



**PERSEPSI *BODY IMAGE* PADA REMAJA PUTRI  
*UNDERWEIGHT* DAN *OVERWEIGHT* USIA 16-18 TAHUN DI  
KOTA TANGERANG 2020**

**SKRIPSI**

**MARISSA FEBRIANI LUMBANTORUAN**

**1610714043**

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL VETERAN JAKARTA**

**FAKULTAS ILMU KESEHATAN**

**PROGRAM STUDI GIZI PROGRAM SARJANA**

**2020**



**PERSEPSI *BODY IMAGE* PADA REMAJA PUTRI  
*UNDERWEIGHT* DAN *OVERWEIGHT* USIA 16-18 TAHUN DI  
KOTA TANGERANG 2020**

**SKRIPSI**

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

**MARISSA FEBRIANI LUMBANTORUAN**

**1610714043**

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL VETERAN JAKARTA  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
PROGRAM STUDI GIZI PROGRAM SARJANA  
2020**

## PERNYATAAN ORISINALITAS

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

Nama : Marissa Febriani Lumbantoruan

NIM : 1610714043

Tanggal: 27 Juli 2020

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

Jakarta, 22 Juni 2020

Yang Menyatakan,



(Marissa Febriani Lumbantoruan)

## PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

---

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

Nama : Marissa Febriani Lumbantoruan  
NIM : 1610714043  
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 *Persepsi Body Image Pada Remaja Putri Underweight dan Overweight Usia 16-18 Tahun Di Kota Tangerang 2020*

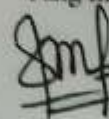
Beserta Perangkat yang ada. Dengan Hak Bebas Royalti ini Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan Skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta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

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Jakarta

Pada tanggal : 22 Juni 2020

Yang menyatakan,



(Marissa Febriani Lumbantoruan)

## PENGESAHAN

Skripsi diajukan oleh:

Nama : Marissa Febriani Lumbantoruan

NIM : 1610714043

Program Studi : Gizi Program Sarjana

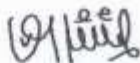
Judul Skripsi : *Ppersepsi Body Image Pada Remaja Putri Underweight dan Overweight Usia 16-18 Tahun di Kota Tangerang 2020*

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



Taufik Maryusman, S.Gz., M.Pd., M.Gizi

Ketua Penguji




Utami Wahyuningsih, S.Gz., M.Si

Penguji I



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

Penguji II (Pembimbing)

  
Dr. drg. Wahyu Sulistiadi, MARS  
Dekan  
Taufik Maryusman, S.Gz., M.Pd., M.Gizi  
Ka. Progdí Gizi Program Sarjana

Ditetapkan di :

Tanggal Ujian : 10 Juli 2020

# PERSEPSI BODY IMAGE PADA REMAJA PUTRI UNDERWEIGHT DAN OVERWEIGHT USIA 16-18 TAHUN DI KOTA TANGERANG 2020

**Marissa Febriani Lumbantoruan**

## **Abstrak**

Persepsi dan pandangan remaja putri mengenai body image sangat erat kaitannya dengan ketidakpuasan bentuk tubuh (*body image dissatisfaction*) yang kemudian akan mempengaruhi pola makan remaja dan gangguan-gangguan makan pada remaja. Baik remaja putri *overweight* maupun *underweight* memiliki persepsi dan pandangan yang berbeda mengenai bentuk tubuh serta penampilan mereka. Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi persepsi *body image* pada remaja putri *underweight* dan *overweight* usia 16-18 tahun di Kota Tangerang. Wawancara dilakukan secara mendalam pada 5 remaja putri *underweight* dan 5 remaja putri *overweight* dengan pendekatan studi kasus dengan 4 (empat) item domain yaitu konsep body image, persepsi bentuk tubuh & bentuk tubuh ideal, upaya mencapai bentuk tubuh ideal, serta pola makan remaja putri. Hasil menunjukkan bahwa 5 remaja putri *overweight* memiliki ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh mereka serta 2 dari 5 remaja putri *underweight* merasa kurang puas terhadap bentuk tubuhnya.

**Kata Kunci :** *Body Image*, Ketidakpuasan Bentuk Tubuh, Pola Makan

# **BODY IMAGE PERCEPTIONS AMONG UNDERWEIGHT AND OVERWEIGHT ADOLESCENT GIRLS AGE 16-18 YEARS IN TANGERANG 2020**

**Marissa Febriani Lumbantoruan**

## **Abstrack**

Perceptions and views of adolescent girls about body image are closely related to body shape dissatisfaction, which in turn affects of eating patterns and eating disorders in adolescents. Both overweight and underweight, they have different perceptions and views about their body shape and appearance. This study aims to explore the perception of body image in underweight and overweight in adolescents girls aged 16-18 years in Tangerang. In-depth interviews were conducted on 5 underweight teenage girls and 5 overweight teenage girls with a case study approach with 4 (four) domain items, namely the concept of body image, body shape & ideal perception, efforts for achieving the ideal body composition shape, and eating habits of adolescent girls. The results showed that 5 overweight teenage girls had dissatisfaction with their body shape and 2 out of 5 underweight teenage girls felt less satisfied with their body shape.

