



**PERILAKU GIZI SEIMBANG, CITRA TUBUH DAN STATUS
GIZI REMAJA PUTRI DI SMP DAYA UTAMA KOTA BEKASI**

SKRIPSI

**Oleh:
Nurwati Fatimah
NIM. 201602013**

**PROGRAM STUDI S1GIZI
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
MITRAKELUARGA
BEKASI
2020**



**PERILAKU GIZI SEIMBANG, CITRA TUBUH DAN STATUS
GIZI REMAJA PUTRI DI SMP DAYA UTAMA KOTA BEKASI**

SKRIPSI

**Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar
Sarjana Gizi (S.Gz)**

Oleh:

Nurwati Fatimah

NIM. 201602013

**PROGRAM STUDI S1GIZI
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
MITRAKELUARGA
BEKASI
2020**

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Dengan ini, saya menyatakan bahwa Skripsi dengan judul "Perilaku Gizi Seimbang, Citra Tubuh dan Status Gizi Remaja Putri di SMP Daya Utama Kota Bekasi" adalah hasil karya saya sendiri, dan semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar. Tidak terdapat karya yang pernah diajukan atau ditulis oleh orang lain kecuali karya yang saya kutip dan rujuk yang saya sebutkan dalam daftar pustaka.

Nama : Nurwati Fatimah

NIM : 201602013

Tempat : Bekasi

Tanggal : 14 Agustus 2020

Tanda Tangan :



HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi ini diajukan oleh:

Nama : Nurwati Fatimah
NIM : 201602013
Program Studi : S1 Gizi
Judul Skripsi : Perilaku Gizi Seimbang, Citra Tubuh dan Status
Gizi Remaja Putri di SMP Daya Utama Kota Bekasi

Telah disetujui untuk dilakukan ujian Skripsi pada:

Hari : Senin
Tanggal : 31 Agustus 2020
Waktu : 07.45 – 09.20
Tempat : *Zoom Cloud Meeting*

Bekasi, 14 Agustus 2020

Dosen Pembimbing



Guntari Prasetya, S.Gz., M.Sc

NIDN. 0307018902

Dosen Penguji I



Tri Marta fadhilah, S.Pd., M.Gizi

NIDN. 0315038801

Dosen Penguji II



Mujahidil Aslam, S.KM., M.KM

NIDN. 0312089202

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi ini diajukan oleh:

Nama : Nurwati Fatimah
NIM : 201602013
Program Studi : S1 Gizi
Judul Skripsi : Perilaku Gizi Seimbang, Citra Tubuh dan Status
Gizi Remaja Putri di SMP Daya Utama Kota Bekasi

Telah berhasil dipertahankan dihadapan Tim Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Gizi pada Program Studi S1 Gizi, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Mitra Keluarga.

Bekasi, 31 Agustus 2020

Dosen Pembimbing

Dosen Penguji I

Dosen Penguji II



Guntari Prasetya, S.Gz., M.Sc
NIDN.0307018902

Tri Marta Fadhilah, S.Pd., M.Gizi
NIDN.0315038801

Mujahidil Aslam, S.KM., M.KM
NIDN.0312089202

Mengetahui
Koordinator Program Studi S1 Gizi
STIKes Mitra Keluarga



Arindah Nur Sartika, S.Gz., M.Gizi
NIDN.0316089301

KATA PENGANTAR

Segala puji hanya bagi Allah SWT karena hanya dengan limpahan rahmat serta karunia-Nya penulis mampu menyelesaikan Skripsi yang berjudul "Perilaku Gizi Seimbang, Citra Tubuh dan Status Gizi Remaja Putri di SMP Daya Utama Kota Bekasi" dengan baik. Penulis tertarik dengan topik ini didasari oleh fakta bahwa ada remaja cenderung memperhatikan citra tubuhnya mengenai bagaimana tampak tubuh mereka hal ini dipengaruhi oleh lingkungan di sekitar mereka dengan perilaku gizi seimbang dandapat mempengaruhi status gizinya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan perilaku gizi seimbang, citra tubuh dan status gizi. Dengan terselesaikannya skripsi ini, penulis mengucapkan terimakasih kepada :

1. Ketua STIKes Mitra Keluarga, ibu Dr. Susi Hartati, SKp., M.Kep., Sp.Kep.An yang telah memberikan kesempatan dan motivasi dalam menuntut ilmu di STIKes Mitra Keluarga.
2. Ibu Arindah Nur Sartika, S.Gz., M.Gizi , selaku ketua Program Studi S1 Gizi.
3. Ibu Guntari Prasetya, S.Gz., M.Sc, selaku dosen pembimbing yang telah membimbing dan memberikan motivasi sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
4. Segenap Dosen Program Studi S1 Gizi STIKes Mitra Keluarga yang telah membekali penulis dengan ilmu pengetahuan yang sangat berarti untuk menambah wawasan penulis.
5. Bapak Yato, Ibu Nanik, Mas nana, Mba Shinta yang telah mendoakan dan memberi semangat dan memberi dukungan moril dan materil. Untuk khadijah yang selalu mampu menjadi tempat beristirahat dan melepas penat. Dan keluarga besar yang sudah mendoakan dan memberikan semangat.
6. Milenial's Squad yang selalu ada untuk memberikan semangat, motivasi dan saran.

7. Gizi angkatan 16 generasi micin, terutama teman seperbimbingan.
8. Dan kepada pihak-pihak lain yang telah begitu banyak membantu namun tidak dapat disebutkan satu persatu.

Penulis menyadari bahwa penulisan Tugas Akhir ini jauh dari sempurna, oleh karena itu, penulis membuka diri untuk kritik dan saran yang bersifat membangun. Semoga tugas akhir ini bisa bermanfaat bagi semua.

Bekasi, 14 Agustus 2020

Nurwati Fatimah

ABSTRAK

Nurwati Fatimah

Remaja seringkali merasa tidak puas terhadap penampilan mereka, hal itu menyebabkan persepsi tubuh yang salah (persepsi negatif) dan menimbulkan dorongan remaja tersebut menjadi kurus. Dalam hal ini remaja putri lebih memperhatikan bentuk tubuhnya dibandingkan remaja laki-laki sehingga remaja putri cenderung memiliki persepsi *body image* negatif. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan perilaku gizi seimbang, citra tubuh dan status gizi. Jenis penelitian ini menggunakan penelitian observasional dengan desain *cross sectional*. Sampel penelitian ini sebanyak 150 responden, dengan teknik *consecutive sampling*. Variabel perilaku gizi seimbang diukur menggunakan *Body Shape Questionnaire*, sedangkan citra tubuh menggunakan kuesioner. Analisis data menggunakan *Fisher Exact*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat 93,3% perilaku gizi seimbang cukup dan 85,4% citra tubuh positif dengan status gizi normal. Kesimpulan dari penelitian ini adalah terdapat hubungan yang signifikan antara perilaku gizi seimbang dengan status gizi ($p= 0,001$), dan terdapat hubungan yang signifikan antara citra tubuh dengan status gizi ($p= 0,001$) remaja putri di SMP Daya Utama Kota Bekasi.

Kata Kunci : Perilaku gizi, Citra Tubuh, Status Gizi, Remaja Putri

ABSTRACT

Nurwati Fatimah

Teenagers often feel dissatisfied with their appearance, it causes a false perception of the body (negative perception) and raises the adolescent's encouragement to become thin. In this case the young women pay more attention to their body shape than the teenage boys so that young women tend to have a negative body image perception. The study aims to determine the relationship of balanced nutritional behavior, body image and nutritional status. This type of research uses observational research with cross sectional design. This research samples a total of 150 respondents, with consecutive sampling techniques. Balanced nutritional behavior variables are measured using Body Shape Questionnaire, while the body image uses questionnaires. Data analysis using the Fisher Exact. The results showed that there were 93.3% of adequate balanced nutritional behavior and 85.4% of positive body image with normal nutritional status. The conclusion of this study is that there is a significant relationship between balanced nutritional behavior with nutritional status ($p = 0.001$), and there is a significant relationship between the body image and nutritional status ($p = 0.001$) of the young woman at the main Daya of Kota Bekasi.

Keywords: nutritional behaviour, body image, nutritional Status, young women

DAFTAR ISI

PERILAKU GIZI SEIMBANG, CITRA TUBUH DAN STATUS GIZI REMAJA PUTRI DI SMP DAYA UTAMA KOTA BEKASI.....	i
PERILAKU GIZI SEIMBANG, CITRA TUBUH DAN STATUS GIZI REMAJA PUTRI DI SMP DAYA UTAMA KOTA BEKASI.....	ii
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS	iii
HALAMAN PERSETUJUAN	iv
HALAMAN PENGESAHAN.....	v
KATA PENGANTAR.....	vi
ABSTRAK	viii
ABSTRACT	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
ARTI LAMBANG DAN SINGKATAN	ix
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	3
C. Tujuan Penelitian.....	5
1. Tujuan Umum.....	5
2. Tujuan Khusus	5
D. Manfaat Penelitian.....	5
1. Bagi Peneliti.....	5
2. Bagi Masyarakat	5
3. Bagi Institusi	5
E. Keaslian Penelitian.....	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	11
A. Telaah Pustaka	11
1. Remaja	11
2. Perilaku Gizi Seimbang	12
3. Citra Tubuh.....	14
4. Status Gizi.....	16

B. Kerangka Teori	20
C. Kerangka Konsep.....	21
D. Hipotesis Penelitian.....	21
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	22
A. Desain Penelitian	22
B. Lokasi dan Waktu penelitian	22
C. Populasi dan Sampel	22
D. Variabel Penelitian.....	25
F. Instrumen Penelitian.....	27
G. Alur Penelitian.....	29
H. Pengolahan dan Analisa Data	30
1. Pengolahan Data	30
2. Analisis data.....	32
I. Etik Penelitian	32
BAB IV HASIL PENELITIAN.....	33
A. Analisis Univariat.....	33
1. Karakteristik Responden.....	33
2. Perilaku Gizi Seimbang	33
3. Citra Tubuh.....	34
4. Status Gizi.....	34
B. Analisis Bivariat	34
1. Hubungan Perilaku Gizi Seimbang terhadap Status Gizi	35
2. Hubungan Citra Tubuh terhadap Status Gizi	35
BAB V PEMBAHASAN	37
A. Analisis Univariat.....	37
1. Karakteristik Responden.....	37
2. Perilaku Gizi Seimbang	37
3. Citra Tubuh.....	37
4. Status Gizi.....	37
B. Analisis Bivariat	38
1. Hubungan Perilaku Gizi Seimbang dengan Status Gizi	38
2. Hubungan Citra Tubuh dengan Status Gizi	39
C. Keterbatasan Penelitian	41

BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN.....	42
A. Kesimpulan	42
B. Saran	42
DAFTAR PUSTAKA	43
LAMPIRAN.....	46

DAFTAR TABEL

Tabel 1. 1 Keaslian Penelitian.....	6
Tabel 2. 1 Penilaian Status Gizi Remaja Berdasarkan Indeks BB/U, TB/U, IMT/U Standar Baku Antropometri WHO-NCHS	18
Tabel 3. 1 Besar Sampel Minimum.....	23
Tabel 3. 2 Definisi operasional	26
Tabel 4. 1 Distribusi Frekuensi berdasarkan usia	33
Tabel 4. 2 Distribusi Frekuensi berdasarkan Perilaku	33
Tabel 4. 3 Distribusi Frekuensi berdasarkan Citra Tubuh	34
Tabel 4. 4 Distribusi Frekuensi berdasarkan Status Gizi	34
Tabel 4. 5 Hubungan Perilaku Gizi Seimbang terhadap	35
Tabel 4. 6 Hubungan Citra Tubuh terhadap Status Gizi	35

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Persetujuan Etik	46
Lampiran 2 Surat Keterangan	47
Lampiran 3 Informed Consent	49
Lampiran 4 Lembar Persetujuan Responden	51
Lampiran 5 Kuesioner Penelitian	52
Lampiran 6 Panduan Pengukuran Antropometri.....	61
Lampiran 7 Hasil Validasi Kuesioner	64
Lampiran 8 Hasil Pengolahan Data	68
Lampiran 9 Dokumentasi	72

ARTI LAMBANG DAN SINGKATAN

WHO	: <i>World Health Organization</i>
SMP	: Sekolah Menengah Pertama
<i>Et al</i>	: <i>et alii (and others)</i>
STIKes	: Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan
Kemendes RI	: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia
BB	: Berat Badan
IMT	: Indeks Massa Tubuh
IMT/U	: Indeks Massa Tubuh Menurut Umur
TB/U	: Tinggi Badan menurut Umur
BB/U	: Berat Badan menurut Umur
MAN	: Madrasah Aliyah Negeri
SMK	: Sekolah Menengah Kejuruan
BKKBN	: Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional
WUS	: Wanita Usia Subur

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja adalah masa peralihan dari anak-anak menuju dewasa. Perkembangan masa remaja yaitu remaja awal (usia 10-13 tahun), remaja menengah (usia 14-16 tahun) dan remaja akhir (usia 17-21 tahun) (WHO, 2013). Kebutuhan gizi yang dibutuhkan remaja relatif besar karena pada masa remaja terjadi proses pertumbuhan dan perkembangan yang cepat (Rachman, et al., 2017).

