

**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**

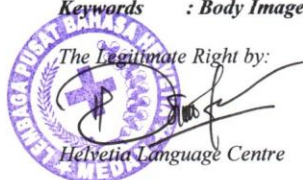
*The thin body shape is ideal because of the perception of beauty that is thin among young women. A person's perception of the shape and size of his own body is called body image. In order to get the wanted body shape, they just scorn their nutritional status. Therefore, this study tries to analyze the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

  
The Legitimate Right by:  
Helvetia Language Centre

## 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

## DAFTAR RIWAYAT HIDUP



### **BIODATA**

Nama : Lelly Lubis  
Tempat/Tanggal Lahir : Surabaya, 20 Februari 1975  
Jenis Kelamin : Perempuan  
Agama : Islam  
Anak ke : 2 (Dua) dari 4 (Empat) bersaudara  
Alamat : Jl. Menteng VII Gg. Cinta Alam No. 21  
Medan

### **Nama Orang Tua**

Nama Ayah : F. Syam Lubis (Alm.)  
Pekerjaan : Purnawirawan TNI-AL  
Nama Ibu : Lilik Pendyah Rika (Almh.)  
Pekerjaan : Pensiunan PNS  
Alamat : Lingkungan VIII, Pasar IV  
Kecamatan Medan Marelan

### **Riwayat Pendidikan**

Tahun 1982-1988 : SD Hangtuah Medan  
Tahun 1988-1991 : SMP Hangtuah Medan  
Tahun 1991-1994 : SMA Hangtuah Belawan  
Tahun 1994-1997 : Program D-III Gizi  
Depkes-RI Lubuk Pakam  
Tahun 2017-2019 : Menyelesaikan Program Studi S1 Gizi  
Fakultas kesehatan Masyarakat  
Institut Kesehatan Helvetia Medan

## DAFTAR ISI

	<b>Halaman</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN</b>	
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>i</b>
<b>ABSTRACT</b> .....	<b>ii</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>iii</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>v</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>vii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	<b>viii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>ix</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
1.1 Latar Belakang .....	1
1.2 Rumusan Masalah .....	3
1.3 Tujuan Penelitian .....	3
1.3.1 Tujuan Umum .....	3
1.3.2 Tujuan Khusus .....	3
1.4 Manfaat Penelitian .....	4
1.4.1 Manfaat Teoritis .....	4
1.4.2 Manfaat Praktis .....	4
1.5 Keaslian Penelitian .....	4
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b>	
2.1 Remaja .....	9
2.1.1 Definisi Remaja .....	9
2.1.2 Kebutuhan Zat Gizi Remaja .....	9
2.1.3 Masalah Gizi pada Remaja .....	10
2.1.4 Cara Mengatasi Masalah Gizi pada Remaja .....	11
2.2 Citra Tubuh .....	12
2.2.1 Definisi Citra Tubuh .....	12
2.2.2 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Citra Tubuh .....	13
2.3 Status Gizi .....	14
2.3.1 Definisi Status Gizi.....	14
2.3.2 Penilaian Status Gizi Remaja .....	15
2.3.3 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Status Gizi Remaja.....	17
2.4 Hubungan Citra Tubuh Dengan Status Gizi .....	18
2.5 Kerangka Teori .....	19
2.6 Kerangka Konsep .....	20
2.7 Hipotesis .....	21
<b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN</b>	
3.1 Desain Penelitian .....	21
3.2 Waktu dan Lokasi Penelitian .....	21
3.2.1 Waktu Penelitian .....	21
3.2.2 Lokasi Penelitian .....	21
3.3 Populasi dan Sampel .....	21

3.3.1	Populasi .....	21
3.3.2	Sampel .....	21
3.3.3	Teknik Pengambilan Sampel .....	22
3.4	Definisi Operasional dan Aspek Pengukuran .....	23
3.4.1	Definisi Operasional .....	23
3.4.2	Aspek Pengukuran .....	24
3.5	Teknik Pengumpulan Data .....	24
3.5.1	Jenis Data .....	24
3.5.2	Tahap Pengumpulan Data .....	25
3.5.3	Instrumen Penelitian .....	28
3.6	Teknik Analisis Data .....	29
3.6.1	Pengolahan Data .....	29
3.6.2	Analisis Data .....	29
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b>		
4.1	Hasil Penelitian dan Pembahasan Penelitian .....	31
4.1.1	Gambaran Umum Lokasi Penelitian.....	31
4.1.2	Karakteristik Responden.....	32
4.1.3	Uji Normalitas Residual (Sebaran).....	33
4.1.4	Analisis Univariat .....	33
4.1.5	Analisis Bivariat .....	34
4.2	Pembahasan Penelitian .....	35
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN</b>		
5.1	Kesimpulan.....	38
5.2	Saran .....	38
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>		<b>39</b>

## DAFTAR TABEL

	<b>Halaman</b>
Tabel 1.1 Persamaan dan Perbedaan dengan Penelitian Sebelumnya .....	5
Tabel 2.2 Kecukupan Gizi Remaja .....	10
Tabel 2.3 Kategori dan Ambang Batas Status Gizi Remaja Berdasarkan Indeks Antropometri .....	16
Tabel 3.3.3 Banyak Sampel dari Setiap Kelas .....	23
Tabel 3.4.1 Tabel Definisi Operasional.....	23
Tabel 3.4.2 Aspek Pengukuran yang digunakan .....	24
Tabel 3.5.1 Status Gizi Berdasarkan IMT menurut Umur pada Anak Perempuan Umur 15 – 18 Tahun .....	27
Tabel 3.5.2 Kategori Status Gizi Remaja .....	28
Tabel 4.1 Distribusi Responden Berdasarkan Usia .....	32
Tabel 4.2 Distribusi Responden Berdasarkan Kelas .....	33
Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Citra Tubuh Responden .....	34
Tabel 4.4 Distribusi Frekuensi Status Gizi Responden .....	34
Tabel 4.5 Hubungan Citra Tubuh dengan Status Gizi Responden .....	35

## DAFTAR GAMBAR

	<b>Halaman</b>
Gambar 2.1 Kerangka Teori .....	19
Gambar 2.2 Kerangka Konsep .....	20

## DAFTAR LAMPIRAN

	<b>Halaman</b>
Lampiran 1 : Kuesioner Penelitian.....	40
Lampiran 2 : Kuesioner Citra Tubuh .....	41
Lampiran 3 : Uji Normalitas Residual dengan <i>Kolmogorov-Smirnov</i> .....	47
Lampiran 4 : Normal P-P <i>Plot of Regression Standardized Residual</i> .....	51
Lampiran 5 : Data Citra Tubuh Responden .....	52
Lampiran 6 : Data Status Gizi Responden .....	56
Lampiran 7 : Uji Chi-Square .....	62
Lampiran 8 : Dokumentasi.....	66
Lampiran 9 : Surat Izin Survey Awal .....	68
Lampiran 10 : Surat Izin Penelitian .....	69
Lampiran 11 : Surat Balasan Ijin Survey Awal .....	70
Lampiran 12 : Surat Balasan Izin Penelitian.....	71
Lampiran 13 : Lembar Bimbingan Skripsi Pembimbing I.....	72
Lampiran 14 : Lembar Bimbingan Skripsi Pembimbing II .....	73

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Masa remaja merupakan masa peralihan dari anak-anak menuju dewasa. Sering kali digunakan istilah pubertas dan *adolescence* untuk menjelaskan masa remaja. Istilah pubertas menggambarkan perkembangan pada aspek fisik remaja yang meliputi morfologis dan fisiologis. Sedangkan istilah *adolescence* lebih menekankan pada aspek psikososial remaja atau kematangan yang menyertai masa pubertas (1).

Pada masa remaja, perkembangan fisik terjadi secara cepat dan terus menerus. Perkembangan seks sekunder dan perubahan komposisi tubuh memberikan perubahan besar pada tubuh remaja. Remaja sering menjadi khawatir terhadap perubahan tubuhnya (2).

Perkembangan teknologi dan informasi di era globalisasi turut berperan dalam membangun persepsi masyarakat, khususnya para remaja putri, tentang definisi cantik. Sebagian besar dari mereka beranggapan bahwa salah satu cara untuk menjadi cantik adalah dengan bertubuh kurus. Remaja putri yang mengalami kelebihan berat badan sering kali dikucilkan oleh lingkungannya (3).

Persepsi seseorang terhadap bentuk dan ukuran tubuhnya sendiri disebut dengan citra tubuh. Ada dua jenis citra tubuh, yaitu citra tubuh positif dan citra tubuh negatif. Citra tubuh positif ditandai dengan adanya perasaan bangga dan menerima bentuk tubuhnya. Sedangkan citra tubuh negatif dapat berupa ketidakpuasan seseorang terhadap tubuhnya. Hal ini muncul karena orang tersebut telah memiliki konsep tubuh ideal dalam pikirannya, namun merasa bahwa tubuhnya sendiri tidak atau belum memenuhi kriteria tubuh ideal tersebut yang pada akhirnya dapat menimbulkan perasaan malu, khawatir, canggung, dan gelisah terhadap bentuk tubuhnya (4).

Seseorang yang mengalami ketidakpuasan mengenai bentuk tubuh akibat adanya citra tubuh negatif akan mempengaruhi seseorang untuk melakukan perilaku makan yang tidak tepat atau diet yang salah, guna mendapat bentuk

tubuh ideal menurut persepsi pribadinya sendiri (5). Penelitian di Surabaya mengungkapkan fakta bahwa 53,6% remaja putri memiliki citra tubuh negatif dan sebanyak 14,3% responden memiliki risiko tinggi mengalami gangguan makan (3).

Keadaan status gizi remaja putri umur 12-18 tahun berdasarkan data hasil Pemantauan Status Gizi (PSG) oleh Kementerian Kesehatan RI 2017, secara nasional persentasenya sebesar 4,7% (sangat kurus 1,2% dan kurus 3,5%), sedangkan untuk provinsi Sumatera Utara sebesar 2,9% (sangat kurus 0,4% dan kurus 2,5%) (6). Secara persentase provinsi Sumatera Utara memang berada di bawah persentase nasional, namun provinsi Sumatera Utara masih berada di atas provinsi Bengkulu dan Bali.

Prevalensi kurus pada remaja umur 16 – 18 tahun secara nasional menurut Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2013 sebesar 9,4% (1,9% sangat kurus dan 7,5% kurus). Di Sumatera Utara sebesar 4,9% (1,4% sangat kurus dan 3,5% kurus) (7). Sedangkan di Kabupaten Deli Serdang sebesar 5,6% (1,9% sangat kurus dan 3,7% kurus). Angka tersebut jauh lebih tinggi dibanding kabupaten/kota di Sumatera Utara lainnya, seperti di Kota Gunung Sitoli yang hanya sebesar 4,2% (0% sangat kurus dan 4,2% kurus), di Humbang Hasundutan yang hanya 2,1% (0% sangat kurus dan 2,1% kurus), atau di Kabupaten Nias Utara yang hanya sebesar 1,9% (0% sangat kurus dan 1,9% kurus) (8).

Menurut Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2010 rata-rata kecukupan konsumsi energi penduduk usia 16-18 tahun berkisar antara 69,5% - 84,3%, dan sebanyak 54,5% remaja mengkonsumsi energi di bawah kebutuhan minimal. Sedangkan rata-rata kecukupan konsumsi protein remaja berkisar antara 88,3% - 129,6%, dan remaja yang mengkonsumsi di bawah kebutuhan minimal sebanyak 35,6% (9). Hal ini sejalan dengan hasil wawancara peneliti dengan Guru Bimbingan dan Konseling (BK) di SMA Pangeran Antasari, yang mengatakan bahwa kebanyakan dari siswi SMA Pangeran Antasari melewatkan sarapan atau tidak makan malam demi menjaga tubuh mereka tetap ideal. Keterangan tersebut beliau peroleh dari sesi konseling yang dilakukan setiap bulan. Keterangan serupa juga sering beliau peroleh dari hasil wawancara mendalam terhadap siswi yang

pingsan saat pelaksanaan upacara bendera. Dari awal tahun ajaran 2018/2019 yaitu dari bulan Juni 2018 hingga September 2018 terdapat 9 kasus peserta pingsan saat pelaksanaan upacara bendera, yaitu masing-masing 2 kasus di bulan Juni dan September, 1 kasus di bulan Juli, serta yang terbanyak ada di bulan Agustus, yaitu sebanyak 4 kasus peserta pingsan.

Selain itu, berdasarkan hasil pengamatan di Agustus 2018, didapati beberapa orang anak berbadan kurus, namun belum dilakukan penelitian secara mendalam apa penyebab mereka berbadan kurus, apakah memang dikarenakan faktor genetik, atau adanya citra tubuh negatif.

Berdasarkan uraian masalah tersebut, peneliti tertarik melakukan penelitian untuk mengetahui hubungan citra tubuh dengan status gizi remaja putri di SMA Pangeran Antasari Kabupaten Deli Serdang.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah, maka penelitian ini ingin mengetahui “Apakah ada hubungan citra tubuh dengan status gizi remaja putri di SMA Pangeran Antasari Kabupaten Deli Serdang.”

## **1.3 Tujuan Penelitian**

### **1.3.1 Tujuan Umum**

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk menganalisis hubungan citra tubuh dan status gizi remaja putri di SMA Pangeran Antasari Kabupaten Deli Serdang.

### **1.3.2 Tujuan Khusus**

1. Mengetahui distribusi frekuensi citra tubuh remaja putri di SMA Pangeran Antasari Kabupaten Deli Serdang.
2. Mengetahui distribusi frekuensi status gizi remaja putri di SMA Pangeran Antasari Kabupaten Deli Serdang.
3. Mengetahui hubungan citra tubuh dengan status gizi remaja putri di SMA Pangeran Antasari Kabupaten Deli Serdang.

## **1.4 Manfaat Penelitian**

### **1.4.1 Manfaat Teoritis**

Memberikan pengalaman, pengetahuan juga wawasan serta keterampilan bagi peneliti dalam membuat sebuah proposal skripsi dan dapat menambah wawasan pengetahuan dalam mengetahui hubungan citra tubuh dengan status gizi remaja putri di SMA Pangeran Antasari.

### **1.4.2 Manfaat Praktis**

Untuk mengetahui bagaimana hubungan citra tubuh dengan status gizi remaja putri di SMA Pangeran Antasari Kabupaten Deli Serdang Provinsi Sumatera Utara sehingga memberikan nilai positif bagi masyarakat.

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi perhatian para guru di sekolah untuk memastikan tumbuh kembang remaja pada tempat penelitian SMA Pangeran Antasari Kabupaten Deli Serdang Provinsi Sumatera Utara.

Dapat memberikan informasi bermanfaat bagi mahasiswa Institusi Kesehatan Helvetia khususnya mahasiswa program studi ilmu gizi dalam hal untuk mengetahui apakah ada hubungan citra tubuh dengan status gizi remaja putri.

## **1.5 Keaslian Penelitian**

Berdasarkan literatur yang ada, penelitian hubungan citra tubuh dengan status gizi remaja putri di SMA Pangeran Antasari Kabupaten Deli Serdang Provinsi Sumatera Utara, belum pernah dilakukan sebelumnya. Penelitian yang sudah pernah dilakukan tersaji pada tabel 1.1

**Tabel 1.1 Persamaan dan Perbedaan dengan Penelitian Sebelumnya.**

<b>Nama Peneliti</b>	<b>Tujuan Penelitian</b>	<b>Rancangan Penelitian</b>	<b>Hasil</b>	<b>Persamaan</b>	<b>Perbedaan</b>
Nida Fadilah Utami dan Triyati (2013)	Untuk mengetahui hubungan antara status gizi dan citra tubuh dengan perilaku diet penurunan berat badan pada siswi SMAN 5 Tasikmalaya.	<i>Cross sectional</i>	Sebanyak 34% responden melakukan diet penurunan berat badan. <b>Kesimpulan:</b> Perilaku diet penurunan berat badan berhubungan secara signifikan dengan status gizi (p-value 0,008), citra tubuh (p-value 0,000), pengaruh keluarga (p-value 0,000), pengaruh teman dekat (p-value 0,000), dan pengaruh media massa (p-value 0,000).	1. Rancangan penelitian 2. Variabel independen Citra Tubuh dan Status Gizi	1. Lokasi penelitian 2. Durasi pengambilan data
Syarafina, Aqmariya (2014)	Untuk mengetahui hubungan gangguan makan dengan status gizi pada remaja putri di Modeling Agency Semarang	<i>Cross sectional</i>	Sebanyak 40 subjek (67.8%) mengalami <i>eating disorder</i> . <b>Kesimpulan:</b> Ada hubungan <i>eating disorder</i> dengan status gizi remaja putri.	1. Rancangan Penelitian 2. Kuisisioner Gangguang Makan	1. Lokasi Penelitian

<b>Nama Peneliti</b>	<b>Tujuan Penelitian</b>	<b>Rancangan Penelitian</b>	<b>Hasil</b>	<b>Persamaan</b>	<b>Perbedaan</b>
Anastasia Lintang, Yudi Ismanto, dan Franly Onibala (2015)	Untuk mengetahui hubungan antara citra tubuh dan perilaku diet pada remaja putri di SMA Negeri 9 Manado.	<i>Cross sectional</i>	Dari uji statistik didapatkan nilai $p = 0,000 < \alpha = 0,05$ . <b>Kesimpulan:</b> terdapat hubungan antara citra tubuh dengan perilaku diet remaja putri di SMA Negeri 9 Manado.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Rancangan penelitian</li> <li>2. Subjek Penelitian: Remaja Putri.</li> <li>3. Kuisisioner tetang Citra Tubuh.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Lokasi penelitian</li> <li>2. Variabel Dependen: Perilaku Diet</li> </ol>
Mohammad Yulianto Kurniawan, Dodik Briawan, Rezzy Eko Caraka (2015)	Untuk mengetahui hubungan persepsi tubuh dengan gangguan makan pada remaja.	<i>Cross sectional</i>	Analisis deskriptif menunjukkan status gizi subjek normal (83,3%), overweight (10%), obesitas (4,2%), dan kurus (2,5%). Dengan metode MBSRQ-AS kebanyakan remaja memiliki evaluasi penampilan (80,0%), orientasi penampilan (99,2%), kepuasan terhadap bagian tubuh (80,8%), dan pengkategorian ukuran tubuh (71,7%) tergolong negatif sedangkan kecemasan menjadi gemuk (57,5%) tergolong positif. Terdapat subjek perempuan (7,8%) mengalami gangguan makan dengan risiko lebih karena subjek merasa memiliki keinginan untuk	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Objek Penelitian</li> <li>2. Rancangan Penelitian</li> <li>3. Kuisisioner Citra Tubuh</li> </ol>	Subjek Penelitian: Laki-Laki dan Perempuan

