

**ANALISIS FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN
STATUS GIZI PADA REMAJA PUTRI
DI SMAN 28 JAKARTA**

SKRIPSI



Oleh:

JUNETH SARA MAHLIGAY LATUBUAL

194201516116

**UNIVERSITAS NASIONAL
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
JAKARTA**

2023

**ANALISIS FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN
STATUS GIZI PADA REMAJA PUTRI
DI SMAN 28 JAKARTA**

SKRIPSI

Diajukan untuk memenuhi persyaratan memperoleh gelar Sarjana Keperawatan
pada Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas Nasional

Jakarta



Oleh:

JUNETH SARA MAHLIGAY LATUBUAL

194201516116

**UNIVERSITAS NASIONAL
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
JAKARTA**

2023

SKRIPSI
ANALISIS FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN
STATUS GIZI PADA REMAJA PUTRI
DI SMAN 28 JAKARTA

Oleh:

JUNETH SARA MAHLIGAY LATUBUAL

NPM: 194201516116

Telah dipertahankan di hadapan penguji skripsi

Program studi Keperawatan

Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas Nasional

Pada tanggal 13 Februari 2023

Pembimbing 1,



(Ns. Aisyiah, M.Kep., Sp.Kep.Kom)

Pembimbing 2,



(Ns. Tommy J.F.wowor, MM., M.Kep)

Mengesahkan,

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan



Dr. Retno Widowati, M.Si.

HALAMAN PERSETUJUAN SEBELUM MAJU SIDANG

Judul Skripsi : Analisis Faktor Yang Berhubungan Dengan Status Gizi Pada
Remaja Putri Di SMAN 28 Jakarta

Nama Mahasiswa : Juneth Sara Mahligay Latubual

NPM : 194201516116



HALAMAN PERSETUJUAN SETELAH MAJU SIDANG

Judul Skripsi : Analisis Faktor Yang Berhubungan Dengan Status Gizi Pada
Remaja Putri Di SMAN 28 Jakarta

Nama Mahasiswa : Juneth Sara Mahligay Latubual

NPM : 194201516116



PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Juneth Sara Mahligay Latubual

NPM : 194201516116

Judul : Analisis Faktor Yang Berhubungan Dengan Status Gizi Pada
Remaja Putri Di SMAN 28 Jakarta

Menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar keserjanaan yang lain atau di perguruan tinggi lain. Sepanjang pengetahuan saya, juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kescuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebut dalam daftar pustaka

Jakarta, 13 Februari 2023



(Juneth Sara Mahligay Latubual)

KATA PENGANTAR

Segala puji syukur saya panjatkan kepada Tuhan Yesus Kristus karena atas berkat, karunia dan kasih setia-Nya yang besar sehingga saya dapat menyelesaikan penulisan skripsi dengan judul “Analisis Faktor Yang Berhubungan Dengan Status Gizi Pada Remaja Putri Di SMAN 28 Jakarta”.

Saya menyadari bahwa penulisan skripsi ini tidak akan terselesaikan tanpa adanya pertolongan Tuhan, dukungan, bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, untuk itu pada kesempatan ini dengan rendah hati dan rasa hormat yang besar saya mengucapkan “Puji Tuhan” beserta terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional Ibu Dr. Retno Widowati, M.Si.
2. Ketua Program Studi Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional Bapak Ns. Dayan hisni, S.Kep., M.N.S.
3. Ibu Ns. Aisyiah, S.Kep., M.Kep., Sp.Kep.Kom. selaku pembimbing 1 yang telah memberi dorongan, saran dan ilmu dalam proses pembuatan skripsi.
4. Bapak Ns. Tommy J.F. Wowor, S.Kep., MM., M.Kep. selaku pembimbing 2 yang telah memberi masukan dan memberikan dukungan penuh dalam pembuatan skripsi saya.
5. Ibu Ns. Naziyah, M.Kep. selaku pembimbing akademik yang senantiasa mendampingi selama belajar di Program Studi Keperawatan FIKES UNAS.
6. Seluruh dosen dan staf karyawan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional yang telah mendidik dan memfasilitasi proses pembelajaran di Kampus FIKES UNAS.

