



**HUBUNGAN *BODY IMAGE* DAN POLA MAKAN DENGAN  
KEKURANGAN ENERGI KRONIS (KEK) PADA REMAJA  
PUTRI DI SMAN 6 BOGOR TAHUN 2019**

**SKRIPSI**

**PRISCELIA IKA WARDHANI**

**1510713056**

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
PROGRAM STUDI S-1 KESEHATAN MASYARAKAT  
2019**



**HUBUNGAN *BODY IMAGE* DAN POLA MAKAN DENGAN  
KEKURANGAN ENERGI KRONIS (KEK) PADA REMAJA  
PUTRI DI SMAN 6 BOGOR TAHUN 2019**

**SKRIPSI**

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

**PRISCELIA IKA WARDHANI**

**1510713056**

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
PROGRAM STUDI S-1 KESEHATAN MASYARAKAT  
2019**

## PERNYATAAN ORISINALITAS

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

Nama : Priscelia Ika Wardhani

NRP : 1510713056

Tanggal : 3 Juli 2019

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

Jakarta, 3 Juli 2019

Yang Menyatakan,



(Priscelia Ika Wardhani)

## PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

---

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

Nama : Priscelia Ika Wardhani  
NRP : 1510713056  
Fakultas : Ilmu Kesehatan  
Program Studi : Kesehatan Masyarakat  
Jenis Karya : Skripsi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta Hak Bebas Royalti Non Ekklusif (*Non-Exclusive Royalty Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul : Hubungan *Body Image* dan Pola Makan dengan Kekurangan Energi Kronis (KEK) pada Remaja Putri di SMAN 6 Bogor Tahun 2019. 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 kata (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 : 3 Juli 2019

Yang Menyatakan,



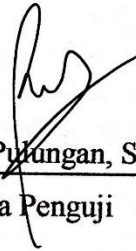
(Priscelia Ika Wardhani)

## PENGESAHAN

Skripsi diajukan oleh :

Nama : Priscelia Ika Wardhani  
NRP : 1510713056  
Program Studi : S1 Kesehatan Masyarakat  
Judul Skripsi : Hubungan *Body Image* dan Pola Makan dengan Kekurangan Energi Kronis (KEK) pada Remaja Putri di SMAN 6 Bogor Tahun 2019

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



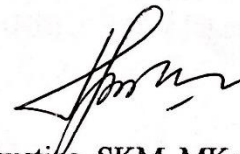
Rafiah Maharani Pulungan, SKM, MKM

Ketua Penguji



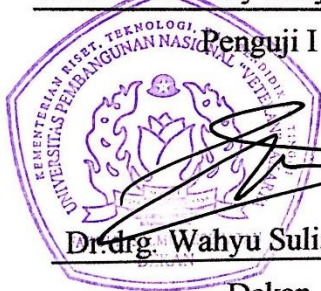
Dra. Marina Ery Setiyawati, MM

Penguji I



Agustina, SKM, MKes

Penguji II (Pembimbing)



Dr. drg. Wahyu Sulistiadi, MARS

Dekan



Putri Permatasari, SKM, MKM

Kepala Program Studi

Ditetapkan di : Jakarta

Tanggal Ujian : 3 Juli 2019

# HUBUNGAN *BODY IMAGE* DAN POLA MAKAN DENGAN KEKURANGAN ENERGI KRONIS (KEK) PADA REMAJA PUTRI DI SMAN 6 BOGOR TAHUN 2019

Priscelia Ika Wardhani

## Abstrak

Salah satu masalah gizi yang terjadi pada remaja adalah kekurangan energi kronis (KEK). Berdasarkan hasil Riskesdas (2018) menunjukkan prevalensi risiko kurang energi kronis (KEK) pada wanita usia subur tertinggi dialami oleh remaja usia 15 – 19 tahun yang mencapai 36,3%. Salah satu faktor yang mempengaruhi terjadinya KEK pada remaja putri yaitu perhatian terhadap penampilan fisik yang disebut *body image* dan pola makan. **Tujuan:** untuk mengetahui hubungan antara *body image* dan pola makan dengan kekurangan energi kronis (KEK) pada remaja putri di SMAN 6 Bogor tahun 2019. **Metode:** penelitian kuantitatif dengan desain *cross sectional*, sampel berjumlah 189 siswi. Pengumpulan data dengan kuesioner dan pengukuran lingkaran lengan atas. Analisa data menggunakan uji *chi square*. **Hasil:** menunjukkan terdapat hubungan antara *body image* (*appereance evaluation*  $p = 0,000$ , *appereance orientation*  $p = 0,006$ , *body area satisfaction*  $p = 0,015$ , *overweigt preoccupation*  $p = 0,003$ , *self-classified weight*  $p = 0,000$ ) dan pola makan (frekuensi makan  $p = 0,000$  dan jenis ragam makan  $p = 0,000$ ) dengan kekurangan energi kronis (KEK). **Kesimpulan:** ada hubungan antara *body image* dan pola makan dengan kekurangan energi kronis (KEK). **Saran:** bagi remaja dianjurkan untuk mengatur pola makan sesuai dengan pedoman gizi seimbang dan membangun *body image* yang positif serta mengetahui cara mencegah terjadi KEK.

