



**HUBUNGAN CITRA TUBUH DAN DUKUNGAN TEMAN  
SEBAYA DENGAN KEJADIAN KEKURANGAN ENERGI  
KRONIS (KEK) PADA REMAJA PUTRI DI MADRASAH  
ALYAH NEGERI 7 JAKARTA TAHUN 2020**

**SKRIPSI**

**EKA NURWIDYANTI**

**1710713139**

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL VETERAN JAKARTA  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT PROGRAM SARJANA  
2021**



**HUBUNGAN CITRA TUBUH DAN DUKUNGAN TEMAN  
SEBAYA DENGAN KEJADIAN KEKURANGAN ENERGI  
KRONIS (KEK) PADA REMAJA PUTRI DI MADRASAH  
ALYIAH NEGERI 7 JAKARTA TAHUN 2020**

**SKRIPSI**

**Diajukan Sebagai Salah Satu Untuk Memperoleh Gelar  
Sarjana Kesehatan Masyarakat**

**EKA NURWIDYANTI**

**1710713139**

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL VETERAN JAKARTA  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT PROGRAM SARJANA  
2021**

## PERNYATAAN ORISINALITAS

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

Nama : Eka Nurwidyanti  
NRP : 1710713139  
Tanggal : 02 Februari 2021

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

Jakarta, 02 Februari 2021  
Yang Menyatakan,



(Eka Nurwidyanti)

## **PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

---

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

Nama : Eka Nurwidyanti  
NIM : 1710713139  
Fakultas : Fakultas Ilmu Kesehatan  
Program Studi : Kesehatan Masyarakat 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 Citra Tubuh dan Dukungan Teman Sebaya dengan Kejadian Kekurangan Energi Kronis pada Remaja Putri di Madrasah Aliyah Negeri 7 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 : 08 Februari 2021

Yang menyatakan,



(Eka Nurwidyanti)

## PENGESAHAN

Skripsi diajukan oleh :

Nama : Eka Nurwidyanti  
NRP : 1710713139  
Program Studi : Kesehatan Masyarakat Program Sarjana  
Judul Skripsi : Hubungan Citra Tubuh dan Dukungan Teman Sebaya  
dengan Kejadian Kekurangan Energi Kronis pada Remaja  
Putri di Madrasah Aliyah Negeri 7 Jakarta Tahun 2020

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



Dwi Mufia Wenny, SKM, MPH

Ketua Penguji



Putri Permatasari, SKM, MKM.

Penguji I



Agustina, SKM., M.Kes.

Penguji II (Pembimbing)



Dr. drg. Wahyu Sulistiadi, MARS.

Dekan Fikes



Arga Buntara, SKM., MPH.

Ka. Progdik Kesehatan  
Masyarakat Program Sarjana

Ditetapkan di : Jakarta

Tanggal Ujian : 08 Februari 2021

**HUBUNGAN CITRA TUBUH, DUKUNGAN TEMAN SEBAYA  
DAN AKTIVITAS FISIK DENGAN KEJADIAN  
KEKURANGAN ENERGI KRONIS (KEK) PADA REMAJA  
PUTRI DI MADRASAH ALIYAH NEGERI 7 JAKARTA  
TAHUN 2020**

