



**HUBUNGAN BODY IMAGE DAN PERILAKU MAKAN
MENYIMPANG DENGAN KEJADIAN OBESITAS PADA
REMAJA MENENGAH DI SMA NEGERI 5 KOTA DEPOK**

SKRIPSI

SITI MAULIDINA TASYA

1810714091

UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL VETERAN JAKARTA

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

PROGRAM STUDI GIZI PROGRAM SARJANA

2022



**HUBUNGAN BODY IMAGE DAN PERILAKU MAKAN
MENYIMPANG DENGAN KEJADIAN OBESITAS PADA
REMAJA MENENGAH DI SMA NEGERI 5 KOTA DEPOK**

SKRIPSI

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

SITI MAULIDINA TASYA

1810714091

UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL VETERAN JAKARTA

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

PROGRAM STUDI GIZI PROGRAM SARJANA

2022

PERNYATAAN ORISINALITAS

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

Nama : Siti Maulidina tasya

NIM : 1810714091

Tanggal : 7 Juli 2022

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

Jakarta, 7 Juli 2022

Yang menyatakan,



(Siti Maulidina Tasya)

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASISKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

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

Nama : Siti Maulidina Tasya
NRP : 1810714091
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 : **“Hubungan *Body image* dan Perilaku Makan Menyimpang dengan Kejadian Obesitas Pada Remaja Menengah di SMA Negeri 5 Kota Depok”**

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

Padatanggal : 7 Juli 2022

Yang Menyatakan,



(Siti Maulidina Tasya)

PENGESAHAN

Skripsi diajukan oleh :

Nama : Siti Maulidina Tasya
NRP : 1810714091
Program Studi : Gizi Program Sarjana
Judul Skripsi : Hubungan Body Image dan Perilaku Makan Menyimpang dengan Kejadian Obesitas pada Remaja Menengah di SMA Negeri 5 Kota Depok

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

A'immatul Fauziyah, S.Gz, M.Si
Ketua Penguji

Utami Wahyuningsih, S.Gz., M.Si
Penguji II

Muh. Nur Hasan Syah, S.Gz., M.Kes
Dosen Pembimbing



Dr. Drs. Wahyu Sulistiadi, MARS
Dekan FIKES UPN Veteran Jakarta

Dr. Nur Intania Sofianita, S.Ikom., MKM
Kepala Prodi Gizi Program Sarjana

Ditetapkan di : Jakarta

Tanggal Ujian : 07 Juli 2022

HUBUNGAN BODY IMAGE DAN PERILAKU MAKAN MENYIMPANG DENGAN KEJADIAN OBESITAS PADA REMAJA MENENGAH DI SMA NEGERI 5 KOTA DEPOK

Siti Maulidina Tasya

Abstrak

Remaja merupakan salah satu kelompok yang berisiko mengalami obesitas dikarenakan adanya perubahan dalam bentuk biologis, kognitif serta sosial pada masa remaja. Perubahan tersebut membuat remaja mulai memiliki gambaran mengenai bagaimana bentuk tubuhnya, dimana hal ini berkaitan erat dengan *body image*. Ketidakpuasan akan bentuk tubuh dapat mengarahkan seseorang untuk berperilaku menyimpang. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *body image* dan perilaku makan menyimpang dengan kejadian obesitas pada remaja di Kota Depok. Penelitian menggunakan desain *cross sectional* dengan metode uji *chi-square*. Penilaian *body image* dilakukan menggunakan *Body Shape Questionnaire* (BSQ-34) dan perilaku makan menyimpang dilakukan dengan menggunakan menggunakan *Eating Attitudes Test* (EAT-26) serta pengukuran antropometri meliputi berat badan dan tinggi badan terhadap 95 siswa siswi kelas X dan XI SMA Negeri 5 Kota Depok. Hasil analisis menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara perilaku makan menyimpang ($p=0,000$) dengan kejadian obesitas pada siswa ($p<0,05$) dan tidak terdapat hubungan antara *body image* ($p=0,276$) dengan kejadian obesitas pada siswa. Hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan antara perilaku makan menyimpang dengan kejadian obesitas pada siswa di SMA Negeri 5 Kota Depok.