Permasalahan gizi yang sering dihadapi oleh remaja seperti gizi kurang, gizi lebih, obesitas dan anemia berhubungan dengan gangguan perilaku makan berupa *anoreksia nervosa* dan *bulimia* (Sulistyoningsih, 2012). Kekurangan gizi pada remaja putri yang tidak terpenuhi dapat melahirkan anak-anak yang kekurangan gizi pula, hal ini mengakibatkan masalah kurang gizi untuk generasi mendatang (Mulugeta, 2009).

Pada usia remaja sering kali mengalami masalah terhadap status gizinya yang dipengaruhi oleh beberapa faktor, diantaranya penerapan mengenai kebiasaan makan yang buruk tanpa mengetahui zat gizi yang terkandung dalam makanan yang dikonsumsinya, pemahaman gizi yang keliru yang dipicu oleh keinginan remaja memiliki tubuh yang langsing, kesukaan yang berlebihan terhadap jenis makanan tertentu sehingga kebutuhan akan gizinya tidak dapat terpenuhi dengan baik, promosi produk makanan yang berlebihan melalui media masa dan masuknya produk- produk makanan baru dari luar negeri yang kandungan gizinya sangat rendah (Adriani dan Wirjatmadi, 2014).

Menurut WHO (2013) terdapat 14% wanita usia 5-19 tahun di dunia mengalami obesitas. Pada *Atlas of Childhood Obesity* (2019), 7 dari 11 anak berisiko obesitas. Peluang dapat memenuhi target WHO di tahun 2025 terdapat 21%. Pada tahun 2016 wanita usia 10-19 tahun dengan obesitas terdapat 3,9%. Kemudian, prediksi di tahun 2030 anak usia 10-19 tahun obesitas terdapat 11,8%.

Berdasarkan data Kemenkes RI (2018), prevalensi gizi lebih pada remaja putri usia 12-18 tahun adalah 19,4%, sedangkan prevalensi gizi kurang pada remaja putri usia 12-18 tahun adalah 4,7%. Pada Dinas Kesehatan Jawa Barat tahun 2013, prevalensi status gizi remaja usia 13-15 tahun, 9,1% memiliki status gizi kurang prevalensi kurus paling tinggi di Kota Bekasi 13,9%. Sedangkan, gizi lebih terdapat 9,7% dan prevalensi tertinggi di Kota Bekasi yaitu 20,2%.

Remaja seringkali merasa tidak puas terhadap penampilan mereka, hal itu menyebabkan persepsi tubuh yang salah (persepsi negatif) dan menimbulkan dorongan remaja tersebut menjadi kurus (Kurniawan dan Briawan, 2014). Dalam hal ini remaja putri lebih memperhatikan bentuk tubuhnya dibandingkan remaja laki-laki sehingga remaja putri cenderung memiliki persepsi *body image* negatif (Ruslie dan Darmandi, 2012).

Body image adalah suatu konsep pribadi seseorang tentang penampilan fisiknya. Masing-masing orang memiliki penilaian sendiri akan bentuk tubuhnya. Contohnya, ada orang yang merasa tubuhnya gemuk padahal kenyatannya kurus ataupun sebaliknya (Siagian dalam sada, 2011). Sedangkan, dari hasil penelitian Kakekshita dan Almeida (2008) menjelaskan bahwa *body image* merupakan salah satu faktor penting yang berkaitan dengan status gizi seseorang.

Pedoman gizi seimbang adalah konsumsi makanan sehari-hari harus mengandung zat gizi dalam jenis dan jumlah (porsi) yang sesuai dengan kebutuhan setiap orang atau kelompok umur. Konsumsi makanan harus memperhatikan prinsip 4 pilar yaitu anekaragam pangan, perilaku hidup bersih, aktivitas fisik dan memantau berat badan secara teratur untuk mempertahankan berat badan normal. Perilaku gizi seimbang dapat diwujudkan dengan melaksanakan 4 pilar di atas (Kemenkes RI, 2014).

Banyak faktor yang mempengaruhi perilaku gizi seimbang antara lain, jenis kelamin, usia, status sosial ekonomi, tempat tinggal, kebiasaan keluarga, pengetahuan dan sikap terhadap gizi seimbang (Arisman, 2003). Suatu perilaku atau tindakan dikatakan benar jika hampir 50% perilaku atau tindakan sesuai dengan teori yang ada. Begitu sebaliknya jika perilaku atau tindakan kurang dari 50% dari teori yang ada maka praktik dikatakan salah (Notoatmodjo, 2003). Penelitian yang dilakukan oleh (Suryani et al., 2011) mengenai perilaku gizi seimbang dengan status gizi pada mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Hasanudin didapatkan bahwa tidak terdapat hubungan antara praktik gizi seimbang dengan status gizi responden.

Berdasarkan latar belakang di atas peneliti memilih daerah Kota Bekasi karena Kota Bekasi memiliki prevalensi gizi lebih pada remaja putri sebesar 19,4% dan peneliti memilih SMP Widya Nusantara sebagai lokasi penelitian didasarkan pada alasan bahwa pada sekolah perkotaan sangat mudah dan cepat menerima informasi dari berbagai macam media sehingga remaja cenderung memperhatikan citra tubuhnya dan menginginkan memiliki tubuh kurus. Berdasarkan latar belakang di atas peneliti perlu mengkaji tentang perilaku gizi seimbang, citra tubuh dan status gizi siswi siswi SMP Daya Utama Kota Bekasi. Remaja SMP dipilih karena pada masa ini, remaja mengalami pubertas dan perkembangan tubuh atau perubahan fisik yang drastis. Salah satu aspek psikologis dari perubahan tubuh dan perubahan fisik di masa pubertas adalah remaja menjadi amat memperhatikan tubuh (body image) mereka dan membangun citranya sendiri mengenai bagaimana tubuh mereka tampaknya dan hal ini dipengaruhi oleh lingkungan di sekitar mereka (Arisman, 2010).

B. Rumusan Masalah

Dari uraian di atas, rumusan masalah pada penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagaimana perilaku gizi seimbang remaja putri di SMP Daya Utama Kota Bekasi?
2. Bagaimana citra tubuh remaja putri di SMP Daya Utama Kota Bekasi?
3. Bagaimana status gizi remaja putri di SMP Daya Utama Kota Bekasi?

4. Apakah terdapat hubungan perilaku gizi seimbang terhadap status gizi remaja putri di SMP Daya Utama Kota Bekasi?
5. Apakah terdapat hubungan citra tubuh terhadap status gizi remaja putri di SMP Daya Utama Kota Bekasi?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk mempelajari perilaku gizi seimbang, citra tubuh dan status gizi remaja putri di SMP Daya Utama Kota Bekasi.

2. Tujuan Khusus

Adapun tujuan khusus dari penelitian ini adalah :

- a) Mengetahui perilaku gizi seimbang, citra tubuh dan status gizi remaja putri di SMP Daya Utama Kota Bekasi
- b) Menganalisis hubungan perilaku gizi seimbang terhadap status gizi remaja putri di SMP Daya Utama Kota Bekasi
- c) Menganalisis hubungan citra tubuh terhadap status gizi remaja putri di SMP Daya Utama Kota Bekasi.

D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi peneliti, masyarakat, dan institusi.

1. Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan mampu menambah pengetahuan dan pemahaman peneliti melalui pengalaman dan penerapan ilmu dari kompetensi yang diperoleh selama proses belajar dan penelitian.

2. Bagi Masyarakat

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi kepada masyarakat mengenai perilaku gizi seimbang, citra tubuh dan status gizi remaja putri SMP.

3. Bagi Institusi

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sumber referensi untuk institusi (STIKes Mitra Keluarga) guna menambah khasanah penelitian dalam bidang keilmuan gizi masyarakat guna pengembangan penelitian selanjutnya.

E. Keaslian Penelitian

Tabel 1. 1Keaslian Penelitian

No.	Penelitian sebelumnya			Desain	Hasil	Keterangan
	Nama	Tahun	Judul			
1.	Sutria Nirda Syati	2017	Hubungan Teman Sebaya dan Citra Tubuh Terhadap Status Gizi Wanita Usia Subur Pranikah di MAN 1 Lampung Tengah Kecamatan Terbanggi Besar, Kabupaten Lampung Tengah	<i>Cross Sectional</i>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Terdapat hubungan antara citra tubuh dengan status gizi 2. Tidak terdapat hubungan antara teman sebaya dengan status gizi 	Diharapkan untuk penelitian selanjutnya menggunakan tehnik pengambilan sampel probability sehingga hasil penelitian yang didapatkan lebih representatif.

2.	Haiva Nopiany	2018	Konsumsi Pengetahuan dan Praktik Gizi Seimbang, serta Status Gizi Siswa Peserta Program Gizi Anak Sekolah Di Cianjur	<i>Cross Sectional</i>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Tidak ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan dan praktik gizi seimbang 2. Tidak ada hubungan antara praktik gizi seimbang, tingkat kecukupan energi, tingkat kecukupan protein, tingkat pendidikan ayah, tingkat pendidikan ibu, dan tingkat pendapatan orang tuadengan status gizi IMT/U 3. Tidak ada hubungan antara tingkat kecukupan energi, tingkat pendidikan orang tua, dan pendapatan orang tua dengan status gizi TB/U 	Penelitian selanjutnya sebaiknya menambahkan variabel aktifitas fisik, status infeksi, tingkat kehadiran subjek, dan pengetahuan gizi pada guru.
----	---------------	------	--	------------------------	---	--

					4. Terdapat hubungan pengetahuan dengan praktik gizi seimbang terkait pangan sumber zat gizi serta praktik gizi seimbang, tingkat kecukupan energi, tingkat kecukupan protein dengan status gizi TB/U.	
--	--	--	--	--	--	--

3.	Mentari Olivia Fatharanni	2017	Hubungan Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Mengenai Gizi Seimbang dengan Status Gizi pada Wanita Usia Subur di Kecamatan Terbanggi Besar Kabupaten Lampung Tengah	<i>Cross Sectional</i>	Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan, sikap dan perilaku mengenai gizi seimbang dengan status gizi pada WUS di Kecamatan Terbanggi Besar, Kabupaten Lampung Tengah.	Untuk peneliti lain, dapat melakukan penelitian serupa di tempat berbeda dengan sampel responden yang lebih banyak.
----	---------------------------	------	---	------------------------	---	---

4.	Umi Fatimatuzzahro	2016	Hubungan Body Image dengan Status Gizi Siswi Kelas XI di SMK N 4 Yogyakarta	<i>Cross Sectional</i>	ada hubungan body image dengan status gizi siswi kelas XI SMK N 4 Yogyakarta.	Diharapkan peneliti selanjutnya mempertimbangkan faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi body image maupun status gizi pada remaja.
5.	Fitria Meriyanti	2013	Pengaruh Pengetahuan Gizi, Persepsi Body Image, Kebiasaan Makan dan Aktivitas Fisik Terhadap Status Gizi Mahasiswa Gizi dan Non Gizi IPB	<i>Cross Sectional</i>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Terdapat hubungan yang signifikan antara persepsi body image dengan status gizi 2. Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan gizi, kebiasaan makan dan aktivitas fisik dengan status gizi 3. Terdapat pengaruh positif nyata antara status gizi dengan persepsi body image 	-

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

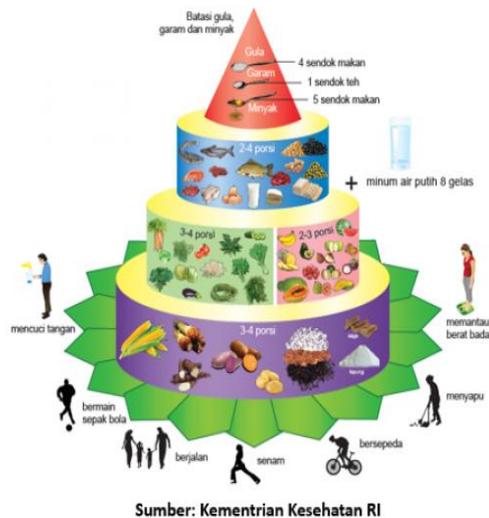
A. Telaah Pustaka

1. Remaja

Masa remaja merupakan periode terjadinya pertumbuhan dan perkembangan yang pesat baik secara fisik, psikologis, maupun intelektual. Menurut WHO, remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-19 tahun, menurut Peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 2005 tahun 2014, remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-18 tahun dan menurut Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana (BKKBN) rentang usia remaja adalah 10-24 tahun dan belum menikah (Kemenkes RI, 2014).

Remaja secara etimologi berarti “Tumbuh menjadi dewasa”. Remaja merupakan suatu masa kehidupan individu dimana terjadi perubahan psikologis untuk menemukan identitas diri. Pada masa transisi dari masa anak-anak ke masa remaja, individu mulai mengembangkan ciri-ciri yang abstrak dan konsep diri menjadi lebih berbeda. Remaja mempunyai sifat yang unik, salah satunya adalah sifat ingin meniru sesuatu hal yang dilihat, kepada keadaan serta lingkungan disekitarnya. Selain itu, remaja mempunyai kebutuhan akan kesehatan seksual, dimana pemenuhan kebutuhan seksual tersebut sangat bervariasi (Kusmiran, 2011).

