

**HUBUNGAN CITRA TUBUH DENGAN STATUS GIZI  
REMAJA PUTRI DI SMA PANGERAN ANTASARI  
KABUPATEN DELI SERDANG**

**SKRIPSI**

**LELLY LUBIS  
(1602031010)**



**PROGRAM STUDI S1 GIZI  
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT  
INSTITUT KESEHATAN HELVETIA  
MEDAN  
2019**

**HUBUNGAN CITRA TUBUH DENGAN STATUS GIZI  
REMAJA PUTRI DI SMA PANGERAN ANTASARI  
KABUPATEN DELI SERDANG**

**SKRIPSI**

**Diajukan Sebagai Syarat Untuk Menyelesaikan Pendidikan  
Program Studi S1 Gizi dan Memperoleh Gelar  
Sarjana Gizi (S. Gz)**

Oleh :

**LELLY LUBIS  
(1602031010)**



**PROGRAM STUDI S1 GIZI  
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT  
INSTITUT KESEHATAN HELVETIA  
MEDAN  
2019**

**HUBUNGAN CITRA TUBUH DENGAN STATUS GIZI  
REMAJA PUTRI DI SMA PANGERAN ANTASARI  
KABUPATEN DELI SERDANG**

**SKRIPSI**

**Diajukan Sebagai Syarat Untuk Menyelesaikan Pendidikan  
Program Studi S1 Gizi dan Memperoleh Gelar  
Sarjana Gizi (S. Gz)**

Oleh :

**LELLY LUBIS  
(1602031010)**



**PROGRAM STUDI S1 GIZI  
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT  
INSTITUT KESEHATAN HELVETIA  
MEDAN  
2019**

**HALAMAN PENGESAHAN**

**Judul** : Hubungan Citra Tubuh Dengan Status Gizi  
Remaja Putri Di SMA Pangeran Antasari  
Kabupaten Deli Serdang  
**Nama Mahasiswa** : Lelly Lubis  
**Nomor Pokok Mahasiswa** : 1602021010


**Menyetujui**  
**Komisi Pembimbing:**

Medan, 18 Februari 2019

**Pembimbing-I**

  
Wanda Lestari, STP, M.Gizi

**Pembimbing-II**

  
Nadia Chalida Nur, S.K.M., MPH

**Fakultas Kesehatan Masyarakat**  
**Institut Kesehatan Helvetia**  
**Dekan,**



**Dr. Asriwati, S.Pd., S.Kep., Ns., M.Kes**

**Telah Di Uji Pada Tanggal : 18 Februari 2019**

---

**PANITIA PENGUJI SKRIPSI**

**Ketua : Wanda Lestari, STP., M.Gizi**

**Anggota : 1. Nadia Chalida Nur, SKM., MPH.**

**2. Dian Maya Sari Siregar, SKM., M.Kes.**

## LEMBAR PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa :

1. Skripsi ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik Sarjana Gizi (S.Gz.), di Fakultas Kesehatan masyarakat Institut Kesehatan Helvetia.
2. Skripsi ini adalah murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali arahan tim pembimbing dan masukan tim penelaah/tim penguji.
3. Isi Skripsi ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan disebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila di kemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di perguruan tinggi.

Medan, Februari 2019  
Yang membuat pernyataan,



(Lelly Lubis)  
NIM: 1602031010

**ABSTRACT**

**THE ASSOCIATION OF BODY IMAGE WITH NUTRITION STATUS ON  
STUDENT AT PANGERAN ANTASARI SENIOR HIGH SCHOOL  
DELI SERDANG DISTRICT**

**LELLY LUBIS  
1601031010**

*The thin body shape is ideal because of the perception of beauty that is thin among young women. A person's perception of the shape and size of his own body is called body image. In order to get the wanted body shape, they just scorn their nutritional status. Therefore, this study tries to analyze the relationship between body image and the nutritional status of young women.*

*This research method is cross-sectional with respondents as many as 106 young women in the age group 15-18 years using a stratified random sampling technique. Measurement of body image using body image questionnaire, while nutritional status uses BMI. Body weight is measured by scales and height is measured using microtome. Data were analyzed using chi-square with a confidence level of 95%.*

*Respondents who had a positive body image were 81.13% and respondents who had a negative body image were 18.87%. Respondents who had the underweight nutritional status of 2.83%, respondents who had normal nutritional status were 88.68% and respondents who had obese nutritional status were 8.49%.*

*There is a relationship between body image and the nutritional status of young women ( $p < 0.005$ ). Young women are expected to always think positively about their body shape. In addition, it is expected that educators and education staff will improve understanding of positive body images among students, especially among young women by means of nutritional education.*

**Keywords : Body Image, Nutritional Status, Young Women.**



## ABSTRAK

### HUBUNGAN CITRA TUBUH DENGAN STATUS GIZI REMAJA PUTRI DI SMA PANGERAN ANTASARI KABUPATEN DELI SERDANG

Bentuk tubuh kurus menjadi idaman karena adanya persepsi cantik itu kurus di kalangan remaja putri. Persepsi seseorang terhadap bentuk dan ukuran tubuhnya sendiri disebut dengan citra tubuh. Demi mendapatkan bentuk tubuh yang diidamkan, mereka justru mengabaikan status gizinya. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan citra tubuh dan status gizi remaja putri.