Kata kunci : remaja, *body image*, perilaku makan menyimpang, obesitas.

ASSOCIATION BETWEEN BODY IMAGE AND EATING DISORDER WITH OBESITY AMONG MIDDLE ADOLESCENTS IN SMA NEGERI 5 KOTA DEPOK

Siti Maulidina Tasya

Abstract

Adolescents are one of the groups at risk for obesity due to changes in biological, cognitive and social forms during adolescence. These changes make teenagers begin to have an idea of how their body shape is, which is related to body image. Dissatisfaction with body shape can lead a person to behave deviantly. This study aims to determine the relationship between body image and eating disorder with the incidence of obesity in adolescents in Depok City. The study used a cross sectional design with the chi-square test method. Body image assessment was carried out using the Body Shape Questionnaire (BSQ-34) and eating disorder was carried out using the Eating Attitudes Test (EAT-26) and anthropometric measurements including weight and height of 95 students in grades X and XI of SMA Negeri 5 Depok City. The results of the analysis showed that there was a relationship between eating disorder ($p = 0.000$) with the incidence of obesity in students ($p < 0.05$) and there was no relationship between body image ($p = 0.276$) and the incidence of obesity in students. This shows that there is a relationship between eating disorder and the incidence of obesity in students at SMA Negeri 5 Depok City.

Keywords : adolescents, body image, eating disorder, obesity.

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur selalu terpanjatkan atas kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan proposal penelitian dengan tepat waktu. Judul yang dipilih penulis dalam proposal ini adalah “Hubungan *Body image* dan Perilaku Makan Menyimpang dengan Kejadian Obesitas Pada Remaja Menengah di SMA 5 Negeri Kota Depok”.

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Ibu Dr. Nur Intania Sofianita, MKM selaku Kepala Program Studi Gizi Program Sarjana Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta atas dukungan yang diberikan. Terima kasih juga penulis ucapkan kepada Bapak Muh. Nur Hasan Syah, S.Gz., M.Kes selaku dosen pembimbing yang telah membimbing serta memberikan banyak arahan, saran, dan dukungan. Terima kasih kepada seluruh dosen Gizi Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta yang telah memberikan ilmu yang bermanfaat kepada penulis.

Selain itu, penulis mengucapkan terima kasih kepada orang tua dan seluruh keluarga yang telah memberikan doa dan dukungan tiada henti. Tidak lupa penulis mengucapkan terima kasih kepada sahabat dan teman-teman bromo cihuy dan bismillah payung yang memberikan bantuan dan dukungan selama pembuatan proposal penelitian ini.

Dalam penyusunan penelitian ini, penulis menyadari masih banyak kekurangan baik dari segi isi hingga tata bahasa. Oleh karena itu, penulis sangat mengharapkan kritik dan saran dari pembaca agar dapat dijadikan masukan dan bahan evaluasi dalam menyempurnakan penelitian ini.

Jakarta, 7 Juli 2022

Penulis

Siti Maulidina Tasya

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN ORISINALITAS	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI	iii
PENGESAHAN	iii
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
BAB I PENDAHULUAN	1
I.1 Latar Belakang	1
I.2 Rumusan Masalah.....	4
I.3 Tujuan Penelitian	5
I.4 Manfaat Penelitian	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	7
II.1 Remaja.....	7
II.2 Obesitas	15
II.3 <i>Body image</i>	20
II.4 Perilaku Makan Menyimpang	23
II.5 Matriks Penelitian Terdahulu.....	27
II.6 Kerangka Teori	30
II.7 Kerangka Konsep.....	31
II.8 Hipotesis Penelitian	31
BAB III METODE PENELITIAN	32
III.1 Waktu dan Tempat Penelitian	32
III.2 Desain Penelitian	32
III.3 Populasi dan Sampel	32
III.4 Pengumpulan dan Pengolahan Data.....	34
III.5 Etik Penelitian	36
III.6 Definisi Operasional.....	38
III.7 Uji Validitas dan reliabilitas.....	44
III.8 Analisis Data	48
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	51
IV.1 Gambaran Umum Lokasi.....	51
IV.2 Gambaran Status Obesitas Siswa SMA Negeri 5 Depok	51
IV.3 Gambaran Karakteristik Responden di SMA Negeri 5 Depok	52
IV.4 Gambaran <i>Body image</i> dan Risiko Perilaku Makan Menyimpang pada Siswa SMA Negeri 5 Depok	54

