



**HUBUNGAN STATUS GIZI DAN PERILAKU DIET
TERHADAP KETIDAKPUASAN CITRA TUBUH SISWI
XI IPA SMA NEGERI 5 DEPOK TAHUN 2017**

SKRIPSI

HANA PALUPI ADIYANTI

1310714049

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL "VETERAN" JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI S-1 ILMU GIZI
2017**



**HUBUNGAN STATUS GIZI DAN PERILAKU DIET
TERHADAP KETIDAKPUASAN CITRA TUBUH SISWI
XI IPA SMA NEGERI 5 DEPOK TAHUN 2017**

SKRIPSI

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

HANA PALUPI ADIYANTI

1310714049

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI S-1 ILMU GIZI
2017**

PERNYATAAN ORISINALITAS

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

Nama : Hana Palupi Adiyanti

NRP : 1310714049

Tanggal : 14 Juli 2017

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

Jakarta, 14 Juli 2017

Yang Menyatakan



(Hana Palupi Adiyanti)

**PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

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

Nama : Hana Palupi Adiyanti
NRP : 1310714049
Fakultas : Ilmu Kesehatan
Program Studi : S1 Ilmu Gizi

Demi Pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non Exclusive Royalty Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul:

**HUBUNGAN STATUS GIZI DAN PERILAKU DIET TERHADAP
KETIDAKPUASAN CITRA TUBUH PADA SISWI XI IPA SMA NEGERI 5
DEPOK TAHUN 2017**

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 : 14 Juli 2017

Yang menyatakan,



(Hana Palupi Adiyanti)

PENGESAHAN

Skripsi diajukan oleh :

Nama : Hana Palupi Adiyanti
NRP : 1310714049
Program Studi : S1 Ilmu Gizi
Judul Skripsi : Hubungan Status Gizi dan Perilaku Diet Terhadap
Ketidakpuasan Citra Tubuh Pada Siswi XI IPA SMA
Negeri 5 Depok Tahun 2017

Telah berhasil dipertahankan dihadapan Tim penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Gizi pada Program Studi S1 Ilmu Gizi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta.



Sintha Fransiske S., S.Gz, MKM

Ketua Penguji



Nanang Nasrulloh, S.TP, M.Si

Penguji I



M. Ikhsan Amar, S.Gz, M.Kes

Penguji II (Pembimbing)



Desak Nyoman Sithi, SKp. MARS

Dekan



Ikha Deviyanti Puspita, S.Gz, RD, MKM

Ka. Prodi S1 Ilmu Gizi

Ditetapkan di : Jakarta

Tanggal Ujian : 6 Juli 2017

HUBUNGAN STATUS GIZI DAN PERILAKU DIET TERHADAP KETIDAKPUASAN CITRA TUBUH PADA SISWI XI IPA SMA NEGERI 5 DEPOK TAHUN 2017

Hana Palupi Adiyanti

Abstrak

Latar Belakang: Masa remaja adalah masa perubahan fisik yang sangat unik dan berkelanjutan. Perubahan fisik tersebut akan berpengaruh kepada pertumbuhan, status kesehatan dan gizinya. Remaja mempunyai masalah dengan citra tubuh, dan perilaku diet. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan ketidakpuasan citra tubuh pada siswi XI IPA SMA Negeri 5 Depok. **Metode:** Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan desain studi *cross-sectional*. Sampel dalam penelitian ini terdiri dari 77 siswi yang dipilih dengan *simple random sampling*. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan April tahun 2017 dengan mengambil data primer melalui pengisian kuesioner tentang citra tubuh dan perilaku diet serta pengukuran antropometri, meliputi pengukuran berat badan menggunakan timbangan dan pengukuran tinggi badan menggunakan *microtoise*, kemudian dianalisis menggunakan uji *chi-square*. **Hasil:** Hasil penelitian menunjukkan bahwa 80,5% siswi mengalami ketidakpuasan citra tubuh. Hasil analisis bivariat menggunakan uji *chi square* menunjukkan terdapat hubungan antara status gizi ($p=0,034$), perilaku diet ($p=0,043$) dengan ketidakpuasan citra tubuh. **Kesimpulan:** Terdapat hubungan yang bermakna antara status gizi dan perilaku diet dengan ketidakpuasan citra tubuh pada siswi. Peneliti menyarankan agar siswi diberikan informasi dan edukasi yang berhubungan dengan status gizi, dan perilaku diet.

Kata kunci : Ketidakpuasan citra tubuh, remaja, status gizi, perilaku diet

**ASSOCIATION BETWEEN NUTRITIONAL STATUS AND
DIETING BEHAVIOR WITH BODY IMAGE
DISSATISFICATION IN FEMALE STUDENTS XI SAINS at
SMA NEGERI 5 DEPOK in 2017**

Hana Palupi Adiyanti

Abstract

Background: Adolescence is a period of physical changed in a very unique and sustainabled. The phisychal changes will affect the growth and the health and nutritional status. Adolescents have problems with body image and dieting behavior. **Objectives:** This study aims to determine factors associated with body image dissatisfaction in female students XI Sains at SMAN 5 Depok. **Method:** This study is a quantitative study that uses cross-sectional study design. The sample ini this study consisted of 77 female students which selescted by simple random sampling. This study was done at April 2017 by using primary data through questionnaires about body image and dieting behavior and anthropometric measurements, including weight measurement using weight scales and height measurement using microtoise, then analyzed using chi-square test. **Results:** The results showed that 80,5% female students were dissatisfied with their body. Bivariate analysis result using chi square test showed that there were relation between nutritional status ($p=0,034$) and dieting behavior ($p=0,043$) with body image dissatisfaction. **Conclusions:** There were a significant relationship between nutritional status and dieting behavior with body image dissatisfaction. Researcher suggests that students could be given information and education related to nutritional status and dieting behavior.