Nama Peneliti	Tujuan Penelitian	Rancangan Penelitian	Hasil	Persamaan	Perbedaan
Adelina Elsa Damayanti (2016)	Untuk menganalisis hubungan citra tubuh, aktivitas fisik (durasi tidur dan kebiasaan berolahraga) dan pengetahuan tentang gizi seimbang dengan status gizi remaja putri.	Observasional analitik dengan design cross sectional.	<p>makan terus-menerus.</p> <p><b>Kesimpulan:</b> Terdapat hubungan signifikansi antara persepsi tubuh pada subskala kecemasan menjadi gemuk dengan gangguan makan.</p> <p>Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar responden berstatus gizi normal (77,78%), responden sebagian besar tidak puas terhadap bentuk dan ukuran tubuhnya (65,28%), sebagian besar responden memiliki waktu tidur panjang (62,50%), responden sebagian besar tidak rutin berolahraga (68,05%).</p> <p>Uji statistik menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara durasi tidur (<math>p=0.011</math>) dan pengetahuan tentang gizi seimbang (<math>p=0.000</math>) dengan status gizi.</p> <p><b>Kesimpulan:</b></p> <p>(1) Tidak terdapat hubungan yang bermakna antara citra tubuh dan kebiasaan olahraga dengan status gizi responden.</p> <p>(2) Terdapat hubungan yang bermakna antara durasi tidur da</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Rancangan Penelitian</li> <li>Analisis Data</li> <li>Variabel Independen: Citra Tubuh</li> <li>Subjek Penelitian: Remaja Putri</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Variabel Dependen: Aktifitas Fisik dan Pengetahuan tentang Gizi</li> <li>Lokasi Penelitian</li> </ol>

Nama Peneliti	Tujuan Penelitian	Rancangan Penelitian	Hasil	Persamaan	Perbedaan
Adriyanto Alivia Norma Yusintha (2018)	Untuk menganalisis hubungan antara perilaku makan dan citra tubuh dengan status gizi remaja putri usia 15-18 tahun.		<p>pengetahuan gizi seimbang dengan status gizi responden.</p> <p>Sebagian besar remaja putri memiliki perilaku makan yang baik (57%), citra tubuh positif (80,6%), dan status gizi normal (72%).</p> <p><b>Kesimpulan:</b> Terdapat hubungan antara perilaku makan (<math>p = 0,013</math>) dan citra tubuh (<math>p = 0,002</math>) dengan status gizi remaja putri usia 15 – 18 tahun.</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Kuisisioner Citra Tubuh</li> <li>2. Rancangan Penelitian</li> </ol>	Variabel independen: perilaku makan

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **2.1 Remaja**

##### **2.1.1 Definisi Remaja**

Pengertian dasar tentang remaja (*adolescence*) adalah pertumbuhan ke arah kematangan. Remaja didefinisikan sebagai masa peralihan dari masa anak-anak ke masa dewasa. Para remaja bukan lagi kanak-kanak, tetapi juga belum menjadi orang dewasa. Mereka cenderung dan bersifat lebih sensitive karena perannya belum tegas. Mereka mengalami pertentangan nilai-nilai dan harapan-harapan yang akibatnya lebih mempersulit dirinya yang sekaligus mengubah perannya (10).

Para remaja adalah individu-individu yang sedang mengalami serangkaian tugas perkembangan yang khusus (11). Periode ini oleh para ahli psikologi digambarkan sebagai periode yang penuh dengan tekanan dan ketegangan (*stress and strain*), karena pertumbuhan kematangannya hanya pada aspek fisik, sedang psikologisnya masih belum matang (12).

Menurut WHO, seseorang disebut sebagai remaja apabila telah mencapai usia 10-18 tahun. Menurut Depkes RI usia remaja berada di antara 10-19 tahun dan belum kawin (1). Menurut undang-undang perburuhan, anak dianggap remaja apabila telah mencapai usia 16-18 tahun atau sudah menikah dan mempunyai tempat tinggal, sedangkan menurut undang-undang perkawinan No. 1 tahun 1974, anak dianggap sudah remaja apabila cukup matang untuk menikah, yaitu usia 16 tahun untuk anak perempuan dan 19 tahun untuk anak laki-laki. Undang-undang No. 4 tahun 1978 menyatakan bahwa remaja adalah individu yang belum mencapai usia 21 tahun dan belum menikah (1).

##### **2.1.2 Kebutuhan Zat Gizi Remaja**

Ada beberapa faktor yang mempengaruhi dalam memenuhi kebutuhan zat gizi remaja diantaranya :

- a. Pada anak usia sekolah banyak mengikuti aktifitas fisik maupun mental seperti; bermain, belajar dan olah raga.
- b. Lingkungan memberikan lingkungan yang bersih dan sehat dan aman.

- c. Pengobatan dan penyakit. Zat gizi akan membantu meningkatkan kesehatan tubuh anak, sehingga sistem pertahanan tubuhnya baik dan tidak mudah terserang penyakit.
- d. Depresi dan kondisi mental
- e. Penyakit, zat gizi akan membantu meningkatkan kesehatan tubuh remaja, sehingga sistem pertahanan tubuhnya pun baik dan tidak mudah terserang penyakit.
- f. Tingkatan stres (11)

Pada usia remaja orangtua umumnya kurang memperhatikan kegiatan makan anaknya, beranggapan bahwa anak tahu kapan harus makan. Remaja juga sudah banyak beraktifitas di luar rumah sehingga pemilihan jenis makanan yang memilih sesuai keinginan bukan kebutuhan sudah tidak dapat diawasi lagi.

Gizi seimbang bagi remaja adalah makanan yang di konsumsi remaja yang mengandung zat sumber tenaga, zat pembangun dan zat pengatur serta beraneka ragam jenisnya (10). Kebutuhan zat gizi pada remaja dapat dilihat pada tabel 2.2

**Tabel 2.2 Kecukupan Gizi Remaja (berdasarkan AKG 2013)**

Jenis Kelamin	Usia Tahun	Energi (Kkal)	Protein (gram)	Lemak (gram)			Karbhidrat (gram)
				Total	Nabati	hewani	
Laki-Laki	13-15	2475	72	83	16	1,6	340
	16-18	2675	66	89	16	1,6	368
	19-29	2725	62	91	17	1,6	375
Perempuan	13-15	2125	69	71	11	1,1	292
	16-18	2125	59	71	11	1,1	292
	19-29	2250	56	75	12	1,1	309

Sumber: Angka Kecukupan Gizi.(AKG 2013) Kemenkes RI

### 2.1.3 Masalah Gizi pada Remaja

Masalah gizi pada remaja akan berdampak negatif pada tingkat kesehatan masyarakat misalnya: penurunan konsentrasi belajar, resiko melahirkan bayi

Berat Badan Lahir Rendah (BBLR), penurunan kesegaran jasmani (10). Masalah gizi pada remaja yang paling banyak terjadi:

#### 1. Obesitas

Kelebihan konsumsi makanan dari kebutuhan energi dari zat-zat gizi yang dibutuhkan, kurang aktifnya berolahraga atau aktifitas fisik dan pemilihan jenis makanan yang salah menyebabkan beberapa remaja mengalami kelebihan berat badan.

#### 2. Kurang energi Kronis

Pada umumnya remaja kurang energi kronis karena terlalu sedikit mengkonsumsi makanan. Remaja putri lebih banyak yang menurunkan porsi makannya karena faktor emosional seperti takut gemuk.

#### 3. Anemia

Anemia karena kurangnya zat besi, zat besi diperlukan untuk membentuk sel-sel darah merah, dikonversi menjadi hemoglobin beredar keseluruh jaringan tubuh, berfungsi sebagai pembawa oksigen. Penyebab terjadinya anemia pada remaja mengurangi porsi makan, tidak berolahraga dan tidak makan makanan berserat, rendahnya pengetahuan pemilihan jenis makanan (10). Agar zat besi yang diabsorpsi lebih banyak maka diperlukan bahan makanan yang berkualitas seperti; daging, hati, ikan dan ayam dan makanan bersumber vitamin C.

#### 4. Gangguan Makan

Terdapat dua macam gangguan makan yaitu; anoreksia dan bulimia nervosa. Penderita anoreksia berusaha menahan lapar dan hanya makan 2-3 sendok makan nasi sehari, sedangkan penderita bulimia lebih cenderung makan berlebih kemudian mengeluarkannya kembali dengan obat pencacah atau diuretik untuk mengontrol berat badan. Anoreksia dan bulimia biasanya terjadi akibat timbulnya obsesi untuk bentuk tubuh atau *body image*, biologis, psikologis, sosial dan media (12).

### 2.1.4 Cara Mengatasi Masalah Gizi Remaja

Perlu dilakukan kegiatan pendidikan, penyuluhan terutama tentang gaya hidup yang sehat. Pendidikan gizi remaja putri dan dewasa diperlukan untuk mencapai status gizi yang baik dan berperilaku gizi yang baik dan benar (11).

Remaja putri yang sehat tercermin dari karakter gizi yang sehat. Salah satu yang utama adalah karakter gizi yang meliputi *body image*, pengetahuan gizi, perilaku makan, dan status gizi. Remaja putri merupakan periode kritis yang harus selalu dipantau kesehatannya. Alasan utama yang menjadi dasar adalah remaja putri akan menjadi seorang ibu yang melahirkan anak, sehingga diharapkan dapat dilahirkan anak-anak yang berkualitas dari ibu yang sehat (12).

Pesan gizi seimbang yang diuraikan oleh Kemenkes RI untuk anak dan remaja umur 6-19 tahun, antara lain:

- a. Biasakan makan 3 kali sehari (pagi, siang dan malam) bersama keluarga.
- b. Biasakan mengonsumsi ikan dan sumber protein lainnya.
- c. Perbanyak mengonsumsi sayuran dan cukup buah-buahan.
- d. Biasakan membawa bekal makanan dan air putih dari rumah.
- e. Batasi mengonsumsi makanan cepat saji, jajanan, dan makanan selingan yang manis, asin, dan berlemak.
- f. Biasakan menyikat gigi sekurang-kurangnya dua kali sehari setelah makan pagi dan sebelum tidur.
- g. Hindari merokok. (13).

## **2.2 Citra Tubuh**

### **2.2.1 Definisi Citra Tubuh**

Citra tubuh adalah dimensi psikososial yang didefinisikan oleh Schilder pada (1930) sebagai gambar tubuh kita yang kita bentuk di pikiran kita sendiri. Namun dari penelitian yang muncul di lapangan, dijelaskan bahwa citra tubuh adalah konsep multidimensional yang tidak hanya mencerminkan definisi Schilder. Citra tubuh dipandang sebagai pusat dari segala aspek fungsi manusia meliputi emosi, pemikiran, perilaku, dan hubungan. Oleh karena itu, pengaruh citra tubuh terhadap kualitas hidup sangat luas. Menurut Germov dan William (2006), citra tubuh adalah gambaran seseorang mengenai bentuk dan ukuran

tubuhnya sendiri. Gambaran ini dipengaruhi oleh bentuk dan ukuran tubuh aktualnya, perasaannya tentang bentuk tubuhnya serta harapan terhadap bentuk dan ukuran tubuh yang diinginkan. Apabila harapan tersebut tidak sesuai dengan kondisi tubuh aktualnya, maka hal ini dianggap sebagai citra tubuh yang negatif. Remaja perempuan memiliki kecenderungan untuk bersikap positif terhadap tubuh mereka ketika sedang merasa mengalami kecenderungan kekurangan berat badan (*underweight*). Kepuasan remaja akan citra tubuhnya menjadi sangat penting dan dapat menunjukkan peranan yang signifikan dalam memprediksi munculnya depresi, gangguan makan dan kepercayaan diri. Secara umum, remaja putri sedikit senang dengan tubuh mereka dan memiliki lebih banyak citra tubuh negatif dibandingkan remaja putra selama pubertas (11).

Sebagai hasil pubertas, remaja putri sering menjadi lebih tidak puas dengan tubuh mereka. Hal ini mungkin dikarenakan lemak tubuh mereka meningkat. Citra tubuh pada umumnya dialami oleh mereka yang menganggap bahwa penampilan adalah faktor yang paling penting dalam kehidupan. Hal ini terutama terjadi pada usia remaja. Mereka beranggapan bahwa tubuh yang kurus dan langsing adalah yang ideal bagi perempuan, sedangkan tubuh yang kekar dan berotot adalah yang ideal bagi laki-laki.

### **2.2.2 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Citra Tubuh**

#### **1. Usia**

Remaja dengan rentang usia 14-19 tahun mengalami perkembangan yang pesat akan gambaran diri dan peran diri. Pada tahap ini, citra tubuh menjadi penting dan berdampak pada usaha yang berlebihan pada remaja untuk mengontrol berat badan.

#### **2. Pengetahuan Gizi Remaja**

Pengetahuan gizi remaja merupakan kemampuan untuk menerapkan informasi tentang kebutuhan pangan dan nilai pangan dalam kehidupan sehari-hari. Pengetahuan gizi sangat berpengaruh pada sikap dan perilaku dalam memilih makanan yang tepat. Pengetahuan gizi yang baik dapat menghindarkan seseorang dari konsumsi makanan yang salah ataupun buruk. Pengetahuan gizi dapat diperoleh melalui pendidikan formal maupun non formal, selain itu juga

dapat diperoleh dengan melihat, mendengar sendiri atau melalui alat-alat komunikasi.

### 3. Sosial Ekonomi

Pada keluarga dengan tingkat sosial ekonomi yang tinggi dengan keluarga tingkat sosial ekonomi yang rendah tentu saja asupan gizinya berbeda. Pada keluarga dengan tingkat sosial ekonomi yang lebih tinggi asupan akan zat gizi lebih tercukupi karena kemampuan membeli bahan makanan yang kaya sumber zat gizi terpenuhi (14).

### 4. Media

Media yang muncul dimana-mana memberikan gambaran ideal mengenai figur perempuan dan laki-laki yang dapat mempengaruhi citra tubuh. Figur ini biasanya disebut dengan idola. Remaja mengikuti setiap bentuk dan tindakan yang dilakukan oleh idolanya tersebut, terutama pada penampilan.

### 5. Lingkungan

Dalam hidup bermasyarakat remaja dituntut untuk bersosialisasi. Pada masa menjelang remaja, anak cenderung berkumpul terdiri atas satu jenis kelamin yang sama, karena mempunyai ciri fisik yang berbeda. Pada masa remaja awal anak laki-laki maupun perempuan timbul kesadaran terhadap dirinya atau mempunyai persepsi terhadap dirinya yang disebut citra tubuh (15).

## 2.3 Status Gizi

Status gizi merupakan keadaan tubuh sebagai akibat konsumsi makanan, penyerapan, dan penggunaan zat-zat gizi. Menurut Wita tahun 2010 zat gizi juga disebut nutrient, sari makanan yang penting untuk kesehatan tubuh meliputi karbohidrat, protein, lemak, vitamin dan mineral. Kurang gizi adalah penyakit yang disebabkan kekurangan sumber energi dan kekurangan sumber protein (17). Status gizi seseorang banyak dipengaruhi beberapa faktor, sehingga seseorang dapat di kategorikan berstatus gizi kurang, status gizi normal atau baik dan status gizi lebih.

### 2.3.1 Definisi Status Gizi

Status gizi adalah suatu keadaan tubuh yang diakibatkan oleh keseimbangan antara asupan zat gizi dengan kebutuhan (18). Status gizi merupakan salah satu unsur penting dalam membentuk status kesehatan.

Status gizi dibedakan menjadi tiga kategori, yaitu status gizi kurang, status gizi normal, dan status gizi lebih (12). Sementara berdasarkan keadaan tubuh seseorang, status gizi terbagi menjadi dua macam yaitu ;

#### 1. Status gizi normal

Keadaan tubuh mencerminkan keseimbangan antara konsumsi dan penggunaan gizi oleh tubuh.

#### 2. Malnutrisi

Keadaan patologis akibat kekurangan atau kelebihan secara relatif maupun absolut satu atau lebih zat gizi. Terbagi empat bentuk;

- a. *Under nutrition*, kekurangan konsumsi pangan secara relatif atau absolut untuk periode tertentu.
- b. *Specific deficiency*, kekurangan zat gizi tertentu, misalnya kekurangan iodium, Fe dan lain-lain.
- c. *Over nutrition*, kelebihan konsumsi pangan untuk periode tertentu.
- d. *Imbalance*, keadaan disproporsi zat gizi, misalnya tinggi kolesterol karena tidak imbangnya kadar *Low Destinty Lipid (LDL)*, *High Destinty Lipid (HDL)* (17).

### 2.3.2 Penilaian Status Gizi Remaja

Penilaian status gizi dilakukan dengan dua cara yaitu secara langsung dan tidak langsung. Penilaian status gizi secara langsung terdiri dari Antropometri yaitu ukuran tubuh manusia dengan berbagai macam pengukuran dimensi tubuh, klinis yaitu dilihat dari jaringan epitel, kulit, mata, rambut dan mukosa oral, biokimia yaitu pemeriksaan spesimen yang diuji secara laboratoris, biofisik yaitu dengan melihat kemampuan fungsi jaringan.

Sedangkan penilaian status gizi secara tidak langsung terdiri dari survei konsumsi makanan yaitu dengan melihat jumlah dan jenis zat gizi yang

dikonsumsi, statistik vital yaitu dengan menganalisis data beberapa statistik kesehatan, faktor ekologi yaitu keadaan iklim, tanah, irigasi, dan lain-lain (19).

Penilaian gizi pada remaja meliputi pengukuran antropometri, penggalian data riwayat medis klien, data fisik-klinis, biokimia dan data asupan makanan. Pentingnya melakukan penilaian status gizi pada remaja *Food and Nutrition Tehnical Assistance* (2016) antara lain karena;

1. Mengidentifikasi remaja yang beresiko malnutrisi untuk dilakukan intervensi.
2. Mengidentifikasi remaja malnutrisi pada remaja yang tidak dilakukan penanganan dengan baik sehingga beresiko memperpanjang rawatan, meningkatkan resiko infeksi dan komplikasi, serta kemungkinan terjadi morbiditas dan mortalitas.
3. Mendukung percepatan pertumbuhan remaja.
4. Mengidentifikasi komplikasi medis terkait daya cerna makanan.
5. Memberikan informasi tentang edukasi gizi melalui konseling gizi.
6. Merancang asuhan gizi yang tepat untuk remaja (20).

Penilaian status gizi remaja melalui pengukuran antropometri meliputi pengukuran berat badan (BB), tinggi badan (TB) dan indeks massa tubuh (IMT), pengukuran lingkar lengan atas (LILA) dan ketebalan lipitan lemak dibawah kulit. Indeks masa tubuh (IMT), pengukuran ini cocok untuk remaja karena remaja masih dalam masa pertumbuhan. Pengukuran dengan IMT menggambarkan proporsi tubuh seseorang (21). Berat badan dan tinggi badan diukur dan dihitung untuk memperoleh nilai IMT. Mencari nilai indeks massa tubuh (IMT) seperti berikut : 
$$IMT = \frac{\text{Berat Badan (kg)}}{\text{Tinggi Badan (m)} \times \text{Tinggi Badan (m)}}$$

Kategori dan ambang batas status gizi remaja, yang dalam hal ini diukur dengan IMT, berdasarkan indeks antropometri menurut Keputusan Kementerian Kesehatan RI (2011) ditunjukkan oleh Tabel 2.3.

