



**DETERMINAN RISIKO TERJADINYA GANGGUAN MAKAN
PADA REMAJA DI SMAN 7 TANGERANG TAHUN 2025**

SKRIPSI

GHEFIRA TSANA ZAHIRAH

2110714035

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI GIZI PROGRAM SARJANA
2025**



**DETERMINAN RISIKO TERJADINYA GANGGUAN MAKAN
PADA REMAJA DI SMAN 7 TANGERANG TAHUN 2025**

SKRIPSI

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

GHEFIRA TSANA ZAHIRAH

2110714035

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI GIZI PROGRAM SARJANA
2025**

PERNYATAAN ORISINALITAS

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

Nama : Ghefira Tsana Zahirah

NRP : 2110714035

Tanggal : 2 Juni 2025

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

Jakarta, 2 Juni 2025

Yang Menyatakan,



(Ghefira Tsana Zahirah)

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

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

Nama : Ghefira Tsana Zahirah

NRP : 2110714035

Fakultas : Ilmu Kesehatan

Program Studi : 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 karya ilmiah saya yang berjudul: **“Determinan Risiko Terjadinya Gangguan Makan pada Remaja di SMAN 7 Tangerang Tahun 2025”**.

Berserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti ini Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta berhak menyimpan, mengalih media/fotmatkan, 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 : 2 Juni 2025

Yang menyatakan,



(Ghefira Tsana Zahirah)

PENGESAHAN

Skripsi diajukan oleh :

Nama : Ghelifira Tsana Zahirah
NRP : 2110714035
Program Studi : Gizi
Judul Skripsi : Determinan Risiko Terjadinya Gangguan Makan Pada Remaja di SMAN 7 Tangerang Tahun 2025

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



Sintha Fransiske Simanungkalit, S.Gz., MKM

Penguji I



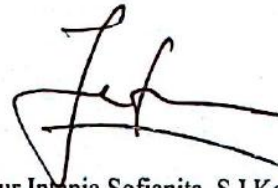
Desmawati, SKp., Sp.Mat., PhD

DESMAWATI, SKp., Sp.Mat., PhD
Fakultas Ilmu Kesehatan UPN "Veteran" Jakarta



Dr. Firlia Ayu Arini, SKM, MKM

Penguji II (Pembimbing)



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

Koordinator Program Gizi Program Sarjana

Ditetapkan di : Jakarta

Tanggal Ujian : 10 Juni 2025

DETERMINAN RISIKO TERJADINYA GANGGUAN MAKAN PADA REMAJA DI SMAN 7 TANGERANG TAHUN 2025

Ghefira Tsana Zahirah

Abstrak

Gangguan makan merupakan masalah serius yang banyak dialami remaja, ditandai dengan perilaku makan yang tidak sehat akibat ketidakpuasan terhadap citra tubuh dan dorongan untuk mencapai tubuh ideal. Remaja merupakan sebuah fase yang rentan dimana merupakan periode pencarian jati diri, sehingga mereka lebih mudah dalam terpengaruh oleh tekanan sosial dan standar tubuh ideal. Fase ini juga dipengaruhi oleh *social media*, serta tekanan lingkungan yang memperbesar risiko munculnya gangguan makan. Tujuan pada penelitian ini yaitu untuk menganalisis hubungan dari jenis kelamin, persepsi citra tubuh, status gizi, intensitas penggunaan *social media*, *celebrity worship*, dan pengetahuan gizi seimbang dengan risiko terjadinya gangguan makan pada siswa di SMAN 7 Tangerang tahun 2025. Penelitian ini menggunakan metode *cross sectional* dengan teknik *proportionate stratified random sampling* dan sampel sebanyak 150 responden. Pengumpulan data dilakukan dengan melalui pengisian kuesioner via *gform* dan pengukuran untuk mengetahui status gizi responden. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak ditemukan adanya hubungan antara jenis kelamin ($p=0,148$), status gizi ($p=0,241$), intensitas penggunaan *social media* ($p=0,808$), *celebrity worship* ($p=0,279$), dan pengetahuan gizi ($p=0,193$) dengan risiko terjadinya gangguan makan, namun didapatkan adanya hubungan antara persepsi citra tubuh ($p=0,000$) dengan risiko terjadinya gangguan makan pada remaja di SMAN 7 Tangerang tahun 2025 (OR 4,854 95% CI 2,093-11,257).

