



**HUBUNGAN TINGKAT KECEMASAN DAN *BODY IMAGE*  
DENGAN POLA MAKAN PADA MAHASISWI FAKULTAS  
KEDOKTERAN UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL  
VETERAN JAKARTA TAHUN 2020**

**SKRIPSI**

**RANIS PUSPITASARI**

**1710211026**

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL VETERAN JAKARTA  
FAKULTAS KEDOKTERAN  
PROGRAM STUDI SARJANA KEDOKTERAN  
2020**



**HUBUNGAN TINGKAT KECEMASAN DAN *BODY IMAGE*  
DENGAN POLA MAKAN PADA MAHASISWI FAKULTAS  
KEDOKTERAN UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL  
VETERAN JAKARTA TAHUN 2020**

**SKRIPSI**

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

**RANIS PUSPITASARI**

**1710211026**

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL VETERAN JAKARTA  
FAKULTAS KEDOKTERAN  
PROGRAM STUDI SARJANA KEDOKTERAN  
2020**

## PERNYATAAN ORISINALITAS

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

Nama : Ranis Puspitasari  
NRP : 1710211026  
Tanggal : 4 Desember 2020

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

Jakarta, 4 Desember 2020

Yang Menyatakan,



Ranis Puspitasari

**PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI  
SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

---

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

Nama : Ranis Puspitasari  
NRP : 1710211026  
Fakultas : Kedokteran  
Program Studi : Sarjana Kedokteran

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 TINGKAT KECEMASAN DAN *BODY IMAGE* DENGAN POLA MAKAN PADA MAHASISWI FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS VETERAN JAKARTA TAHUN 2020”**

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 : 4 Desember 2020  
Yang Menyatakan,



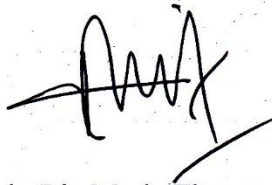
Ranis Puspitasari

## PENGESAHAN

Skripsi diajukan oleh:

Nama : Ranis Puspitasari  
NRP : 1710211026  
Program Studi : Sarjana Kedokteran  
Judul Skripsi : Hubungan Tingkat Kecemasan dan *Body Image* dengan Pola Makan pada Mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta Tahun 2020

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



Dr. dr. Ria Maria Theresa, Sp.KJ., M.H

Penguji



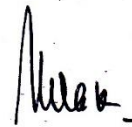
dr. Luh Eka Purwani, M.Kes, Sp.GK

Pembimbing



dr. Niniek Hardini, Sp.PA

Plt. Dekan Fakultas Kedokteran



dr. Mila Citrawati, M.Biomed

Ketua Program Studi

Ditetapkan di : Jakarta  
Tanggal Ujian : 4 Desember 2020

# HUBUNGAN TINGKAT KECEMASAN DAN *BODY IMAGE* DENGAN POLA MAKAN PADA MAHASISWI FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL VETERAN JAKARTA TAHUN 2020

Ranis Puspitasari

## Abstrak

Mahasiswa merupakan masa dimana terjadi perubahan dari masa remaja menuju dewasa, yang memiliki tingkat kecemasan sangat tinggi dan lebih mengutamakan bentuk tubuh ideal. Hal tersebut dapat mempengaruhi pola makan seseorang terutama pada perempuan. Penelitian dilakukan untuk mengetahui hubungan tingkat kecemasan dan *body image* dengan pola makan pada mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta. Penelitian bersifat analitik observasional dengan desain *Cross sectional*. Teknik pengambilan sampel, yaitu simple random sampling dengan jumlah responden 104 orang berjenis kelamin perempuan. Pengukuran Tingkat kecemasan menggunakan Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS) dan *body image* menggunakan Figure Rating Scale (FRS), dan pola makan diukur menggunakan skala pola makan. Data diolah dan dianalisis menggunakan uji statistik yaitu uji Chi Square dengan CI 95%. Terdapat hubungan bermakna tingkat kecemasan dengan pola makan dengan nilai signifikansi  $p=0,000$  ( $p<0,05$ ) dan tidak terdapat hubungan antara *body image* dengan pola makan dengan nilai signifikansi  $p=0,248$  ( $p > 0,05$ ). Uji multivariat menunjukkan hubungan tingkat kecemasan lebih kuat dibandingkan dengan *body image*. Terdapat hubungan antara tingkat kecemasan dengan pola makan dan tidak terdapat hubungan *body image* dengan pola makan.

