



**PENGARUH PEMBERIAN EDUKASI GIZI TERHADAP  
CITRA TUBUH, PENGETAHUAN GIZI DAN PERILAKU  
MAKAN SISWI SMA NEGERI 54 JAKARTA TAHUN 2017**

**SKRIPSI**

**DYAH PRAMESTI PUTRI**

**1310714047**

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL "VETERAN" JAKARTA**

**FAKULTAS ILMU KESEHATAN**

**PROGRAM STUDI S-1 ILMU GIZI**

**2017**



**PENGARUH PEMBERIAN EDUKASI GIZI TERHADAP  
CITRA TUBUH, PENGETAHUAN GIZI DAN PERILAKU  
MAKAN SISWI SMA NEGERI 54 JAKARTA TAHUN 2017**

**SKRIPSI**

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

**DYAH PRAMESTI PUTRI**

**1310714047**

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

## PERNYATAAN ORISINALITAS

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

Nama : Dyah Pramesti Putri

NRP : 1310714047

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, 15 Juli 2017

Yang Menyatakan,



(Dyah Pramesti Putri)

**PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI  
UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

---

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

Nama : Dyah Pramesti Putri  
NRP : 1310714047  
Fakultas : Ilmu Kesehatan  
Program Studi : S-1 Ilmu 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:

**PENGARUH PEMBERIAN EDUKASI GIZI TERHADAP CITRA TUBUH,  
PENGETAHUAN GIZI DAN PERILAKU MAKAN SISWI SMA NEGERI  
54 JAKARTA TAHUN 2017**

Berserta 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 : 15 Juli 2017

Yang menyatakan,



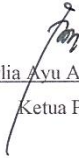
(Dyah Pramesti Putri)


## PENGESAHAN

Skripsi diajukan oleh :

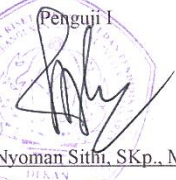
Nama : Dyah Pramesti Putri  
NRP : 1310714047  
Program Studi : S1 IlmuGizi  
Judul Skripsi : Pengaruh Pemberian Edukasi Gizi Terhadap Citra Tubuh, Pengetahuan Gizi dan Perilaku Makan Siswi SMA Negeri 54 Jakarta Tahun 2017

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

  
Firlia Ayu Arini, MKM.  
Ketua Penguji

  
Widayani Wahyuningtyas, SE., MM.

Penguji I

  
Desak Nyoman Sitti, SKp., MARS.

Dekan

  
Iin Fatmawati, S.Gz., MPH.

Penguji II (Pembimbing)

  
Ikha Deviyanti Puspita S, S.Gz., RD., MKM.

Ka. Prodi

Ditetapkan di : Jakarta  
Tanggal Ujian : 7 Juli 2017

# **PENGARUH PEMBERIAN EDUKASI GIZI TERHADAP CITRA TUBUH, PENGETAHUAN GIZI, DAN PERILAKU MAKAN SISWI SMA NEGERI 54 JAKARTA TAHUN 2017**

**Dyah Pramesti Putri**

## **Abstrak**

Pendidikan gizi pendekatan edukatif untuk menghasilkan perilaku individu atau masyarakat yang diperlukan dalam peningkatan atau dalam mempertahankan gizi tetap baik. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui ada atau tidaknya pengaruh terhadap citra tubuh, pengetahuan gizi dan perilaku makan pada siswi SMAN 54 Jakarta. Subjek penelitian ini adalah 60 siswi kelas 10. Penelitian *Quasi Experiment* atau eksperimen semu dengan design *one group pretest-posttest* teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *purposive sampling*. Data penelitian dikumpulkan dengan kuesioner *Body Shape Questionnaire*, pengetahuan gizi dan *Eating Attitude Scale*. Analisis yang dilakukan dengan menggunakan rumus *Paired Sample T-Test* menemukan bahwa adanya pengaruh yang signifikan antara edukasi gizi dengan citra tubuh (*p value* = 0.000), pengetahuan gizi (*p value* = 0.000) dan perilaku makan (*p value* = 0.000)

**Kata Kunci :** Citra tubuh, pengetahuan gizi, perilaku makan, remaja,

**INFLUENCE OF NUTRITION EDUCATION TO BODY  
IMAGE, NUTRITION KNOWLEDGE AND EATING  
ATTITUDE TOWARD FEMALE STUDENT IN SMA NEGERI  
54 JAKARTA**

**Dyah Pramesti Putri**

**Abstract**

Nutrition education was an educational approach in order to generate the behavior of individuals or society that were needed in repaired or maintained good nutrition. The purpose of this research was to find out whether the effect on body image, nutrition knowledge and ate behavior students of SMAN 54 Jakarta . The subject of this research is 60 students of the 10<sup>th</sup> grader. The research of Quasi-Experimental with design of One Group Pretest-Posttest use purposive sampling. This research was collected by using Body Shape Questionnaire, Nutrition Knowledge and Eating Attitude Scale were used as assessment tools. The analysis that had been complete by using Paired Samples T-Test found that there was significant influence between the nutrition education with body image (p value = 0000), nutrition knowledge (p value = 0.000) and eating behaviors (p value = 0000).