**Tabel 2.3. Kategori dan Ambang Batas Status Gizi Remaja Berdasarkan Indeks antropometri**

Indeks	Katagori status gizi	Ambang batas
	Sangat Kurus	$Z - \text{Score} < -3$
Indeks Masa Tubuh	Kurus	$-3 \leq Z\text{-score} < -2$
Menurut Umur atau	Normal	$-2 \leq Z\text{-score} \leq 1$
IMT/U	Gemuk	$1 < Z\text{-score} \leq 2$
	Obesitas	$Z\text{-score} > 2$

Sumber: Kemenkes RI (2011).

### 2.3.3 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Status Gizi

#### 1. Faktor Internal

##### a. Usia

Usia akan memicu tingkat konsumsi makanan dan *intake* zat gizi dan kalori makanan yang dibutuhkan semakin besar.

##### b. Kondisi Fisik

Mereka yang sakit atau sedang dalam masa penyembuhan memerlukan pangan khusus karena status kesehatan mereka yang buruk.

##### c. Infeksi

Infeksi dan demam dapat menyebabkan menurunnya nafsu makan atau menimbulkan kesulitan menelan dan mencerna.

##### d. Gender

Kebutuhan gizi antara laki-laki dan perempuan berbeda.

##### e. Citra Tubuh

Persepsi seseorang akan bentuk tubuhnya mempengaruhi banyaknya asupan makanan yang dikonsumsi demi menjaga bentuk tubuh yang diinginkan.

#### 2. Faktor Eksternal

##### a. Pendidikan dan pendapatan

Semakin tinggi pendidikan seseorang maka semakin mudah menerima informasi sehingga banyak pula pengetahuan yang dimiliki. Hal ini akan didukung dengan tingkat pendapatan seseorang. Semakin tinggi tingkat pendapatan seseorang, maka semakin mampu dia memvariasikan jenis makanan yang dikonsumsi.

- b. Informasi, pengetahuan dapat di pengaruhi oleh informasi dari sumber media sebagai sarana komunikasi yang dibaca, dilihat, baik dari media cetak, elektronik, dan media sosial.
- c. Sosial Budaya.

Budaya berperan dalam status gizi masyarakat karena adanya beberapa kepercayaan, seperti tabu mengkonsumsi makanan tertentu yang sebenarnya makanan tersebut justru bergizi dan dibutuhkan oleh kelompok umur tertentu. (16).

#### **2.4 Hubungan Citra Tubuh dengan Status Gizi**

Bagi kebanyakan remaja putri, tubuh yang kurus, kecil, dan langsing merupakan bentuk tubuh yang sempurna. Remaja putri yang kelebihan berat badan sering dikucilkan oleh lingkungannya karena budaya yang menekankan bahwa kecantikan diukur dari penampilan. Bahkan penampilan yang menarik dianggap menjadi suatu cara atau jalan menuju kesuksesan.

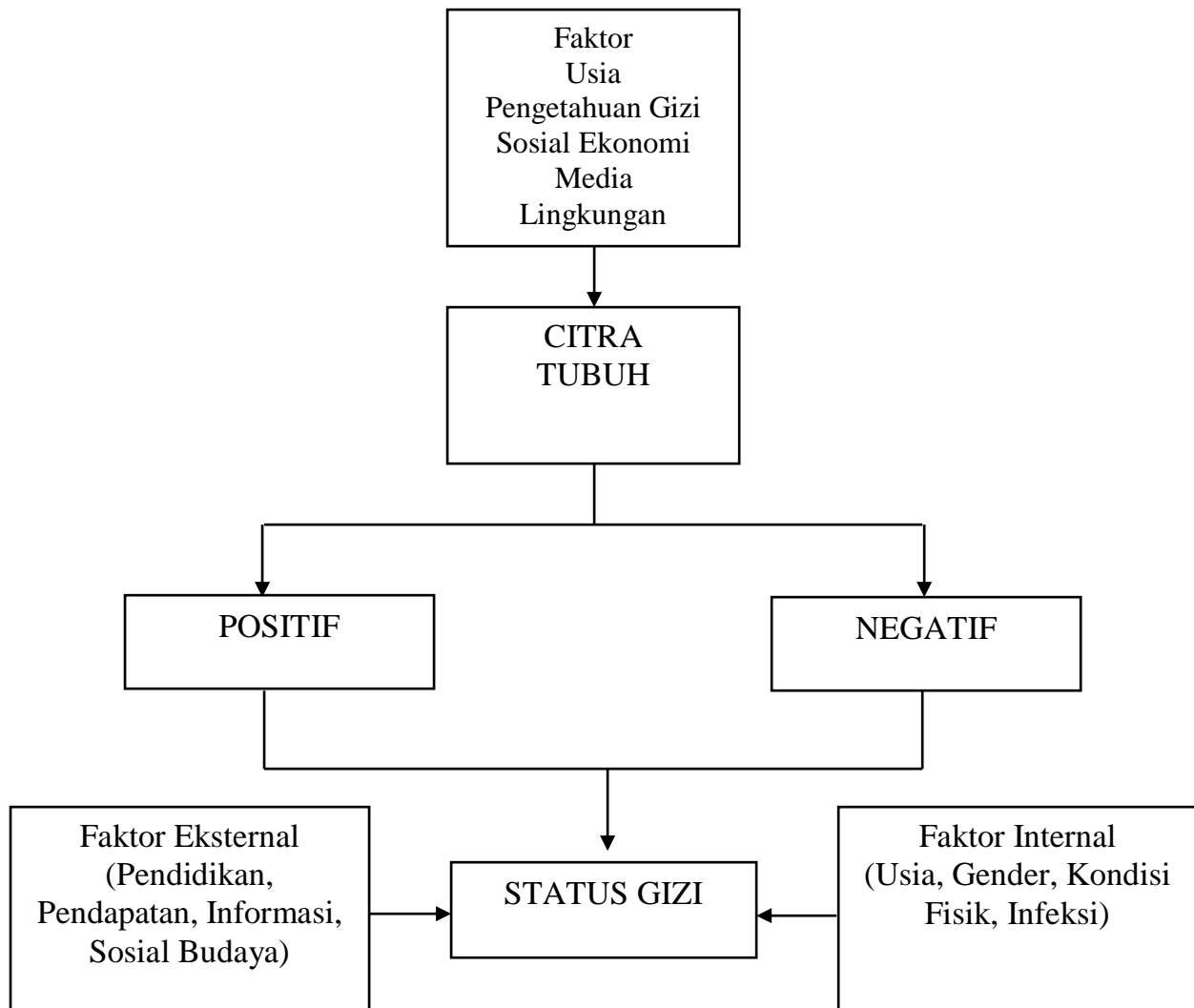
Hal tersebut membuat banyak remaja putri menjadi tidak puas terhadap bentuk tubuhnya. Sikap seseorang terhadap tubuhnya secara sadar dan tidak sadar disebut citra tubuh.

Citra tubuh diyakini sebagai variabel yang dapat berhubungan dengan status gizi. Seseorang yang mengalami ketidakpuasan mengenai bentuk tubuhnya akan mempengaruhi tindakannya untuk melakukan perilaku makan yang tidak tepat atau diet yang salah, guna mendapatkan bentuk tubuh yang ideal. Semakin besar kesenjangan antara berat badan sesungguhnya dengan berat badan yang diinginkan, semakin besar pula usaha yang dilakukan untuk memperbaiki penampilannya dan semakin tinggi juga resiko remaja tersebut melakukan diet yang tidak sehat.

Proses pertumbuhan dan perkembangan yang pesat terjadi di masa remaja sehingga energi juga zat gizi diperlukan oleh tubuh dalam jumlah yang banyak. Masalah gizi sangat rentan terjadi pada remaja dikarenakan gaya hidup yang salah karena sebagian remaja putri memiliki keinginan agar tubuhnya sesuai dengan yang diinginkan yaitu dapat langsing dan tinggi. Hal ini mengakibatkan remaja

putri melakukan perubahan perilaku makan yang tidak sehat agar tercapainya bentuk tubuh yang dikehendaki sehingga membawa dampak negatif salah satunya yaitu tidak seimbangnya asupan gizi yang masuk ke dalam tubuh dengan kecukupan gizi yang dianjurkan, sehingga hal tersebut akan berdampak negatif pada status gizi.

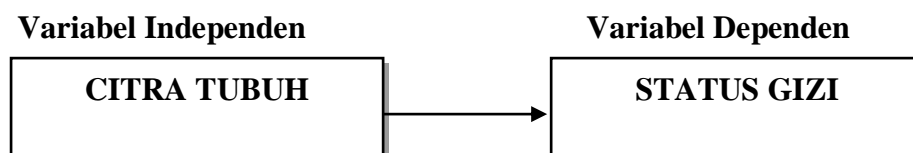
## 2.5 Kerangka Teori



**Gambar 2.2 Kerangka Teori**  
(Sumber: Nida Fadilah Utami dan Triyati (2013))

## 2.6 Kerangka Konsep

Berdasarkan landasan teori, kerangka konsep penelitian ini adalah sebagai berikut:



Gambar 2.2 Kerangka Konsep

Keterangan:

□ : Variabel yang diteliti

→ : Hubungan yang dianalisis

## 2.7 Hipotesis

Hipotesis dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

- Ha : Ada hubungan antara citra tubuh dengan status gizi remaja putri di SMA Pangeran Antasari Kabupaten Deli Serdang.
- Ho : Tidak ada hubungan antara citra tubuh dengan status gizi remaja putri di SMA Pangeran Antasari Kabupaten Deli Serdang.

•      **BAB III**  
**METODOLOGI PENELITIAN**

**3.1 Desain Penelitian**

Penelitian ini merupakan jenis penelitian analitik dengan desain *cross sectional*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan citra tubuh dengan status gizi pada remaja putri di SMA Pangeran Antasari Kabupaten Deli Serdang.

**3.2 Waktu dan Lokasi Penelitian**

**3.2.1 Waktu Penelitian**

Penelitian dimulai dari survei awal yang dilaksanakan di bulan 20 – 22 Agustus 2018. Kemudian dilaksanakan penelitian pada tanggal 12 – 16 November 2018.

**3.2.2 Lokasi Penelitian**

Penelitian ini dilakukan di SMA Pangeran Antasari Kabupaten Deli Serdang, Sumatera Utara.

**3.3 Populasi dan Sampel**

**3.3.1 Populasi**

Populasi dalam penelitian ini adalah adalah remaja putri di sekolah SMA Pangeran Antasari Kabupaten Deli Serdang T.A. 2018/2019. Seluruh siswi berjumlah 145 orang, yang terdiri dari 45 orang siswi kelas X, 59 orang siswi kelas XI, dan 41 orang siswi kelas XII.

**3.3.2 Sampel**

Penarikan sampel dilakukan secara acak terstratifikasi (*proportional stratified random sampling*), dimana sampel diambil dari populasi yang memenuhi kriteria inklusi. Adapun yang merupakan kriteria inklusi adalah siswi yang memiliki status aktif sebagai siswi di SMA Pangeran Antasari, Kabupaten Deli Serdang, bersedia menjadi sampel dalam penelitian dan bersedia diukur, berumur 15-18 tahun, tidak menderita penyakit infeksi terkait gizi dalam 2 minggu terakhir, tidak sedang menggunakan obat-obatan tertentu yang dapat mempengaruhi konsumsi makan.

### 3.3.3 Teknik Pengambilan Sampel

Besar sampel dalam penelitian ini dihitung menggunakan rumus Slovin (Singarimbun & Effendi 2011) sebagai berikut:

$$n = \frac{N}{1 + N d^2}$$

**Keterangan:**

**n** = Jumlah sampel

**N** = Jumlah populasi

**d** = Tingkat kesalahan yang dapat ditolerir (5%)

Pada penelitian ini:

$$\begin{aligned} n &= \frac{145}{1 + 145 (5\%)^2} \\ &= \frac{145}{1,3625} \\ &= 106,42 \\ &\cong 106 \text{ siswi} \end{aligned}$$

Jumlah populasi 145 siswi, maka banyak sampel minimal yang diperlukan berdasarkan hasil perhitungan dengan menggunakan rumus di atas adalah 106 siswi sebagai sampel. Selanjutnya pemilihan sampel secara proposional dari setiap kelas diambil sampel sebanding dengan jumlah sampel yang ada.

$$\text{Besaran Sampel } S = \left( \frac{n}{N} \right) \times 100\%$$

Pada penelitian ini:

$$\begin{aligned} S &= \frac{106}{145} \times 100\% \\ &= 73,10\% \\ &\cong 73\% \end{aligned}$$

Sampel yang diambil dari setiap kelas memakai rumus:

$$S' = \text{Besaran Sampel} \times \text{Banyak Siswi di kelas tersebut}$$

Pada penelitian ini, banyak sampel yang diambil dari setiap kelas disajikan dalam tabel berikut:

**Tabel 3.3.3 Banyak Sampel dari Setiap Kelas**

No.	Kelas	Banyak Siswi	Banyak Sampel Minimal per Kelas
1.	X-MIA 1	15	73% x 15 = <b>11</b>
2.	X- MIA 2	16	73% x 16 = <b>12</b>
3.	X-IIS	14	73% x 14 = <b>10</b>
4.	XI- MIA	36	73% x 36 = <b>26</b>
5.	XI-IIS	23	73% x 23 = <b>17</b>
6.	XII- MIA	25	73% x 25 = <b>18</b>
7.	XII-IIS	16	73% x 16 = <b>12</b>
	<b>Jumlah</b>	<b>145</b>	<b>106</b>

### 3.4 Definisi Operasional dan Aspek Pengukuran

#### 3.4.1 Definisi Operasional

Definisi operasional dalam penelitian disajikan dalam tabel di bawah ini:

**Tabel 3.4.1 Definisi Operasional**

No.	Variabel	Definisi	Alat Ukur	Hasil Ukur	Skala Ukur
1.	<b>Citra Tubuh</b>	persepsi sampel mengenai penampilan fisik bentuk tubuhnya.	Kuisisioner Bentuk Skala	Positif dan Negatif	Nominal
2.	<b>Status Gizi</b>	keadaan tubuh sebagai akibat konsumsi makanan, penyerapan, dan penggunaan zat-zat gizi yang dinilai melalui pengukuran BB dan TB menggunakan indeks IMT/U	Timbangan Microtoise	Kurus, Normal, dan Gemuk,	Ordinal

#### 3.4.2 Aspek Pengukuran

Aspek pengukuran yang terdiri dari cara ukur, alat ukur, hasil ukur dan skala yang di gunakan untuk responden, dapat di lihat pada tabel 3.4

**Tabel. 3.4.2 Aspek Pengukuran yang Digunakan**

<b>N O</b>	<b>Variabel</b>	<b>Rentang Skala</b>	<b>Kategori</b>	<b>Nilai</b>	<b>Skala ukur</b>
1	Citra Tubuh	Nilai 1 = tidak pernah Nilai 2 = jarang Nilai 3 = Kadang-kadang Nilai 4 = sering Nilai 5 = sangat sering Nilai 6 = selalu	Positif  Negatif	$\leq 110$  $> 110$	Nominal
2	Status Gizi IMT/U	BB (kg) / TB (m) <sup>2</sup>	Kurus Normal Gemuk	$3 \text{ SD s/d } < - 2 \text{ SD}$ $- 2 \text{ SD s/d } 1 \text{ SD} - 2$ $> 1 \text{ SD s/d } 2 \text{ SD}$	Ordinal

Penilaian Status Gizi berdasarkan SK Antropometri 2010 IMT/U untuk anak umur 5 – 18 tahun.

### **3.5 Teknik Pengumpulan Data**

#### **3.5.1 Jenis Data**

##### **3.5.1.1 Data Primer**

Data primer didapat dengan cara wawancara atau pengamatan langsung dari sampel, untuk pengumpulan data dilakukan dengan cara membagikan kusioner. Data primer meliputi karakteristik sampel: nama, umur, berat badan, tinggi badan dan data status gizi. Data data citra tubuh responden dikumpulkan dengan menggunakan kusioner yang diisi.

##### **3.5.1.2 Data Sekunder**

Data sekunder yaitu data mengenai gambaran umum lokasi penelitian, yang meliputi profil, fasilitas, dan jumlah siswi di SMA Pangeran Antasari Medan.

#### **3.5.2 Tahap Pengumpulan Data**

Tahap pertama dilakukan dalam pengumpulan data dan untuk mempermudah peneliti pengambilan data primer dan data sekunder, maka prosedur penelitian yang dilakukan meliputi:

##### **3.5.2.1 Survei Awal Penelitian**

1. Mencari jurnal yang berkaitan dengan masalah yang hendak diteliti.
2. Mencari lokasi penelitian

3. Menjelaskan manfaat dan tujuan penelitian yang akan dilaksanakan kepada populasi yang akan di jadikan sampel.
4. Menentukan sampel sesuai kriteria
5. Menentukan jadwal penelitian

### 3.5.2.2 Pada Waktu Penelitian

Pada saat penelitian, jenis data yang dikumpulkan meliputi data primer dan data sekunder. Pengambilan data melalui kuesioner dengan cara pembagian kuesioner kepada responden dan diberikan arahan kepada responden selama mengerjakannya dan dikerjakan bersama-sama dalam waktu bersamaan. Hal ini bertujuan untuk meminimalis bias data yang sering terjadi, apabila responden dibiarkan mengisi data kuesioner sendirian dalam penelitian ini peneliti dibantu 2 orang enumerator berasal dari lulusan D3 Gizi. Melalui prosedur yang telah ditentukan maka akan diperoleh berbagai jenis data yang diinginkan meliputi:

#### A. Data Primer

- a. Data identitas sampel yang terdiri dari nama, umur, diperoleh dari wawancara secara langsung dengan responden.
- b. Data Citra Tubuh

Data mengenai Citra Tubuh yang didapat dari hasil kuesioner *Body Shape Questionnaire* (BSQ) yang terdiri dari 34 soal pertanyaan, dengan rentang skala 1 untuk jawaban tidak pernah, skala 2 untuk jawaban jarang, skala 3 untuk jawaban kadang kadang, skala 4 untuk jawaban sering, skala 5 untuk jawaban sangat sering dan skala 6 untuk jawaban selalu, dengan total skor 34 – 204. Selanjutnya hasil pengisian kuesioner responden dijumlahkan dan dibagi berdasarkan dua kategori yaitu persepsi tubuh positif (+) skor  $\leq 110$  dan persepsi tubuh negatif (-) skor  $\geq 110$ .