**Kata Kunci:** *Body image*, Kecemasan, Pola makan

# THE CORRELATION BETWEEN ANXIETY LEVEL AND BODY IMAGE WITH EATING PATTERN OF MEDICAL STUDENT AT UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL VETERAN JAKARTA IN 2020

**Ranis Puspitasari**

## **Abstract**

College students are categorized as a period between childhood and adulthood, who have very high levels of anxiety and prioritized ideal body shape. This can affect a person's eating pattern, especially in women. This research was conducted to determine the correlation between anxiety level and *body image* with eating pattern of medical students at Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta. This research was an analytical observational with cross sectional design. A simple random sampling technique was used to collect data from as many as 104 female students. Measurement of anxiety level was carried out using the Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS) and *body image* using the Figure Rating Scale (FRQ) questionnaire and eating pattern using the eating pattern scale. The Chi Square test with the confidence interval of 95% was used to analyze data statistically. Result showed that there was significant correlation between anxiety level with eating pattern with significance value of  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ) and there was no significant correlation between *body image* with eating pattern with significance value of  $p = 0,248$  ( $p > 0,05$ ). Multivariate test showed that anxiety level had more dominant relation with *body image*. There was a correlation between anxiety levels with eating pattern and there was no correlation between body image with eating pattern

**Keywords:** Anxiety level, Body image, Eating pattern

## KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT yang telah melimpahkan berkat dan rahmat-Nya dalam pengerjaan skripsi ini. Judul yang dipilih dalam penelitian ini adalah “Hubungan Tingkat Kecemasan dan *Body Image* dengan Pola Makan pada Mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta tahun 2020”. Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana kedokteran di Fakultas Kedokteran Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta.

Penulis menyadari bahwa tanpa dukungan, bantuan, dan bimbingan dari berbagai pihak, sangatlah sulit bagi penulis untuk menyelesaikan skripsi ini. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. dr. Niniek Hardini, Sp.PA selaku Plt. Dekan Fakultas Kedokteran UPN Veteran Jakarta;
2. dr. Mila Citrawati, M.Biomed selaku kepala Program Studi Pendidikan Dokter serta seluruh dosen pengajar dan staf FK UPN Veteran Jakarta;
3. dr. Luh Eka Purwani, M.Kes, Sp.GK selaku dosen pembimbing yang telah menyediakan waktu, tenaga, dan pikiran untuk mengarahkan penyusunan skripsi ini;
4. Dr. dr. Ria Maria Theresa, Sp. KJ., M.H selaku penguji utama yang telah memberi berbagai masukan berharga;
5. Kedua orang tua, Bapak Hoyirudin dan Ibu Iir Hoeriah, Kakak, Adik, serta seluruh keluarga yang telah memberikan dukungan moral dan material;
6. Sahabat dan kerabat saya; Rantika, Diana, Tiara, Khorunnisa, Addin, Kirana, dan tidak lupa kepada Hafidz Naeriansyah yang selalu memberi dukungan tanpa henti serta yang lainnya yang tidak dapat saya sebutkan satu persatu yang telah memberikan dukungan dan bantuan dalam berbagai bentuk;
7. Angkatan 2017 FK UPNVJ yang telah mendukung dan menjadi bagian dari perjalanan saya untuk menggapai cita-cita;
8. Korps Bantuan Kesehatan Avicenna yang telah memberikan dukungan dan selalu menjadi tempat untuk berkumpul, belajar dan bertukar pikiran;



9. Keluarga Bursa Kedokteran FK UPNVJ yang penuh dukungan sehingga saya bisa berada pada titik ini;
10. Keluarga FKI “Asy-Syifa” FK UPNVJ yang penuh dukungan sehingga saya bisa berada pada titik ini;

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih banyak kekurangan, oleh karena itu penulis menerima kritik dan saran yang membangun dalam perbaikan skripsi ini. Semoga Allah SWT berkenan membalas segala kebaikan dari semua pihak yang telah membantu dan semoga skripsi ini dapat membawa manfaat bagi pengembangan ilmu.