2. Perilaku Gizi Seimbang



Gambar 2. 1 Tumpeng Gizi Seimbang

Sumber: Kemenkes RI (2014)

Pedoman Gizi Seimbang bertujuan untuk memberikan panduan konsumsi makanan sehari-hari dan berperilaku sehat berdasarkan prinsip konsumsi keanekaragaman pangan, perilaku hidup bersih, aktivitas fisik, dan memantau berat badan secara teratur dalam rangka mempertahankan berat badan normal (Kemenkes RI, 2014). Perilaku gizi seimbang diwujudkan dengan respon terhadap pengetahuan dan sikap gizi seimbang yang meliputi konsumsi makanan seimbang dan berperilaku hidup sehat. Berbagai definisi gizi seimbang telah dinyatakan oleh berbagai institusi atau kelompok ahli dengan komponen-komponen yang kurang lebih sama, yaitu cukup secara kuantitas, cukup secara kualitas, mengandung berbagai zat gizi (karbohidrat, protein, vitamin, lemak, mineral dan air) yang diperlukan untuk pertumbuhan, untuk menjaga kesehatan dan untuk melakukan aktifitas serta fungsi kehidupan sehari-hari.

Terdapat 4 pilar Prinsip Gizi Seimbang yang merupakan rangkaian untuk menyeimbangkan antara zat gizi yang keluar dan zat gizi yang masuk dengan memonitor berat badan secara teratur yaitu:

1. Mengonsumsi makanan beragam
2. Membiasakan perilaku hidup bersih
3. Melakukan aktivitas fisik
4. Mempertahankan dan memantau Berat Badan (BB) normal

Selain 4 pilar Gizi Seimbang terdapat 10 Pesan Gizi Seimbang yaitu:

1. Syukuri dan nikmati anekaragam makanan
2. Banyak makan sayuran dan cukup buah-buahan
3. Biasakan mengonsumsi lauk pauk yang mengandung protein tinggi
4. Biasakan mengonsumsi anekaragam makanan pokok
5. Batasi konsumsi pangan manis, asin, dan berlemak
6. Biasakan sarapan
7. Biasakan minum air putih yang cukup dan aman
8. Biasakan membaca label pada kemasan pangan
9. Cuci tangan pakai sabun dengan air bersih mengalir
10. Lakukan aktivitas fisik yang cukup dan pertahankan berat badan normal

Pendidikan gizi adalah suatu proses yang berkesinambungan untuk menambah pengetahuan tentang gizi, membentuk sikap dan perilaku hidup sehat dengan memperhatikan pola makan sehari-hari dan faktor lain yang mempengaruhi makanan, serta meningkatkan derajat kesehatan dan gizi seseorang. Tujuan dari pemberian edukasi gizi adalah mendorong terjadinya perubahan perilaku yang positif yang berhubungan dengan makanan dan gizi (Jalal, 2010).

Pengetahuan gizi merupakan pengetahuan tentang makanan dan zat gizi, sumber-sumber zat gizi pada makanan, makanan yang aman dikonsumsi sehingga tidak menimbulkan penyakit dan cara mengolah makanan yang baik agar zat gizi dalam makanan tidak hilang serta bagaimana hidup sehat (Notoatmodjo, 2003).

Sikap terhadap gizi merupakan kecenderungan seseorang untuk menyetujui atau tidak menyetujui terhadap suatu pernyataan (*statement*) yang diajukan. Sikap terhadap gizi juga sering kali terkait dengan pengetahuan gizi, orang yang berpengetahuan gizi baik, cenderung akan memiliki sikap gizi yang baik pula (Azwar, 2005).

3. Citra Tubuh

Citra tubuh adalah kumpulan sikap individu yang disadari dan tidak disadari terhadap tubuhnya. Termasuk persepsi serta perasaan masa lalu dan sekarang tentang ukuran, fungsi, penampilan, dan potensi (Stuart, 2012). Citra tubuh dibagi menjadi citra tubuh positif dan citra tubuh negatif. Seseorang yang memiliki citra tubuh positif akan puas terhadap dirinya sendiri, merasa nyaman, dan percaya diri sehingga tidak sibuk memikirkan bagaimana membatasi makanan untuk menjaga berat badannya agar tetap ideal. Seseorang yang memiliki citra tubuh negatif menganggap tubuhnya tidak menarik, malu, dan tidak percaya diri terhadap bentuk tubuhnya sendiri (Prihaningtyas, 2013).

a. Aspek-aspek Citra Tubuh

Terdapat aspek-aspek dari citra tubuh yaitu ketertarikan fisik, kepuasan terhadap citra tubuh, pentingnya citra tubuh, penilaian terhadap bagian tubuh yang kurang menarik, usaha peningkatan citra tubuh, kecemasan atas penilaian orang lain, dan perbandingan

terhadap citra tubuh. Aspek citra tubuh seorang individu berpusat pada tiga hal yaitu penilaian diri sendiri mengenai tubuh, kecemasan terhadap penilaian orang lain dan usaha untuk mencapai tubuh ideal. Ketiga adalah usaha yang dilakukan untuk menutupi bagian tubuh yang dianggap tidak menarik perbaikan dengan cara restriksi diet, aspek inilah yang menjadi urgen karena dapat mempengaruhi status gizi seseorang (Tejoyuwono, 2011).

b. Faktor-Faktor yang Memengaruhi Perkembangan Citra tubuh

Citra tubuh seseorang dapat muncul dikarenakan terdapat faktor yang mempengaruhinya. Menurut Melliana (2006) Citra tubuh seseorang muncul dengan dipengaruhi oleh beberapa faktor berikut ini :

1) *Self esteem*

Citra tubuh seseorang lebih mengacu pada pandangan seseorang tersebut tentang tubuhnya yang dibentuk dalam pikirannya, lebih berpengaruh pikiran orang itu sendiri dibanding pikiran orang lain terhadap dirinya. Selain itu juga dipengaruhi oleh keyakinan dan sikapnya terhadap tubuh sebagaimana gambaran ideal dalam masyarakat.

2) Perbandingan dengan orang lain

Citra tubuh secara global terbentuk dari perbandingan yang dilakukan seseorang terhadap fisiknya sendiri, hal tersebut sesuai dengan standar yang dikenal oleh lingkungan sosial dan budayanya. Salah satu penyebab adanya perbedaan antara citra tubuh ideal dengan kenyataan tubuh yang nyata sering disebabkan oleh media massa yang seringkali menampilkan gambar dengan tubuh yang dinilai sempurna, sehingga terdapat perbedaan dan menciptakan persepsi akan penghayatan tubuhnya yang tidak atau kurang ideal. Konsekuensi yang didapat adalah individu menjadi sulit menerima bentuk tubuhnya.

3) Bersifat dinamis

Citra tubuh memiliki sifat yang mampu mengalami perubahan terus menerus, bukan yang bersifat statis atau menetap seterusnya . Citra tubuh sangat sensitif terhadap perubahan suasana hati (*mood*), lingkungan dan pengalaman fisik individual dalam merespon suatu peristiwa kehidupan.

4) Proses pembelajaran

Citra tubuh merupakan hal yang dipelajari. Proses pembelajaran citra tubuh ini sering kali dibentuk lebih banyak oleh orang lain diluar individu sendiri, yaitu keluarga dan masyarakat, yang terjadi sejak dini ketika masih kanak - kanak dalam lingkungan keluarga, khususnya cara orang tua mendidik anak dan di antara kawan – kawan pergaulannya. Tetapi proses belajar dalam keluarga dan pergaulan ini sesungguhnya hanyalah mencerminkan apa yang dipelajari dan diharapkan secara budaya. Proses sosialisasi yang dimulai sejak usia dini, bahwa bentuk tubuh yang langsing dan proporsional adalah yang diharapkan lingkungan, akan membuat tidak sesuai dengan yang diharapkan oleh lingkungan, terutama orang tua.

4. Status Gizi

Status gizi adalah keadaan yang diakibatkan oleh status keseimbangan antara jumlah asupan (*intake*) zat gizi dan jumlah yang dibutuhkan (*requirement*) oleh tubuh untuk berbagai fungsi biologis (pertumbuhan fisik, perkembangan, aktivitas, pemeliharaan kesehatan, dan lainnya) (Suyanto, 2009). Status gizi dapat pula diartikan sebagai gambaran kondisi fisik seseorang sebagai refleksi dari keseimbangan energy yang masuk dan yang dikeluarkan oleh tubuh (Marmi, 2013).

a. Penilaian Status Gizi

Penilaian status gizi merupakan upaya menginterpretasikan semua informasi yang diperoleh melalui penilaian antropometri, konsumsi makanan, biokimia dan klinik. Penilaian status gizi terbagi menjadi dua, yakni penilaian status gizi secara langsung dan tak langsung. Penilaian status gizi langsung dilakukan dengan cara antropometri, biofisik, biokimia dan klinis. Penilaian status gizi tak langsung dengan survey konsumsi makan, perhitungan statistik dan ekologi (Irianto, 2014). Penilaian status gizi pada remaja dilakukan dengan parameter antropometri menggunakan indeks BB/TB^2 yang dikenal dengan Indeks Massa Tubuh menurut umur (*BMI for age*) yang kemudian dinilai dengan ambang batas (*Z-score*) (Kemenkes RI, 2011).

Rumus perhitungan IMT adalah sebagai berikut:

$$IMT = \frac{\text{Berat Badan (kg)}}{[\text{Tinggi Badan (m)}]^2}$$

individu sejak dini mengalami ketidakpuasan apabila tubuhnya

Rumus perhitungan IMT (Kemenkes RI, 2010)

Tabel 2. 1 Penilaian Status Gizi Remaja Berdasarkan Indeks BB/U, TB/U, IMT/U Standar Baku Antropometri WHO-NCHS

No	Indeks	Simpangan Baku	Status Gizi
1	BB/U	< -3 SD	Gizi buruk
		-3 SD s/d < -2 SD	Gizi kurang
		-2 SD s/d +2 SD	Gizi baik
		+2 SD s/d + 3 SD	Gizi lebih
		>+ 3 SD	Obesitas
2	TB/U	< -3 SD	Sangat pendek
		-3 SD s/d < -2 SD	Pendek
		-2 s/d +2	Normal
		> +2 SD	Tinggi
		>+ 3 SD	Sangat Tinggi
3	IMT/U	< -3 SD	Sangat kurus
		-3 SD s/d < -2 SD	Kurus
		-2 SD s/d +2 SD	Normal
		> +2 SD	Gemuk
		>+ 3 SD	Obesitas

Sumber: Keputusan Menteri Kesehatan Nomor 1995/SK/XII/2010 (Kemenkes RI, 2011).

b. Faktor yang Mempengaruhi Status Gizi

1) Faktor Individu

Dalam faktor individu ini dibagi menjadi beberapa faktor yaitu faktor biologis, psikologis, citra tubuh dan laju basal metabolik. Masing-masing individu memiliki makanan tersendiri yang disebabkan dari cara hidup dan lingkungan sekitar. Contoh dari segi psikologis, terjadinya kenaikan berat badan saat menghadapi situasi stres tinggi, kematian orang tua, penyakit kronik dan depresi mental sehingga muncul perubahan pola makan menjadi berlebihan untuk menghilangkan stres atau sebaliknya. Laju basal metabolik seseorang berpengaruh terhadap status gizi seseorang karena hal ini menentukan seberapa energi yang dibutuhkan per harinya. Basal metabolik

ini dipengaruhi oleh jenis kelamin, usia individu dan aktivitas fisik yang dilakukan dalam kesehariannya (Guyton, 2008).

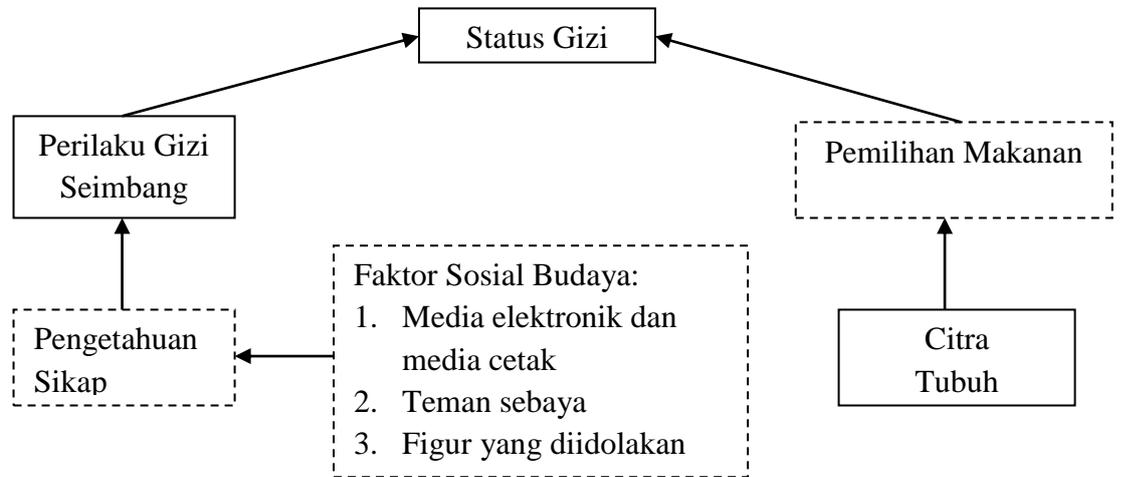
2) Faktor Lingkungan

Sebagai makhluk sosial kita sebagai individu yang butuh bersosialisasi terutama pada teman sebaya yang dapat mempengaruhi kita. Pemilihan makanan seorang individu yang tidak lagi didasarkan pada kandungan gizi tetapi sekedar untuk kesenangan dan supaya tidak kehilangan status sosial. Media massa juga akhir-akhir ini dapat menentukan asupan makan yang dapat mempengaruhi status gizi seseorang. Iklan-iklan tentang berbagai metode penurunan berat badan yang menggunakan seorang artis sebagai model akan lebih mudah memikat para remaja, khususnya remaja putri (Arisman, 2010).