#### c. Data Status Gizi Remaja Putri

Untuk mendapatkan data status gizi remaja melalui beberapa tahap yaitu:

1. Prosedur pengukuran Tinggi Badan (TB)
  - a. Pilih bidang vertikal yang datar misalnya tembok dll.
  - b. Pasang *microtoise* pada bidang tersebut dengan kuat.
  - c. Pasang penguat seperti paku dan lakban pada ujung *microtoise*.

- d. Responden berdiri tegap, pandangan lurus ke depan, kedua tangan berada disamping, posisi lutut tegak.
  - e. Setelah itu pastikan pula kepala, punggung, bokong, betis dan tumit menempel pada bidang vertikal.
  - f. Turunkan *microtoise* hingga mengenai rambut tidak terlalu menekan dan posisi *microtoise* tegak.
  - g. Baca hasil pengukuran dan catat dalam satuan cm.
2. Prosedur pengukuran Berat Badan (BB)
    - a. Siapkan alat timbangan
    - b. Setelah itu responden naik ke atas timbangan, kemudian berdiri tegak pada bagian timbangan dengan pandangan lurus ke depan
    - c. Pastikan responden dalam keadaan rileks dan tidak bergerak-gerak.
    - d. Catat hasil pengukuran dalam satuan kilogram (kg).
  3. Setelah mendapatkan nilai berat badan (BB) dan tinggi badan (TB) kemudian dilakukan perhitungan Indeks Massa Tubuh (IMT) dengan rumus yaitu:

$$IMT = \frac{\text{Berat Badan (kg)}}{\text{Tinggi Badan (m)} \times \text{Tinggi Badan (m)}}$$

4. Setelah hasil Indeks Massa Tubuh (IMT) diketahui kemudian diklasifikasikan menurut umur responden, klasifikasi IMT/U sebagai berikut menurut SK Antropometri Kemenkes RI (2010):

**Tabel.3.5.1 Status Gizi Berdasarkan IMT menurut Umur (IMT/U) pada Anak Perempuan Umur 15 – 18 Tahun**

Umur		Indeks Massa Tubuh (IMT)						
Tahun	Bulan	- 3 SD	- 2 SD	- 1 SD	Median	1 SD	2 SD	3 SD
15	0	14.4	15.9	17.8	20.2	23.5	28.2	35.5
15	1	14.4	15.9	17.8	20.3	23.6	28.3	35.6
15	2	14.4	15.9	17.8	20.3	23.6	28.4	25.7
15	3	14.5	16.0	17.9	20.4	23.7	28.4	35.7
15	4	14.5	16.0	17.9	20.4	23.7	28.5	35.8
15	5	14.5	16.0	17.9	20.4	23.8	28.5	35.8
15	6	14.5	16.0	18.0	20.5	23.8	28.6	35.8
15	7	14.5	16.1	18.0	20.5	23.9	28.6	35.9
15	8	14.5	16.1	18.0	20.6	23.9	28.7	35.9
15	9	14.5	16.1	18.1	20.6	24.0	28.7	36.0
15	10	14.6	16.1	18.1	20.6	24.0	28.8	36.0
15	11	14.6	16.2	18.1	20.7	24.1	28.8	36.0
16	0	14.6	16.2	18.2	20.7	24.1	28.9	36.1
16	1	14.6	16.2	18.2	20.7	24.1	28.9	36.1
16	2	14.6	16.2	18.2	20.8	24.2	29.0	36.1
16	3	14.6	16.2	18.2	20.8	24.2	29.0	36.1
16	4	14.6	16.2	18.3	20.8	24.3	29.0	36.2
16	5	14.6	16.3	18.3	20.9	24.3	29.1	36.2
16	6	14.7	16.3	18.3	20.9	24.3	29.1	36.2
16	7	14.7	16.3	18.3	20.9	24.4	29.1	36.2
16	8	14.7	16.3	18.3	20.9	24.4	29.2	36.2
16	9	14.7	16.3	18.4	21.0	24.4	29.2	36.3
16	10	14.7	16.3	18.4	21.0	24.4	29.2	36.3
16	11	14.7	16.3	18.4	21.0	24.5	29.3	36.3
17	0	14.7	16.4	18.4	21.0	24.5	29.3	36.3
17	1	14.7	16.4	18.4	21.1	24.5	29.3	36.3
17	2	14.7	16.4	18.4	21.1	24.6	29.3	36.3
17	3	14.7	16.4	18.5	21.1	24.6	29.4	36.3
17	4	14.7	16.4	18.5	21.1	24.6	29.4	36.3
17	5	14.7	16.4	18.5	21.1	24.6	29.4	36.3
17	6	14.7	16.4	18.5	21.2	24.6	29.4	36.3
17	7	14.7	16.4	18.5	21.2	24.7	29.4	36.3
17	8	14.7	16.4	18.5	21.2	24.7	29.5	36.3
17	9	14.7	16.4	18.5	21.2	24.7	29.5	36.3
17	10	14.7	16.4	18.5	21.2	24.7	29.5	36.3
17	11	14.7	16.4	18.6	21.2	24.8	29.5	36.3
18	0	14.7	16.4	18.6	21.3	24.8	29.5	36.3
18	1	14.7	16.5	18.6	21.3	24.8	29.5	36.3
18	2	14.7	16.5	18.6	21.3	24.8	29.6	36.3
18	3	14.7	16.5	18.6	21.3	24.8	29.6	36.3

Umur		Indeks Massa Tubuh (IMT)						
Tahun	Bulan	- 3 SD	- 2 SD	- 1 SD	Median	1 SD	2 SD	3 SD
18	4	14.7	16.5	18.6	21.3	24.8	29.6	36.3
18	5	14.7	16.5	18.6	21.3	24.9	29.6	36.2
18	6	14.7	16.5	18.6	21.3	24.9	29.6	36.2
18	7	14.7	16.5	18.6	21.4	24.9	29.6	36.2
18	8	14.7	16.5	18.6	21.4	24.9	29.6	36.2
18	9	14.7	16.5	18.7	21.4	24.9	29.6	36.2
18	10	14.7	16.5	18.7	21.4	24.9	29.6	36.2
18	11	14.7	16.5	18.7	21.4	25.0	29.7	36.2

5. Setelah diketahui nilai Indeks Massa Tubuh menurut Umur (IMT/U) kemudian diklasifikasi dengan kategori status gizi remaja.

**Tabel 3.5.2 Kategori Status Gizi Remaja Umur 15 – 18 Tahun**

Kategori Status Gizi	Ambang Batas (Z-Score)
Sangat Kurus	< - 3 SD
Kurus	-3 SD sampai dengan < -2 SD
Normal	-2 SD sampai dengan 1 SD
Gemuk	> 1 SD sampai dengan 2 SD
Obesitas	> 2 SD

#### B. Data Sekunder

Data sekunder diperoleh dengan observasi langsung dan wawancara dengan pihak sekolah.

#### 3.5.3 Instrumen Penelitian

Variabel yang diteliti meliputi citra tubuh dan status gizi. Instrumen penelitian adalah alat-alat yang digunakan untuk pengumpulan data. Adapun instrumen penelitian yang digunakan adalah

- 1) Form identitas responden
- 2) Kuesioner *Body Shape Questionnaire* (BSQ) atau Citra Tubuh.
- 3) Timbangan digital merek amron 212
- 4) Alat ukur tinggi badan (*microtoise*).
- 5) Alat Tulis

## **3.6 Teknik Analisis Data**

### **3.6.1 Pengolahan Data**

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah :

1. *Editing*, yaitu memeriksa kembali kuisisioner yang telah diisi dan diteliti satu persatu untuk mengetahui apakah jawaban yang ada sudah lengkap, jelas, relevan dan konsisten.
2. *Coding*, yaitu pemberian tanda atau kode pada data yang telah terkumpul untuk memudahkan analisis dengan menggunakan komputer.
3. *Entry*, yaitu proses memasukkan data yang telah di edit dan di kode ke dalam komputer untuk dianalisis.
4. *Cleaning*, yaitu data yang telah diperoleh dikumpulkan untuk di lakukan pembersihan data dengan mengecek data yang benar saja yang diambil sehingga tidak terdapat data yang meragukan atau salah.
5. *Tabulating*, yaitu menyusun dan menghitung data hasil pengkodean untuk disajikan dalam tabel.
6. Koreksi (*Cleaning*) yaitu Setelah pemasukan data, peneliti melakukan cleaning atau pembersihan data dari kesalahan yang mungkin tidak disengaja dengan tujuan untuk menjaga kualitas data dan mengecek kembali data yang akan diolah apakah ada kesalahan atau tidak kemudian dilakukan koreksi.

### **3.6.2 Analisis Data**

#### **3.6.2.1 Analisis Univariat**

Analisi data menggunakan pengolahan program komputer. Analisis univariat dilakukan untuk mendeskripsikan setiap variabel penelitian meliputi nilai minimum dan maksimum, nilai rata-rata dan standart deviasi dengan tabel distribusi. Analisis dilakukan terhadap data citra tubuh dan status gizi remaja putri.

#### **3.6.2.2 Analisis Bivariat**

Kemudian analisis bivariat dilakukan untuk melihat hubungan antara masing-masing variabel, yaitu citra tubuh dengan status gizi remaja putri dengan

menggunakan *uji chi-square*. Hasil kesimpulan pada penelitian ini jika  $p < 0,05$  maka  $H_0$  ditolak.

## **BAB IV**

### **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

#### **4.1 Hasil Penelitian**

##### **4.1.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian**

SMA Pangeran Antasari merupakan salah satu jenjang pendidikan yang dimiliki oleh Yayasan Pendidikan (YP) Pangeran Antasari. Sekolah ini didirikan pada tahun 1987 dengan tujuan mendidik siswa melalui bakat dan keterampilan sehingga berhasil membentuk siswa berkualitas, cerdas, kreatif, inovatif, kompetitif, dan mandiri sehingga mampu berprestasi di berbagai bidang pengetahuan.

Visi SMA Pangeran Antasari adalah optimalisasi mutu, kualitas, prestasi, dan budaya sesuai dengan perkembangan IPTEK yang potensial berdasarkan iman dan taqwa. Sedangkan misi sekolah ini antara lain:

1. Meningkatkan pelaksanaan proses kegiatan belajar mengajar dan bimbingan studi untuk mencapai prestasi akademik.
2. Meningkatkan secara berkesinambungan pengenalan nilai-nilai keagamaan.
3. Meningkatkan aktifitas dan prestasi bidang olah raga untuk mencapai prestasi non-akademik.
4. Meningkatkan kemampuan siswa dalam berbahasa Inggris.
5. Membekali siswa mampu mengoperasikan komputer.

SMA Pangeran Antasari berada pada satu kawasan dengan jenjang pendidikan lainnya yang dimiliki oleh YP Pangeran Antasari, yaitu dari jenjang TK, SD, SMP, SMK, sampai jenjang Sekolah Tinggi Ilmu Ekonomi Akuntansi dan Bisnis Internasional (STIE A&BI). Kawasan sekolah ini beralamat di Jalan Veteran No. 1060/19, Helvetia, Kecamatan Labuhan Deli, Kabupaten Deli Serdang, Sumatera Utara.

Luas tanah sekolah ini sebesar 4.100 m<sup>2</sup>. Sekolah ini terdiri dari 9 ruang kelas, 2 laboratorium, 1 perpustakaan, 2 sanitasi siswa, 1 lapangan bola basket,

dan 1 lapangan bola voli. Akses internet tersedia untuk seluruh civitas akademika dan didukung dengan daya listrik sebesar 24.800 KVA.

SMA Pangeran Antasari mendapat akreditasi A (Sangat Baik). Kurikulum sekolah ini adalah KTSP dengan Sistem Manajemen Berbasis Sekolah. Peminatan di sekolah ini terbagi menjadi 2, yaitu MIA (Matematika dan Ilmu Alam) dan IIS (Ilmu-Ilmu Sosial). Total murid di SMA Pangeran Antasari pada tahun ajaran 2018/2019 sebesar 250 orang, yang terdiri dari 105 orang laki-laki dan 145 orang perempuan. Khusus untuk jenjang SMA terdapat 2 pilihan ekstrakurikuler, yaitu paskibraka dan *marching band*.

#### 4.1.2 Karakteristik Responden

##### a. Usia Responden

Responden terdiri dari semua siswi berumur 15-18 tahun. Umur responden didasarkan pada perhitungan ulang tahun terakhir pada saat lahir hingga pada waktu pengambilan data penelitian, yaitu bulan Nopember. Distribusi responden berdasarkan usia dapat dilihat pada tabel 4.1 berikut ini.

**Tabel 4.1 Distribusi Responden Berdasarkan Usia**

Umur (tahun)	Frekuensi (n)	Persentase (%)
15	37	34,91
16	33	31,13
17	29	27,36
18	7	6,60
<b>Jumlah</b>	<b>106</b>	<b>100,00</b>

Dari 106 responden frekuensi usia 15 tahun sebanyak 37 siswi (34,91%), frekuensi usia 16 sebanyak tahun 33 siswi (31,13%), frekuensi usia 17 sebanyak tahun 29 siswi (27,36%) dan frekuensi usia 18 tahun sebanyak 7 siswi (6,6%)

##### b. Pendidikan Responden

Pemilihan responden secara proposional untuk tingkatan pendidikan yaitu Kelas X yang menjadi responden 33 siswi. Kelas XI yang menjadi responden 43 siswi dan kelas XII 30 siswi.

**Tabel 4.2 Distribusi Responden Berdasarkan Kelas**

<b>Kelas/ Jurusan</b>	<b>Frekuensi (n)</b>	<b>%</b>
X MIA 1	11	10,38
X MIA 2	12	11,32
X IIS	10	9,43
XI MIA	26	24,53
XI IIS	17	16,04
XII MIA	18	16,98
XII IIS	12	11,32
<b>Jumlah</b>	<b>106</b>	<b>100,0</b>

Dari 161 responden kelas X MIA1 sebanyak 11 siswi (10,38%), kelas X MIA2 sebanyak 12 siswi (11,32%), kelas kelas X IIS sebanyak 10 siswi (9,43%), kelas XI MIA sebanyak 26 siswi (24,53%). Kelas XI IIS sebanyak 17 siswi (16,04%), kelas XII MIA sebanyak 18 siswi (16,98%), dan Kelas XII IIS sebanyak 12 siswi (11,32%).

#### **4.1.3 Uji Normalitas Residual (Sebaran)**

Pada penelitian ini diperoleh taraf signifikansi =  $0,112 > 0,05$ , maka nilai residual berdistribusi normal. Perhitungan Uji Normalitas dapat dilihat pada lampiran 3. Secara visual uji normalitas pada penelitian ini dilakukan dengan *probability plot (p-plot)* yang dapat dilihat pada lampiran 4.

#### **4.1.4 Analisis Univariat**

Analisis univariat menggunakan program komputer untuk mendeskripsikan setiap variabel yaitu data citra tubuh dan status gizi responden.

##### **a. Distribusi Frekuensi Citra Tubuh Responden**

Citra tubuh adalah persepsi seseorang tentang bentuk fisik tubuhnya. Penilaian citra tubuh responden mengenai penampilan fisik bentuk tubuhnya dibagi menjadi dua yaitu, perespsi tubuh positif (+) dan presepsi tubuh negatif (-). Penilaian citra tubuh berdasarkan pengisian kusioner *Body Shape Questioner (BSQ)* oleh responden. Berikut ini adalah tabel 4.3 distribusi frekuensi citra tubuh responden.

**Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Citra Tubuh Responden**

Citra tubuh	Frekuensi (n)	%
Positif (+)	86	81,13
Negatif (-)	20	18,87
<b>Jumlah</b>	<b>106</b>	<b>100,0</b>

Dari 106 responden yang memiliki citra tubuh positif sebanyak 86 siswi (81,13%) dan citra tubuh negatif sebanyak 20 siswi (18,87%). Tabel frekuensi data karakteristik responden menurut citra tubuhnya dapat dilihat pada lampiran 4.

#### **b. Distribusi Frekuensi Status Gizi Responden**

Status gizi merupakan keadaan tubuh sebagai akibat konsumsi makanan, penyerapan, dan penggunaan zat-zat gizi. Penilaian status gizi responden di tentukan dengan indeks IMT menurut umur untuk menggambarkan proporsi tubuh. Berikut ini adalah tabel 4.5 distribusi frekuensi status gizi responden.

**Tabel 4.4 Distribusi Frekuensi Status Gizi Responden**

Status Gizi	Frekuensi (n)	%
Kurus	3	2,83
Normal	94	88,68
Gemuk	9	8,49
<b>Jumlah</b>	<b>106</b>	<b>100,0</b>

Dari 106 responden status gizi kurus sebanyak 3 siswi (2,83%), status gizi normal sebanyak 94 siswi (88,68%) dan status gizi gemuk sebanyak 9 siswi (8,49%). Tabel frekuensi data karakteristik responden menurut status gizinya dapat dilihat pada lampiran 5.

#### **4.1.5 Analisis Bivariat**

Analisis data menggunakan metode uji *chi square*, dengan perhitungan komputer. *Chi square* dapat digunakan untuk menguji apakah ada hubungan antara dua variabel kategorik, dengan derajat kepercayaan 95%, dan nilai  $\alpha = 0,05$ .

Data mengenai hubungan citra tubuh dengan status gizi pada remaja putri di SMA Pangeran Antasari dapat dilihat pada tabel 4.6 hubungan citra tubuh dengan status gizi responden.

**Tabel 4.5 Hubungan Citra tubuh dengan Status Gizi Responden**

Citra tubuh	Status Gizi						Jumlah		pValue
	Kurus		Normal		Gemuk				
	f	%	f	%	f	%	f	%	
Positif	2	2,32	81	94,19	3	3,49	86	81,13	
Negatif	1	5	13	65	6	30	20	18,87	0,000
<b>Jumlah</b>	<b>3</b>	<b>7,32</b>	<b>94</b>	<b>159,19</b>	<b>9</b>	<b>33,49</b>	<b>106</b>	<b>100,0</b>	

Dari 106 responden, yang memiliki citra tubuh positif kategori status gizi kurus sebanyak 2 siswi (2,32%), citra tubuh positif kategori status gizi normal sebanyak 81 siswi (94,19%) dan citra tubuh positif kategori status gizi gemuk sebanyak 3 siswi (3,49%). Dari 106 responden, yang memiliki citra tubuh negatif kategori status gizi kurus sebanyak 1 siswi (5%), citra tubuh negatif kategori status gizi normal sebanyak 13 siswi (65%) dan citra tubuh negatif kategori status gizi gemuk sebanyak 6 siswi (30%).

Pada penelitian ini dilakukan analisis korelasi dilakukan untuk mengetahui hubungan antar variabel yang diteliti yaitu persepsi citra tubuh sebagai variabel independen dan status gizi sebagai variabel dependen dengan menggunakan uji *Chi Square*. Nilai signifikansi sebesar 0,000 ( $p = 0,000$ ). Nilai  $0,000 < 0,05$  dapat disimpulkan bahwa  $H_0$  di tolak, yang berarti ada hubungan yang bermakna antara citra tubuh dengan status gizi. Perhitungan dapat di lihat pada lampiran 7.