IV.5. Hubungan antara <i>Body image</i> dengan Obesitas pada Remaja di SMA Negeri 5 Depok	58
IV.6. Hubungan antara Risiko Perilaku Makan Menyimpang dengan Obesitas pada Remaja di SMA Negeri 5 Depok	61
IV.7. Keterbatasan Penelitian.....	65
 BAB V KESIMPULAN.....	66
V.1. Kesimpulan.....	66
V.2. Saran.....	67
 DAFTAR PUSTAKA	66
RIWAYAT HIDUP	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1.	Klasifikasi Remaja	7
Tabel 2.	Kebutuhan Energi pada Remaja di Indonesia	9
Tabel 3.	Kebutuhan Protein pada Remaja di Indonesia	10
Tabel 4.	Kebutuhan Karbohidrat pada Remaja di Indonesia	11
Tabel 5.	Kebutuhan Lemak pada Remaja di Indonesia	11
Tabel 6.	Kebutuhan Kalsium pada Remaja di Indonesia	13
Tabel 7.	Kebutuhan Zat Besi (Fe) pada Remaja di Indonesia	13
Tabel 8.	Kebutuhan Seng (Zn) pada Remaja di Indonesia	14
Tabel 9.	Kebutuhan Folat pada Remaja di Indonesia	14
Tabel 10.	Kebutuhan B12 pada Remaja di Indonesia	15
Tabel 12.	Kategori dan Ambang Batas Status Gizi Anak	20
Tabel 13.	Matriks Penelitian Terdahulu	27
Tabel 14.	Definisi Operasional	38
Tabel 15.	Uji Validasi Kuesioner BSQ-34	44
Tabel 16.	Uji Validitas Kuesioner EAT-26	46
Tabel 17.	Uji Reliabilitas Kuesioner BSQ-34	47
Tabel 18.	Uji Reliabilitas Kuesioner EAT-26	48
Tabel 19.	Distribusi Status Obesitas Siswa SMA Negeri 5 Depok	51
Tabel 20.	Distribusi Karakteristik Umum Responden	52
Tabel 21.	Distribusi <i>Body image</i> dan Risiko Perilaku Makan Menyimpang pada Siswa SMA Negeri 5 Depok	54
Tabel 22.	Distribusi Risiko Perilaku Makan Menyimpang Responden dalam 6 Bulan Terakhir	56
Tabel 23.	Hubungan antara <i>Body image</i> dengan Obesitas pada Remaja di SMA Negeri 5 Depok	58
Tabel 24.	Hubungan antara Risiko Perilaku Makan Menyimpang dengan Obesitas pada Remaja di SMA Negeri 5 Depok	61

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Teori.....	30
Gambar 2. Kerangka Konsep.....	31

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Surat Etik Penelitian
- Lampiran 2. Kartu Monitoring
- Lampiran 3. Surat Izin Pengambila Data
- Lampiran 4. Persetujuan Setelah Penjelasan
- Lampiran 5. Informed Consent
- Lampiran 6. Kuesioner Penelitian
- Lampiran 7. Dokumentasi Penelitian
- Lampiran 8. Hasil Uji Statistik
- Lampiran 9. Surat Bebas Plagiarisme
- Lampiran 10. Hasil Turnitin