Keywords : Adolescents, body image dissatisfaction, dieting behavior, nutritional status

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT, karena atas berkat dan rahmat-Nya, saya dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Penulisan skripsi ini dengan judul “Hubungan Status Gizi dan Perilaku Diet Terhadap Ketidakpuasan Citra Tubuh Pada Siswi XI IPA SMA Negeri 5 Depok Tahun 2017”.

Pada kesempatan ini penulis menyampaikan terimakasih kepada M. Ikhsan Amar, S.Gz, M.Kes selaku dosen pembimbing I dan Nanang Nasrulloh, S.TP, M.Si selaku dosen pembimbing II yang telah banyak memberikan arahan dan saran-saran yang sangat bermanfaat. Seluruh dosen dan staf program studi ilmu gizi, UPN “Veteran” Jakarta yang selama 4 tahun ini telah mengajar, membimbing dan membantu dalam kegiatan perkuliahan.

Selain itu, ucapan terimakasih penulis sampaikan kepada kedua orang tua tercinta Sanadi dan Retno Ariyanti serta adik saya Aulia Dwi Adiyanti yang selalu memberikan kasih sayang, terima kasih atas semua dukungan baik moral maupun materil, semangat, nasehat, serta doa yang tak pernah putus sehingga dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini. Penulis secara khusus menyampaikan rasa terimakasih kepada Syifa, Adriyana, Firda, dan Indah dengan sabar mendengarkan keluh kesah penulis serta memberikan semangat dan bantuan yang sangat berarti dalam penyusunan penelitian ini. Seluruh pihak yang tidak mungkin disebutkan satu-persatu yang telah banyak membantu penulis selama menjalani kuliah.

Akhir kata penulis menyadari bahwa dalam penulisan skripsi ini masih jauh dari sempurna. Penulis mengharapkan saran, kritik dan arahan dari segala pihak untuk penyempurnaan skripsi ini. Penulis juga berharap skripsi ini dapat bermanfaat untuk penelitian-penelitian selanjutnya

Jakarta, 2 Juli 2017

Penulis

Hana Palupi Adiyanti

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 Tujuan Penelitian.....	3
I.3 Rumusan Masalah.....	4
I.4 Manfaat Penelitian	4
I.5 Hipotesis.....	5
I.6 Ruang Lingkup Penelitian.....	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	6
II.1 Remaja	6
II.2 Ketidakpuasan Citra Tubuh	8
II.3 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Citra Tubuh.....	11
II.4 Status Gizi.....	14
II.5 Perilaku Diet	16
II.6 Pengaruh Citra Tubuh pada Remaja dengan Perilaku Diet	18
II.7 Kerangka Teori.....	19
II.8 Kerangka Konsep	20
BAB III METODE PENELITIAN	21
III.1 Lokasi dan Waktu Penelitian	21
III.2 Desain Penelitian.....	21
III.3 Populasi dan Sampel Penelitian	21
III.4 Instrumen Penelitian.....	23
III.5 Teknik Pengumpulan Data	23
III.6 Pengolahan Data	25
III.7 Tahap Pengolahan Data.....	26
III.8 Analisis Data.....	27
III.9 Definisi Operasional Variabel	28
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	29
IV.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian	29

IV.2 Hasil Univariat.....	30
IV.3 Hasil Bivariat.....	38
IV.4 Keterbatasan Penelitian.....	41
BAB V PENUTUP	42
V.1 Kesimpulan.....	42
V.2 Saran.....	42
DAFTAR PUSTAKA	44
RIWAYAT HIDUP	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Kategori dan Ambang Batas Status Gizi	16
Tabel 2	Besar Minimal Sampel Berdasarkan Penelitian Sebelumnya	23
Tabel 3	Definisi Operasional.....	28
Tabel 4	Distribusi Responden Berdasarkan Variabel Ketidakpuasan Citra Tubuh pada Siswi di SMA Negeri 5 Depok Tahun 2017.....	30
Tabel 5	Distribusi Responden Berdasarkan Variabel Status Gizi pada Siswi di SMA Negeri 5 Depok Tahun 2017	31
Tabel 6	Distribusi Responden Berdasarkan Variabel Status Gizi pada Siswi di SMA Negeri 5 Depok Tahun 2017 (Setelah di Klasifikasikan) ..	31
Tabel 7	Distribusi Responden Berdasarkan Perilaku Diet Penurunan Berat Badan pada Siswi di SMA Negeri 5 Depok Tahun 2017.....	33
Tabel 8	Distribusi Responden Berdasarkan Alasan Melakukan Diet Penurunan Berat Badan pada Siswi SMA Negeri 5 Depok Tahun 2017.....	34
Tabel 9	Tabulasi Silang antara Status Gizi dengan Ketidakpuasan Citra Tubuh pada Siswi di SMA Negeri 5 Depok Tahun 2017.....	38
Tabel 10	Tabulasi Silang antara Perilaku Diet dengan Ketidakpuasan Citra Tubuh pada Siswi di SMA Negeri 5 Depok Tahun 2017.....	39

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1	Kerangka Teori Penelitian.....	19
Gambar 2	Kerangka Konsep Penelitian	20
Gambar 3	<i>Stunkard Figure Rating Scale</i>	25

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Surat Izin Penelitian
Lampiran 2	<i>Ethical Clearance</i>
Lampiran 3	Berita Acara Komprehensif (Skripsi)
Lampiran 4	<i>Informed Consent</i>
Lampiran 5	Kuesioner Penelitian