Kata Kunci : *Celebrity_Worship, Citra_Tubuh, Gangguan_Makan, Pengetahuan_Gizi, Social_Media, Status_Gizi*

DETERMINANTS OF EATING DISORDERS RISK IN ADOLESCENTS AT SMAN 7 TANGERANG IN 2025

Ghefira Tsana Zahirah

Abstract

Eating disorders are a serious problem experienced by many adolescents, characterized by unhealthy eating behavior due to dissatisfaction with body image and would lead to achieve an ideal body. Adolescence represents a critical developmental stage characterized by identity formation and heightened susceptibility to social pressures, including idealized body standards promoted through social media. The widespread use of social media and environmental influences aggravate the risk of developing eating disorders. This study aimed to examine the relationship between gender, body image perception, nutritional status, intensity of social media use, celebrity worship, and nutrition knowledge with the risk of eating disorders among students at SMAN 7 Tangerang in 2025. A cross-sectional study design was adopted, employing a proportionate stratified random sampling technique with a total of 150 respondents. Data were collected through the administration of structured questionnaires via Google Forms and anthropometric measurements to assess nutritional status. The findings indicated no significant relationship between gender ($p = 0.148$), nutritional status ($p = 0.241$), social media usage intensity ($p = 0.808$), celebrity worship ($p = 0.279$), and nutrition knowledge ($p = 0.193$) with the risk of eating disorders. However, a significant relationship was found between body image perception ($p = 0.000$) and the risk of eating disorders, with an odds ratio of 4.854 (95% CI: 2.093–11.257).

Keyword : Body_Image, Celebriy_Worship, Eating_Disorders, Nutritional_Status, Nutrition_Knowledge, Social_Media

KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, karena atas segala karunia-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul "Determinan Risiko Terjadinya Gangguan Makan pada Remaja di SMAN 7 Tangerang Tahun 2025" untuk memperoleh gelar Sarjana Gizi pada Program Studi Gizi Program Sarjana, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta. Penulis secara tulus memberikan apresiasi dan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

- a. Keluarga penulis: Bapak Pramudito, Ibu Ari, Mas Adi, Mas Eja, Mba Sindy, Mba Wiwin, Syabil, Amira, Tante Niken, dan Sasya yang sudah memberikan doa, dukungan moral dan materil dalam menempuh pendidikan ini.
- b. Ibu Dr. Firlia Ayu Arini, SKM, MKM. selaku dosen pembimbing yang telah memberikan banyak masukan dan motivasi sebagai pendorong bagi penulis untuk menyelesaikan skripsi ini.
- c. Ibu Sintha Fransiske Simanungkalit, S.Gz., MKM. selaku dosen penguji yang telah memberikan kritik dan saran yang bermanfaat.
- d. Teman-teman dekat penulis: Salsabila Farah, Sabrina Try, Syifa Salsa, Dhiya Agis, Tasya Maulidia, Ananda Brilianti, dan Maharani Putri yang telah memberikan bantuan, hiburan, dan dukungan kepada penulis.
- e. Pihak SMAN 7 Tangerang, terutama ibu Desi selaku Humas dan ibu Eka selaku guru BK yang membantu penulis selama proses pengambilan data.
- f. Adik-adik responden penelitian yang sudah berkenan dan menyempatkan waktu dalam menjadi responden pada peneliti.

Semoga kebaikan dari bapak, ibu, dan teman-teman membawa keberkahan bagi penelitian ini dan bermanfaat untuk kedepannya.

Jakarta, 2 Juni 2025

Penulis



(Ghafira Tsana Zahirah)

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 Masalah	1
I.2 Rumusan Masalah.....	5
I.3 Tujuan Penelitian	7
I.4 Manfaat Penelitian	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	10
II.1 Gangguan Makan.....	10
II.2 Jenis Kelamin.....	17
II.3 Persepsi Citra Tubuh.....	17
II.4 Status Gizi Berdasarkan IMT/U	21
II.5 Intensitas Penggunaan <i>Social Media</i>	23
II.6 <i>Celebrity Worship</i>	25
II.7 Pengetahuan Gizi Seimbang.....	28
II.8 Remaja	29
II.9 Instrumen Penelitian	30
II.10 Matriks Penelitian Terdahulu.....	38
BAB III METODE PENELITIAN.....	49
III.1 Waktu dan Tempat Penelitian	49
III.2 Desain Penelitian	49
III.3 Populasi dan Sampel Penelitian.....	50
III.4 Pengumpulan Data.....	53
III.5 Etik Penelitian.....	57
III.6 Definisi Operasional	58
III.7 Analisis Data.....	62
III.8 Jadwal Penelitian	63
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	64
IV.1 Gambaran Umum SMAN 7 Tangerang	64
IV.2 Analisis Univariat	64
IV.3 Analisis Bivariat	77
IV.4 Keterbatasan Penelitian	90