**Eka Nurwidyanti**

**Abstrak**

Kekurangan energi kronis (KEK) adalah masalah gizi yang masih sering terjadi pada remaja, khususnya remaja putri. Terjadinya kekurangan energi kronis (KEK) pada remaja dipengaruhi oleh banyak hal, salah satunya adalah penilaian terhadap bentuk fisik tubuh atau disebut dengan citra tubuh dan dukungan teman sebaya. Risiko yang dapat di timbulkan dari KEK adalah berbagai penyakit, mulai dari penyakit infeksi dan juga gangguan hormonal yang dapat berdampak buruk bagi kesehatan remaja. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara citra tubuh dan dukungan teman sebaya dengan kekurangan energi kronis di Madrasah Aliyah Negeri 7 Jakarta Tahun 2020. Penelitian ini menggunakan metode penelitian analitik kuantitatif dengan pendekatan *cross-sectional*, dengan jumlah sampel sebanyak 135 siswi dengan menggunakan teknik sampling *convenience sample*. Hasil dari penelitian ini terdapat hubungan antara citra tubuh ( $p = 0,017$ ) dan dukungan teman sebaya ( $p = 0,000$ ) dengan kekurangan energi kronis (KEK). Kesimpulan dari penelitian ini adalah ada hubungan antara citra tubuh dan dukungan teman sebaya dengan kekurangan energi kronis (KEK). Oleh karena itu remaja disarankan untuk lebih mencari tahu informasi terkait gizi dan cara mencegah terjadinya KEK.

**Kata Kunci :** Citra Tubuh, Dukungan Teman Sebaya, Kekurangan Energi Kronis, Remaja Putri

**BODY IMAGE AND PEER GROUP SUPPORT  
RELATIONSHIP WITH LACK OF CHRONIC ENERGY (KEK)  
IN ADOLESCENT GIRL IN MADRASAH ALIYAH NEGERI 7  
JAKARTA YEAR 2020**

**Eka Nurwidyanti**

**Abstract**

Chronic energy deficiency (KEK) is a nutritional problem that still often occurs in adolescents, especially girls. The occurrence of chronic energy deficiency (KEK) in adolescents is influenced by many things, one of which is an assessment of the physical shape of the body or what is called body image and peer support. The risks that can be caused by KEK are various diseases, ranging from infectious diseases to hormonal disorders that can have a negative impact on the health of adolescents. The purpose of this study was to determine the relationship between body image and peer support with chronic energy deficiency at Madrasah Aliyah Negeri 7 Jakarta in 2020. This study used a quantitative analytical research method with a cross-sectional approach, with a total sample of 135 students using this technique. convenience sample sampling. The results of this study showed a relationship between body image ( $p = 0.017$ ) and peer support ( $p = 0.000$ ) with chronic energy deficiency (KEK). The conclusion of this study is that there is a relationship between body image and peer support with chronic energy deficiency (KEK). Therefore adolescents are advised to seek more information related to nutrition and ways to prevent KEK.

**Keywords:** Body Image, Peer Support, Chronic Energy Deficiency, Adolescent Girl

## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur peneliti panjatkan kepada Allah SWT yang telah memberikan rahmat serta hidayah yaitu berupa nikmat sehat serta segala karunianya yang diberikan pada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan proposal skripsi ini yang berjudul **“Hubungan Citra Tubuh, Dukungan Teman Sebaya dan Aktivitas Fisik dengan Kekurangan Energi Kronis (KEK) pada Remaja Putri di Madrasah Aliyah Negeri 7 Jakarta Timur Tahun 2020”**.

Penulis mengucapkan terimakasih kepada Ibu Agustina, SKM, M.Kes dan Ibu Putri Permatasari SKM, MKM selaku dosen pembimbing skripsi yang memberikan banyak saran srta masukan yang bermanfaat kepada saya. Terimakasih juga saya ucapkan kepada Ibu Dwi Mutia Wenny, SKM., MPH selaku dosen penguji atas kritik dan saran yang membangun. Serta terima kasih saya ucapkan kepada Bapak dan Ibu Guru serta staff Madrasah Aliyah Negeri 7 Jakarta atas kesempatan dan bantuannya sehingga saya dapat melaksanakan penelitian dengan baik.

Penulis juga mengucapkan terimakasih kepada kedua orang tua terkasih yaitu Bapak Jenuri dan Mama Casmiyati dan Adik Aulia Izzatunisah serta seluruh keluarga yang selalu memberikan semangat tanpa henti. Selain itu penulis juga mengucapkan terimakasih kepada Muhammad Salman, sahabat SK dan semua teman saya di program studi S1 Kesehatan Masyarakat yang sudah mendukung dan mendoakan saya untuk menyelesaikan proposal skripsi ini dengan baik.