**Kata Kunci :** *Body image*, Kekurangan Energi Kronis (KEK), Pola Makan

# **THE CORRELATION BETWEEN BODY IMAGE AND DIET WITH CHRONIC ENERGY DEFICIENCY (CED) ON FEMALE ADOLESCENTS IN SMAN 6 BOGOR IN 2019**

**Priscelia Ika Wardhani**

## **Abstract**

One of the most common nutritional problems that occurs in adolescents is chronic energy deficiency (CED). Riskesdas (2018) shows that the highest prevalence on chronic energy deficiency (CED) risks in women of childbearing age is experienced by adolescents aged 15-19 years with 36,3%. One of the factors that prompt the occurrence of CED on female adolescents is the attention to the subjective picture of one's own body its called body image and diet. **Purpose:** to determine the correlation between body image and diet with chronic energy deficiency (CED) on female adolescents in SMAN 6 Bogor in 2019. **Methods:** This research used quantitative method with cross sectional design and a sample of 189 female students. The data were collected using questionnaire and measurement of upper arm circumference. Analysis of the data using the chi square test. **Result:** there is a correlation between body image (appearance evaluation  $p = 0,000$ , apparatus orientation  $p = 0,006$ , body are satisfaction  $p = 0,015$ , preoccupation overweight  $p = 0,003$ , self-classified weight  $p = 0,000$ ) and diet (eating frequency  $p = 0,000$  and type of foods  $p = 0,000$ ) with chronic energy deficiency (CED). **Conclusion:** there is a correlation between body image and diet with chronic energy deficiency (CED). **Suggestion:** for adolescents to regulate their diet congenial to the balanced nutrition guideline and build a positive body image and know how to prevent CED.

**Keyword:** Body Image, Chronic Energy Deficiency (CED), Diet

## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT atas segala karunia-Nya sehingga skripsi ini berhasil diselesaikan. Judul yang dipilih dalam penelitian ini yang dilaksanakan sejak Februari 2019 ini adalah Hubungan *Body Image* dan Pola Makan dengan Kekurangan Energi Kronis (KEK) pada Remaja Putri di SMAN 6 Bogor Tahun 2019. Terima kasih penulis ucapkan kepada Ibu Agustina, SKM, M.Kes dan Ibu Dra. Marina Ery Setiyawati, MM selaku dosen pembimbing yang telah banyak memberikan saran yang bermanfaat.

Disamping itu, penulis ucapan terima kasih juga disampaikan kepada kedua orangtua tercinta Papa Supriyanto dan Mama Murni serta seluruh keluarga yang tidak henti-hentinya memberikan semangat dan doa. Penulis juga sampaikan terima kasih kepada teman - teman di program studi S1 Kesehatan Masyarakat terutama angkatan 2015 yang selalu mendukung dan membantu penulis dalam mengerjakan skripsi ini.

Ucapan terima kasih juga penulis sampaikan kepada pihak SMAN 1 Bogor yang telah mengizinkan untuk melakukan uji validitas dan reabilitas serta pihak SMAN 6 Bogor yang telah mengizinkan dan membantu penulis untuk melakukan penelitian.

