



**HUBUNGAN FAKTOR PSIKOSOSIAL, STATUS GIZI, JENIS
KELAMIN, DAN PENGETAHUAN GIZI DENGAN RISIKO
GANGGUAN MAKAN SISWA SMAN 12 KOTA TANGERANG**

SKRIPSI

MUHAMMAD ABHISTA HAKIM

2210714020

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL "VETERAN" JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI GIZI PROGRAM SARJANA
2026**



**HUBUNGAN FAKTOR PSIKOSOSIAL, STATUS GIZI, JENIS
KELAMIN, DAN PENGETAHUAN GIZI DENGAN RISIKO
GANGGUAN MAKAN SISWA SMAN 12 KOTA TANGERANG**

TUGAS AKHIR SKRIPSI

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

MUHAMMAD ABHISTA HAKIM

2210714020

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL "VETERAN" JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI GIZI PROGRAM SARJANA
2026**

PERNYATAAN ORISINALITAS

Skripsi ini adalah hasil karya saya sendiri, dan semua sumber yang di kutip maupun di rujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Muhammad Abhista Hakim

NIM : 2210714020

Tanggal : 29 – Juni-2026

Bila mana di kemudian hari ditemukan ketidaksesuaian dengan pernyataan saya ini, maka saya bersedia di tuntutan dan di proses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Jakarta, 29 Juni 2026

Yang Menyatakan,



(Muhammad Abhista Hakim)

PERNYATAAN PENGGUNAAN KECERDASAN BUATAN

Saya menyatakan bahwa dalam penyusunan skripsi ini saya menggunakan teknologi kecerdasan buatan (AI) dengan platfrom Claude dan ChatGPT untuk tujuan brainstorming serta pengecekan kesalahan ejaan atau penulisan, dan saya bertanggung jawab penuh atas keakuratan orisinalitas dan integritas seluruh isi skripsi ini.

Nama : Muhammad Abhista Hakim

NIM : 2210714020

Tanggal : 29 – Juni-2026

Jakarta, 29 Juni 2026

Yang Menyatakan,



(Muhammad Abhista Hakim)

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

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

Nama : Muhammad Abhista Hakim

NIM : 2210714020

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 Faktor Psikososial, Status Gizi, Jenis Kelamin, dan Pengetahuan Gizi dengan Risiko Gangguan Makan Siswa SMAN 12 Kota Tangerang “

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 : 29 Juni 2026

Yang menyatakan,



(Muhammad Abhista Hakim)

PENGESAHAN

Skripsi diajukan oleh :

Nama : Muhammad Abhista Hakim
NIM : 2210714020
Program Studi : Gizi Program Sarjana
Judul Skripsi : Hubungan Faktor Psikososial, Status Gizi, Jenis Kelamin, dan Pengetahuan Gizi dengan Risiko Gangguan Makan Siswa SMAN 12 Kota Tangerang

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

Penguji I (Ketua Penguji)

Dr. dr. Yessi Christa Octaria, MIH.
NIP. 198010182025212020

Penguji II

Sintha Fransiske Simanungkalit, S.Gz, MKM.
NIP. 199101152025062002

Penguji III

Dr. Firlia Ayu Arini, SKM, MKM
NIP. 198501022021212004

Mengetahui



Dekan FIKES UPN "Veteran"
Jakarta

Dr. Sri Yuni, SST, FT, Ftr, M.Si.
NIP. 197406102021212005

Koordinator Program Studi Gizi
Program Sarjana

Utami Wahyuningsih, S.Gz., M.Si.
NIP. 199109042019032017

Ditetapkan di : Jakarta
Tanggal Ujian : 29 Juni 2026

HUBUNGAN FAKTOR PSIKOSOSIAL, STATUS GIZI, JENIS KELAMIN, DAN PENGETAHUAN GIZI DENGAN RISIKO GANGGUAN MAKAN SISWA SMAN 12 KOTA TANGERANG