3) Faktor Sosial Ekonomi

Jumlah pendapatan dan peningkatan pendidikan dapat mempengaruhi jenis makanan yang dikonsumsi dan mengubah gaya hidup seperti dari makanan tradisional ke makan makanan cepat saji yang menimbulkan kualitas gizi yang tidak seimbang. Belakangan hal ini semakin meningkat karena maraknya media massa yang menyajikan sajian makanan cepat saji, terutama pada kota-kota besar dan ketika kita mengkonsumsi secara berlebihan akan menyebabkan kelebihan kalori yang akan menimbulkan permasalahan gizi lebih atau obesitas (Gibney, 2009).

B. Kerangka Teori



Gambar 2. 2Kerangka Teori

Sumber: Adaptasi dari Zuhdy, 2015; Adriani & Wirjatmadi, 2012; Arisman, 2010; Krisnansari, 2010; Fatharanni, 2017, Damayanti, 2016.

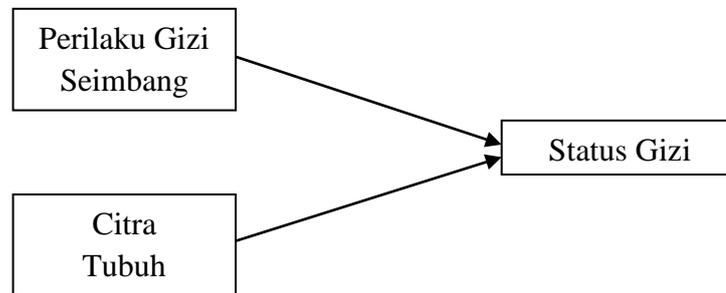
Keterangan:

= Variabel yang diteliti

= Variabel yang tidak diteliti

→ = Mempengaruhi

C. Kerangka Konsep



Gambar 2. 3 Kerangka Konsep

D. Hipotesis Penelitian

1. Ada hubungan perilaku gizi seimbang terhadap status gizi remaja putri di SMP Daya Utama Kota Bekasi
2. Ada hubungan citra tubuh terhadap status gizi remaja putri di SMP Daya Utama Kota Bekasi

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan desain *cross sectional* dimana semua variabel baik variabel independen maupun variabel dependen diobservasi pada waktu yang sama (Riyanto, 2013). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh perilaku gizi seimbang dan citra tubuh terhadap status gizi remaja putri di SMP Daya Utama Kota Bekasi.

B. Lokasi dan Waktu penelitian

Penelitian ini dilakukan dengan pengumpulan data yang dilaksanakan di SMP Daya Utama yang berlokasi di Jl. Mustika Jaya No. 24, RT 002/RW 011, Mustika Jaya, Kec. Mustika Jaya, Kota Bekasi, Jawa Barat 17158. Penelitian ini dilaksanakan selama satu bulan dimulai pada bulan Juni sampai dengan Juli 2020 dan dilakukan secara daring.

C. Populasi dan Sampel

Populasi adalah sebagian besar subjek yang mempunyai karakteristik tertentu (Sastroasmoro, 2011). Populasi dalam penelitian ini adalah 622 siswa SMP Daya Utama Kota Bekasi.

Sampel adalah sebagian dari keseluruhan objek yang diteliti dan dianggap mewakili seluruh populasi ini (Notoatmodjo, 2012). Sampel yang digunakan pada penelitian ini adalah siswi SMP Daya Utama. Teknik pengambilan sampel ini menggunakan metode *Consecutive Sampling* yang merupakan pengambilan sampel dengan pertimbangan tertentu sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi (Hidayat, 2007). Adapun kriteria inklusi dan kriteria eksklusi yaitu:

Kriteria Inklusi :

- 1) Siswi kelas VII dan VIII di SMP Daya Utama Kota Bekasi
- 2) Sehat jasmani dan rohani
- 3) Bersedia berpartisipasi dalam penelitian

Kriteria Eksklusi :

- 1) Siswi SMP Daya Utama yang menjalani diet atau berpuasa

Jumlah sampel minimal yang digunakan dalam penelitian ini di hitung menggunakan rumus uji hipotesis beda proporsi (Lemeshow, 1990), sebagai berikut:

$$n = \frac{\left(z_{1-\alpha/2} \sqrt{2\bar{P}(1-\bar{P})} + z_{1-\beta} \sqrt{P_1(1-P_1) + P_2(1-P_2)} \right)^2}{(P_1 - P_2)^2}$$

$$n = \frac{\left(1,96 \sqrt{2 * 0,35(1-0,35)} + 0,84 \sqrt{0,43(1-0,43) + 0,27(1-0,27)} \right)^2}{(0,43 - 0,27)^2}$$

n minimum = 136

n minimum + 10% n = 150 responden

Keterangan:

n = Jumlah sampel

$z_{1-\alpha/2}$ = Tingkat signifikansi pada 95% (z-score = 1,96)

$z_{1-\beta}$ = Kekuatan uji $\beta = 20\%$ (z-score = 0,84)

\bar{P} = $(P_1 + P_2) / 2$

P_1 = Proporsi perilaku makan baik pada kelompok status gizi normal

P_2 = Proporsi perilaku makan baik pada kelompok status gizi kurus

Tabel 3. 1 Besar Sampel Minimum

No.	Variabel	P_1	P_2	Sumber	N	ΣN
1.	Perilaku makan	0,43	0,27	Pujiati dkk, 2015	136	150

*n = Minimum sampel hasil perhitungan (Lemeshow, 1990)

Sumber : Pujiati dkk (2015)

Berdasarkan perhitungan sampel di atas didapatkan besar sampelnya yaitu 136 responden. Selanjutnya, ditambah estimasi sebesar 10% sehingga sampel minimal berjumlah 150 responden.

D. Variabel Penelitian

1. Variabel *Independen* :

a. Perilaku Gizi Seimbang

Data perilaku gizi seimbang diperoleh dari responden yang mengisi formulir perilaku gizi seimbang yang berisikan pernyataan mengenai perilaku gizi seimbang yang dilakukan sehari-hari. Terdapat 12 pernyataan dalam kuesioner tersebut. Kategori perilaku gizi seimbang dibagi menjadi tiga, yaitu perilaku gizi kurang dengan skor 1, perilaku gizi cukup dengan skor 2 dan perilaku gizi baik dengan skor 3 dan skor 4.

b. Citra Tubuh

Data citra tubuh diperoleh dari responden yang mengisi formulir *Body Shape Questionnaire (BSQ) short version* yang terdiri dari 16 butir pertanyaan. Kategori citra tubuh dibagi menjadi dua, yaitu citra tubuh negatif dengan skor 1 dan 2 sedangkan citra tubuh positif dengan skor 3 dan 4.

2. Variabel *Dependen* :

Data status gizi diperoleh dengan pengukuran antropometri secara mandiri oleh responden yang sebelumnya sudah diberikan penjelasan oleh peneliti dan diolah menggunakan aplikasi WHO Antro+. Responden yang tidak memiliki timbangan BB dan microtoise maka menggunakan pengukuran terakhir. Bisa menggunakan pengukuran terakhir karena pada penelitian ini hanya ingin mengetahui prevalensi status gizi siswi atau tidak memantau pertambahan ukuran tubuh dari waktu ke waktu (Kemenkes RI, 2017).

E. Definisi Operasional

Tabel 3. 2 Definisi operasional

Variabel	Definisi	Cara	Alat Ukur	Hasil Ukur	Skala Ukur
Perilaku Gizi Seimbang	Perilaku gizi seimbang seseorang yang memperhatikan prinsip keanekaragaman pangan, aktivitas fisik, perilaku hidup bersih dan mempertahankan berat badan normal untuk mencegah masalah gizi.	Pengisian kuesioner secara mandiri	Kuesioner Perilaku Gizi Seimbang	<ol style="list-style-type: none"> 1. Baik = 75-100% 2. Cukup = 56-74% 3. Kurang = <56% (Nurdzulqaidah, 2017) 	Ordinal

Citra Tubuh	Persepsi dan sikap seseorang terhadap penampilan fisik yang berkaitan dengan kemampuan diri untuk berpenampilan menarik dan kepuasan terhadap bentuk tubuh.	Pengisian kuesioner secara mandiri	<i>Body Shape Questionnaire (BSQ)</i>	<ol style="list-style-type: none"> 1. <i>Body image positif</i> = Skor <38 2. <i>Body image negatif</i> = Skor >38 (Savitri, 2015) 	Ordinal
Status Gizi	Keseimbang antara asupan dan kebutuhan zat gizi yang diukur dengan indeks antropometri IMT/U.	Pengukuran antropometri IMT/U	Timbangan berat badan dan microtoise	<ol style="list-style-type: none"> 1. Kurus = -3 SD s/d -2 SD 2. Normal = -2 SD s/d 1 SD 3. Gemuk = >1 SD s/d 2 SD (Depkes RI, 2004). 	Ordinal

F. Instrumen Penelitian

Penelitian ini terdiri dari variabel independen yaitu perilaku gizi seimbang dan citra tubuh. Sedangkan variabel dependen dalam penelitian ini adalah status gizi. Pengambilan data diambil secara daring dengan menggunakan formulir berupa *google form*. Pengambilan data pengukuran antropometri dilakukan dengan mengirimkan panduan pengukuran antropometri.

1. Perilaku Gizi Seimbang

- a. Instrumen yang digunakan di variabel perilaku gizi seimbang yaitu kuesioner yang terdiri dari 12 butir pertanyaan.
- b. Cara mengukur variabel perilaku gizi seimbang berdasarkan persepsi responden terhadap perilaku gizi seimbang menggunakan kuesioner.

- c. Hasil ukur dari kuesioner ini dikategorikan menjadi tiga yaitu, perilaku gizi seimbang yang baik (75-100%), Cukup (56%-74%), Kurang (<56%).

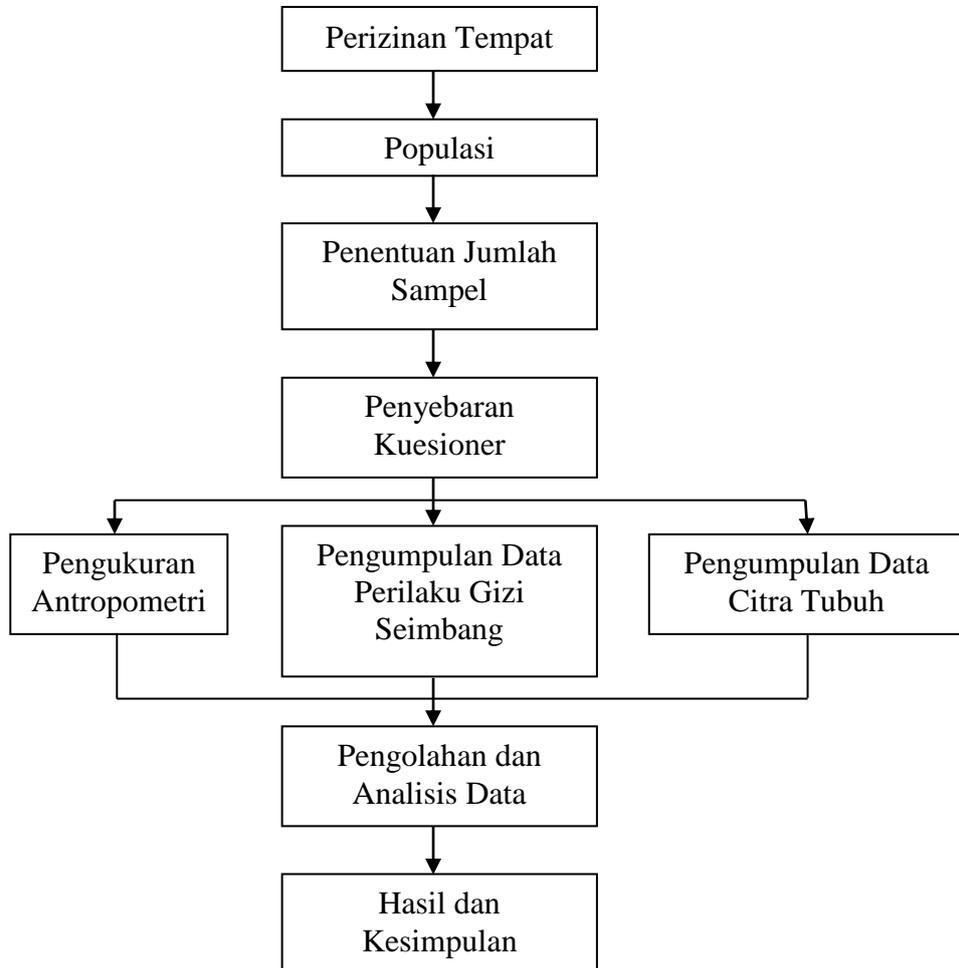
2. Citra Tubuh

- a. Instrumen yang digunakan di variabel citra tubuh yaitu *Body Shape Questionnaire (BSQ) short version* yang terdiri dari 16 butir pertanyaan.
- b. Cara mengukur variabel citra tubuh berdasarkan persepsi responden terhadap citra tubuh menggunakan kuesioner BSQ.
- c. Hasil ukur dari variabel *body image* dikategorikan menjadi dua yaitu, *body image* positif (skor <38) dan *body image* negatif (skor >38).