**Keywords:** adolescence, body image, eating attitude, nutrition knowledge.

## **KATA PENGANTAR**

Puji dan syukur penjabkan kepada Tuhan Yang Maha Esa karena hanya dengan berkat dan rahmat-Nya maka skripsi ini dapat terselesaikan. Judul yang dipilih dalam penelitian ini yang dilaksanakan sejak bulan maret 2017 ini adalah “Pengaruh Pemberian Edukasi Gizi Terhadap Citra Tubuh, Pengetahuan Gizi dan Perilaku Makan Siswi SMA Negeri 54 Jakarta Tahun 2017”. Penulis menyadari bahwa dalam proses penyusunan skripsi ini tidak pernah lepas dari bantuan dan dukungan berbagai pihak, baik secara langsung maupun tidak langsung. Oleh sebab itu penulis ingin menyampaikan rasa terimakasih yang tak terhingga kepada Ibu Iin Fatmawati, S.Gz, M.PH dan Ibu Widayani Wahyuningtyas, SE, MM selaku dosen pembimbing yang telah banyak memberikan arahan dan masukan kepada penulis dalam melaksanakan penulisan skripsi ini.

Disamping itu, ucapan terimakasih juga disampaikan kepada orang tua, saudara dan teman – teman yang selalu memberikan doa dan motivasi kepada penulis. Penulis berharap semoga karya tulis ini dapat bermanfaat bagi semua pihak. Penulis juga menyadari masih ada berbagai kekurangann dalam penyusunan skripsi ini. Untuk itu penulis mengharapkan berbagai masukan yang membangun yang dapat memperkarya skripsi ini.

Jakarta, Juli 2017

Dyah Pramesti Putri



## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL .....	i
PERNYATAAN ORISINALITAS .....	ii
PERNYATAN PERSETUJUAN PUBLIKASI .....	iii
PENGESAHAN .....	iv
ABSTRAK .....	v
ABSTRACT .....	vi
KATA PENGHANTAR .....	vii
DAFTAR ISI .....	viii
DAFTAR TABEL .....	ix
DAFTAR GAMBAR .....	x
DAFTAR LAMPIRAN .....	xi
BAB I. PENDAHULUAN .....	1
I.1 Latar Belakang .....	1
I.2 Rumusan Masalah .....	3
I.3 Tujuan Penelitian .....	3
I.4 Manfaat Penelitian .....	4
I.5 Hipotesis .....	4
I.6 Ruang Lingkup Penelitian .....	5
BAB II. TINJAUAN PUSTAKA .....	6
II.1 Pendidikan Gizi .....	6
II.2 Remaja .....	7
II.3 Citra Tubuh .....	10
II.4 Pengetahuan Gizi .....	16
II.5 Perilaku Makan .....	19
II.6 Media .....	21
II.7 <i>Booklet</i> .....	23
II.8 Kerangka Teori .....	25
II.9 Kerangka Konsep .....	26
BAB III. METODE PENELITIAN .....	27
III.1 Waktu dan Lokasi .....	27
III.2 Desain Penelitian .....	27
III.3 Populasi dan Sampel .....	28
III.4 Instrumen Penelitian .....	39
III.5 Teknik Pengumpulan Data .....	31
III.6 Analisa Data .....	34
III.7 Definisi operasional .....	35
BAB IV. HASIL DAN PEMBAHASAN .....	36
IV.1 Gambaran Umum dan Lokasi Penelitian .....	36
IV.2 Analisa Univariat .....	37

IV.3 Analisis Bivariat .....	38
IV.4 Keterbatasan Penelitian .....	42
BAB V. PENUTUP .....	43
V.1 Kesimpulan .....	43
V.2 Saran .....	44
DAFTAR PUSTAKA .....	46
RIWAYAT HIDUP	
LAMPIRAN	

## DAFTAR TABEL

Tabel 1 Rekapitulasi Hasil Analisis Univariat .....	37
Tabel 2 Pengaruh Edukasi Terhadap Citra Tubuh, Pengetahuan Gizi dan Perilaku Makan .....	39

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Teori .....	26
Gambar 2. Kerangka Konsep .....	27
Gambar 3. Jenis Penelitian One Group Pretest Postest .....	28
Gambar 4. Mekanisme Pengambilan Data .....	33
Gambar 5. Denah Lokasi SMAN 54 Jakarta .....	36

## DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Surat Izin Penelitian
- Lampiran 2. Surat Etical Clereance
- Lampiran 3. Berita Acara Komprehensif (skripsi)
- Lampiran 4. Informed Concern
- Lampiran 5. Kuesioner *Body Shape Questionnaire*
- Lampiran 6. Kuesioner Pengetahuan Gizi
- Lampiran 7. Kuesioner *Eating Attitude Test 26*
- Lampiran 8. *Booklet*