Jakarta, 3 Juli 2019

Penulis

Priscelia Ika Wardhani



## 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 BAGAN .....                          | xi   |
| DAFTAR LAMPIRAN.....                        | xii  |
| <br>                                        |      |
| BAB I PENDAHULUAN .....                     | 1    |
| I.1 Latar Belakang Masalah.....             | 1    |
| I.2 Rumusan Masalah.....                    | 5    |
| I.3 Tujuan Penelitian .....                 | 6    |
| I.4 Manfaat Penelitian .....                | 7    |
| <br>                                        |      |
| BAB II TINJAUAN PUSTAKA .....               | 8    |
| II.1 Remaja .....                           | 8    |
| II.2 <i>Body Image</i> .....                | 14   |
| II.3 Pola Makan.....                        | 17   |
| II.4 Kekurangan Energi Kronis (KEK) .....   | 24   |
| II.5 Kerangka Teori.....                    | 33   |
| <br>                                        |      |
| BAB III METODE PENELITIAN .....             | 34   |
| III.1 Kerangka Konsep .....                 | 34   |
| III.2 Hipotesis.....                        | 35   |
| III.3 Definisi Operasional .....            | 36   |
| III.4 Desain Penelitian .....               | 38   |
| III.5 Tempat dan Waktu Penelitian .....     | 38   |
| III.6 Populasi dan Sampel.....              | 38   |
| III.7 Pengumpulan Data.....                 | 39   |
| III.8 Instrumen Pengumpulan Data .....      | 39   |
| III.9 Uji Validitas dan Reabilitas.....     | 40   |
| III.10 Pengolahan Data .....                | 42   |
| III.11 Analisis Data .....                  | 42   |
| III.12 Etika Penelitian.....                | 43   |
| <br>                                        |      |
| BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....           | 45   |
| IV.1 Gambaran Umum SMAN 6 Bogor.....        | 45   |
| IV.2 Sarana dan Prasarana SMAN 6 Bogor..... | 45   |
| IV.3 Analisa Univariat .....                | 46   |
| IV.4 Analisa Bivariat .....                 | 50   |
| IV.5 Pembahasan.....                        | 53   |

|                                   |    |
|-----------------------------------|----|
| IV.6 Keterbatasan Penelitian..... | 58 |
| BAB V PENUTUP .....               | 59 |
| V.1 Kesimpulan.....               | 59 |
| V.2 Saran .....                   | 59 |
| DAFTAR PUSTAKA .....              | 61 |
| RIWAYAT HIDUP                     |    |
| LAMPIRAN                          |    |

## DAFTAR TABEL

|         |                                                                                                                    |    |
|---------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Tabel 1 | Kategori Indeks Massa Tubuh.....                                                                                   | 25 |
| Tabel 2 | Definisi Operasional .....                                                                                         | 36 |
| Tabel 3 | Hasil Uji Validitas Kuesioner <i>Body Image</i> .....                                                              | 41 |
| Tabel 4 | Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden.....                                                                  | 46 |
| Tabel 5 | Distribusi Frekuensi Karakteristik Orangtua .....                                                                  | 47 |
| Tabel 6 | Distribusi Frekuensi Gambaran <i>Body Image</i> Responden .....                                                    | 48 |
| Tabel 7 | Distribusi Pola Makan Responden .....                                                                              | 49 |
| Tabel 8 | Hubungan <i>Body Image</i> dengan Kekurangan Energi Kronis (KEK) pada Remaja Putri di SMAN 6 Bogor Tahun 2019..... | 52 |
| Tabel 9 | Hubungan Pola Makan dengan Kekurangan Energi Kronis (KEK) pada Remaja Putri di SMAN 6 Bogor Tahun 2019.....        | 53 |

## DAFTAR GAMBAR

|          |                       |    |
|----------|-----------------------|----|
| Gambar 1 | Kerangka Teori.....   | 33 |
| Gambar 2 | Kerangka Konsep ..... | 34 |

## DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Surat Izin Penelitian Dinas Pendidikan Kota Bogor
- Lampiran 2 Surat Balasan Izin Penelitian Dinas Pendidikan Kota Bogor
- Lampiran 3 Surat Izin Studi Pendahuluan dan Penelitian
- Lampiran 4 Surat Balasan Izin Studi Pendahuluan dan Penelitian
- Lampiran 5 Surat Izin Uji Validitas dan Reabilitas
- Lampiran 6 Surat Balasan Izin Uji Validitas dan Reabilitas
- Lampiran 7 Surat Permohonan Ethical Clearance
- Lampiran 8 Surat Persetujuan Ethical Clearance
- Lampiran 9 Lembar Pemberitahuan Sebelum Persetujuan (PSP)
- Lampiran 10 Lembar Persetujuan (Informed Consent)
- Lampiran 11 Kuesioner
- Lampiran 12 Tabulasi Data Karakteristik Responden dan Orangtua
- Lampiran 13 Tabulasi Data *Body Image* Responden
- Lampiran 14 Tabulasi Data Frekuensi dan Jenis Makan Responden
- Lampiran 15 Uji Validitas dan Reabilitas
- Lampiran 16 Analisa Univariat
- Lampiran 17 Analisa Bivariat
- Lampiran 18 Dokumentasi Penelitian
- Lampiran 19 Surat Pernyataan Plagiarisme
- Lampiran 20 Hasil Turnitin