Muhammad Abhista Hakim

Abstrak

Sebagai salah satu persoalan kesehatan yang banyak dijumpai pada kelompok usia remaja, gangguan makan tidak berdiri sendiri kemunculannya terkait erat dengan interaksi antara faktor psikososial dan karakteristik masing-masing individu. Setidaknya enam aspek teridentifikasi turut berperan dalam kondisi ini: persepsi terhadap citra tubuh, kecenderungan celebrity worship, tekanan dari lingkungan sebaya, status gizi, jenis kelamin, serta tingkat pengetahuan gizi yang dimiliki. Bertolak dari keterkaitan tersebut, penelitian ini dirancang untuk mengungkap sejauh mana faktor-faktor itu berhubungan dengan risiko gangguan makan pada siswa SMAN 12 Kota Tangerang. Untuk menjawab tujuan tersebut, digunakan pendekatan kuantitatif bersifat observasional analitik dengan rancangan *cross-sectional*. Sebanyak 720 siswa kelas X dan XI menjadi populasi acuan, dari mana 153 responden kemudian dipilih melalui teknik *proportionate stratified random sampling*. Lima instrumen digunakan untuk menjaring data: *Body Shape Questionnaire (BSQ)* guna mengukur citra tubuh, *Celebrity Attitude Scale (CAS)* untuk *celebrity worship*, *Peer Pressure Scale for Adolescents (PPSA)* untuk tekanan sebaya, *Eating Attitudes Test-26 (EAT-26)* untuk kecenderungan gangguan makan, serta kuesioner pengetahuan gizi seimbang; status gizi sendiri ditentukan melalui pengukuran antropometri berbasis IMT/U. Uji *Chi-Square* kemudian diterapkan untuk menganalisis seluruh data yang terkumpul. Dari sisi deskriptif, mayoritas responden tercatat memiliki persepsi citra tubuh yang negatif (79,1%) disertai tingkat *celebrity worship* yang tinggi (54,9%). Kondisi berbeda tampak pada aspek lain, di mana peer pressure justru berada pada level rendah (69,3%), status gizi mayoritas tergolong normal (73,9%), dan pengetahuan gizi sebagian besar responden tergolong baik (64,1%) meski demikian, proporsi responden yang berisiko mengalami gangguan makan tetap tergolong tinggi, yakni 68,6%. Secara statistik, tiga variabel terbukti berhubungan bermakna dengan risiko gangguan makan: persepsi citra tubuh ($p < 0,001$), *peer pressure* ($p < 0,001$), dan jenis kelamin ($p = 0,026$); sementara itu, *celebrity worship*, status gizi, dan pengetahuan gizi tidak menunjukkan hubungan yang signifikan.

Kata Kunci : Citra Tubuh; Gangguan Makan; Jenis Kelamin; Tekanan Teman Sebaya; Pengetahuan Gizi

THE RELATIONSHIP OF PSYCHOSOCIAL FACTORS, NUTRITIONAL STATUS, GENDER, AND NUTRITIONAL KNOWLEDGE WITH THE RISK OF EATING DISORDERS AMONG STUDENTS AT SMAN 12 TANGERANG CITY

Muhammad Abhista Hakim

Abstract

Far from being an isolated condition, eating disorders among adolescents emerge from the interplay of psychosocial factors and individual characteristics. At least six such factors have been identified: body image perception, celebrity worship, peer pressure, nutritional status, sex, and nutritional knowledge. Building on this premise, the present study set out to determine the extent to which these variables relate to eating disorder risk among students at SMAN 12 Kota Tangerang. To achieve this aim, an analytical observational design with a cross-sectional approach was adopted. Out of a population of 720 tenth- and eleventh-grade students, 153 respondents were selected through proportionate stratified random sampling. Five instruments were employed to gather the data: the Body Shape Questionnaire (BSQ) for body image, the Celebrity Attitude Scale (CAS) for celebrity worship, the Peer Pressure Scale for Adolescents (PPSA) for peer pressure, the Eating Attitudes Test-26 (EAT-26) for eating disorder tendencies, and a balanced nutrition knowledge questionnaire; nutritional status, meanwhile, was assessed through anthropometric measurement based on BMI-for-age. All collected data were subsequently examined using the Chi-square test. Descriptively, most respondents reported negative body image (79.1%) alongside high levels of celebrity worship (54.9%). A different pattern emerged elsewhere: peer pressure was predominantly low (69.3%), nutritional status largely normal (73.9%), and nutritional knowledge mostly good (64.1%) yet despite this, 68.6% of respondents were still classified as being at risk of eating disorders. Statistically, three variables showed a significant association with this risk: body image perception ($p < 0.001$), peer pressure ($p < 0.001$), and sex ($p = 0.026$), whereas celebrity worship, nutritional status, and nutritional knowledge did not. Taken together, these results point to the value of cultivating positive body image and curbing peer pressure as central strategies for lowering eating disorder risk among adolescents.