Metode penelitian ini adalah *cross sectional* dengan responden sebanyak 106 remaja putri pada kelompok umur 15-18 tahun dengan menggunakan teknik sampling acak terstratifikasi. Pengukuran citra tubuh menggunakan kuesioner citra tubuh, sedangkan status gizi menggunakan IMT. Berat badan di ukur dengan timbangan dan tinggi badan diukur dengan menggunakan *microtoise*. Data dianalisis menggunakan *chi square* dengan tingkat kepercayaan 95%.

Responden yang memiliki citra tubuh yang positif sebesar 81,13% dan responden yang memiliki citra tubuh negative sebesar 18,87%. Responden yang memiliki status gizi kurus sebesar 2,83%, responden yang memiliki status gizi normal sebesar 88,68% serta responden yang memiliki status gizi gemuk sebesar 8,49%.

Ada hubungan antara citra tubuh dengan status gizi remaja putri ( $p < 0,005$ ). Remaja putri diharapkan agar selalu berfikir positif terhadap bentuk tubuhnya. Selain itu diharapkan kepada pendidik dan tenaga kependidikan agar meningkatkan pemahaman citra tubuh positif dikalangan peserta didik terutama dikalangan remaja putri dengan cara pendidikan gizi.

Kata Kunci : Citra Tubuh, Status Gizi, Remaja Putri.

## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur kehadiran Tuhan Yang Maha Esa atas segala berkat dan anugerah-Nya yang berlimpah sehingga penulis dapat menyelesaikan Skripsi yang berjudul **“HUBUNGAN CITRA TUBUH DENGAN STATUS GIZI REMAJA PUTRI DI SMA PANGERAN ANTASARI KABUPATEN DELI SERDANG”**.

Skripsi ini disusun dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mendapatkan gelar Sarjana Gizi (S.Gz) pada Program Studi S1 Gizi Institut Kesehatan Helvetia. Penulis menyadari sepenuhnya bahwa skripsi ini tidak dapat diselesaikan tanpa bantuan berbagai pihak, baik dukungan moril, materil, dan sumbangan pikiran. Untuk itu, penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Dr. dr. Hj. Razia Begum Suroyo, M.Sc., M.Kes., selaku Pembina Yayasan Helvetia Medan.
2. Iman Muhammad, SE, S.Kom, MM, M.Kes selaku Ketua Yayasan Helvetia Medan.
3. Dr. H. Ismail Effendy, M.Si., selaku Rektor Institut Kesehatan Helvetia.
4. Dr. Asriwati, S.Pd., S.Kep., Ns., M.Kes, selaku Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat Institut Kesehatan Helvetia.
5. Wanda Lestari, STP., M.Gizi selaku Ketua Prodi S1 Gizi Institut Kesehatan Helvetia dan sekaligus selaku Dosen Pembimbing I yang telah memberikan bimbingan dan mencurahkan waktu, perhatian, ide, dan motivasi selama penyusunan skripsi ini.
6. Nadia Chalida Nur, SKM., MPH, selaku Dosen Pembimbing II yang telah meluangkan waktu dan memberikan pemikiran dalam membimbing penulis selama penyusunan skripsi ini.
7. Dian Maya Sari Siregar, SKM., M.Kes., selaku Penguji yang telah meluangkan waktunya untuk memberikan kritik dan saran yang membangun dalam penyempurnaan skripsi ini.

8. Seluruh Dosen Program Studi S1 Gizi yang telah mendidik dan mengajarkan berbagai ilmu yang bermanfaat bagi penulis.
9. Teristimewa kepada keluarga yang selalu memberikan pandangan, mendukung baik moril, maupun materil, mendoakan dan selalu memotivasi penulis dalam penyelesaian skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih memiliki banyak kekurangan. Oleh karena itu, penulis menerima kritik dan saran demi kesempurnaan skripsi ini. Semoga Allah SWT selalu memberikan rahmat dan hidayah-Nya atas segala kebaikan yang telah diberikan.

Medan, Februari 2019

Penulis,

Lelly Lubis