#### 4.2 Pembahasan Penelitian

##### **Hubungan Citra Tubuh dengan Status Gizi Remaja Putri di SMA Pangeran Antasari Kabupaten Deli Serdang**

Hasil analisis hubungan citra tubuh dengan status gizi remaja putri SMA Pangeran Antasari diperoleh data citra tubuh positif status gizi kurus 2 siswi (2,32%) dan citra tubuh positif status gizi gemuk 3 siswi (3,49%), berbanding dengan citra tubuh negatif status gizi kurus 1 siswi (5%) dan citra tubuh negatif status gizi gemuk 6 siswi (30%). Hal ini berarti semakin tinggi ketidakpuasan terhadap citra tubuh, maka status gizinya semakin tidak normal kurus dan gemuk.

Ditunjukkan juga dari hasil uji analisis penelitian ini menggunakan *uji Chi Square*. Nilai asymp signifikansi sebesar 0,000 ( $p = 0,000$ ). Nilai  $0,000 < 0,05$  ( $\alpha = 0,05$ ) dapat di simpulkan bahwa  $H_0$  di tolak, yang berarti ada hubungan yang bermakna antara citra tubuh dengan status gizi remaja putri SMA Pangeran Antasari yang menggambarkan bahwa semakin baik persepsi citra tubuh remaja putri maka menunjukkan semakin baik pula status gizinya.

Hal ini sejalan dengan penelitian Nida Fadhilah Utami dan Triyanti. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebanyak 34% dari 188 responden melakukan diet penurunan berat badan dan memiliki persepsi citra tubuh negatif (mengalami ketidakpuasan terhadap bentuk tubuhnya) tidak hanya terjadi pada responden dengan kelebihan berat badan saja (gemuk dan obesitas), namun juga pada responden dengan status gizi normal. Pada uji analisis chi square diperoleh nilai  $p$ -value adalah 0.000 lebih kecil dari  $\alpha = 0,05$ . Dengan demikian menunjukkan ada hubungan antara citra tubuh dengan status gizi (IMT/U) responden di SMA Negeri 5 Tasikmalaya Tahun 2013 (24).

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian Widianti (2015), yang menyatakan berdasarkan hasil pengukuran citra tubuh melalui *Body Shape Questionnaire* (BSQ) diketahui bahwa sebanyak (59,7%) puas terhadap bentuk tubuhnya dan sebanyak (40,3%) merasa tidak puas terhadap bentuk tubuhnya. Ditemukan 9 subjek (12,5%) dengan status gizi normal namun merasa tidak puas dengan bentuk tubuhnya. Dengan hasil analisis bivariat menunjukkan bahwa citra tubuh berhubungan dengan status gizi dengan  $r = 0,482$ ,  $p = 0,000$  (27).

Ketidakpuasan citra tubuh pada remaja putri terjadi karena ketidaksesuaian bentuk tubuhnya dengan bentuk tubuh yang di harapkan. Masa puberitas pada remaja putri di barengi dengan peningkatan lemak tubuh menyebabkan mereka sering merasa tidak puas dengan bentuk tubuhnya karena perubahan yang terjadi belum tentu sesuai dengan keinginannya.

Citra tubuh merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi pemilihan makanan. Makanan diperlukan oleh manusia untuk menunjang pertumbuhan, mempertahankan hidup, dan melakukan aktivitas fisik. Apabila konsumsi

makanan kurang dari kebutuhan tubuh maka cadangan makanan yang terdapat di dalam tubuh yang disimpan dalam otot dan lemak akan digunakan (28).

Citra tubuh pada umumnya dialami oleh mereka yang menganggap bahwa penampilan adalah faktor yang paling penting dalam kehidupan. Hal ini terutama terjadi pada usia remaja (29). Hal ini juga sebanding dengan hasil penelitian terlihat juga dari status gizi kurus 15 %, yang persepsi positif 12% dan persepsi negatif 2,83%. Di status gizi gemuk 8,49 %, persepsi positif 3,49% dan persepsi negatif 30%. Menggambarkan bahwa lebih banyak remaja putri yang bertubuh gemuk memiliki citra tubuh negatif.

Rasa takut menjadi gemuk (*fear of fatness*) merupakan istilah untuk mendeskripsikan penolakan terhadap kelebihan berat badan atau kegemukan dengan disertai upaya penurunan berat badan yang tidak ada kaitannya dengan ukuran tubuh. Bentuk rasa takut menjadi gemuk (*fear of fatness*) memiliki ciri bahwa banyak orang yang terkena permasalahan dengan *body dissatisfaction* (mempersepsikan dirinya lebih gemuk daripada sebenarnya), sementara sebagian lainnya terus mempertahankan tubuh yang kurus sekalipun mereka mengakui bahwa mereka tidak kelebihan berat badan (24).

Keadaan ini mengakibatkan pengontrolan bentuk badan yang tidak tepat pada orang-orang yang berat badannya normal atau bahkan kurang. Kesalahan persepsi dalam melihat perubahan diri seorang remaja menyebabkan mereka tidak memperhatikan asupan makanan yang bergizi. Padahal makanan yang bergizi sangat penting untuk mengimbangi perubahan-perubahan yang sangat pesat, baik fisik, psikologi maupun sosial pada periode *growth spurt* remaja. Penurunan berat badan yang berlanjut akan menyebabkan keadaan gizi kurang yang akan berakibat terhambatnya proses pertumbuhan dan perkembangan.

Dampak lain yang dapat timbul seseorang mudah terjangkit penyakit menular serta penurunan prestasi akademik. Kekurangan asupan ini apabila berlangsung dalam jangka waktu yang cukup lama maka akan mengakibatkan menurunnya berat badan dan kekurangan zat gizi lain. Oleh karena itu, citra tubuh remaja putri harus diperhatikan.

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1 Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian citra tubuh dengan status gizi remaja putri di SMA Pangeran Antasari Kabupaten Deli Serdang, Sumatera Utara dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Sebagian besar responden memiliki citra tubuh positif.
2. Sebagian besar responden memiliki status gizi normal.
3. Ada hubungan antara citra tubuh dengan status gizi remaja putri.

#### **5.2 Saran**

##### **5.2.1 Saran Kepada Responden**

Siswi SMA Pangeran Antasari Kabupaten Deli Serdang agar selalu berpikir positif terhadap tubuh. Fokus pada hal-hal yang disukai pada bagian tubuh, selalu menjaga kebersihan tubuh, dan selalu berpakaian yang terbaik dapat membangun citra tubuh positif.

##### **5.2.2 Saran Kepada Tempat Penelitian**

Meningkatkan pemahaman citra tubuh positif di kalangan peserta didik. Misalnya dengan cara pendidikan gizi.

##### **5.2.3 Saran Kepada Penelitian Selanjutnya**

Setelah melakukan hasil evaluasi terhadap penelitian yang telah dilakukan, saran yang diberikan kepada penelitian selanjutnya adalah:

1. Perlu dilakukan penelitian lanjutan untuk meneliti hubungan status gizi remaja dengan kemungkinan adanya gangguan makan.
2. Perlu dilakukan penelitian lanjutan untuk meneliti tentang faktor yang menjadi penyebab timbulnya citra tubuh negatif pada remaja, khususnya remaja putra.

## DAFTAR PUSTAKA

1. Moersintowati NB, Sularyo TS, Soetjningsih HS, Ranuh IGNG. Tumbuh Kembang Anak dan Remaja. Nancy Pardede Masa remaja Jakarta CV Sagung Seto. 2008;
2. JRL B. Perkembangan Remaja. Sari Pediatr. 2010;
3. Rohana Uly Pradita Siregar. PADA REMAJA PUTRI MASA PUBERTAS ( Relationship Body Image With Eating Disorders On Passenger Passenger ). 2004;
4. Maria Indri W et al. Konsep Citra Tubuh. 2014;
5. Aqmariya Syarafina EP. Hubungan Eating Disorder dengan Status Gizi pada Remaja Putri di Modeling Agency Semarang. J Nutr Coll. 2014;3(2):48–53.
6. Kementerian Kesehatan RI. Buku Saku Pemantauan Status Gizi Tahun 2017. 2017;140. Available from: <http://sehatnegeriku.kemkes.go.id/baca/rilis-media/20170203/0319612/inilah-hasil-pemantauan-status-gizi-psg-2016/>
7. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) 2013. Badan Penelit dan Pengemb Kesehat Kementeri Kesehat RI Tahun 2013. 2013;
8. Surjantini S. Provinsi Sumatera Utara Tahun 2012. 2012.
9. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, Kementrian Kesehatan RI, Penelitian B, Pengembangan DAN, Ri KK. Riset Kesehatan Dasar 2010. Badan Penelit dan Pengemb Kesehat. 2010;
10. Dkk H. Ilmu Gizi Teori dan aplikasi. In: buku kedokteran EGC. 2013.
11. Pampang E, Purba MB, Huriyati E. Asupan Energi,Aktifitas Fisik,Presepsi Orangtua, dan Obesitas Siswa dan Siswi SMP di Kota Yogyakarta. 2009;5 No. 3.
12. Khomsan A. Peranan Pangan dan Gizi untuk Kualitas Hidup. Jakarta: PT Grasindo; 2007.
13. Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia. Pedoman Gizi Seimbang. Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 41 2014.
14. Atikah P D. Ilmu Keperawatan dan Gizi Kesehatan. Nuha Medika; 2011 p.
15. Diana De. jurnal gizi indon. Pengguna Metod Body Shape Quest dan Fig Rat Scale untuk pengukuran presepsi tubuh remaja Peremp.
16. Hasdianah. Gizi Pemanfaatan Gizi, Diet dan Obesitas. In: Nuha Medika. Yogyakarta; 2017.
17. Par'i HM. Buku Ajar Gizi : Penilaian Status Gizi. Kemenkes RI : Pusat Pendidikan Sumber Daya Manusia Kesehatan; 2017.
18. I Dewa N. Penilaian Status Gizi. In: buku kedokteran EGC. 2002.
19. Herlina Dwi Cahyaningrum. Hubungan Antara Body Image Dengan Status Gizi Pada Remaja Putri Kelas XI IPS di SMA Batik 1 Surakarta. 2013;
20. Rumini S. Perkembangan Anak dan Remaja. Rineka Cipta; 2004.
21. Febrina A. Gangguan Makan. Buku Ajar Psikiatri (textb Psychiatry). 2011;346–59.

22. Aritonang I. Menilai Status Gizi untuk Mencapai Sehat Optimal. 2nd ed. 2011.
23. Widianti NUR. Hubungan Antara Body Image Dan Perilaku Makan Dengan Status Gizi Remaja Putri Di SMA Theresiana Semarang. *J Nutr Coll.* 2012;
24. Damayanti AE. Hubungan Citra Tubuh, Aktivitas Fisik, dan Pengetahuan Gizi Seimbang dengan Status Gizi Remaja Putri. 2016.
25. Lintang, Anastasi, dkk. 2015. Hubungan Citra Tubuh dan Perilaku Diet Remaja Putri di SMA Negeri 9 Manado.
26. Damayanti, Adelin Elsa. 2016. Hubungan Citra Tubuh, Aktifitas Fisik, dan Pengetahuan Gizi Seimbang dengan Status Gizi Remaja Putri.
27. Widianti. Hubungan Antara Body Image dan Prilaku Makan dengan Status Gizi Remaja Putri Di SMA Theresiana Malang.
28. Aritonang I. 2011. Menilai Status Gizi Untuk Mencapai Sehat Optimal. In: Leutika.
29. Dewi Diana. 2010. Pengguna Metode Body Shape Questionnaire (BSQ) dan Figure Rate Scale Untuk Pengukuran Presepsi Tubuh Remaja Perempuan. *Jurnal Gizi Indon* 33 (1):29-36.

## Lampiran 1

### KUESIONER PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini telah bersedia menjadi responden setelah mendapatkan penjelasan dalam penelitian yang dilakukan oleh peneliti:

Nama : Lelly Lubis

NIM : 1602031010

Judul : Hubungan Citra Tubuh dengan Status Gizi Remaja Putri di SMA Pangeran  
Antasari Kabupaten Deli Serdang.

Demikian surat persetujuan ini saya buat dan saya tanda tangani tanpa adanya paksaan dari pihak mana pun. Saya juga menyadari bahwa penelitian ini tidak akan menimbulkan kerugian kepada saya sebagai responden, maka dari itu saya bersedia menjadi responden.

Deli Serdang, Nopember 2018

( )

---

#### I. Identitas

Nama :  
Tempat/Tanggal lahir :  
Umur :  
Berat Badan : ..... kg  
Tinggi Badan : ..... cm  
IMT

## Lampiran 2

### KUESIONER CITRA TUBUH

Peneliti bermaksud mengetahui bagaimana anda menilai penampilan anda dalam jangka waktu 1 bulan terakhir. Bacalah pertanyaan-pertanyaan berikut dan **jawablah semua pertanyaan (jangan sampai ada yang terlewatkan)** dengan memberikan *checklist* (√) pada nomor sesuai jawaban anda.

No.	Pertanyaan	Tidak Pernah	Jarang	Kadang kadang	Sering	Sangat Sering	Selalu
		1	2	3	4	5	6
1.	Pernahkah anda berfikir bahwa tubuh anda saat ini terlalu gemuk?						
2.	Pernahkah anda merasa khawatir terhadap bentuk tubuh anda yang terlalu gemuk sehingga anda perlu melakukan diet?						
3.	Pernahkah anda berfikir bahwa paha, pinggul, atau pantat anda terasa terlalu besar dan tidak sesuai dengan ukuran tubuh anda?						
4.	Pernahkah anda merasa takut jika tubuh anda bertambah menjadi gemuk?						
5.	Pernahkah anda merasa tidak nyaman jika ada bagian tubuh anda						

No.	Pertanyaan	Tidak Pernah	Jarang	Kadang kadang	Sering	Sangat Sering	Selalu
		1	2	3	4	5	6
	yang tidak kencang?						
6.	Pernahkah anda merasa gemuk dalam keadaan kenyang?						
7.	Pernahkah anda merasa  Sedih karena menganggap bentuk tubuh anda buruk?						
8.	Pernahkah anda merasa tidak percaya diri saat berlari karena membuat seluruh tubuh anda terguncang?						
9.	Pernahkah anda merasa tidak percaya diri saat bersama dengan wanita dengan tubuh yang lebih langsing?						
10.	Pernahkah anda merasa tidak nyaman ketika paha anda tidak bisa menutup rapat saat duduk?						

No.	Pertanyaan	Tidak Pernah	Jarang	Kadang kadang	Sering	Sangat Sering	Selalu
		1	2	3	4	5	6
11.	Pernahkah anda merasa akan menjadi gemuk padahal hanya makan sedikit?						
12.	Pernahkah anda memperhatikan bentuk tubuh wanita lain dan merasa bahwa tubuh anda tidak seindah tubuh wanita tersebut?						
13.	Pernahkah anda merasa bahwa bentuk tubuh anda saat ini membuat anda tidak nyaman saat melakukan berbagai aktivitas?						
14.	Pernahkah anda merasa terlalu gemuk dalam keadaan tanpa busana, misalnya sewaktu mandi?						
15.	Pernahkah anda menghindari mengenakan pakaian yang memperlihatkan lekukan tubuh anda?						
16.	Pernahkah anda merasa ingin						

No.	Pertanyaan	Tidak Pernah	Jarang	Kadang kadang	Sering	Sangat Sering	Selalu
		1	2	3	4	5	6
	mengurangi bagian tubuh tertentu yang terasa berlebih?						
17.	Pernahkah anda merasa menjadi gemuk setelah anda memakan kue, manisan, coklat, dan lainnya?						
18.	Pernahkah anda merasa tidak nyaman saat bergaul karena merasa bentuk tubuh anda buruk?						
19.	Pernahkah anda merasa bahwa bentuk tubuh anda terlalu besar dan bulat?						
20.	Pernahkah anda merasa malu dengan bentuk tubuh anda saat ini?						
21.	Pernahkah anda merasa bahwa tubuh anda tidak ideal sehingga anda perlu melakukan diet?						
22.	Pernahkah anda merasa lebih senang dengan bentuk tubuh anda						

No.	Pertanyaan	Tidak Pernah	Jarang	Kadang kadang	Sering	Sangat Sering	Selalu
		1	2	3	4	5	6
	ketika perut kosong? (misalnya saat bangun tidur di pagi hari)						
23.	Pernahkah anda merasa bahwa bentuk tubuh anda saat ini disebabkan karena kurang kontrol diri terhadap pola makan?						
24.	Pernahkah anda merasa tidak nyaman saat orang lain memperhatikan bentuk tubuh anda?						
25.	Pernahkah anda merasa tidak adil jika ada wanita lain yang lebih langsing dari pada anda?						
26.	Pernahkah anda memuntahkan apa yang telah anda makan agar merasa lebih langsing?						
27.	Saat anda duduk bersama orang lain, pernahkah anda merasa mengambil tempat duduk terlalu banyak						

No.	Pertanyaan	Tidak Pernah	Jarang	Kadang kadang	Sering	Sangat Sering	Selalu
		1	2	3	4	5	6
	(misal saat duduk di sofa/bus)?						
28.	Pernahkah anda merasa tidak nyaman pada bagian tubuh yang dirasa kendur/tidak kencang?						
29.	Pernahkah anda merasa tidak percaya diri saat melihat bayangan anda (misal di cermin)?						
30.	Pernahkah anda mencubit/menarik bagian tertentu pada tubuh anda untuk melihat berapa banyak lemak yang tertimbun didalamnya?						
31.	Pernahkah anda menghindari tempat tempat dimana orang dapat melihat tubuh anda dengan jelas, misalnya dikolam renang?						
32.	Pernahkah anda mengkonsumsi obat pencahar/pencuci						

No.	Pertanyaan	Tidak Pernah	Jarang	Kadang kadang	Sering	Sangat Sering	Selalu
		1	2	3	4	5	6
	perut agar merasa lebih langsing?						
33.	Pernahkah anda merasa tidak percayadiri ketika bersama dengan sekelompok orang?						
34.	Pernahkah anda merasa khawatir tentang bentuk tubuh sehingga ingin melakukan latihan fisik (olahraga/senam)?						