Keyword : Body Image; Eating Disorders; Gender; Peer Pressure; Nutritional Knowledge

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT atas segala rahmat dan karunia-Nya sehingga skripsi ini dapat diselesaikan dengan baik. Skripsi ini disusun sebagai bagian dari proses akademik dengan judul “Hubungan Faktor Psikososial, Status Gizi, Jenis Kelamin, dan Pengetahuan Gizi dengan Risiko Gangguan Makan Siswa SMAN 12 Kota Tangerang”.

Penulis menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Ibu Dr. Firlia Ayu Arini, SKM, MKM selaku dosen pembimbing yang telah memberikan bimbingan, arahan, saran, serta masukan yang sangat berharga selama proses penyusunan skripsi ini.

Ucapan terima kasih juga penulis sampaikan kepada Ayah dan Bunda, serta seluruh keluarga yang senantiasa memberikan doa, dukungan, dan semangat kepada penulis. Selain itu, penulis mengucapkan terima kasih kepada teman-teman yang telah memberikan bantuan dan dukungan selama proses penyusunan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih memiliki keterbatasan dan kekurangan. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun dari para pembaca demi penyempurnaan skripsi ini kedepannya.

Jakarta, 29 Juni 2026

Penulis



(Muhammad Abhista Hakim)

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN ORISINALITAS	ii
PERNYATAAN PENGGUNAAN KECERDASAAN BUATAN	iii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	iv
PENGESAHAN	v
ABSTRAK	vi
ABSTRACT	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
 BAB I PENDAHULUAN	 1
I.1 Latar Belakang Masalah	1
I.2 Rumusan Masalah.....	6
I.3 Tujuan Penelitian.....	7
I.4 Manfaat Penelitian.....	8
 BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	 10
II.1 Risiko Gangguan Makan	10
II.2 Persepsi Citra Tubuh	15
II.3 Hubungan antara Persepsi Citra Tubuh dengan Risiko Gangguan Makan ..	19
II.4 Status Gizi.....	21
II.5 Celebrity Worship.....	24
II.6 Pengetahuan Gizi Seimbang	26
II.7 <i>Peer Pressure</i> (Tekanan Teman Sebaya)	28
II.8 Jenis Kelamin	31
II.9 Instrumen Penelitian	31
II.10 Matriks Penelitian Terdahulu	39
II.11. Kerangka Teori.....	44
II.12 Kerangka Konsep	44
II.13 Hipotesis Penelitian	44
 BAB III METODE PENELITIAN.....	 46
III.1 Waktu dan Tempat Penelitian.....	46
III.2 Desain Penelitian	46
III.3 Populasi dan Sampel Penelitian.....	47
III.4 Pengumpulan Data.....	52
III.5 Etik Penelitian.....	55
III.6 Definisi Operasional	57
III.7 Analisis Data.....	61
III.8 Jadwal Penelitian	62
 BAB 4 HASIL DAN PEMBAHASAN.....	 63

IV.1	Gambaran Umum SMAN 12 Kota Tangerang	63
IV.2	Uji Univariat	63
IV.3	Analisis Bivariat	78
BAB V PENUTUP.....		101
V.1	Kesimpulan.....	101
V.2	Saran	102
DAFTAR PUSTAKA		104
RIWAYAT HIDUP		
LAMPIRAN		

