



**HUBUNGAN *BODY IMAGE* DAN INTENSITAS
PENGUNAAN MEDIA SOSIAL DENGAN KEBIASAAN
MAKAN PADA REMAJA PUTRI DI SMAN 1 KOTA SERANG**

SKRIPSI

SHAFa ANDINI

1910714048

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI GIZI PROGRAM SARJANA
2023**



**HUBUNGAN *BODY IMAGE* DAN INTENSITAS
PENGUNAAN MEDIA SOSIAL DENGAN KEBIASAAN
MAKAN PADA REMAJA PUTRI DI SMAN 1 KOTA SERANG**

SKRIPSI

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

SHAFa ANDINI

1910714048

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI GIZI PROGRAM SARJANA
2023**

PERNYATAAN ORISINALITAS

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

Nama : Shafa Andini

NRP : 1910714048

Tanggal : 4 Juli 2023

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

Jakarta, 4 Juli 2023

Yang Menyatakan,



(Shafa Andini)

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

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

Nama : Shafa Andini
NRP : 1910714048
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* dan Intensitas Penggunaan Media Sosial dengan Kebiasaan Makan pada Remaja Putri di SMAN 1 Kota Serang”**.

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 : 4 Juli 2023

Yang menyatakan,



(Shafa Andini)

PENGESAHAN

Skripsi diajukan oleh:

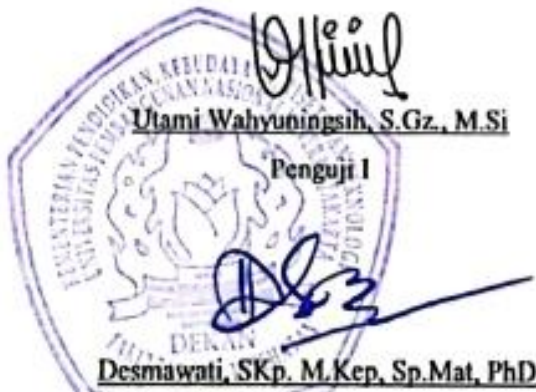
Nama : Shafa Andini
NRP : 1910714048
Program Studi : Gizi Program Sarjana
Judul Skripsi : Hubungan *Body Image* dan Intensitas Penggunaan Media Sosial dengan Kebiasaan Makan pada Remaja Putri di SMAN 1 Kota Serang

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



Dr. Nur Intania Sofianita, S.I.Kom., MKM

Ketua Penguji



Dr. Ibnu Malkan Bakhrul Ilmi, S.Gz., M.Si

Penguji II (Pembimbing)



Dr. Nur Intania Sofianita, S.I.Kom., MKM

Koordinator Program Studi Gizi Program Sarjana

Ditetapkan di : Jakarta

Tanggal Ujian : 4 – Juli – 2023

HUBUNGAN *BODY IMAGE* DAN INTENSITAS PENGUNAAN MEDIA SOSIAL DENGAN KEBIASAAN MAKAN PADA REMAJA PUTRI DI SMAN 1 KOTA SERANG

Shafa Andini

Abstrak

Remaja Indonesia mengalami masalah gizi, di antaranya yaitu kekurangan gizi dan kekurangan zat gizi mikro. Masalah gizi disebabkan oleh terjadinya perubahan kebiasaan makan yang dapat dipengaruhi oleh *body image* dan intensitas penggunaan media sosial. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan *body image* dan intensitas penggunaan media sosial dengan kebiasaan makan pada remaja putri di SMAN 1 Kota Serang. Penelitian ini menggunakan desain *cross sectional* dengan sampel sebanyak 145 responden dipilih menggunakan teknik *stratified random sampling*. Data dikumpulkan melalui kuesioner *Adolescent Food Habits Checklist* (AFHC), *Body Shape Questionnaire* (BSQ-16), dan *Social Networking Time Use Scale* (SONTUS). Variabel dalam penelitian ini adalah kebiasaan makan, *body image*, serta intensitas (frekuensi, durasi, dan intensitas) penggunaan media sosial. Analisis data yang digunakan adalah uji *chi-square* dan uji *fisher's exact*. Hasil analisis menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara *body image* ($p=0,001$) dengan kebiasaan makan dan tidak terdapat hubungan antara frekuensi ($p=0,288$), durasi ($p=0,469$), dan intensitas ($p=0,715$) penggunaan media sosial dengan kebiasaan makan. Kesimpulan pada penelitian ini adalah terdapat hubungan antara *body image* dengan kebiasaan makan dan tidak terdapat hubungan antara frekuensi, durasi, dan intensitas penggunaan media sosial dengan kebiasaan makan remaja putri.