**Keywords:** Body Image perceptions, Body Image Dissatisfaction, Eating Pattern

## KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa yang telah melimpahkan kasih karunia, berkat dan anugrah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul “Persepsi *Body Image* Pada Remaja Putri *Underweight* Dan *Overweight* Usia 16-18 Tahun Di Kota Tangerang” diajukan sebagai syarat untuk menyelesaikan pendidikan sarjana (S1) Gizi pada Fakultas Ilmu Kesehatan, UPN Veteran Jakarta.

Penulis ingin mengucapkan terimakasih kepada pihak-pihak yang telah membantu selama mengerjakan skripsi ini, yaitu: Pembimbing saya, Dian Luthfiana Sufyan, S.Gz.,M.Gizi, Penguji skripsi Taufik Maryusman S.Gz., M.Pd., M.Gizi, Utami Wahyuningsih S.Gz., M.Si atas waktu, tenaga dan pikiran untuk bimbingan, kritik, dan masukan terhadap penyusunan skripsi ini. Seluruh dosen dan staf program studi ilmu Gizi UPN Veteran Jakarta yang telah mengajar, membimbing, dan membantu dalam kegiatan perkuliahan. Keluarga saya, terutama kedua orang tua saya tercinta, Kembaran saya Marina Febriana Lumbantoruan, Adik saya Felix Andre Hasiholan Lumbantoruan serta keluarga lainnya yang sangat saya cintai yang ikut selalu mendukung saya. Terimakasih atas doa, nasihat, kasih sayang, doa dan support nya. Teman-teman Gizi UPNVJ 2016, Teman-teman KKN Kebangsaan Ternate-Tidore 2016 khususnya keluarga Kastela, Forum KKNK 2019 yang telah mewarnai serba-serbi saat penyusunan skripsi, Audrey Vivi Kamila Ayu dan *Grup Qualitative Study* serta pihak-pihak yang tidak bisa disebutkan satu persatu yang telah banyak membantu dalam penulisan. Skripsi ini masih jauh dari sempurna. Penulis mengharapkan saran, kritik dan arahan dari segala pihak untuk penyempurnaan skripsi ini.

Jakarta, 22 Juni 2020

Penulis



## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN ORISINALITAS .....	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI .....	iii
PENGESAHAN.....	iv
ABSTRAK .....	v
ABSTRACK .....	vi
KATA PENGANTAR .....	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR GAMBAR .....	xi
DAFTAR BAGAN .....	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
I.1 Latar Belakang.....	1
I.2 Rumusan Masalah.....	5
I.3 Tujuan Penelitian .....	5
I.4 Manfaat Penelitian .....	5
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....</b>	<b>6</b>
II.1 Remaja .....	6
II.2 Masalah Gizi pada Remaja .....	12
II.3 Perilaku Makan Menyimpang Remaja .....	15
II.4 <i>Body Image</i> .....	17
II.5 Konsep Persepsi.....	26
II.6 Studi Kualitatif.....	29
II.7 Matriks Penelitian Terdahulu .....	35
II.8 Kerangka Teori .....	37
II.9 Kerangka Konsep.....	39
BAB III METODE PENELITIAN.....	41
III.1 Waktu dan Tempat Penelitian.....	41
III.2 Desain Penelitian .....	41
III.3 Informan Penelitian .....	43
III.4 Pengumpulan Data.....	50
III.5 Etik Penelitian.....	57
III.6 Definisi Operasional .....	58
III.7 Analisis Data.....	62
III.8 Validitas Data .....	65
III.9 Jadwal Penelitian .....	66
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....	67
IV.1 Karakteristik Informan.....	67
IV.2 Konsep <i>Body Image</i> .....	68

IV.3 Persepsi Bentuk Tubuh Ideal .....	73
IV.4 Penilaian Bentuk Tubuh .....	77
IV.5 Upaya Untuk Mencapai Bentuk Tubuh Ideal .....	89
IV.6 Pola Makan Remaja.....	93
IV.7 Keterbatasan Penelitian .....	100
BAB V PENUTUP.....	101
V.1 Kesimpulan.....	101
V.2 Saran .....	101
DAFTAR PUSTAKA.....	98
RIWAYAT HIDUP	
LAMPIRAN	

## DAFTAR TABEL

Tabel 1	Matriks Penelitian Terdahulu.....	35
Tabel 2	Pemilihan Informan Berdasarkan Essensial Variasi .....	45
Tabel 3	Matriks Analisa Lapangan.....	46
Tabel 4	<i>Guideline</i> Wawancara.....	50
Tabel 5	Definisi Operasional .....	56
Tabel 6	Jadwal Penelitian.....	63
Tabel 7	Karakteristik Informan.....	64

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1	<i>Body Rating Scale</i> .....	51
----------	--------------------------------	----

## DAFTAR BAGAN

Bagan 1	Kerangka Teori .....	38
Bagan 2	Kerangka Konsep.....	40
Bagan 3	Alur Penelitian .....	54

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Surat Etik Penelitian
Lampiran 2	Kartu Monitor Bimbingan
Lampiran 3	Surat Ijin Penelitian
Lampiran 4	Penjelasan Sebelum Persetujuan
Lampiran 5	<i>Informed Consent</i>
Lampiran 6	Analisis Data
Lampiran 7	Pedoman Wawancara Mendalam
Lampiran 8	Kuesioner Semi-terstruktur Wawancara Mendalam
Lampiran 9	Instrument dan Alat Penelitian
Lampiran 10	Dokumentasi Wawancara
Lampiran 11	Hasil Turnitin