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Matriks Penelitian	39
Tabel 2. Distribusi Sampel Setiap Kelas.....	49
Tabel 3. Distribusi Sampel Setiap Kelas.....	51
Tabel 4. Definisi Operasional	57
Tabel 5. Jadwal Penelitian.....	62
Tabel 6. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden	64
Tabel 7. Gambaran Skor Variabel Penelitian.....	65
Tabel 8. Distribusi Frekuensi Gambaran Pengetahuan Gizi Seimbang	66
Tabel 9. Distribusi Frekuensi Persepsi Citra Tubuh Responden.....	67
Tabel 10. Distribusi Jawaban Benar Terendah dan Tertinggi.....	68
Tabel 11. Distribusi Persepsi Citra Tubuh Responden	70
Tabel 12. Distribusi Gambaran <i>Celebrity Worship</i>	71
Tabel 13. Distribusi Frekuensi Gambaran Karakteristik Idola	72
Tabel 14. Distribusi Gambaran <i>Peer Pressure</i>	75
Tabel 15. Distribusi Frekuensi Status Gizi Berdasarkan IMT/U	77
Tabel 16. Analisis Pengetahuan Gizi dengan Risiko Gangguan Makan	78
Tabel 17. Analisis Persepsi Citra Tubuh dengan Risiko Terjadinya Gangguan Makan.....	80
Tabel 18. Distribusi Persepsi Citra Tubuh Berdasarkan Jenis Kelamin	82
Tabel 19. Item Kuesioner <i>BSQ- 34</i> Berdasarkan Jenis Kelamin.....	83
Tabel 20. Analisis <i>Celebrity Worship</i> dengan Risiko Terjadinya Gangguan Makan.....	86
Tabel 21. Analisis <i>Peer Pressure</i> dengan Risiko Terjadinya Gangguan Makan...88	
Tabel 22. Analisis Jenis Kelamin dengan Risiko Terjadinya Gangguan Makan...90	
Tabel 23. Distribusi Rata-rata Skor <i>Domain EAT-26</i> Berdasarkan Jenis Kelamin92	
Tabel 24. Analisis Status Gizi dengan Risiko Terjadinya Gangguan Makan.....95	
Tabel 25. Distribusi Status Gizi Berdasarkan Jenis Kelamin.....97	
Tabel 26. Distribusi Persepsi Citra Tubuh Berdasarkan Status Gizi.....98	

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.	Ilustrasi <i>Anorexia Nervosa</i>	12
Gambar 2.	Ilustrasi <i>Bulimia Nervosa</i>	12
Gambar 3.	Ilustrasi <i>Binge Eating Disorder</i>	13
Gambar 4.	Ilustrasi <i>Other Specified Feeding or Eating Disorder (OSFED)</i>	13
Gambar 5.	Ilustrasi <i>Unspecified Feeding or Eating Disorder</i>	14
Gambar 6.	Ilustrasi Tipe Bentuk Tubuh Wanita dan Pria	16
Gambar 7.	Ilustrasi Jenis Kelamin	17
Gambar 8.	Ilustrasi Media Massa dan Media Sosial	18
Gambar 9.	Hubungan Interpersonal	18
Gambar 10.	Indeks Massa Tubuh Menurut IMT/U	22
Gambar 11.	Alat Ukur Indeks Massa Tubuh	22
Gambar 12.	Ilustrasi <i>Body Goals Kpop Idol</i>	25
Gambar 13.	Ilustrasi <i>Peer Pressure</i>	29
Gambar 14.	Kerangka Teori	44
Gambar 16.	Prosedur Pengumpulan Data	53
Gambar 17.	Lokasi Pengambilan Data	63

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Ethical Clearance
- Lampiran 2 Surat Izin Penelitian
- Lampiran 3 Naskah Persetujuan Setelah Penjelasan (PSP)
- Lampiran 4 *Informed Consent*
- Lampiran 5 Kuesioner Karakteristik Responden dan Antropometri
- Lampiran 6 *Body Shape Questionnaire (BSQ-34)*
- Lampiran 7 Kuesioner Pengetahuan Gizi Seimbang
- Lampiran 8 *Kuesioner Eating Attitude Test (EAT-26)*
- Lampiran 9 Kuesioner Tekanan Teman Sebaya (*Peer Pressure Inventory*)
- Lampiran 10 Kuesioner *Celebrity Worship (CAS)*
- Lampiran 11 Dokumentasi
- Lampiran 12 Hasil Uji Statistik
- Lampiran 13 Kartu Monitoring Bimbingan
- Lampiran 14 Surat Pernyataan Bebas Plagiatrisme
- Lampiran 15 Hasil Uji Turnitin