3. Status Gizi

- a. Instrumen yang digunakan di variabel status gizi yaitu antropometri. Berat badan diukur dengan timbangan digital dengan ketelitian 0,5 kg dan pengukuran tinggi badan menggunakan *microtoise* dengan ketelitian 0,1 cm.
- b. Cara ukur dalam penimbangan berat badan responden memakai pakaian seminimal mungkin. Responden melepas alas kaki dan melepaskan barang yang tergolong berat pada tubuh. Posisi responden tegak dengan pandangan lurus ke depan dan kedua tangan bergantung di sisi tubuh. Untuk pengukuran tinggi badan dengan melepas alas kaki dan berdiri tegak. Kedua tangan responden diletakkan disisi tubuh dan pandangan lurus ke depan, sedangkan bagian tumit menyentuh sisi dinding. Antropometri responden berdasarkan IMT menurut umur sesuai dengan standar Kemenkes tahun 2010. Kemudian data IMT menurut umur akan diinterpretasikan ke dalam bentuk standar deviasi (SD).
- c. Hasil ukur : Status gizi kurus (-3 SD s/d -2 SD), status gizi normal (-2 SD s/d 1 SD) dan status gizi gemuk (>1 SD s/d 2 SD) (Depkes RI, 2004).

G. Alur Penelitian



Gambar 3. 1 Alur Penelitian

H. Pengolahan dan Analisa Data

1. Pengolahan Data

Untuk mendapatkan suatu kesimpulan masalah yang diteliti, maka dilakukan analisis data yang merupakan suatu langkah penting dalam penelitian. Berikut langkah-langkah pengolahan data yang dilakukan dalam penelitian ini adalah:

a. *Editing*

Pada tahap ini data yang telah terkumpul, kemudian dilakukan pemeriksaan kembali data yang dihasilkan sudah sesuai dengan yang diharapkan dan terjawab lengkap oleh responden.

b. *Coding*

Data yang telah terkumpul diubah dari data yang berbentuk huruf menjadi angka. Pengkodean data ini dapat memudahkan saat mengolah dan menganalisis data. Berikut adalah penjelasan dari pengkodean dari masing-masing variabel :

1) Variabel Dependen

Penilaian status gizi pada remaja dilakukan dengan parameter antropometri menggunakan indeks BB/TB^2 yang dikenal dengan Indeks Massa Tubuh menurut umur (*BMI for age*) yang kemudian dinilai dengan ambang batas (Z-score) (Kemenkes RI, 2011). Berdasarkan Depkes RI (2004) dikategorikan status gizi kurus jika mendapatkan hasil $-3 SD$ s/d $-2 SD$ atau diberikan kode "1", dikategorikan status gizi normal jika mendapatkan hasil $-2 SD$ s/d $1 SD$ atau diberikan kode "2" dan dikategorikan status gizi gemuk jika mendapatkan hasil $>1 SD$ s/d $2 SD$ atau diberikan kode "3".

2) Variabel Independen

a) Perilaku Gizi Seimbang

Perilaku gizi seimbang terdiri dari 12 pernyataan. Perilaku gizi baik jika jumlah jawaban 75-100% atau diberikan kode "1", perilaku gizi cukup jika jumlah jawaban 56-74% atau diberikan kode "2" dan perilaku gizi kurang jika jumlah jawaban <56% atau diberikan kode "3".

b) Citra tubuh

Citra tubuh diperoleh dari hasil pengisian kuesioner dengan menggunakan Body Shape Questionnaire (BSQ) terdapat 16 pertanyaan. Citra tubuh positif skor <38 diberikan kode "1" dan citra tubuh negatif skor >38 diberikan kode "2".

c. *Entry data*

Dalam tahap ini dilakukan proses memasukkan data berupa kode jawaban ke program komputer. Dan pada tahap ini diperlukan ketelitian agar tidak terjadi kesalahan saat memasukkan data.

d. *Cleaning*

Pada tahap ini dilakukan pembersihan data dengan pengecekan kembali data yang telah dimasukkan. Pembersihan data ini untuk memastikan tidak adanya data yang kurang lengkap atau terjadi kesalahan saat memasukkan data tersebut sehingga data dapat dianalisis.

2. Analisis data

a. Analisa Univariat

Analisis univariat dilakukan untuk mendeskripsikan tiap-tiap variabel yaitu perilaku gizi seimbang, citra tubuh dan status gizi. Data yang disajikan dalam bentuk tabel dengan persentase (%).

b. Analisa Bivariat

Analisis bivariat dilakukan untuk melihat ada atau tidaknya pengaruh antara variabel independen perilaku gizi seimbang dan citra tubuh terhadap variabel dependen status gizi remaja putri. Data dalam penelitian ini merupakan data kategorik sehingga digunakan uji statistik *Fisher Exact* dengan derajat kemaknaan yang dipakai $p\text{-value} = \leq 0,05$.

I. Etik Penelitian

Dalam penelitian ini mempertimbangkan etika peneliti yaitu : penelitian ini bersifat sukarela, kerahasiaan data terjaga, memberikan penjelasan kepada responden sebelum penelitian berlangsung dan memberikan manfaat kepada responden. Penelitian ini telah mendapatkan persetujuan dari Komisi Etik Penelitian Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. Hamka (KEPK-UHAMKA) dengan nomor : 03/20.04/0440. Setiap responden telah mengisi lembar persetujuan sebelum penelitian (PSP) atau informed consent. Setelah penelitian dilakukan, responden diberikan reward sebagai ucapan terimakasih.

BAB IV

HASIL PENELITIAN

A. Analisis Univariat

Analisis univariat menggambarkan distribusi frekuensi dari masing-masing variabel yang diteliti.

1. Karakteristik Responden

Karakteristik responden meliputi usia siswi SMP Daya Utama yang dapat dilihat pada Tabel 4.1.

Tabel 4. 1Distribusi Frekuensi berdasarkan usia
Siswi SMP Daya Utama

Usia	n (%)	Mean ± SD
12 Tahun	7 (4,7)	
13 Tahun	74 (49,3)	13,42±0,59
14 Tahun	68 (45,3)	
15 Tahun	1 (0,7)	

Sumber : Data Primer (2020); n = 150

Pada tabel 4.1 menunjukkan bahwa mayoritas siswi SMP Daya Utama berusia 13 tahun sebanyak 49,3%.

2. Perilaku Gizi Seimbang

Distribusi frekuensi perilaku gizi seimbang, dapat dilihat pada Tabel 4.2.

Tabel 4. 2Distribusi Frekuensi berdasarkan Perilaku
Gizi Seimbang Siswi SMP Daya Utama

Perilaku Gizi Seimbang	n	%
Baik ^a	51	34,0
Cukup ^b	90	60,0
Kurang ^c	9	6,0

Keterangan : ^aBaik = 75- 100%; ^bCukup = 56-74%; ^cKurang =<56%

Sumber : Data Primer (2020); n = 150

Pada tabel 4.2 menunjukkan bahwa sebagian besar siswi SMP Daya Utama memiliki perilaku gizi seimbang dalam kategori cukup sebanyak 60%, kategori baik sebanyak 34% dan kategori kurang sebanyak 6%.

3. Citra Tubuh

Distribusi frekuensi citra tubuh, dapat dilihat pada Tabel 4.3.

**Tabel 4. 3Distribusi Frekuensi berdasarkan Citra Tubuh
Siswi SMP Daya Utama**

Citra Tubuh	n (%)	Mean ± SD
Positif ^a	123 (82)	30,19±11,002
Negatif ^b	27(18)	

Keterangan : ^aPositif = Skor <38; ^bNegatif = Skor >38

Sumber : Data Primer (2020); n = 150

Pada tabel 4.3 menunjukkan bahwa sebagian besar siswi SMP DayaUtama memiliki citra tubuh dalam kategori positif sebanyak 82% dan kategori negatif sebanyak 18%.

4. Status Gizi

Distribusi frekuensi status gizi, dapat dilihat pada Tabel 4.4.

**Tabel 4. 4Distribusi Frekuensi berdasarkan Status Gizi
Siswi SMP Daya Utama**

Status Gizi	n (%)	Mean ± SD
Kurus ^a	11 (7,3)	2,03±0,424
Normal ^b	123 (82)	
Gemuk ^c	16 (10,7)	

Keterangan: ^aKurus = -3 SD s/d -2 SD; ^bNormal = -2 SD s/d 1 SD;

^cGemuk =>1 SD s/d 2 SD

Sumber : Data Primer (2020); n = 150

Pada tabel 4.4 menunjukkan bahwa sebagian besar siswi SMP Daya Utama memiliki status gizi dalam kategori normal sebanyak 82%, kategori gemuk sebanyak 10,7% dan kategori kurus sebanyak 7,3%.

B. Analisis Bivariat

Analisi bivariat dilakukan untuk melihat hubungan antara perilaku gizi seimbang, citra tubuh dan status gizi remaja putri di SMP Daya Utama Kota Bekasi.

1. Hubungan Perilaku Gizi Seimbang terhadap Status Gizi

Hubungan perilaku gizi seimbang terhadap status gizi dapat dilihat pada Tabel 4.5.

Tabel 4. 5 Hubungan Perilaku Gizi Seimbang terhadap Status Gizi Remaja Putri di SMP Daya Utama

Perilaku Gizi Seimban g	Status Gizi						p-value
	Kurus		Normal		Gemuk		
	n	%	n	%	n	%	
Baik	9	17,6	31	60,8	11	21,6	0,001
Cukup	2	2,2	84	93,3	4	4,4	
Kurang	0	0	8	88,9	1	11,1	

Sumber : Data Primer (2020); n = 150, Uji Fisher's exact

Berdasarkan tabel di atas menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki perilaku gizi seimbang yang baik mempunyai proporsi status gizi normal 60,8% berbeda nyata dengan responden yang berstatus gizi kurus 17,6% dan responden yang berstatus gizi gemuk 21,6%. Terdapat hubungan yang signifikan antara perilaku gizi seimbang dengan status gizi ($p\text{-value} = 0,001$).

2. Hubungan Citra Tubuh terhadap Status Gizi

Hubungan citra tubuh terhadap status gizi dapat dilihat pada Tabel 4.6.

Tabel 4. 6 Hubungan Citra Tubuh terhadap Status Gizi Remaja Putri di SMP Daya Utama

Citra Tubuh	Status Gizi						p-value
	Kurus		Normal		Gemuk		
	N	%	n	%	n	%	
Positif	11	8,9	105	85,4	7	5,7	0,001
Negatif	0	0	18	66,7	9	33,3	

Sumber : Data Primer (2020); n = 150, Uji Fisher's exact

Berdasarkan tabel di atas menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki citra tubuh positif mempunyai proporsi status gizi normal 105%, berbeda nyata dengan responden yang berstatus gizi kurus 8,9% dan responden yang berstatus gizi gemuk 5,7%. Terdapat hubungan yang signifikan antara citra tubuh dengan status gizi ($p\text{-value} = 0,001$).

BAB V

PEMBAHASAN

A. Analisis Univariat

1. Karakteristik Responden

Pada penelitian ini total responden adalah sebanyak 150 siswi SMP Daya Utama. Sebagian besar siswi berusia 13 tahun dengan persentasi sebesar 49,3%.

2. Perilaku Gizi Seimbang

Sebagian besar dari siswi SMP Daya Utama memiliki perilaku gizi seimbang dalam kategori cukup sebanyak 60%, sedangkan perilaku gizi seimbang dalam kategori baik dan kurang berturut-turut sebanyak 34% dan 6%. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nurdzulqaidah (2017) bahwa 57,1% perilaku gizi seimbang dalam kategori cukup.

3. Citra Tubuh

Sebagian besar dari siswi SMP Daya Utama memiliki citra tubuh dalam kategori positif sebanyak 82%, sedangkan citra tubuh dalam kategori negatif sebesar 18%. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Bimantara et al (2019) bahwa 74% citra tubuh dalam kategori positif.

4. Status Gizi

Hasil penilaian status gizi dengan perhitungan (IMT/U) diketahui siswi SMP Daya Utama memiliki status gizi normal sebanyak 82%, gemuk sebanyak 10,7% dan kurus sebanyak 7,3%. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Savitri (2015) yang menyatakan bahwa 58,8% status gizi dalam kategori normal.

B. Analisis Bivariat

1. Hubungan Perilaku Gizi Seimbang dengan Status Gizi

Perilaku gizi seimbang yaitu dengan memperhatikan prinsip keanekaragaman pangan, aktivitas fisik, perilaku hidup bersih dan mempertahankan berat badan normal untuk mencegah masalah gizi. Menurut Masdewi, dkk (2011) perilaku makan berpengaruh terhadap status gizi remaja putri, hal ini menunjukkan perilaku makan yang baik, maka asupan zat gizi yang dibutuhkan tubuh terpenuhi sehingga status gizi menjadi lebih baik.