## Lampiran 3

No	Nama Responden	Kelas	Citra Tubuh (X)	IMT (Y)
1	Cut Nuraini R	X MIA 1	58	16.90
2	Khairunisa	X MIA 1	44	17.78
3	Putri Amalia	X MIA 1	71	18.67
4	Rani	X MIA 1	100	17.97
5	Renti M br. Pasaribu	X MIA 1	134	32.47
6	Riani	X MIA 1	123	29.09
7	Sabrina Maulidya Anwar	X MIA 1	167	21.50
8	Salsabila Putri Yustin	X MIA 1	65	18.29
9	Syan Fitri Handayani	X MIA 1	120	17.33
10	Wira Wati	X MIA 1	146	19.38
11	Yulia Andini	X MIA 1	59	18.72
12	Amanah Tahara	X MIA 2	94	32.47
13	Dharma Winda Nurvira	X MIA 2	63	17.72
14	Fadira Syahputri	X MIA 2	43	22.06
15	Gracia Putri Debor	X MIA 2	54	19.63
16	Indri Dihas Putri	X MIA 2	156	21.49
17	Jennifer Leslie	X MIA 2	72	27.06
18	Liza Nur Azizah	X MIA 2	69	25.97
19	Nesya Adisty Susanto	X MIA 2	48	27.24
20	Putri Chintya	X MIA 2	70	26.04
21	Rica	X MIA 2	93	19.63
22	Syawalina Amri	X MIA 2	41	27.24
23	Verina Luthfiyah	X MIA 2	82	18.26
24	Ayu Khairani Simbolon	X IIS	44	15.43
25	Della Aulia Rahma	X IIS	81	20.41
26	Jesslyn	X IIS	62	17.97
27	Lulu Dira Tista	X IIS	54	18.37
28	Nasya Dwi Nazla	X IIS	108	27.56
29	Nasywa Anindya	X IIS	125	19.56
30	Nesya	X IIS	116	20.00
31	Tia Amanda	X IIS	109	25.54
32	Widia Putri Batubara	X IIS	156	18.49
33	Zilfiana Putri	X IIS	181	24.35
34	Adelia Natasya	XI MIA	102	30.46
35	Adelina Putri Yasmin	XI MIA	106	21.36
36	Amalia Eharfa Adlina	XI MIA	70	19.10
37	Amanda Permata Putri	XI MIA	40	19.22

38	Anita Selviana	XI MIA	66	19.20
39	Bella Aprillia Hutagalung	XI MIA	40	25.39
40	Dea Intira	XI MIA	101	23.11
41	Desi Mutia	XI MIA	110	19.98
42	Dina Karinda Masri	XI MIA	85	17.44
43	Diva Ayu Alfia	XI MIA	61	20.28
44	Eva Rahmadani	XI MIA	44	19.29
45	Fera Mai Triana	XI MIA	77	16.65
46	Indah Sapitri	XI MIA	87	22.83
47	Juita Anjani	XI MIA	63	18.81
48	Kania Rahma Sari	XI MIA	137	26.37
49	Marwinda Sari Sinaga	XI MIA	89	19.53
50	Novita Rahmadani	XI MIA	45	20.89
51	Puja Muharani	XI MIA	54	21.29
52	Rahma Dewi	XI MIA	95	20.00
53	Regina Farah Salwa Lubis	XI MIA	105	20.17
54	Rina Wijaya Sitepu	XI MIA	58	22.06
55	Sapna Prestikuswoyo	XI MIA	67	17.93
56	Sindi Ayuningsih	XI MIA	45	17.67
57	Siska Pratiwi	XI MIA	53	18.49
58	Siti Holida Siregar	XI MIA	115	26.71
59	Tamara Johanna Hutabarat	XI MIA	66	21.23
60	Delti	XI IIS	45	20.82
61	Desi Arie Pratiwi	XI IIS	52	17.58
62	Dhea Harmutia Atika Sari	XI IIS	76	16.63
63	Dinda Afrilla	XI IIS	54	19.63
64	Fiza Anggraini	XI IIS	49	17.31
65	Havizah Hariansyah	XI IIS	63	18.31
66	Julianti	XI IIS	166	33.33
67	Lenny Purnama Sari	XI IIS	54	19.47
68	Mega Anjela	XI IIS	54	16.02
69	Nadia Elfira Fau	XI IIS	71	19.07
70	Naomi	XI IIS	45	19.11
71	Nasmira	XI IIS	84	20.43
72	Putri Nurcahaya	XI IIS	46	21.94
73	Rika Oktavia Sari Sembiring	XI IIS	130	21.16
74	Sari Miranda Siregar	XI IIS	141	16.41
75	Selina Tanoto	XI IIS	105	26.57
76	Sumiati	XI IIS	141	21.64
77	Angeli Vionadio Noventry	XII MIA	133	32.47

78	Annisa Asyari'ah	XII MIA	60	27.24
79	Baginda Oloan Ferilla Munthe	XII MIA	76	18.26
80	Chindy Krismaniar	XII MIA	48	20.55
81	Dameria br. Simamora	XII MIA	77	18.99
82	Delina Juli Arta Sihotang	XII MIA	70	18.78
83	Desvina Nisya Fitri	XII MIA	60	21.64
84	Iswer Kaur	XII MIA	81	17.58
85	Labiba Raihanna Achsya	XII MIA	121	19.05
86	Meutya Sari	XII MIA	164	20.89
87	Priskila Lasmauli	XII MIA	73	23.28
88	Putri Indriani	XII MIA	60	18.90
89	Saydana Harsesa	XII MIA	90	20.03
90	Sri Mayyasya Irsa	XII MIA	74	18.83
91	Suci Purnama Dewi	XII MIA	80	23.73
92	Syahdana Harsesa	XII MIA	69	20.03
93	Tengku Raesyah	XII MIA	53	19.29
94	Widi Ayu Ramadhani	XII MIA	65	20.34
95	Anisa	XII IIS	60	25.78
96	Annisa Salsabila	XII IIS	66	24.24
97	Cindy Fadillah	XII IIS	57	18.26
98	Danita Nurmala	XII IIS	63	21.43
99	Dini Gusfiranti	XII IIS	75	17.72
100	Indri Miranti	XII IIS	81	17.48
101	Liza Ayu Fitriani	XII IIS	65	20.08
102	Nifa Adinda	XII IIS	85	19.14
103	Nur Ainun	XII IIS	129	24.03
104	Nurul Kavita Irawan	XII IIS	76	23.15
105	Regina Oscar	XII IIS	92	17.22
106	Siti Zulaika	XII IIS	68	18.59

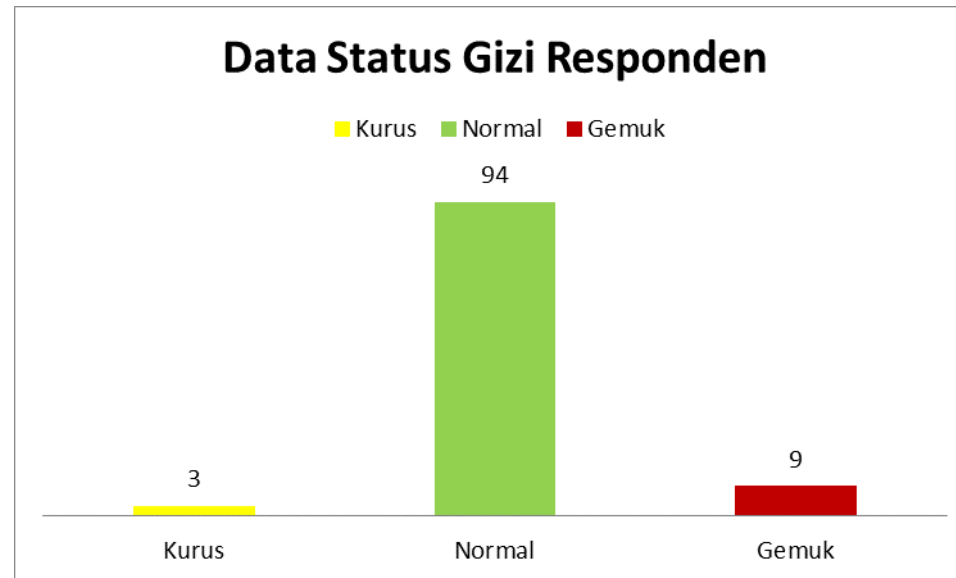


No	ID RESPONDEN	Kelas	Butir Kuisinoner																																Total	Citra Tubuh		
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32			33	34
18	ID 018	X MIA 2	3	2	3	3	2	2	2	2	2	1	2	2	3	2	1	2	1	2	2	2	3	2	2	3	2	1	3	1	1	1	3	1	2	3	69	Positif
19	ID 019	X MIA 2	1	1	1	3	1	3	1	1	1	2	1	1	1	1	5	1	1	1	1	1	1	1	1	3	1	1	1	1	1	1	3	1	1	47	Positif	
20	ID 020	X MIA 2	3	1	4	1	1	2	3	3	4	1	1	4	1	1	4	1	4	1	4	1	1	1	5	1	1	1	3	1	1	4	1	3	1	70	Positif	
21	ID 021	X MIA 2	3	4	1	3	4	5	4	4	2	2	1	3	1	1	4	5	2	3	4	3	6	1	1	5	3	1	1	1	2	3	2	1	4	3	93	Positif
22	ID 022	X MIA 2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	2	2	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	41	Positif	
23	ID 023	X MIA 2	4	2	3	5	3	4	2	1	1	1	3	2	1	3	6	6	3	1	2	1	3	1	4	3	1	1	1	2	1	2	1	1	6	82	Positif	
24	ID 024	X IIS	1	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	1	1	3	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	44	Positif	
25	ID 025	X IIS	3	4	2	4	2	4	2	2	1	1	1	2	2	2	4	3	2	1	2	4	2	3	2	1	1	2	1	2	4	2	1	1	2	74	Positif	
26	ID 026	X IIS	1	1	1	3	1	3	1	1	1	3	3	1	1	1	3	4	1	1	1	1	1	3	2	1	2	4	1	2	3	2	1	1	1	58	Positif	
27	ID 027	X IIS	1	1	1	1	1	3	1	1	3	1	4	2	1	1	2	1	3	1	1	1	1	1	3	1	1	1	1	1	1	4	1	1	1	4	53	Positif
28	ID 028	X IIS	6	4	3	3	2	6	3	3	2	2	2	1	2	1	4	3	3	3	2	6	5	4	6	3	5	2	2	2	2	2	1	3	6	106	Positif	
29	ID 029	X IIS	4	4	3	6	1	4	4	6	3	2	3	5	4	3	5	4	4	3	3	3	6	5	6	4	5	2	2	4	3	4	3	1	3	4	126	Negatif
30	ID 030	X IIS	1	5	5	5	1	6	4	5	3	1	4	5	6	2	3	6	5	4	3	3	5	6	4	5	2	1	1	1	1	4	1	1	1	3	113	Negatif
31	ID 031	X IIS	3	4	3	4	3	3	2	3	4	3	3	4	4	3	4	5	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	2	3	3	3	4	1	2	4	109	Positif
32	ID 032	X IIS	4	5	4	4	4	5	4	4	4	4	3	6	4	6	4	6	6	4	6	4	6	4	6	4	4	4	3	4	6	4	4	3	4	6	153	Negatif
33	ID 033	X IIS	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	3	6	6	5	6	6	5	6	3	4	6	6	6	3	3	4	6	186	Negatif
34	ID 034	XI MIA	6	2	3	3	3	4	1	3	2	1	2	3	2	2	1	4	3	2	1	5	1	2	3	4	5	3	6	1	2	4	2	4	2	3	95	Positif
35	ID 035	XI MIA	3	4	2	5	2	6	3	3	2	1	4	3	2	1	4	4	3	3	3	3	2	3	2	5	4	2	3	4	3	4	4	1	2	1	101	Positif
36	ID 036	XI MIA	2	1	1	5	4	3	2	2	1	1	1	2	1	1	5	6	1	1	1	2	1	5	2	3	1	1	1	1	1	2	2	1	1	5	70	Positif
37	ID 037	XI MIA	1	1	1	1	3	1	1	2	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	40	Positif
38	ID 038	XI MIA	1	1	1	3	1	4	2	2	1	1	3	4	1	3	1	3	4	1	3	1	1	6	1	2	1	1	2	1	2	1	1	1	1	2	65	Positif
39	ID 039	XI MIA	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	6	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	40	Positif
40	ID 040	XI MIA	2	4	2	6	6	2	2	4	2	4	4	2	2	4	4	4	2	2	2	3	6	6	2	3	1	1	2	4	2	4	1	1	1	4	101	Positif
41	ID 041	XI MIA	6	4	2	6	3	2	2	4	4	1	4	4	2	2	4	3	4	3	3	4	4	2	6	3	1	1	4	3	4	3	1	3	6	110	Positif	
42	ID 042	XI MIA	4	4	3	3	4	4	3	2	3	4	2	2	1	1	2	3	2	1	2	3	4	3	4	4	2	1	1	2	1	3	2	1	1	3	85	Positif
43	ID 043	XI MIA	4	6	1	1	4	4	2	1	1	1	4	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	5	2	2	1	1	1	1	61	Positif	
44	ID 044	XI MIA	1	1	1	1	3	3	2	1	1	1	1	3	3	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	44	Positif
45	ID 045	XI MIA	1	1	1	1	4	1	2	2	6	1	1	4	4	1	2	1	1	2	1	3	1	2	4	2	4	1	1	4	5	1	3	1	4	4	77	Positif
46	ID 046	XI MIA	3	4	2	2	2	4	3	3	2	2	4	1	2	3	3	3	4	1	2	1	3	3	2	2	2	1	3	4	3	3	1	1	2	3	84	Positif
47	ID 047	XI MIA	3	1	1	1	3	4	1	3	1	1	3	1	1	3	3	1	1	1	1	1	1	1	4	3	1	1	1	3	1	4	1	1	3	3	63	Positif
48	ID 048	XI MIA	6	4	6	6	4	1	4	2	6	1	5	4	3	5	6	6	1	4	3	5	5	1	6	6	5	3	2	3	5	4	6	1	2	6	137	Negatif
49	ID 049	XI MIA	1	2	4	2	6	5	1	6	1	1	1	3	1	1	3	5	3	1	1	1	1	3	4	6	1	1	2	5	2	6	3	1	1	4	89	Positif
50	ID 050	XI MIA	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	6	1	1	1	1	1	1	1	6	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	45	Positif
51	ID 051	XI MIA	2	1	1	2	1	2	1	1	1	1	3	2	1	2	4	3	2	1	1	2	1	3	2	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	3	54	Positif
52	ID 052	XI MIA	1	6	4	6	2	5	1	2	4	2	3	3	2	3	6	3	5	2	2	1	5	5	3	3	1	1	1	2	1	2	3	1	1	3	95	Positif

No	ID RESPONDEN	Kelas	Butir Kuisinoner																																		Total	Citra Tubuh	
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34			
53	ID 053	XI MIA	4	3	1	6	2	2	4	4	6	5	3	6	6	3	1	6	3	4	1	3	3	5	3	2	6	1	1	1	3	1	1	3	1	3	2	105	Positif
54	ID 054	XI MIA	2	1	1	1	6	2	1	2	1	2	1	2	2	13	1	1	1	1	1	1	1	2	2	3	2	1	1	2	2	4	1	1	1	2	68	Positif	
55	ID 055	XI MIA	3	1	4	1	3	4	1	3	1	1	1	1	1	3	1	3	2	1	3	1	1	3	4	1	1	1	3	2	5	2	1	3	1	68	Positif		
56	ID 056	XI MIA	1	1	1	1	3	3	1	1	1	1	1	3	1	1	1	1	1	1	1	3	1	1	1	1	1	1	1	3	1	1	1	1	1	44	Positif		
57	ID 057	XI MIA	1	1	1	1	1	1	3	2	1	1	1	3	1	1	1	1	1	3	1	3	1	1	3	2	1	1	2	3	3	1	1	1	2	52	Positif		
58	ID 058	XI MIA	4	5	1	6	4	2	1	1	6	1	3	6	6	4	4	3	6	2	6	3	4	3	6	1	1	3	5	2	1	2	2	2	111	Negatif			
59	ID 059	XI MIA	2	1	2	1	3	3	4	3	1	1	2	3	2	2	3	1	2	3	1	2	1	1	5	1	1	1	1	3	2	2	1	1	2	65	Positif		
60	ID 060	XI IIS	2	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	2	1	1	1	3	2	1	1	1	2	1	3	1	1	2	45	Positif		
61	ID 061	XI IIS	3	1	1	3	1	3	1	1	1	1	3	1	1	2	1	1	2	1	1	1	1	4	3	1	1	1	1	1	4	1	1	1	1	52	Positif		
62	ID 062	XI IIS	6	3	1	4	1	3	4	1	2	3	1	2	1	2	4	2	1	2	2	3	1	2	2	3	3	1	1	3	1	2	2	1	3	1	74	Positif	
63	ID 063	XI IIS	1	1	1	2	1	2	2	2	1	1	2	4	2	1	2	1	2	1	1	1	1	1	2	2	2	2	1	2	1	2	2	1	2	2	54	Positif	
64	ID 064	XI IIS	1	1	1	1	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	1	1	3	1	3	1	3	1	2	3	1	1	47	Positif	
65	ID 065	XI IIS	2	1	1	3	4	2	4	2	1	1	1	4	3	1	1	1	1	2	1	2	1	2	3	3	1	1	1	2	2	4	2	1	3	1	65	Positif	
66	ID 066	XI IIS	4	4	6	4	6	4	6	5	6	4	5	6	5	6	5	6	5	6	6	6	5	6	6	4	2	6	6	6	5	4	2	6	6	174	Negatif		
67	ID 067	XI IIS	1	1	1	3	1	3	3	4	1	1	1	1	1	3	1	3	1	1	1	1	3	3	1	1	1	1	1	3	2	1	1	1	1	54	Positif		
68	ID 068	XI IIS	3	4	1	4	1	2	1	1	1	1	4	1	1	1	1	2	1	3	1	2	3	1	2	3	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	54	Positif	
69	ID 069	XI IIS	3	1	1	1	6	4	3	3	1	1	2	3	2	3	2	1	1	1	1	1	1	4	2	1	1	6	2	1	3	1	1	1	2	70	Positif		
70	ID 070	XI IIS	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	2	1	1	2	1	2	2	2	1	1	1	1	2	2	1	1	1	2	45	Positif	
71	ID 071	XI IIS	2	3	2	6	6	3	2	3	2	1	3	2	1	2	3	2	2	2	2	3	3	2	2	4	2	1	3	2	3	3	2	1	1	1	82	Positif	
72	ID 072	XI IIS	1	1	2	4	3	2	1	1	3	1	1	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	46	Positif	
73	ID 073	XI IIS	6	4	4	4	4	5	4	3	2	3	5	4	6	4	6	3	4	5	6	3	2	3	3	2	3	4	5	4	5	3	3	3	5	1	131	Negatif	
74	ID 074	XI IIS	6	5	5	6	6	4	6	6	5	2	4	6	4	6	6	5	1	3	5	6	5	2	5	6	6	1	1	6	2	3	1	2	1	3	141	Negatif	
75	ID 075	XI IIS	3	6	2	6	2	3	3	3	4	1	2	4	3	3	2	4	3	1	3	3	6	3	4	6	2	1	1	2	4	4	3	1	3	4	105	Positif	
76	ID 076	XI IIS	6	3	4	6	6	6	4	4	6	3	4	4	4	3	4	6	5	4	5	6	5	4	4	3	3	1	3	4	5	3	3	1	3	6	141	Negatif	
77	ID 077	XII MIA	3	3	3	6	6	6	2	6	4	3	6	6	3	3	6	3	3	2	3	6	6	4	6	2	1	1	6	2	4	3	1	3	4	129	Negatif		
78	ID 078	XII MIA	1	1	1	1	1	6	3	3	1	1	4	5	3	1	1	1	4	1	3	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	60	Positif	
79	ID 079	XII MIA	3	2	1	4	1	6	2	1	4	1	4	2	1	2	6	1	4	1	1	1	4	5	1	2	1	1	1	1	3	3	1	1	1	3	76	Positif	
80	ID 080	XII MIA	1	1	1	3	2	3	1	2	1	1	2	3	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	48	Positif	
81	ID 081	XII MIA	1	1	4	4	4	2	5	5	1	1	1	3	2	1	2	1	1	4	1	2	1	3	4	4	1	1	1	2	3	2	4	1	3	1	77	Positif	
82	ID 082	XII MIA	3	1	3	4	6	3	1	3	1	1	1	1	1	3	3	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	6	3	2	3	1	1	1	70	Positif	
83	ID 083	XII MIA	1	1	1	3	1	3	1	1	1	1	6	4	4	1	1	1	3	2	1	1	1	2	4	3	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	59	Positif	
84	ID 084	XII MIA	3	4	3	4	4	6	2	1	3	2	4	3	1	3	2	3	2	1	1	1	3	3	1	3	1	1	1	2	2	2	1	1	1	6	81	Positif	
85	ID 085	XII MIA	3	4	4	6	5	4	4	4	5	4	3	4	3	4	6	6	3	1	3	2	5	3	5	3	3	1	1	4	3	3	2	1	2	6	120	Negatif	
86	ID 086	XII MIA	6	6	6	6	6	4	5	5	6	5	6	6	4	3	6	6	3	4	5	6	6	6	6	6	5	3	1	5	4	5	3	1	3	6	164	Negatif	
87	ID 087	XII MIA	1	1	1	2	4	3	4	4	1	1	1	3	2	1	3	1	1	4	1	2	1	3	4	4	1	1	1	2	3	2	4	1	3	2	73	Positif	