Jakarta, 4 Desember 2020

Penulis

Ranis Puspitasari

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL .....	1
PERNYATAAN ORISINALITAS .....	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI .....	iii
PENGESAHAN .....	iv
ABSTRAK .....	v
ABSTRACT .....	vi
KATA PENGANTAR .....	vii
DAFTAR ISI .....	ix
DAFTAR TABEL .....	xi
DAFTAR GAMBAR .....	xii
DAFTAR BAGAN .....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN .....	xiv
BAB I PENDAHULUAN .....	1
I.1 Latar Belakang .....	1
I.2 Rumusan Masalah .....	3
I.3 Tujuan Penelitian .....	3
I.3.1 Tujuan Umum .....	3
I.3.1 Tujuan Khusus .....	3
I.4 Manfaat Penelitian .....	4
I.4.1 Manfaat Teoritis .....	4
I.4.2 Manfaat Praktis .....	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA .....	6
II.1 Landasan Teori .....	6
II.1.1 Pola Makan .....	6
II.1.2 Kecemasan .....	19
II.1.3 Body Image .....	26
II.1.4 Hubungan Tingkat Kecemasan dengan Pola Makan .....	31
II.1.5 Hubungan Body Image dengan Pola Makan .....	32
II.1.6 Hubungan Pola Makan Dengan Masalah Gizi .....	33
II.1.7 Mahasiswa Kedokteran .....	34
II.2 Kerangka Teori .....	35
II.3 Kerangka Konsep .....	36
II.4 Hipotesis Penelitian .....	36
II.5 Penelitian yang Relevan .....	37
BAB III METODE PENELITIAN .....	39
III.1 Jenis Penelitian .....	39
III.2 Waktu dan Lokasi Penelitian .....	39
III.3 Subjek Penelitian .....	39
III.3.1 Populasi Penelitian .....	39
III.3.2 Sampel Penelitian .....	40
III.3.2.1 Perhitungan Besar Sampel .....	40
III.3.2.2 Kriteria Sampel .....	41

III.4 Teknik Pengambilan Sampel .....	41
III.5 Metode Pengumpulan Data .....	42
III.6 Identifikasi Variabel Penelitian .....	42
III.7 Definisi Operasional .....	42
III.8 Instrumen Penelitian .....	44
III.9 Cara Pengambilan data .....	45
III.10 Pengolahan Data .....	46
III.11 Analisis Data .....	47
III.11.1 Analisis Univariat .....	47
III.11.2 Analisis Bivariat .....	47
III.11.3. Analisis Multivariat .....	48
III.12 Etika Penelitian.....	48
III.13 Alur Penelitian.....	50
III.14 Protokol Penelitian .....	51
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....	52
IV.1 Gambaran Umum Tempat Penelitian .....	52
IV.2 Hasil Penelitian .....	53
IV.3.1 Analisis Univariat.....	53
IV.2.3 Analisis Bivariat.....	55
IV.2.4 Analisis Multivariat.....	57
IV.3 Pembahasan .....	57
IV.3 Keterbatasan Peneliti .....	65
BAB V PENUTUPAN .....	66
V.1 Kesimpulan.....	66
V.2 Saran .....	66
DAFTAR PUSTAKA .....	68
RIWAYAT HIDUP	
LAMPIRAN	

## DAFTAR TABEL

Tabel 1	Anjuran Jumlah Porsi Untuk Kelompok Umur 19-29 Tahun.....	8
Tabel 2	Faktor-faktor yang Mempengaruhi Pola Makan.....	9
Tabel 3	Beberapa Masalah Gizi yang Sering ditemui Pada Remaja.....	33
Tabel 4	Penelitian yang Relevan.....	37
Tabel 5	Besar Minimal Sampel Berdasarkan Penelitian Sebelumnya.....	41
Tabel 6	Definisi Operasional Penelitian .....	42
Tabel 7	Distribusi Karakteristik Responden .....	53
Tabel 8	Distribusi Frekuensi Berdasarkan Tingkat Kecemasan .....	54
Tabel 9	Distribusi Frekuensi Berdasarkan Body Image .....	54
Tabel 10	Distribusi Frekuensi Berdasarkan Pola Makan.....	55
Tabel 11	Hubungan Tingkat Kecemasan dengan Pola Makan .....	55
Tabel 12	Hubungan Body Image dengan Pola Makan.....	56
Tabel 13	Hasil Analisa Bivariat.....	57

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Klasifikasi Remaja .....	16
Gambar 2 Siluet Bentuk Tubuh Metode Figure Rating Scale.....	45

## DAFTAR BAGAN

Bagan 1 Kerangka Teori .....	35
Bagan 2 Kerangka Konsep.....	36
Bagan 3 Alur Penelitian .....	50
Bagan 4 Protokol Penelitian.....	51

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Surat Persetujuan Proposal Penelitian
Lampiran 2	Surat Permohonan Izin Penelitian
Lampiran 3	Surat Surat Pesetujuan Etik
Lampiran 4	Lembar Penjelasan Penelitian
Lampiran 5	Lembar Persetujuan Sebagai Responden
Lampiran 6	Kuesioner Kriteria Responden
Lampiran 7	Kuesioner Tingkat Kecemasan
Lampiran 8	Kuesioner <i>Body Image</i>
Lampiran 9	Kuesioner Pola Makan
Lampiran 10	Hasil Output Univariat
Lampiran 11	Hasil Output Bivariat
Lampiran 12	Data Penelitian
Lampiran 13	Surat Bebas Plagialisme
Lampiran 14	Hasil Uji Plagialisme