Mayoritas responden memiliki perilaku gizi seimbang yang baik mempunyai proporsi status gizi normal 60,8% berbeda nyata dengan responden yang berstatus gizi kurus 17,6% dan responden yang berstatus gizi gemuk 21,6%. Terdapat hubungan yang signifikan antara perilaku gizi seimbang terhadap status gizi ($p\text{-value} = 0,001$).

Terdapat 4 prinsip dasar yaitu anekaragam konsumsi makanan sehingga kuantitas dan juga kualitas makanan yang dikonsumsi seseorang itu dapat sesuai dengan kebutuhannya, kemudian memperhatikan aktivitas fisik yang teratur, perilaku hidup bersih dan sehat serta memantau BB agar mencapai atau mempertahankan status gizi normal. Apabila responden menerapkan perilaku gizi seimbang ini dengan baik maka kecenderungannya membentuk status gizi yang optimalpun besar dibandingkan dengan responden yang tidak merepekannya. Hal ini sesuai dengan Maffeis (2000) yaitu asupan gizi seimbang diketahui dapat mempengaruhi status gizi. Apabila asupan gizinya tidak baik, maka akan menyebabkan gangguan status gizi.

Sementara dari penelitian sebelumnya oleh Fatharanni et al (2017) diketahui tidak terdapat hubungan antara perilaku gizi seimbang dengan status gizi pada WUS di Kecamatan Terbanggi Besar Kabupaten Lampung Tengah ($p\text{ value} = 0,136$). Hal ini karena terdapat faktor-faktor lain yang membuat perilaku gizi seimbang dan status gizi tidak terdapat hubungan.

2. Hubungan Citra Tubuh dengan Status Gizi

Citra tubuh mencakup sikap individu terhadap tubuhnya sendiri, termasuk penampilan fisik, struktur dan fungsinya (Alimul, 2012). Citra tubuh (*body image*) meliputi perilaku yang berkaitan dengan tubuh, termasuk penampilan, struktur, atau fungsi fisik. Rasa terhadap citra tubuh termasuk semua yang berkaitan dengan seksualitas, feminitas dan maskulinitas, berpenampilan muda, kesehatan dan kekuatan (Potter & Perry, 2009).

Mayoritas responden memiliki citra tubuh positif mempunyai proporsi status gizi normal 105%, berbeda nyata dengan responden yang berstatus gizi kurus 8,9% dan responden yang berstatus gizi gemuk 5,7%. Terdapat hubungan yang signifikan antara citra tubuh terhadap status gizi ($p\text{-value} = 0,001$). Hal ini sejalan dengan penelitian Yushinta et al. (2018) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara perilaku makan dan citra tubuh dengan status gizi remaja putri usia 15-18 tahun ($p\text{-value} = 0,002$). Penelitian tersebut menunjukkan bahwa remaja putri masih beranggapan ukuran tubuhnya masih lebih besar dari ukuran sebenarnya padahal sudah memiliki tubuh yang ideal.

Citra tubuh remaja mempunyai citra tubuh positif cenderung dapat memilih makanan yang baik dan juga menyesuaikan makanan yang dikonsumsinya dengan baik untuk kebutuhannya sehingga nantinya asupan zat gizinya dapat tercukupi dan status gizi yang optimal dapat dicapai. Sebaliknya, citra tubuh yang negatif dapat mempunyai kecenderungan memilih makanan yang tidak tepat. Banyak remaja yang mempunyai masalah gangguan makan seperti anoreksia nervosa dan bulimia diakibatkan mempunyai citra tubuh negatif yang berlebihan dan dampaknya bisa membentuk kebiasaan makan yang tidak baik dan mempengaruhi pencapaian status gizi normal.

Seseorang yang memiliki citra tubuh positif terdorong untuk berperilaku sehat, sedangkan seseorang yang memiliki citra tubuh negatif akan terdorong untuk melakukan pembatasan makanan yang

dikonsumsi atau memuntahkan makanan tersebut dengan sengaja. Hal ini akan membuat seseorang untuk dapat mempertahankan dan mengubah status gizi seseorang untuk menjadi normal (Serly et al, 2015).

Persepsi citra tubuh merupakan suatu pemikiran seseorang mengenai bentuk dan ukuran tubuhnya sendiri. Persepsi ini dibagi menjadi dua yaitu persepsi bentuk tubuh positif dan dan persepsi bentuk tubuh negatif. Individu yang memiliki persepsi bentuk tubuh positif cenderung tidak memiliki ketakutan pada berat badan yang

berlebih. Sebaliknya, individu yang memiliki persepsi bentuk tubuh negatif sangat mungkin untuk mengalami ketakutan pada berat badan yang berlebih (Burrowes, 2013).

C. Keterbatasan Penelitian

Adapun keterbatasan dalam penelitian ini diantaranya adalah:

1. Pengambilan data dilakukan secara daring menggunakan kuesioner berupa *google form* dikarenakan adanya keterbatasan bertatap muka dengan responden selama masa Pandemi *Covid-19*.
2. Pengukuran antropometri dilakukan oleh responden secara mandiri yang sebelumnya diberikan tutorial oleh peneliti. Pada pengukuran antropometri yang mungkin terdapat data pengukuran yang kurang akurat.

BAB VI

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Pada penelitian ini yang berjudul “Perilaku Gizi Seimbang, Citra Tubuh dan Status Gizi Remaja Putri di SMP Daya Utama Kota Bekasi” dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Perilaku gizi seimbang responden diketahui terdapat 34% responden dengan perilaku gizi seimbang baik, 60% cukup dan 6% kurang.
2. Persentase responden dengan citra tubuh positif sebanyak 82% dan citra tubuh negatif sebanyak 18%.
3. Persentase responden dengan status gizi kurang sebanyak 7,3%, status gizi normal 82% dan status gizi gemuk 10,7%.
4. Terdapat hubungan antara perilaku gizi seimbang dan status gizi ($p\text{-value} = 0,001$).
5. Terdapat hubungan antara citra tubuh dan status gizi ($p\text{-value} = 0,001$).

B. Saran

1. Bagi peneliti selanjutnya, diharapkan dapat mengembangkan penelitian ini dengan mempertimbangkan faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi perilaku gizi seimbang, citra tubuh maupun status gizi pada siswi.
2. Bagi pihak sekolah diharapkan adanya pengukuran dan pemantauan status gizi siswa dengan menimbang berat badan dan mengukur tinggi badan. Serta memberikan edukasi mengenai perilaku gizi seimbang dan persepsi citra tubuh untuk menambah pemahaman siswa.
3. Bagi orangtua diharapkan mampu memberikan contoh perilaku gizi seimbang pada anak untuk mencapai status gizi optimal. Serta orangtua diharapkan dapat membentuk kepercayaan diri anak terhadap tubuhnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Adriani, M., & Wirjatmadi, B. 2014. *Peranan Gizi dalam Siklus Kehidupan*. Jakarta : Kencana Prenada media group.
- Alimul & Uliyah. 2012. *Buku Ajar Kebutuhan Dasar Manusia*. Surabaya: Health Books.
- Arisman. 2003. *Gizi Dalam Daur Kehidupan*. Jakarta : EGC.
- Arisman. 2010. *Gizi Dalam Daur Kehidupan*. Jakarta : EGC.
- Azwar, S. 2005. *Sikap Manusia Teori dan Pengukurannya*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Bimantara, M. D., M. Adriani & D. R. Suminar. 2019. Hubungan Citra Tubuh dengan Status Gizi pada Siswi di SMA Negeri 9 Surabaya. *Amerta Nutrition*. 3 (2).
- Burrowes. 2013. *Body Image – a Rapid Evidence Assessment of The Literature*. Government Equalities Office.
- [Depkes] Departemen Kesehatan Republik Indonesia. 2004. *Analisis Situasi Gizi dan Kesehatan Masyarakat*. Jakarta: Depkes RI.
- Fatharanni, M.O., D.I. Anggraini & D. Oktavia. 2019. Hubungan pengetahuan, Sikap dan Perilaku Mengenai Gizi Seimbang dengan Status Gizi Pada Wanita Usia Subur di Kecamatan Terbangga Besar kabupaten Lampung Tengah. *Medula*. 9 (1).
- Gibney, M.J., B.M. Margetts, J.M. Kearney & L. Arab. 2009. *Gizi Kesehatan Masyarakat*. Jakarta : EGC.
- Guyton, A.C., & Hall, J.E. 2008. *Buku Ajar Fisiologi Kedokteran*. Edisi 11. Jakarta: EGC.
- Hidayat, A. A. 2007. *Metode Penelitian dan Teknik Analisis Data*. Salemba Medika.
- Irianto, K. 2014. *Ilmu Kesehatan Masyarakat*. Bandung: Alfabeta.
- Kakeshita, I. S. & S. S. Almeida. 2008. The relationship between body mass index and body image in Brazillian adults. *Psychology and Neuroscience*. 1 (2).
- [Kemenkes] Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2010. *Riset Kesehatan Dasar(Riskesdas)*. Jakarta: Kemenkes RI.
- [Kemenkes] Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2011. *Standar Antropometri Penilaian Status Gizi Anak*. Jakarta : Kemenkes RI.
- [Kemenkes] Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2013. *Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas)*. Jakarta: Kemenkes RI.
- [Kemenkes] Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2014. *Peraturan Menteri No. 41 Tahun 2014 Tentang Pedoman Gizi Seimbang*. Jakarta : Kemenkes RI.

- [Kemenkes] Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2014. *Pedoman Gizi Seimbang*. Jakarta : Kemenkes RI.
- [Kemenkes] Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2017. *Penilaian Status Gizi*. Jakarta : Kemenkes RI.
- [Kemenkes] Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2018. *Hasil Pemantauan Status Gizi (PSG)*. Jakarta : Kemenkes RI.
- Kusmiran, E. 2011. *Kesehatan reproduksi remaja dan wanita*. Jakarta: Salemba Medika.
- Kurniawan, M.Y. & Briawan, Dodik. 2014. Persepsi Tubuh dan Gangguan Makan Pada Remaja. *Jurnal Gizi dan Pangan*. 9 (2).
- Lemeshow, S. 1990. Besar Sampel dalam Penelitian Kesehatan. Terjemahan Adequacy of Sample Size in Health Studies, oleh Dibyo Pramono. Yogyakarta: Gajah Mada University Press.
- Maffeis, C. 2000. Aetiology of Overweight and Obesity in Children and Adolescents. *Eur J Pediatr*.
- Marmi. 2013. *Gizi Dalam Kesehatan Reproduksi*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar.
- Masdewi, M. Devi & T. Setiawati. 2011. Korelasi Perilaku Makan dan Status Gizi terhadap Prestasi Belajar Siswa Program Akselerasi di SMP. *Teknologi dan Kejuruan*. 34 (2).
- Melliana, A. 2006. *Menjelajah Tubuh Perempuan dan Mitos Kecantikan*. Yogyakarta: LKIS.
- Mulugeta, A., 2009. Nutritional Status of Adolescent Girls from Rural Communities of Tigray, Northern Ethiopia. *Ethiopian Journal of Health Development*. 23 (1).
- Nurdzulqaidah, R. 2017. *Hubungan Pengetahuan Gizi Seimbang dengan Perilaku Gizi Seimbang Mahasiswa Tingkat 4 Angkatan 2013 Fakultas Kedokteran Universitas Islam Bandung*. Skripsi. Fakultas Kedokteran. Universitas Islam Bandung.
- Notoatmodjo, S. 2003. *Pendidikan dan Prilaku Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Notoatmodjo. 2012. *Metode Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Pujiati, Arneliwati & S. Rahmalia. 2015. *Hubungan antara Perilaku Makan dengan Status Gizi pada Remaja Putri*. Program Studi Ilmu Keperawatan. Universitas Riau.
- Potter & Perry. 2009. *Fundamental Keperawatan Edisi 7*. Jakarta : Salemba Medika.
- Prihaningtyas R.A. 2013. *Diet Tanpa Pantangan*. Jakarta : Cakrawala.
- Rachman, B.N, I.G. Mustika & I.G.A. Kusumawati. 2017. Faktor yang berhubungan dengan perilaku konsumsi buah dan sayur siswa SMP di Denpasar. *Jurnal Gizi Indonesia*. 6 (1).
- Riyanto, A. 2011. *Aplikasi Metodologi Penelitian Kesehatan*. Bantul: Nuha Medika.
- Ruslie, R. H. & Darmadi. 2012. Analisis Regresi Logistik untuk Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Status Gizi Remaja. *Majalah Kedokteran Andalas*. 36 (1).
- Sada, Merinta. 2012. Hubungan Body Image, Pengetahuan Gizi Seimbang, Dan Aktifitas Fisik Terhadap Status Gizi Mahasiswa Politeknik Kesehatan