## Lampiran 6



Tabel Distribusi Frekuensi Status Gizi Responden

No	ID Responden	Kelas	Tempat Lahir	Tanggal Lahir	Umur		BB (kg)	TB (m)	IMT	STATUS GIZI
					Tahun	Bulan				
1	ID 001	X MIA 1	Bangkeh	22-Jul-02	16	4	46	1,65	16,90	Normal
2	ID 002	X MIA 1	Medan	14-Okt-03	15	1	40	1,5	17,78	Normal
3	ID 003	X MIA 1	Medan	01-Agust-03	15	4	42	1,5	18,67	Normal
4	ID 004	X MIA 1	Medan	12-Agust-03	15	3	46	1,6	17,97	Normal

No	ID Responden	Kelas	Tempat Lahir	Tanggal Lahir	Umur		BB (kg)	TB (m)	IMT	STATUS GIZI
					Tahun	Bulan				
5	ID 005	X MIA 1	Medan	31-Mar-03	15	8	78	1,55	32,47	Gemuk
6	ID 006	X MIA 1	Medan	28-Jun-03	15	5	69	1,54	29,09	Gemuk
7	ID 007	X MIA 1	Kuala	27-Jan-02	16	10	53	1,57	21,50	Normal
8	ID 008	X MIA 1	Medan	04-Mei-03	15	6	51	1,67	18,29	Normal
9	ID 009	X MIA 1	Medan	22-Jan-03	15	10	39	1,5	17,33	Normal
10	ID 010	X MIA 1	Medan	07-Apr-03	15	7	56	1,7	19,38	Normal
11	ID 011	X MIA 1	Medan	13-Jun-03	15	4	41	1,48	18,72	Normal
12	ID 012	X MIA 2	Helvetia	14-Sep-02	16	2	78	1,55	32,47	Gemuk
13	ID 013	X MIA 2	Medan	28-Mei-03	15	6	50	1,68	17,72	Normal
14	ID 014	X MIA 2	Tanjung Pura	27-Sep-03	15	2	53	1,55	22,06	Normal
15	ID 015	X MIA 2	Medan	06-Agust-03	15	3	49	1,58	19,63	Normal
16	ID 016	X MIA 2	Medan	05-Apr-03	15	7	49	1,51	21,49	Normal
17	ID 017	X MIA 2	Medan	12-Okt-03	15	1	65	1,55	27,06	Normal
18	ID 018	X MIA 2	Medan	12-Agust-03	15	3	60	1,52	25,97	Normal
19	ID 019	X MIA 2	Stabat	13-Mar-03	15	8	68	1,58	27,24	Normal
20	ID 020	X MIA 2	Medan	20-Jun-03	15	5	65	1,58	26,04	Normal
21	ID 021	X MIA 2	Medan	19-Okt-03	15	1	43	1,48	19,63	Normal
22	ID 022	X MIA 2	Medan	11-Des-02	15	11	68	1,58	27,24	Normal
23	ID 023	X MIA 2	Medan	20-Apr-03	15	7	45	1,57	18,26	Normal
24	ID 024	X IIS	Klambir V	04-Sep-03	15	2	39	1,59	15,43	Kurus
25	ID 025	X IIS	Medan	22-Jun-03	15	5	40	1,4	20,41	Normal
26	ID 026	X IIS	Medan	12-Mei-03	15	6	46	1,6	17,97	Normal
27	ID 027	X IIS	Medan	11-Jun-03	15	5	36	1,4	18,37	Normal

No	ID Responden	Kelas	Tempat Lahir	Tanggal Lahir	Umur		BB (kg)	TB (m)	IMT	STATUS GIZI
					Tahun	Bulan				
28	ID 028	X IIS	Medan	24-Jun-03	15	5	62	1,5	27,56	Normal
29	ID 029	X IIS	Medan	08-Feb-03	15	9	47	1,55	19,56	Normal
30	ID 030	X IIS	Stabat	14-Mar-03	15	8	45	1,5	20,00	Kurus
31	ID 031	X IIS	Medan	15-Agust-03	15	3	59	1,52	25,54	Normal
32	ID 032	X IIS	Medan	23-Okt-03	15	1	45	1,56	18,49	Normal
33	ID 033	X IIS	Medan	14-Feb-03	15	9	57	1,53	24,35	Normal
34	ID 034	XI MIA	Medan	20-Apr-02	16	7	77	1,59	30,46	Gemuk
35	ID 035	XI MIA	Medan	14-Mei-02	16	6	50	1,53	21,36	Normal
36	ID 036	XI MIA	Medan	26-Jun-02	16	5	52	1,65	19,10	Normal
37	ID 037	XI MIA	Medan	24-Jul-02	16	4	45	1,53	19,22	Normal
38	ID 038	XI MIA	Blang Rangka	24-Jun-02	16	5	51	1,63	19,20	Normal
39	ID 039	XI MIA	Medan	08-Apr-02	16	7	65	1,6	25,39	Gemuk
40	ID 040	XI MIA	Manunggal	13-Des-01	16	11	52	1,5	23,11	Normal
41	ID 041	XI MIA	Medan	24-Feb-02	16	9	48	1,55	19,98	Normal
42	ID 042	XI MIA	Medan	15-Jan-03	15	10	43	1,57	17,44	Normal
43	ID 043	XI MIA	Medan	19-Sep-02	16	2	50	1,57	20,28	Normal
44	ID 044	XI MIA	Medan	22-Nop-01	17	0	50	1,61	19,29	Normal
45	ID 045	XI MIA	Purbalingga	07-Mei-01	17	6	40	1,55	16,65	Normal
46	ID 046	XI MIA	Tanjung Tiram	20-Des-01	17	0	50	1,48	22,83	Normal
47	ID 047	XI MIA	Medan	12-Sep-02	16	2	39	1,44	18,81	Normal
48	ID 048	XI MIA	Medan	17-Des-02	15	11	65	1,57	26,37	Gemuk
49	ID 049	XI MIA	Medan	09-Feb-02	16	9	50	1,6	19,53	Normal

No	ID Responden	Kelas	Tempat Lahir	Tanggal Lahir	Umur		BB (kg)	TB (m)	IMT	STATUS GIZI
					Tahun	Bulan				
50	ID 050	XI MIA	Medan	17-Nop-01	17	0	47	1,5	20,89	Normal
51	ID 051	XI MIA	Medan	09-Apr-02	16	7	46	1,47	21,29	Normal
52	ID 052	XI MIA	Mabar	03-Nop-02	16	0	45	1,5	20,00	Normal
53	ID 053	XI MIA	Medan	17-Mei-02	16	6	51	1,59	20,17	Normal
54	ID 054	XI MIA	Rengas Pulau	25-Nop-02	16	0	53	1,55	22,06	Normal
55	ID 055	XI MIA	Medan	09-Feb-02	16	9	50	1,67	17,93	Normal
56	ID 056	XI MIA	Medan	29-Agust-01	17	3	43	1,56	17,67	Normal
57	ID 057	XI MIA	Medan	03-Apr-02	16	7	45	1,56	18,49	Normal
58	ID 058	XI MIA	Medan	15-Mar-01	17	8	65	1,56	26,71	Gemuk
59	ID 059	XI MIA	Medan	10-Jun-02	16	4	51	1,55	21,23	Normal
60	ID 060	XI IIS	Medan	21-Apr-02	16	7	45	1,47	20,82	Normal
61	ID 061	XI IIS	Medan	22-Des-02	15	11	45	1,6	17,58	Normal
62	ID 062	XI IIS	Medan	04-Mei-03	15	6	41	1,57	16,63	Normal
63	ID 063	XI IIS	Medan	03-Apr-02	16	7	49	1,58	19,63	Normal
64	ID 064	XI IIS	Medan	22-Mei-02	16	6	40	1,52	17,31	Normal
65	ID 065	XI IIS	Medan	24-Agust-02	16	3	44	1,55	18,31	Normal
66	ID 066	XI IIS	Helvetia	30-Jul-01	17	4	75	1,5	33,33	Gemuk
67	ID 067	XI IIS	Medan	18-Mei-00	18	6	48	1,57	19,47	Normal
68	ID 068	XI IIS	Medan	06-Agust-02	16	3	40	1,58	16,02	Kurus
69	ID 069	XI IIS	Medan	18-Jun-02	16	5	47	1,57	19,07	Normal
70	ID 070	XI IIS	Bawoganowo	10-Jan-03	15	10	43	1,5	19,11	Normal
71	ID 071	XI IIS	Titipapan	15-Des-02	15	11	51	1,58	20,43	Normal
72	ID 072	XI IIS	Medan	26-Nop-01	17	1	43	1,4	21,94	Normal

No	ID Responden	Kelas	Tempat Lahir	Tanggal Lahir	Umur		BB (kg)	TB (m)	IMT	STATUS GIZI
					Tahun	Bulan				
73	ID 073	XI IIS	Belawan	24-Okt-01	17	1	59	1,67	21,16	Normal
74	ID 074	XI IIS	Tebing Tinggi	09-Apr-03	15	7	42	1,6	16,41	Normal
75	ID 075	XI IIS	Medan	19-Agust-01	17	3	75	1,68	26,57	Normal
76	ID 076	XI IIS	Medan	18-Okt-02	16	1	52	1,55	21,64	Normal
77	ID 077	XII MIA	Medan	13-Jun-01	17	5	78	1,55	32,47	Gemuk
78	ID 078	XII MIA	Belawan	04-Jul-01	17	4	68	1,58	27,24	Normal
79	ID 079	XII MIA	Helvetia	25-Apr-01	17	7	45	1,57	18,26	Normal
80	ID 080	XII MIA	Medan	28-Jul-02	16	4	50	1,56	20,55	Normal
81	ID 081	XII MIA	Medan	15-Agust-01	17	3	48	1,59	18,99	Normal
82	ID 082	XII MIA	Medan	27-Nop-00	18	0	53	1,68	18,78	Normal
83	ID 083	XII MIA	Medan	17-Des-01	17	11	52	1,55	21,64	Normal
84	ID 084	XII MIA	Medan	04-Agust-01	17	3	45	1,6	17,58	Normal
85	ID 085	XII MIA	Medan	12-Okt-01	17	1	50	1,62	19,05	Normal
86	ID 086	XII MIA	Medan	06-Jan-01	17	10	47	1,5	20,89	Normal
87	ID 087	XII MIA	Medan	04-Mar-02	16	8	51	1,48	23,28	Normal
88	ID 088	XII MIA	Manunggal	14-Jul-01	17	4	49	1,61	18,90	Normal
89	ID 089	XII MIA	Medan	07-Jan-01	17	10	50	1,58	20,03	Normal
90	ID 090	XII MIA	Medan	28-Nop-00	18	0	47	1,58	18,83	Normal
91	ID 091	XII MIA	Medan	14-Nop-00	18	0	57	1,55	23,73	Normal
92	ID 092	XII MIA	Medan	01-Jul-01	18	4	50	1,58	20,03	Normal
93	ID 093	XII MIA	Jakarta	22-Agust-01	17	3	50	1,61	19,29	Normal
94	ID 094	XII MIA	Medan	25-Nop-01	17	0	47	1,52	20,34	Normal
95	ID 095	XII IIS	Medan	05-Okt-00	18	1	58	1,5	25,78	Normal

No	ID Responden	Kelas	Tempat Lahir	Tanggal Lahir	Umur		BB (kg)	TB (m)	IMT	STATUS GIZI
					Tahun	Bulan				
96	ID 096	XII IIS	Medan	27-Des-01	16	11	59	1,56	24,24	Normal
97	ID 097	XII IIS	Medan	20-Jan-01	17	10	45	1,57	18,26	Normal
98	ID 098	XII IIS	Medan	19-Apr-01	17	7	42	1,4	21,43	Normal
99	ID 099	XII IIS	Medan	16-Agust-02	16	3	50	1,68	17,72	Normal
100	ID 100	XII IIS	Medan	11-Nop-01	17	0	42	1,55	17,48	Normal
101	ID 101	XII IIS	Medan	10-Jan-02	16	10	47	1,53	20,08	Normal
102	ID 102	XII IIS	Medan	09-Jan-01	17	10	49	1,6	19,14	Normal
103	ID 103	XII IIS	Medan	01-Nop-01	17	0	60	1,58	24,03	Normal
104	ID 104	XII IIS	Medan	03-Jan-00	18	10	60	1,61	23,15	Normal
105	ID 105	XII IIS	Medan	26-Mei-01	17	6	43	1,58	17,22	Normal
106	ID 106	XII IIS	Medan	28-Mei-01	17	6	47	1,59	18,59	Normal

## Lampiran 8. Dokumentasi Penelitian



**Gambar 1. Peneliti membagikan kuisisioner kepada para siswi SMA Pangeran Antasari**



**Gambar 2. Peneliti dibantu guru sedang menjelaskan cara pengisian kuisisioner**



**Gambar 3. Peneliti mengawasi pengisian angket di kelas**



**Gambar 4. Peneliti melakukan penimbangan berat badan responden di Kelas XII MIA**



**Gambar 5. Peneliti melakukan penimbangan berat badan responden di Kelas XI IIS**



**Gambar 6. Peneliti melakukan pengukuran tinggi badan responden di Kelas XII IIS**



**Gambar 7. Peneliti melakukan pengukuran tinggi badan responden di Kelas X MIA**



## INSTITUT KESEHATAN HELVETIA

### Fakultas Kesehatan Masyarakat

WORLD CLASS UNIVERSITY (ACCREDITED BY: WEBOMETRICS - SPAIN) <http://helvetia.ac.id>  
Tel: (061) 42084606 | e-mail: [info@helvetia.ac.id](mailto:info@helvetia.ac.id) | Wa: 08126025000 | Line id: instituthelvetia

Nomor : 328 / EXT / DEN / FKM / IKH / IS / 2019  
Lampiran :  
Hal : Permohonan Survei Awal

Kepada Yth,  
Pimpinan SMA PANGERAN ANTASARI KAB. DELI SERDANG  
di-Tempat

Dengan hormat,

Bersama ini datang menghadap, mahasiswa Program Studi S-1 ILMU GIZI di INSTITUT KESEHATAN HELVETIA:

Nama : LELLY LUBIS  
NPM : 1602031010

Yang bermaksud akan mengadakan survei/ wawancara/ menyebar angket/ observasi, dalam rangka memenuhi kewajiban tugas-tugas dalam melakukan/ menyelesaikan studi pada Program Studi S-1 ILMU GIZI di INSTITUT KESEHATAN HELVETIA.

Sehubungan dengan ini kami sangat mengharapkan bantuannya, agar dapat memberikan keterangan-keterangan, brosur-brosur, buku-buku, dan penjelasan lainnya yang akan digunakan dalam rangka menyusun Skripsi dengan judul:

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

Segala bahan dan keterangan yang diperoleh akan digunakan semata-mata demi perkembangan Ilmu Pengetahuan dan tidak akan diumumkan atau diberitahukan pada pihak lain. Selanjutnya setelah mahasiswa bersangkutan yang akan menyelesaikan peninjauan/ riset/ wawancara, kami akan menyerahkan 1 (satu) eksemplar Skripsi yang dibuat mahasiswa kami.

Atas bantuan dan kerja sama yang baik, Kami ucapkan terima kasih.

Medan, 15 / 02 / 2019

Hormat Kami,  
DEKAN FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT  
INSTITUT KESEHATAN HELVETIA



Dr. ASRIWATI, S.Kep., Ns., S.Pd., M.Kes.  
NIDN. (0910027302)

Tembusan :  
1. Arsip



**YAYASAN PENDIDIKAN PANGERAN ANTASARI HELVETIA**  
**SMA SWASTA PANGERAN ANTASARI**

Jl. Veteran No. 1060 / 19 Helvetia Telepon : 061-8461641 Kode Pos 20373

E-Mail : [smaantasari@yahoo.co.id](mailto:smaantasari@yahoo.co.id)

Kecamatan Labuhan Deli Kabupaten Deli Serdang Provinsi Sumatera Utara  
 NSS : 304070102120 NDS : 3007010054 NIS : 300230 NPSN : 10214152

Nomor : 078 / SMA-YPA / XI / 2018

Lab.Deli , 05 November 2018

Lamp : ----

Perihal : Ijin Survey Awal

**Kepada Yth.**  
**Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat**  
**Institut Kesehatan Helvetia Medan**  
**Di Tempat**

Dengan hormat,

Sesuai dengan surat saudaranomor : 328/EXT/DKN/FKM/IKH/II/2019 tentang surat ijin survey awal dari sdr / i :

Nama : **Lelly Lubis**

NIM : **1602031010**

Judul : **HUBUNGAN CITRA TUBUH DENGAN STATUS GIZI REMAJA PUTRI DI SMA**

**PANGERAN ANTASARI KABUPATEN DELI SERDANG .**

Bahwa yang bersangkutan telah melakukan Survey Awal sehubungan dengan skripsi di SMA

Swasta Pangeran Antasari Helvetia , Kecamatan Labuhan Deli , Kabupaten Deli Serdang .