Jakarta, November 2020

Penulis

Eka Nurwidyanti



## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN ORISINALITAS .....	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.....	1
I.2 Rumusan Masalah.....	4
I.3 Tujuan Penelitian .....	5
I.4 Manfaat Penelitian .....	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	7
II.1 Remaja .....	7
II.2 Citra Tubuh.....	10
II.3 Dukungan Teman Sebaya .....	12
II.4 Kekurangan Energi Kronis .....	14
II.5 Hubungan Citra Tubuh dan Dukungan Teman Sebaya dengan Kekurangan Energi Kronis.....	18
II.6 Penelitian Terkait.....	20
II.7 Kerangka Teori .....	21
BAB III METODE PENELITIAN.....	22
III.1 Kerangka Konsep.....	22
III.2 Hipotesis .....	23
III.3 Definisi Operasional .....	23
III.4 Desain Penelitian .....	26
III.5 Tempat dan Waktu Penelitian.....	26
III.6 Populasi dan Sampel.....	26
III.7 Metode Pengumpulan Data.....	27
III.8 Instrumen Penelitian .....	27
III.9 Analisis dan Pengolahan Data .....	28
III.10 Etika Penelitian.....	32

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....	32
IV.1 Gambaran Umum Madrasah Aliyah Negeri 7 Jakarta.....	33
IV.2 Hasil Penelitian.....	33
IV.3 Pembahasan .....	41
IV.4 Keterbatasan Penelitian .....	46
BAB V PENUTUP.....	47
V.1 Kesimpulan.....	47
V.2 Saran .....	48
DAFTAR PUSTAKA .....	49
RIWAYAT HIDUP	
LAMPIRAN	

## DAFTAR TABEL

Tabel 1	Kategori IMT .....	16
Tabel 2	Penelitian Terkait .....	20
Tabel 3	Definisi Operasional .....	24
Tabel 4	Uji Validitas Citra Tubuh .....	29
Tabel 5	Uji Validitas Dukungan Teman Sebaya .....	29
Tabel 6	Kode Variabel Penelitian .....	30
Tabel 7	Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden .....	34
Tabel 8	Distribusi Frekuensi Citra Tubuh Responden .....	35
Tabel 9	Distribusi Frekuensi Dukungan Teman Sebaya Responden.....	36
Tabel 10	Hubungan Citra Tubuh dengan Kekurangan Energi Kronis (KEK) pada Remaja Putri di MAN 7 Jakarta Tahun 2020.....	37
Tabel 11	Hubungan Dukungan Teman Sebaya dengan Kekurangan Energi Kronis (KEK) pada Remaja Putri di MAN 7 Jakarta Tahun 2020 .....	40

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1	Kerangka Teori .....	21
Gambar 2	Kerangka Konsep .....	22

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Surat Permohonan Uji Validitas dan Reliabilitas
Lampiran 2	Surat Permohonan Izin Penelitian
Lampiran 3	Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitian
Lampiran 4	Permohonan Ethical Clearance
Lampiran 5	Ethical Approval
Lampiran 6	Lembar Pemberitahuan Sebelum Persetujuan
Lampiran 7	Informed Consent
Lampiran 8	Kuesioner
Lampiran 9	Tabulasi Data Karakteristik Responden
Lampiran 10	Tabulasi Data Skor Citra Tubuh Responden
Lampiran 11	Tabulasi Data Skor Dukungan Teman Sebaya Responden
Lampiran 12	Hasil Uji Univariat
Lampiran 13	Hasil Uji Bivariat
Lampiran 14	Dokumentasi Penelitian
Lampiran 15	Surat Pernyataan Plagiarisme
Lampiran 16	Hasil Turn It In