- Jayapura. <https://www.slideshare.net/siiiaquuNYAadi/hubungan-body-image-pengetahuan-gizi-seimbang>. Diakses pada 20 Januari 2020 pukul 16.00.
- Sastroasmoro, S. 2011. *Dasar-Dasar Metodologi Penelitian Klinis*. Jakarta : SagungSeto.
- Savitri, W. 2015. *Hubungan Body Image, Pola Konsumsi dan Aktivitas Fisik dengan Status Gizi Siswi SMAN 63 Jakarta Tahun 2015*. Skripsi. Program Studi Kesehatan Masyarakat. Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah. Jakarta.
- Serly, V., A. Sofian & Y. Ernalia. 2015. Hubungan Body Image, Asupan Energi dan Aktivitas Ffisik dengan Status Gizi Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Riau Angkatan 2014. *Jurnal Online mahasiswa Fakultas Kedokteran*. 2 (2).
- Soegiyanto B, Wiyono D. (2007). *Penilaian Status Gizi dan Baku Antropometri WHO-NCHS*. Surabaya: Duta Prima Airlangga.
- Stuart G.W. 2013. *Buku Saku Keperawatan Jiwa Edisi 5*. Jakarta : EGC.
- Sulistyoningsih, H. 2012. *Gizi Untuk Kesehatan Ibu Dan Anak*. Yogyakarta : Graha ilmu.
- Suryani, E. P., Citrakesumasari & N. Djafar. 2011. Hubungan Perilaku Gizi Seimbang dengan Status Gizi pada Mahasiswa Angkatan 2010 Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Hasanuddin. *Journal Of The Indonesian Nutrition Association*.
- Suyanto. 2009. *Gizi Untuk Kesehatan Ibu dan Anak*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Tejoyuwono TAA. 2011. Persepsi Mahasiswa Program Studi Ilmu Gizi Kesehatan Terhadap Citra Tubuh Ahli Gizi. *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*. 8 (1).
- [WHO] World Health Organization. 2013. *Adolescent Health*. http://www.who.int/topics/adolescent_health/en/. Diakses pada 15 Oktober 2019 pukul 22.00.
- World Obesity. 2019. *Atlas of Childhood Obesity*. London : WC1 X8TZ.
- Yushinta A.N. & Adriyanto. 2018. Hubungan antara Perilaku Makan dan Citra Tubuh dengan Status Gizi Remaja Putri Usia 15-18. *Amerta Nutrition*. 2 (2).

LAMPIRAN

Lampiran 1 Persetujuan Etik

	<p style="text-align: center;">Komisi Etik Penelitian Kesehatan Universitas Muhammadiyah Prof. DR. HAMKA (KEPK – UHAMKA) Jakarta http://www.lenlit.uhamka.ac.id</p>	<p>POB-KE.B/008/01.0</p> <p>Berlakumulai: 19 Mei 2017</p> <p>FL/B.06-008/01.0</p>
---	--	--

SURAT PERSETUJUAN ETIK

PERSETUJUAN ETIK ETHICAL APPROVAL

No :03/20.04/0444

Bismillaahirrohmaanirrohiim
Assalamu'alaikum warohmatullohi wabarokatuh

Yang bertanda tangan di bawah ini, Ketua Komisi Etik Penelitian Kesehatan Universitas Muhammadiyah Prof. DR. HAMKA (KEPK-UHAMKA), setelah dilaksanakan pembahasan dan penilaian oleh reviewer yang bersertifikat, memutuskan bahwa protokol penelitian/skripsi/tesis dengan judul :

“FAKTOR – FAKTOR YANG MEMPENGARUHI STATUS GIZI REMAJA SISWA SMP DAN SMA DAYA UTAMA KOTA BEKASI TAHUN 2020”

Atas nama
 Peneliti utama : Dinar Husna Hayati
 Peneliti lain : Aulia Zahra
 Putri Amelia
 Nurwati Fatimah
 Diasqi Ayu Salsabila
 Program Studi : S1 GIZI
 Institusi : EKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN MITRA KELUARGA BEKASI

dapat disetujui pelaksanaannya. Persetujuan ini berlaku sejak tanggal ditetapkan sampai dengan batas waktu pelaksanaan penelitian seperti tertera dalam protokol.

Pada akhir penelitian, laporan pelaksanaan penelitian harus diserahkan kepada KEPK-UHAMKA dalam bentuk *soft copy* ke email kepk@uhamka.ac.id. Jika terdapat perubahan protokol dan/atau perpanjangan penelitian, maka peneliti harus mengajukan kembali permohonan kajian etik penelitian (amandemen protokol).

Wassalamu'alaikum warohmatullohi wabarokatuh

Jakarta, 27 April 2020
 Ketua Komisi Etik Penelitian Kesehatan
 UHAMKA

 (Dr. Emma Rachmawati, Dra., M.Kes)

Lampiran 2 Surat Keterangan



SMP DAYA UTAMA BEKASI

Akreditasi "A"

Alamat :
Jl. Raya Mustikajaya No. 24 Kel. Kec. Mustikajaya
Telp/Fax. (021) 8261 0202
Kota Bekasi 17158

SURAT KETERANGAN
Nomor : 059/Kurr/SMP.DU/VIII/2020

Yang bertandatangan di bawah ini :

Nama	: Anwar, S.Pd
NIP	: 196107011982041008
Pangkat/Golongan	: Pembina/(IV/a)
Jabatan	: Kepala Sekolah
Alamat Sekolah	: Jl. Raya Mustikajaya No. 24 Kel. Kec. Mustikajaya Kota Bekasi

Menerangkan bahwa :

Nama	: Terlampir
Nomor Induk Mahasiswa	: Terlampir
Judul Penelitian	: Terlampir
Program Studi	: S1 Gizi Stikes Mitra Keluarga Tahun Akademik 2019/2020

Nama tersebut di atas benar telah melaksanakan penelitian dan pengambilan data melalui proses wawancara dan pengisian kuesioner secara online yaitu melalui *google form* dari beberapa responden siswa di SMP Daya Utama Kota Bekasi pada bulan **Juni – Juli 2020** sebagai persyaratan untuk menyelesaikan Skripsi.

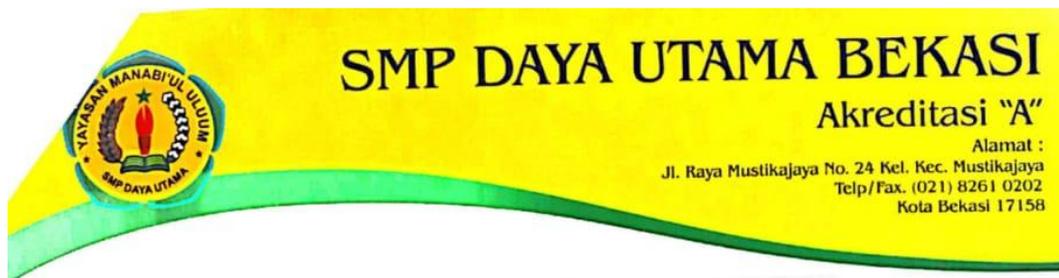
Demikian Surat Keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Bekasi, 7 Agustus 2020

Kepala SMP Daya Utama Bekasi




ANWAR, S.Pd
NIP. 196107011982041008



Lampiran

DAFTAR NAMA MAHASISWA YANG MELAKUKAN PENELITIAN
PROGRAM STUDI S1 GIZI T.A. 2019/2020

NIM	NAMA MAHASISWA	JUDUL PENELITIAN
201602008	Aulia Zahra	Kebiasaan Sarapan dan Kebiasaan Jajan dengan Status Gizi pada Remaja di SMP Kota Bekasi
201602010	Putri Amelia	Hubungan Antara Pengetahuan Makanan Cepat Saji (<i>fast food</i>) dan Konsumsi Makanan Cepat Saji dengan Status Gizi pada Remaja Di SMP Kota Bekasi
201602016	Diasqi Ayu Salsabila	Pengetahuan Gizi, Ketersediaan Buah dan Sayur dan Perilaku Konsumsi Buah dan Sayur pada Siswa SMP Kota Bekasi
201602013	Nurwati Fatimah	Perilaku Gizi Seimbang, Citre Tubuh dan Status Gizi Remaja Putri di SMP Kota Bekasi

Mengetahui,
Kepala SMP Daya Utama Bekasi



ANWAR, S.Pd
NIP. 196107011982041008

Lampiran 3 *Informed Consent*

LEMBAR PENJELASAN PENELITIAN

Nama Peneliti : Nurwati Fatimah

NIM : 201602013

Judul : Perilaku Gizi Seimbang, Citra Tubuh dan Status Gizi Remaja Putri di

SMP Daya Utama Kota Bekasi

Dengan hormat,

Sehubungan dengan kegiatan penelitian yang saya lakukan mengenai perilaku gizi seimbang, citra tubuh dan status gizi remaja putri di SMP Daya Utama Kota Bekasi, maka saya sebagai peneliti mohon ketersediaan anda untuk berpartisipasi menjadi responden dalam kegiatan penelitian ini. Tujuan penelitian ini salah satunya untuk mempelajari perilaku gizi seimbang, citra tubuh dan status gizi remaja putri di SMP Daya Utama Kota Bekasi.

A. Prosedur Penelitian

Apabila anda setuju untuk berpartisipasi dalam penelitian, anda diminta untuk menandatangani lembar persetujuan. Prosedur pada penelitian ini adalah :

1. Penimbangan berat badan dan pengukuran tinggi badan dengan menggunakan timbangan digital dan alat ukur tinggi badan "*microtoise*"
2. Pengisian data atau kuesioner diisi mandiri oleh responden seperti kuesioner perilaku gizi seimbang dan *Body Shape Questionnaire (BSQ) short version*.

B. Kewajiban Responden Penelitian

Responden memiliki kewajiban untuk mengikuti aturan atau petunjuk penelitian seperti yang tertulis diatas. Bila ada yang belum di mengerti, anda dapat menanyakan secara langsung kepada peneliti.

C. Resiko, Efek Samping dan Penanganannya

Pada penelitian ini tidak menyebabkan resiko dan efek samping terhadap kesehatan, serta tidak bertentangan dengan norma sosial dan hukum.

D. Kerahasiaan

Semua rahasia dan informasi yang berkaitan dengan identitas responden penelitian akan dirahasiakan dan hanya diketahui oleh peneliti. Hasil penelitian akan dipublikasi tanpa identitas responden.

E. Kompensasi

Responden yang telah berpartisipasi dalam penelitian ini akan mendapatkan souvenir.

F. Pembiayaan

Semua biaya yang terkait pada penelitian ini akan ditanggung oleh peneliti.

G. Informasi Tambahan

Anda dapat menanyakan semua terkait penelitian ini dengan menghubungi Nurwati Fatimah dengan nomor telepon 081515545323/Email :nurwatifatimah24@gmail.com

Peneliti

Nurwati Fatimah

Lampiran 4 Lembar Persetujuan Responden

LEMBAR PERSETUJUAN RESPONDEN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama :

Tanggal lahir :

Usia :

Semester :

Bersedia berpartisipasi sebagai subjek dalam penelitian yang berjudul “Perilaku Gizi Seimbang, Citra Tubuh dan Status Gizi Remaja Putri di SMP Daya Utama Kota Bekasi” yang dilakukan oleh :

Nama : Nurwati Fatimah

Dengan syarat peneliti menjaga kerahasiaan data dan hanya digunakan dalam kegiatan penelitian di Program Studi S1 Ilmu Gizi

Bekasi, 2020

Peneliti,

Responden,

(.....)

(.....)

Lampiran 5 Kuesioner Penelitian

KUESIONER PENELITIAN

PERILAKU GIZI SEIMBANG, CITRA TUBUH DAN STATUS GIZI REMAJA PUTRI DI SMP DAYA UTAMA KOTA BEKASI

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Saya Nurwati Fatimah, mahasiswi S1 Gizi STIKes Mitra Keluarga Bekasi. Saya sedang melakukan penelitian mengenai status gizi remaja putri di SMP Daya Utama. Atas kerjasamanya saya ucapkan terimakasih. Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Petunjuk Pengisian Angket :

1. Tulislah Identitas terlebih dahulu pada kolom yang telah disediakan
2. Bacalah dengan teliti pada setiap item pertanyaan
3. Jawablah pertanyaan dengan jujur

A. IDENTITAS RESPONDEN

A1	Nama	
A2	Usia	
A3	Tanggal Lahir	
A4	Sekolah	
A5	Kelas	

B. PERILAKU GIZI SEIMBANG

Berilah tanda (✓) sesuai dengan jawabanmu

Kode	No.	PERNYATAAN	Tidak Pernah	Kadang-kadang	Sering	Selalu	Skor
G1	1.	Setiap hari saya makan makanan beragam					
G2	2.	Saya selalu menyempatkan sarapan setiap hari					
G3	3.	Saya selalu makan 3x dalam sehari (pagi, siang, sore)					
G4	4.	Saya selalu minum air mineral sebanyak 1 liter dalam sehari					
G5	5.	Saya selalu membaca label dalam makanan kemasan walaupun saya pernah membeli makanan tersebut					
G6	6.	Saya selalu mencuci tangan sebelum makan					
G7	7.	Saya melewatkan sarapan jika saya telat berangkat ke sekolah					
G8	8.	Saya selalu berolahraga secara rutin					
G9	9.	Saya selalu memantau berat badan saya secara rutin					
G10	10.	Saya minum air					

		mineral ketika saya merasa haus saja					
--	--	--	--	--	--	--	--

G11	11.	Makanan yang sudah dimasak lebih baik ditutup agar tidak dihindangi lalat dan kotoran lainnya					
G12	12.	Sarapan dapat meningkatkan konsentrasi belajar					