Demikian surat ini kami sampaikan untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya .

Atas kerjasamanya kami ucapkan terima kasih.

Lab.Deli , 05 November 2018

Kepala Sekolah

**SURYANI ,S.Pd**





## INSTITUT KESEHATAN HELVETIA

### Fakultas Kesehatan Masyarakat

WORLD CLASS UNIVERSITY (ACCREDITED BY: WEBOMETRICS - SPAIN) <http://helvetia.ac.id>  
Tel: (061) 42084606 | e-mail: [info@helvetia.ac.id](mailto:info@helvetia.ac.id) | Wa: 08126025000 | Line id: instituthelvetia

Nomor : 329/Ext/DKM/FRM/RFH/II/2019

Lampiran :

Hal : Permohonan Ijin Penelitian

Kepada Yth,  
Pimpinan SMA PANGERAN ANTASARI KAB. DELI SERDANG  
di-Tempat

Dengan hormat,

Bersama ini datang menghadap, mahasiswa Program Studi S-1 ILMU GIZI di INSTITUT KESEHATAN HELVETIA:

Nama : LELLY LUBIS  
NPM : 1602031010

Yang bermaksud akan mengadakan penelitian/ wawancara/ menyebar angket/ observasi, dalam rangka memenuhi kewajiban tugas-tugas dalam melakukan/ menyelesaikan studi pada Program Studi S-1 ILMU GIZI di INSTITUT KESEHATAN HELVETIA.

Sehubungan dengan ini kami sangat mengharapkan bantuannya, agar dapat memberikan keterangan-keterangan, brosur-brosur, buku-buku, dan penjelasan lainnya yang akan digunakan dalam rangka menyusun Skripsi dengan judul:


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

Segala bahan dan keterangan yang diperoleh akan digunakan semata-mata demi perkembangan Ilmu Pengetahuan dan tidak akan diumumkan atau diberitahukan pada pihak lain. Selanjutnya setelah mahasiswa bersangkutan yang akan menyelesaikan peninjauan/ riset/ wawancara, kami akan menyerahkan 1 (satu) eksemplar Skripsi yang dibuat mahasiswa kami.

Atas bantuan dan kerja sama yang baik, Kami ucapkan terima kasih.

Medan, \_\_\_\_\_

(Hormat Kami,  
DEKAN FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT  
INSTITUT KESEHATAN HELVETIA

  
Dr. ASRIWATI, S.Kep., Ns., S.Pd., M.Kes.  
(NIDN: 10910027302)

Tembusan :  
1. Arsip



**YAYASAN PENDIDIKAN PANGERAN ANTASARI HELVETIA**  
**SMA SWASTA PANGERAN ANTASARI**

Jl. Veteran No. 1060 / 19 Helvetia Telepon : 061-8461641 Kode Pos 20373

E-Mail : [smaantasari@yahoo.co.id](mailto:smaantasari@yahoo.co.id)

Kecamatan Labuhan Deli Kabupaten Deli Serdang Provinsi Sumatera Utara  
 NSS : 304070102120 NDS : 3007010054 NIS : 300230 NPSN : 10214152

Nomor : 080 / SMA-YPA / I / 2019  
 Lamp : ---  
 Perihal : Ijin Penelitian

Lab.Deli , 08 Januari 2019

**Kepada Yth.**  
**Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat**  
**Institut Kesehatan Helvetia Medan**  
**Di Tempat**

Dengan hormat,

Sesuai dengan surat Saudara nomor : 329/EXT/DKN/FKM/IKH/II/2019 tentang surat Ijin

Penelitian dari sdr / i :

Nama : **Lelly Lubis**  
 s  
 NIM : **1602031010**

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

Bahwa yang bersangkutan telah melakukan Penelitian sehubungan dengan skripsi di  
 SMA Pangeran Antasari Helvetia , Kecamatan Labuhan Deli , Kabupaten Deli Serdang .

Demikian surat ini kami sampaikan untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya .

Atas kerjasamanya kami ucapkan terima kasih.

Lab.Deli, 08 Januari 2019  
 Kepala Sekolah  
  
**SURYANI, S.Pd**



## INSTITUT KESEHATAN HELVETIA

### Fakultas Kesehatan Masyarakat

WORLD CLASS UNIVERSITY (ACCREDITED BY: WEBOMETRICS - SPAIN) <http://helvetia.ac.id>  
Tel: (061) 42084606 | e-mail: [info@helvetia.ac.id](mailto:info@helvetia.ac.id) | Wa: 08126025000 | Line id: instituthelvetia

#### PERMOHONAN PENGAJUAN JUDUL SKRIPSI

Yang bertanda tangan di bawah ini

Nama : LELLY LUBIS  
NPM : 1602031010  
Program Studi : ILMU GIZI / S-1



Judul yang telah di setujui :

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

Diketahui,

Ketua Program Studi  
S-1 ILMU GIZI

FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT  
INSTITUT KESEHATAN HELVETIA



(WANDA LESTARI, STP, M.Gizi)

Pemohon

(LELLY LUBIS)

diteruskan kepada Dosen Pembimbing

1. WANDA LESTARI, STP, M.Gizi (0106078305) (No.HP : 0812-2014-9575)
2. NADIA CHALIDA NUR, SKM, MPH (012099103) (No.HP : )

#### Catatan Penting bagi Dosen Pembimbing:

1. Pembimbing-I dan Pembimbing-II wajib melakukan koordinasi agar tercapai kesepakatan.
2. Diminta kepada dosen pembimbing untuk tidak mengganti topik yang sudah disetujui.
3. Berilah kesempatan kepada mahasiswa untuk mengeksplorasi permasalahan penelitian.
4. Mohon tidak menerima segala bentuk gratifikasi yang diberikan oleh mahasiswa.



## INSTITUT KESEHATAN HELVETIA

### Fakultas Kesehatan Masyarakat

WORLD CLASS UNIVERSITY (ACCREDITED BY: WEBOMETRICS - SPAIN) <http://helvetia.ac.id>  
Tel: (061) 42084606 | e-mail: [info@helvetia.ac.id](mailto:info@helvetia.ac.id) | Wa: 08126025000 | Line id: instituthelvetia

#### LEMBAR PERSETUJUAN PERBAIKAN (REVISI)

##### Identitas Mahasiswa :

Nama : LELLY LUBIS  
NIM : 1602031010  
Program Studi : ILMU GIZI / S-1  
Judul : HUBUNGAN CITRA TUBUH DENGAN STATUS GIZI REMAJA PUTRI DI SMA PANGERAN ANTASARI KABUPATEN DELI SERDANG  
Tanggal Ujian Sebelumnya : .....

Telah dilakukan perbaikan oleh mahasiswa sesuai dengan saran dosen pembimbing. Oleh karenanya mahasiswa tersebut diatas diperkenankan untuk melanjutkan pada tahap berikutnya yaitu: PENELITIAN/(JILID LUX\*) Coret yang tidak perlu.

No	Nama Pembimbing 1 dan 2	Tanggal Disetujui	Tandatangan
1.	WANDA LESTARI, STP, M.Gizi	.....	
2.	NADIA CHALIDA NUR, SKM, MPH	.....	

Medan, 14 Juni 2019

KAPRODI  
S-1 ILMU GIZI  
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT  
INSTITUT KESEHATAN HELVETIA

  
WANDA LESTARI, STP, M.Gizi

##### Catatan:

- Lembar persetujuan revisi dibawa setiap konsul revisi.
- Print warna menggunakan kertas A4 (Rangkap 1).
- Tanda \*) silahkan dicoret yang tidak perlu.
- Isi tanggal ujian, tanggal disetujui, dan ditandatangani oleh pembimbing bila disetujui.



## INSTITUT KESEHATAN HELVETIA

### Fakultas Kesehatan Masyarakat

WORLD CLASS UNIVERSITY (ACCREDITED BY: WEBOMETRICS - SPAIN) <http://helvetia.ac.id>  
Tel: (061) 42084606 | e-mail: [info@helvetia.ac.id](mailto:info@helvetia.ac.id) | Wa: 08126025000 | Line id: [instituthelvetia](https://www.whatsapp.com/channel/00291100000000000000)

#### LEMBAR PERSETUJUAN PERBAIKAN (REVISI)

##### Identitas Mahasiswa :

Nama : LELLY LUBIS  
NIM : 1602031010  
Program Studi : ILMU GIZI / S-1  
Judul : HUBUNGAN CITRA TUBUH DENGAN GANGGUAN MAKAN DAN STATUS GIZI REMAJA PUTRI DI SMA PANGERAN ANTASARI KAB. DELI SERDANG  
Tanggal Ujian Sebelumnya : .....

Telah dilakukan perbaikan oleh mahasiswa sesuai dengan saran dosen pembimbing. Oleh karenanya mahasiswa tersebut diatas diperkenankan untuk melanjutkan pada tahap berikutnya yaitu: PENELITIAN/JILID LUX\*) Coret yang tidak perlu.

No	Nama Pembimbing 1 dan 2	Tanggal Disetujui	Tandatangan
1.	WANDA LESTARI, STP, M.Gizi	1/11-18	
2.	NADIA CHALIDA NUR, SKM, MPH	9/11-18	

Medan, 9-11-18

KAPRODI  
S-1 ILMU GIZI  
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT  
INSTITUT KESEHATAN HELVETIA

WANDA LESTARI, STP, M.Gizi

##### Catatan:

- Lembar persetujuan revisi dibawa setiap konsultasi revisi.
- Print warna menggunakan kertas A4 (Rangkap 1).
- Tanda \*) silahkan dicoret yang tidak perlu.
- Isi tanggal ujian, tanggal disetujui, dan ditandatangani oleh pembimbing bila disetujui.



## INSTITUT KESEHATAN HELVETIA

Fakultas Kesehatan Masyarakat

WORLD CLASS UNIVERSITY (ACCREDITED BY: WEBOMETRICS - SPAIN) <http://helvetia.ac.id>  
Tel: (061) 42084606 | e-mail: [info@helvetia.ac.id](mailto:info@helvetia.ac.id) | Wa: 08126025000 | Line id: instituthelvetia

### LEMBAR BIMBINGAN SKRIPSI

Nama Mahasiswa/i : LELLY LUBIS  
NPM : 1602031010  
Program Studi : ILMU GIZI / S-1



Judul : HUBUNGAN CITRA TUBUH DENGAN GANGGUAN MAKAN DAN STATUS GIZI REMAJA PUTRI DI SMA PANGERAN ANTASARI KAB. DELI SERDANG  
Nama Pembimbing 1 : WANDA LESTARI, STP, M.Gizi

No	Hari/Tanggal	Materi Bimbingan	Saran	Paraf
1	8 Sept 2018	Bab I - II	perbaiki	<i>[Signature]</i>
2	14 Sept 2018	Bab I - III	perbaiki	<i>[Signature]</i>
3	22 Sept 2018	Bab I - III	perbaiki Acc	<i>[Signature]</i>
4				
5				
6				
7				
8				

Diketahui,

Ketua Program Studi  
S-1 ILMU GIZI

INSTITUT KESEHATAN HELVETIA



(WANDA LESTARI, STP, M.Gizi)

Medan, 27/04/2018

Pembimbing 1 (Satu)

*[Signature]*  
WANDA LESTARI, STP, M.Gizi

#### KETENTUAN:

1. Lembar Konsultasi diprint warna pada kertas A4 rangkap 2 (dua).
2. Satu (1) lembar untuk Prodi.
3. Satu (1) lembar untuk Administrasi Sidang (Wajib dikumpulkan sebelum sidang).
4. Lembar Konsultasi WAJIB DIISI Sebelum ditandatangani Dosen Pembimbing.
5. Mahasiswa DILARANG MEMBERIKAN segala bentuk GRATIFIKASI/Suap terhadap Dosen.
6. Dosen DILARANG MENERIMA segala bentuk GRATIFIKASI/Pemberian dari Mahasiswa.
7. Pelanggaran ketentuan No 5 dan 6 berakibat PEMBATALAN HASIL UJIAN & Penggantian Dosen.



## INSTITUT KESEHATAN HELVETIA

### Fakultas Kesehatan Masyarakat

WORLD CLASS UNIVERSITY (ACCREDITED BY: WEBOMETRICS - SPAIN) <http://helvetia.ac.id>  
Tel: (061) 42084606 | e-mail: [info@helvetia.ac.id](mailto:info@helvetia.ac.id) | Wa: 08126025000 | Line id: instituthelvetia

#### LEMBAR BIMBINGAN SKRIPSI

Nama Mahasiswa/i : LELLY LUBIS  
NPM : 1602031010  
Program Studi : ILMU GIZI / S-1



Judul : HUBUNGAN CITRA TUBUH DENGAN GANGGUAN MAKAN DAN STATUS GIZI REMAJA PUTRI DI SMA PANGERAN ANTASARI KAB. DELI SERDANG  
Nama Pembimbing 2 : NADIA CHALIDA NUR, SKM, MPH

No	Hari/Tanggal	Materi Bimbingan	Saran	Paraf
1	12 Mei 2018	Bab I - I)	Perbaiki	<i>ned</i>
2	19 Mei 2018	Bab I - II)	Perbaiki	<i>ned</i>
3	1 Sept 2018	Bab I - II, III)	perbaiki	<i>ned</i>
4	4 Sept 2018	Bab I, II, III)	perbaiki ACC	<i>ned</i>
5				
6				
7				
8				

Diketahui,  
Ketua Program Studi  
S-1 ILMU GIZI

Medan, 07/09/2018  
Pembimbing 2 (Dua)



*Nadia Chalida Nur*  
NADIA CHALIDA NUR, SKM, MPH

#### KETENTUAN:

1. Lembar Konsultasi diprint warna pada kertas A4 rangkap 2 (dua).
2. Satu (1) lembar untuk Prodi.
3. Satu (1) lembar untuk Administrasi Sidang (Wajib dikumpulkan sebelum sidang).
4. Lembar Konsultasi WAJIB DIISI Sebelum ditandatangani Dosen Pembimbing.
5. Mahasiswa DILARANG MEMBERIKAN segala bentuk GRATIFIKASI/Suap terhadap Dosen.
6. Dosen DILARANG MENERIMA segala bentuk GRATIFIKASI/Pemberian dari Mahasiswa.
7. Pelanggaran ketentuan No 5 dan 6 berakibat PEMBATALAN HASIL UJIAN & Penggantian Dosen.



## INSTITUT KESEHATAN HELVETIA

Fakultas Kesehatan Masyarakat

WORLD CLASS UNIVERSITY (ACCREDITED BY: WEBOMETRICS - SPAIN) <http://helvetia.ac.id>  
Tel: (061) 42084606 | e-mail: [info@helvetia.ac.id](mailto:info@helvetia.ac.id) | Wa: 08126025000 | Line id: instituthelvetia

### LEMBAR BIMBINGAN SKRIPSI

Nama Mahasiswa/i : LELLY LUBIS  
NPM : 1602031010  
Program Studi : ILMU GIZI / S-1



Judul : HUBUNGAN CITRA TUBUH DENGAN STATUS GIZI REMAJA PUTRI DI  
SMA PANGERAN ANTASARI KABUPATEN DELI SERDANG  
Nama Pembimbing 2 : NADIA CHALIDA NUR, SKM, MPH

No	Hari/Tanggal	Materi Bimbingan	Saran	Paraf
1	6-12-18	Bab IV - V	Perbaikan	<i>nd</i>
2	10-1-19	Bab IV - V	Perbaikan	<i>nd</i>
3	2-2-19	Bab IV - V	Acc	<i>nd</i>
4				
5				
6				
7				
8				

Diketahui,  
Ketua Program Studi  
S-1 ILMU GIZI  
INSTITUT KESEHATAN HELVETIA



(WANDA LESTARI, STP, M.Gizi)

Medan, 12/01/2019  
Pembimbing 2 (Dua)

NADIA CHALIDA NUR, SKM, MPH

#### KETENTUAN:

1. Lembar Konsultasi diprint warna pada kertas A4 rangkap 2 (dua).
2. Satu (1) lembar untuk Prodi.
3. Satu (1) lembar untuk Administrasi Sidang (Wajib dikumpulkan sebelum sidang).
4. Lembar Konsultasi WAJIB DIISI Sebelum ditandatangani Dosen Pembimbing.
5. Mahasiswa DILARANG MEMBERIKAN segala bentuk GRATIFIKASI/Suap terhadap Dosen.
6. Dosen DILARANG MENERIMA segala bentuk GRATIFIKASI/Pemberian dari Mahasiswa.
7. Pelanggaran ketentuan No 5 dan 6 berakibat PEMBATALAN HASIL UJIAN & Penggantian Dosen.



## INSTITUT KESEHATAN HELVETIA

Fakultas Kesehatan Masyarakat

WORLD CLASS UNIVERSITY (ACCREDITED BY: WEBOMETRICS - SPAIN) <http://helvetia.ac.id>  
Tel: (061) 42084606 | e-mail: [info@helvetia.ac.id](mailto:info@helvetia.ac.id) | Wa: 08126025000 | Line id: instituthelvetia

### LEMBAR BIMBINGAN SKRIPSI

Nama Mahasiswa/i : LELLY LUBIS  
NPM : 1602031010  
Program Studi : ILMU GIZI / S-1



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

Nama Pembimbing 1 : WANDA LESTARI, STP, M.Gizi

No	Hari/Tanggal	Materi Bimbingan	Saran	Paraf
1	12/1 - 2019	Bab 10 - ✓	perbaiki	Aj.
2	2/2 - 2019	Bab 10 - ✓	perbaiki	Aj.
3	6/2 - 2019	Bab 10 - ✓	ACC seminar hasil	Aj.
4				
5				
6				
7				
8				

Diketahui,

Ketua Program Studi

SA ILMU GIZI

INSTITUT KESEHATAN HELVETIA



(WANDA LESTARI, STP, M.Gizi)

Medan, 12/01/2019

Pembimbing 1 (Satu)

WANDA LESTARI, STP, M.Gizi

#### KETENTUAN:

1. Lembar Konsultasi diprint warna pada kertas A4 rangkap 2 (dua).
2. Satu (1) lembar untuk Prodi.
3. Satu (1) lembar untuk Administrasi Sidang (Wajib dikumpulkan sebelum sidang).
4. Lembar Konsultasi WAJIB DIISI Sebelum ditandatangani Dosen Pembimbing.
5. Mahasiswa DILARANG MEMBERIKAN segala bentuk GRATIFIKASI/Suap terhadap Dosen.
6. Dosen DILARANG MENERIMA segala bentuk GRATIFIKASI/Pemberian dari Mahasiswa.
7. Pelanggaran ketentuan No 5 dan 6 berakibat PEMBATALAN HASIL UJIAN & Penggantian Dosen.