BAB V PENUTUP.....	91
V.1 Kesimpulan.....	91
V.2 Saran	92
DAFTAR PUSTAKA	94
RIWAYAT HIDUP	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Indeks Massa Tubuh (IMT/U) Anak Usia 5-18 Tahun	21
Tabel 2	Matriks Penelitian Terdahulu	38
Tabel 3	Hasil Perhitungan Sampel dengan Rumus Beda Dua Proporsi	51
Tabel 4	Distribusi Sampel Setiap Kelas	52
Tabel 5	Definisi Operasional	58
Tabel 6	Jadwal Penelitian	63
Tabel 7	Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden	65
Tabel 8	Distribusi Frekuensi Persepsi Citra Tubuh Responden	66
Tabel 9	Distribusi Frekuensi Status Gizi Berdasarkan IMT/U	67
Tabel 10	Distribusi Frekuensi Gambaran Penggunaan Social Media	68
Tabel 11	Distribusi Gambaran Intensitas Penggunaan Social Media	69
Tabel 12	Distribusi Frekuensi Gambaran Karakteristik Idola	70
Tabel 13	Distribusi Frekuensi Gambaran Celebrity Worship	72
Tabel 14	Distribusi Sebaran Jenis Kelamin dengan Tingkatan Celebrity Worship	72
Tabel 15	Distribusi Frekuensi Gambaran Pengetahuan Gizi Seimbang	74
Tabel 16	Distribusi Pertanyaan dan Benar Salah	75
Tabel 17	Distribusi Frekuensi Risiko Terjadinya Gangguan Makan	76
Tabel 18	Analisis Jenis Kelamin dan Risiko Gangguan Makan	77
Tabel 19	Analisis Persepsi Citra Tubuh dan Risiko Gangguan Makan	80
Tabel 20	Analisis Jenis Kelamin dan Persepsi Citra Tubuh	81
Tabel 21	Analisis Status Gizi dan Risiko Gangguan Makan	83
Tabel 22	Analisis Intensitas Penggunaan Social Media dan Risiko Gangguan Makan	85
Tabel 23	Analisis Celebrity Worship dan Risiko Gangguan Makan	87
Tabel 24	Analisis Pengetahuan Gizi dan Risiko Gangguan Makan	89

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1	Ilustrasi Anorexia Nervosa.....	12
Gambar 2	Ilustrasi Bulimia Nervosa	13
Gambar 3	Ilustrasi Binge Eating Disorder.....	14
Gambar 4	Ilustrasi Citra Tubuh	18
Gambar 5	Media Massa	19
Gambar 6	Idol K-Pop.....	26
Gambar 7	Kerangka Teori.....	47
Gambar 8	Kerangka Konsep.....	47
Gambar 9	Prosedur Pengumpulan Data.....	55
Gambar 10	Lokasi Penelitian.....	64

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	<i>Ethical Clearance</i>
Lampiran 2	Kartu Monitoring Bimbingan
Lampiran 3	Surat Izin Studi Pendahuluan Dan Penelitian
Lampiran 4	Surat Izin Pengambilan Data
Lampiran 5	Lembar Penjelasan Penelitian
Lampiran 6	Lembar <i>Informed Consent</i>
Lampiran 7	Kuesioner Karakteristik Responden
Lampiran 8	Kuesioner Citra Tubuh
Lampiran 9	Kuesioner Intensitas Penggunaan <i>Social Media</i>
Lampiran 10	Kuesioner <i>Celebrity Worship</i>
Lampiran 11	Kuesioner Pengetahuan Gizi Seimbang
Lampiran 12	Kuesioner <i>Eating Attitude Test</i> (Eat-26)
Lampiran 13	Dokumentasi
Lampiran 14	Hasil Uji Statistik
Lampiran 15	Surat Pernyataan Bebas Plagiarisme
Lampiran 16	Hasil Pengecekan <i>Turn-it-in</i>