Sumber : Nurdzulqaidah, 2017

C. CITRA TUBUH

Berilah tanda (✓) sesuai dengan jawabanmu

Kode	No.	Pertanyaan	Tidak Pernah	Kadang-kadang	Sering	Selalu	Skor
H1	1.	Pernahkah anda merasa bosan yang membuatmu khawatir tentang bentuk tubuhmu?					
H2	2.	Pernahkah merasa bahwa paha, pinggul, atau pantat anda terasa terlalu besar untuk tubuh anda?					
H3	3.	Pernahkah anda merasa khawatir daging/otot anda tidak cukup kendur?					
H4	4.	Pernahkah anda merasa sangat sedih tentang bentuk tubuh anda sehingga membuat anda					

		menangis?					
--	--	-----------	--	--	--	--	--

H5	5.	Pernahkah anda menghindari lari-lari karena takut otot anda kelihatan kendur atau bergoyang-goyang?					
H6	6.	Pernahkah anda merasa peka ketika berada bersama orang yang langsing?					
H7	7.	Pernahkah anda merasa cemas paha anda mungkin menggelambir sewaktu anda duduk?					
H8	8.	Pernahkah anda merasa gemuk meskipun anda hanya makan dalam jumlah sedikit?					
H9	9.	Pernahkah anda menghindari memakai pakaian yang membuat anda menyadari bentuk tubuh anda?					
H10	10.	Pernahkah anda merasa sewaktu makan kue, manisa dan makanan berkalori tinggi lain yang membuat anda					

		merasa gemuk?					
--	--	---------------	--	--	--	--	--

H11	11.	Pernahkah anda merasa malu akan bentuk tubuh anda?					
H12	12.	Apakah perasaan khawatir terhadap bentuk tubuh anda membuat anda melakukan pengaturan pola makan (diet)?					
H13	13.	Apakah anda merasa sangat senang tentang bentuk tubuh anda ketika perut sedang kosong (misalnya dipagi hari)?					
H14	14.	Pernahkah anda merasa tidak adil karena orang lain lebih langsing dari anda?					
H15	15.	Pernahkah anda merasa khawatir bila badan menjadi berlekuk-lekuk karena lipatan lemak?					
H16	16.	Pernahkah anda merasa khawatir dengan bentuk tubuh, sehingga anda merasa ingin melakukan senam atau olah raga?					

Sumber : Savitri, 2015

Lampiran 6 Panduan Pengukuran Antropometri

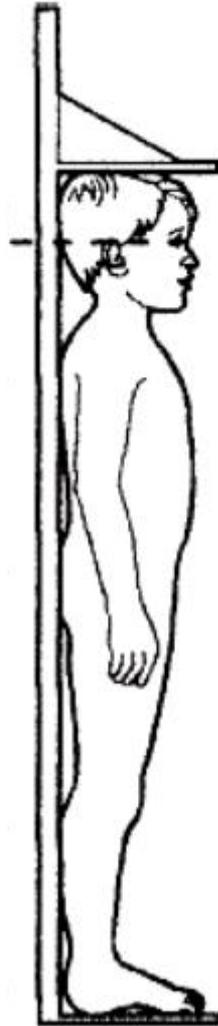
PANDUAN PENGUKURAN ANTROPOMETRI

1. Cara Pengukuran Berat Badan



- a. Pastikan alat timbangan berat badan menunjukkan angka 00.00
- b. Pakai-pakaian seminimal mungkin, buka alas kaki, keluarkan benda-benda berat yang akan mempengaruhi hasil pengukuran (kunci, hp, jam tangan, perhiasan danlainnya).
- c. Pastikan dalam pengukuran berat badan berdiri tegak dan pandangan menghadap lurus ke depan (kepala tidak menunduk). Angka yang muncul pada alat dapat di baca oleh orang lain agar hasil lebih akurat.
- d. Catat hasil pengukuran.

2. Pengukuran Tinggi Badan (Microtoise)



- a. Cek alat dengan tiang alat tegak lurus terhadap dinding dan cek alat dapat digeser naik ataupun turun serta angka terlihat jelas.
- b. Pakai-pakaian seminimal mungkin sehingga postur tubuh dapat terlihat dengan jelas, lepaskan alas kaki serta aksesoris kepala (jepitan rambut, topi, ikat rambut).
- c. Pastikan anak berdiri tegak dengan tangan dalam posisi tergantung bebas di depan tiang penukur.
- d. Pastikan pandangan lurus ke depan, melurukan tulang belakang serta menempelkan kepala bagian belakang, bahu bagian belakang, bokong dan kedua tumit anak pada tiang pengukur.
- e. Turunkan bagian alat yang dapat digeser hingga menyentuh bagian atas kepala dan rambut.

- f. Minta bantuan 1 orang untuk membaca hasil pengukuran setelah itu catat hasil.

Sumber:

1. Rasyid, H., A. Buchari & A. Y. Syauki. 2015. Buku Panduan Pendidikan Keterampilan Klinik 1 tentang Keterampilan Antropometri. Fakultas Kedokteran Universitas Hasanudin.
2. Susilowati. 2008. Pengukuran Status Gizi dengan Antropometri Gizi. Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Jenderal Ahmad Yani Cimahi.

Lampiran 7 Hasil Validasi Kuesioner

Perilaku Gizi Seimbang**Case Processing Summary**

		N	%
Cases	Valid	30	100.0
	Excluded(a)	0	.0
	Total	30	100.0

a Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.868	12

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Setiap hari saya makan makanan beragam	19.30	29.872	.904	.833
Saya selalu menyempatkan sarapan setiap hari	19.10	35.679	.311	.871
Saya selalu makan 3x dalam sehari (pagi, siang, sore)	19.30	29.872	.904	.833
Saya selalu minum air mineral sebanyak 1 liter dalam sehari	19.00	33.241	.477	.863
Saya selalu membaca label dalam makanan kemasan walaupun saya pernah membeli makanan tersebut	19.30	29.872	.904	.833
Saya selalu mencuci tangan sebelum makan	19.63	33.689	.626	.854
Saya melewatkan sarapan jika saya telat berangkat ke kampus	19.10	35.679	.311	.871

Saya selalu berolahraga secara rutin	19.03	33.964	.392	.869
Saya selalu memantau berat badan saya secara rutin	18.83	34.006	.350	.873
Saya minum air mineral ketika saya merasa haus saja	19.03	33.895	.423	.866
Makanan yang sudah dimasak lebih baik ditutup agar tidak dihinggapi lalat dan kotoran lainnya	19.67	36.299	.317	.869
Sarapan dapat meningkatkan konsentrasi belajar	19.33	31.195	.784	.842

Scale Statistics

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
20.97	38.930	6.239	12

Citra Tubuh

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	30	100.0
	Excluded(a)	0	.0
	Total	30	100.0

a Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.925	16

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Pernahkah anda merasa bosan yang membuatmu khawatir tentang bentuk tubuhmu?	26.70	107.734	.553	.923
Pernahkah merasa bahwa paha, pinggul, atau pantat anda terasa terlalu besar untuk tubuh anda?	27.20	104.510	.688	.919
Pernahkah anda merasa khawatir daging/otot anda tidak cukup kendur?	27.50	105.707	.762	.917
Pernahkah anda merasa sangat sedih tentang bentuk tubuh anda sehingga membuat anda menangis?	27.37	107.620	.565	.922
Pernahkah anda menghindari lari-lari karena takut otot anda kelihatan kendur atau bergoyang-goyang?	27.80	110.166	.639	.920
Pernahkah anda merasa peka ketika berada bersama orang yang langsing?	27.27	105.375	.630	.920
Pernahkah anda merasa cemas paha anda mungkin menggelambir sewaktu anda duduk?	27.43	103.013	.825	.914
Pernahkah anda merasa gemuk meskipun anda hanya makan dalam jumlah sedikit?	27.07	108.202	.602	.921
Pernahkah anda menghindari memakai pakaian yang membuat anda menyadari bentuk tubuh anda?	26.97	107.826	.575	.922

Pernahkah anda merasa sewaktu makan kue, manisa dan makanan berkalori tinggi lain yang membuat anda merasa gemuk?	27.47	110.120	.617	.921
Pernahkah anda merasa malu akan bentuk tubuh anda?	27.57	111.082	.546	.922
Apakah perasaan khawatir terhadap bentuk tubuh anda membuat anda melakukan pengaturan pola makan (diet)?	27.60	105.697	.723	.918
Apakah anda merasa sangat senang tentang bentuk tubuh anda ketika perut sedang kosong (misalnya dipagi hari)?	27.30	112.907	.361	.927
Pernahkah anda merasa tidak adil karena orang lain lebih langsing dari anda?	27.73	107.857	.822	.917
Pernahkah anda merasa khawatir bila badan menjadi berlekuk-lekuk karena lipatan lemak?	27.37	103.757	.774	.916
Pernahkah anda merasa khawatir dengan bentuk tubuh, sehingga anda merasa ingin melakukan senam atau olah raga?	27.17	107.868	.561	.922

Scale Statistics

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
29.17	121.661	11.030	16

Lampiran 8 Hasil Pengolahan Data

Frequency Table

Usia

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	12	7	4.7	4.7	4.7
	13	74	49.3	49.3	54.0
	14	68	45.3	45.3	99.3
	15	1	.7	.7	100.0
	Total	150	100.0	100.0	

PrilakuGizi_Kat

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Baik	51	34.0	34.0	34.0
	Cukup	90	60.0	60.0	94.0
	Kurang	9	6.0	6.0	100.0
	Total	150	100.0	100.0	

CitraTubuh_Kat

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Body Image Positif	123	82.0	82.0	82.0
	Body Image negatif	27	18.0	18.0	100.0
	Total	150	100.0	100.0	

Crosstabs

Perilaku Gizi Seimbang

Case Processing Summary

	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
PrilakuGizi_Kat * StatusGizi_Kat	150	100.0%	0	.0%	150	100.0%

PrilakuGizi_Kat * StatusGizi_Kat Crosstabulation

			StatusGizi_Kat			Total
			Kurus	Normal	Gemuk	Kurus
PrilakuGizi_Kat	Baik	Count	9	31	11	51
		Expected Count	3.7	41.8	5.4	51.0
		% within PrilakuGizi_Kat	17.6%	60.8%	21.6%	100.0%
	Cukup	Count	2	84	4	90
		Expected Count	6.6	73.8	9.6	90.0
		% within PrilakuGizi_Kat	2.2%	93.3%	4.4%	100.0%
	Kurang	Count	0	8	1	9
		Expected Count	.7	7.4	1.0	9.0
		% within PrilakuGizi_Kat	.0%	88.9%	11.1%	100.0%
Total	Count	11	123	16	150	
	Expected Count	11.0	123.0	16.0	150.0	
	% within PrilakuGizi_Kat	7.3%	82.0%	10.7%	100.0%	

Chi-Square Tests

	Value	Df	Asymp. Sig. (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)	Point Probability
Pearson Chi-Square	24.476(a)	4	.000	.000		
Likelihood Ratio	24.077	4	.000	.000		
Fisher's Exact Test	22.418			.000		
Linear-by-Linear Association	.018(b)	1	.892	1.000	.513	.133
N of Valid Cases	150					

a. 3 cells (33.3%) have expected count less than 5. The minimum expected count is .66.

b. The standardized statistic is .136.

Risk Estimate

	Value
Odds Ratio for PrilakuGizi_Kat (Baik / Cukup)	(a)

a Risk Estimate statistics cannot be computed. They are only computed for a 2*2 table without empty cells.

Citra Tubuh**Case Processing Summary**

	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
CitraTubuh_Kat * StatusGizi_Kat	150	100.0%	0	.0%	150	100.0%

CitraTubuh_Kat * StatusGizi_Kat Crosstabulation

			StatusGizi_Kat			Total
			Kurus	Normal	Gemuk	Kurus
CitraTubuh_Kat	Body Image Positif	Count	11	105	7	123
		Expected Count	9.0	100.9	13.1	123.0
		% within CitraTubuh_Kat	8.9%	85.4%	5.7%	100.0%
	Body Image negatif	Count	0	18	9	27
		Expected Count	2.0	22.1	2.9	27.0
		% within CitraTubuh_Kat	.0%	66.7%	33.3%	100.0%
	Total	Count	11	123	16	150
		Expected Count	11.0	123.0	16.0	150.0
		% within CitraTubuh_Kat	7.3%	82.0%	10.7%	100.0%

Chi-Square Tests

	Value	Df	Asymp. Sig. (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)	Point Probability
Pearson Chi-Square	19.218(a)	2	.000	.000		
Likelihood Ratio	17.076	2	.000	.000		
Fisher's Exact Test	15.133			.000		
Linear-by-Linear Association	16.455(b)	1	.000	.000	.000	.000
N of Valid Cases	150					

a 2 cells (33.3%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 1.98.

b The standardized statistic is 4.057.

Risk Estimate

	Value
Odds Ratio for CitraTubuh_Kat (Body Image Positif / Body Image negatif)	(a)

a Risk Estimate statistics cannot be computed. They are only computed for a 2*2 table without empty cells.

Lampiran 9 Dokumentasi

