed Consent</i>
Lampiran 7	Kuesioner Status Gizi
Lampiran 8	Kuesioner <i>Body-Shape Questionnaire</i> (BSQ)
Lampiran 9	Kuesioner <i>Restraint Eating</i>
Lampiran 10	Kuesioner <i>Emotional Eating</i>
Lampiran 11	Kuesioner <i>External Eating</i>
Lampiran 12	Hasil Uji Univariat
Lampiran 13	Hasil Uji Bivariat
Lampiran 14	Dokumentasi
Lampiran 15	Surat Pernyataan Bebas Plagiarism
Lampiran 16	Hasil Turnitin