Kata Kunci: *Body Image*, Kebiasaan Makan, Media Sosial, Remaja Putri

THE ASSOCIATION BETWEEN BODY IMAGE AND INTENSITY OF SOCIAL MEDIA USE WITH EATING HABITS IN FEMALE ADOLESCENT AT SMAN 1 SERANG CITY

Shafa Andini

Abstract

Indonesian adolescents experience nutritional problems, including malnutrition and micronutrient deficiencies. Nutritional problems caused by changes in eating habits which can be influenced by body image and the intensity of social media use. This study aims to determine the association between body image and the intensity of social media use with eating habits in female adolescent at SMAN 1 Kota Serang. This study used a cross-sectional design with a sample of 145 respondents selected using a stratified random sampling technique. Data was collected through Adolescent Food Habits Checklist (AFHC), Body Shape Questionnaire (BSQ-16), and Social Networking Time Use Scale (SONTUS) questionnaire. The variables are eating habits, body image, and intensity (frequency, duration, and intensity) of social media use. Data analysis used chi-square test and fisher's exact test. The results showed that there was an association between body image ($p=0,001$) and eating habits and there were no association between frequency ($p=0,288$), duration ($p=0,469$), and intensity ($p=0,715$) of social media use and eating habits. The conclusion is that there was an association between body image and eating habits and there were no association between frequency, duration, and intensity of social media use and eating habits of female adolescent.

Keyword: Body Image, Eating Habits, Female Adolescent, Social Media

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis sampaikan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan karunia-Nya penelitian ini dapat terlaksana dengan baik dengan judul “Hubungan *Body Image* dan Intensitas Penggunaan Media Sosial dengan Kebiasaan Makan pada Remaja Putri di SMAN 1 Kota Serang”.

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Ibu Dr. Nur Intania Sofianita, S.I. Kom., MKM selaku Kepala Program Studi Gizi Program Sarjana sekaligus dosen penguji yang telah memberikan saran, Bapak Dr. Ibnu Malkan Bakhrul Ilmi, S.Gz., M.Si. selaku dosen pembimbing yang telah memberikan bimbingan, ilmu, serta kritik dan saran yang membangun, Ibu Utami Wahyuningsih, S.Gz, M.Si selaku dosen penguji yang telah memberikan kritik dan saran yang bermanfaat, serta kepada seluruh dosen Program Studi Gizi Program Sarjana Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta yang telah bersedia memberikan ilmu yang bermanfaat.

Penulis mengucapkan terima kasih pula kepada responden penelitian serta pihak sekolah yang telah berpartisipasi dalam proses pengambilan data. Kepada keluarga penulis, mama, papa, dan adik yang telah memberikan dukungan moral dan motivasi. Kepada sahabat seperjuangan sejak semester 1, Bella, Sekar, Novita, dan Angel yang telah kebersamaan penulis hingga saat ini. Kepada Henggar, Hanifa, dan Dinar selaku sahabat tempat berbagi keluh kesah penulis sejak SMA. Kepada seluruh pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu yang telah membantu dalam penulisan skripsi ini.

Penulis menyadari masih terdapat banyak kekurangan dalam penyusunan penelitian ini. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun dan bermanfaat kedepannya baik untuk penulis maupun pembaca.

Jakarta, 4 Juli 2023

Penulis,

Shafa Andini

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	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	6
II.1 Remaja	6
II.2 Kebiasaan Makan.....	8
II.3 <i>Body Image</i>	12
II.4 Media Sosial.....	16
II.5 Matriks Penelitian Terdahulu.....	19
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.....	30
III.6 Definisi Operasional	31
III.7 Analisis Data.....	33
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	34
IV.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian.....	34
IV.2 Analisis Univariat	35
IV.3 Analisis Bivariat.....	44
IV.4 Keterbatasan Penelitian.....	51

BAB V PENUTUP.....	52
V.1 Kesimpulan	52
V.2 Saran	52
DAFTAR PUSTAKA	54
RIWAYAT HIDUP	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Matriks Penelitian Terdahulu	19
Tabel 2	Besar Minimal Sampel.....	25
Tabel 3	Definisi Operasional	31
Tabel 4	Distribusi Karakteristik Responden	36
Tabel 5	Distribusi Kebiasaan Makan	38
Tabel 6	Distribusi <i>Body Image</i>	40
Tabel 7	Distribusi Frekuensi Penggunaan Media Sosial.....	41
Tabel 8	Distribusi Durasi Penggunaan Media Sosial.....	42
Tabel 9	Distribusi Intensitas Penggunaan Media Sosial	43
Tabel 10	Analisis Hubungan <i>Body Image</i> dengan Kebiasaan Makan	44
Tabel 11	Analisis Frekuensi dan Durasi Penggunaan Media Sosial dengan Kebiasaan Makan	47
Tabel 12	Analisis Intensitas Penggunaan Media Sosial dengan Kebiasaan Makan	49

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1	Kerangka Teori.....	22
Gambar 2	Kerangka Konsep	23
Gambar 3	Prosedur Pengambilan Data	30
Gambar 4	Lokasi Penelitian	35

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Surat Persetujuan Etik
- Lampiran 2 Lembar Monitoring Bimbingan
- Lampiran 3 Surat Izin Penelitian
- Lampiran 4 Lembar Penjelasan Penelitian
- Lampiran 5 *Informed Consent*
- Lampiran 6 Kuesioner Karakteristik Responden
- Lampiran 7 Kuesioner *Adolescent Food Habits Checklist* (AFHC)
- Lampiran 8 Kuesioner *Body Shape Questionnaire* (BSQ-16)
- Lampiran 9 Kuesioner *Social Networking Time Use Scale* (SONTUS)
- Lampiran 10 *Output* SPSS Uji Bivariat
- Lampiran 11 Dokumentasi
- Lampiran 12 Surat Bebas Plagiarisme
- Lampiran 13 Hasil Turnitin