7. Kepala dan seluruh staf sekolah SMAN 28 Jakarta yang telah memberikan kesempatan untuk peneliti melakukan penelitian.
8. Orang tua saya papa Sami, mama Ina dan mama In yang senantiasa memberikan doa dan motivasi, kakak dan adik ku tersayang yang selalu memberikan semangat dan doa kepada saya dalam menggapai cita-cita.
9. Kaka Olif Hukunala yang selalu memberikan doa, dukungan, motivasi serta hiburan untuk saya selama penyusunan skripsi ini.
10. Sahabat ku yang paling baik dan manis Sindi Siska Palpialy yang telah memberikan doa, dukungan serta motivasi selama penyusunan skripsi ini.
11. Sahabat ku tersayang Alfina Unhanisyah, Fajar Arya Nugraha dan Ajeng Stiefani yang sudah menjadi support system terbaik selama penyusunan skripsi ini.
12. Teman-teman seperjuangan yang selalu meberikan doa dan dukungan

Akhirnya saya sebagai makhluk yang tidak sempurna memohon maaf apabila ada kesalahan baik secara teknik, format ataupun isi dari skripsi saya. Harapan saya semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi masyarakat.

Jakarta, 25 Januari 2023



(Juneth Sara Mahligay Latubual)

ANALISIS FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN STATUS GIZI PADA REMAJA PUTRI DI SMAN 28 JAKARTA

Juneth Sara Mahligay Latubual, Aisyiah, Tommy Wowor

Latar Belakang: Masalah gizi yang sering muncul pada remaja putri saat ini ialah kekurangan gizi dan kelebihan gizi. Kekurangan gizi pada remaja dapat menimbulkan turunya sistem imun sehingga mudah terkena infeksi penyakit. Sedangkan kelebihan gizi bisa menimbulkan obesitas yang rentan terhadap bermacam-macam penyakit degeneratif contohnya diabetes, tekanan darah tinggi dan jantung koroner.

Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan status gizi pada remaja putri di SMAN 28 Jakarta

Metodologi: Penelitian deskriptif analitik menggunakan teknik *cross sectional*. Besar sampel dalam penelitian ini berjumlah 96 sampel. Pengumpulan sampel diambil dengan cara *purposive sampling*. Instrumen penelitian ini terdiri atas kuesioner *body image*, pola makan, pengetahuan dan perilaku jajan. Kuesioner pengetahuan gizi dan perilaku jajan sudah diuji validitas dan reliabilitas dengan nilai koefisien *cronbach alpha* pengetahuan gizi 0,784 dan perilaku jajan 0,791. Data diolah menggunakan *chi square* agar diketahui korelasi antara *body image*, pola makan, pengetahuan dan perilaku jajan terhadap status gizi.

Hasil Penelitian: Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan antara *body image* dengan status gizi (*p value* 0,011), terdapat hubungan antara pola makan dengan status gizi (*p value* 0,020), terdapat hubungan antara perilaku jajan dengan status gizi (*p value* 0,047) dan tidak terdapat hubungan antara pengetahuan dengan status gizi (*p value* 0,54)

Simpulan: *Body image*, pola makan dan perilaku jajan berhubungan dengan status gizi, sedangkan pengetahuan tidak berhubungan dengan status gizi.

Saran: Diharapkan faktor yang berhubungan dengan status gizi dapat diperhatikan dan menjadi acuan agar tidak mengalami status gizi yang buruk.

Kata kunci : *Body image*; Pengetahuan; Perilaku jajan; Pola makan; Remaja putri; Status gizi.

Kepustakaan : 44 pustaka (2017-2022)

Abstract

ANALYSIS OF FACTORS RELATED TO NUTRITIONAL STATUS AMONG ADOLESCENT GIRLS AT SMAN 28 JAKARTA

Juneth Sara Mahligay Latubual, Aisyiah, Tommy Wowor

Background: Nutritional problems that often arise in adolescent girls today are malnutrition and excess nutrition. Malnourishment in adolescents can cause a decrease in the immune system so that they are at risk of infection. While excess nutrition can lead to obesity which is susceptible to various degenerative diseases such as diabetes, high blood pressure and coronary heart disease.

Objective: This study aims to determine the factors associated with the nutritional status of adolescent girls at SMAN 28 Jakarta

Methodology: Analytical descriptive study using cross sectional techniques. The sample size in this study was 96 samples. The collection of samples was taken by means of purposive sampling. The research instrument consisted of body image questionnaires, eating patterns, knowledge and behavior of snacks. Questionnaire of nutritional knowledge and snacking behavior has been tested for validity and reliability with a Cronbach alpha coefficient value of 0.784 for nutritional knowledge and 0.791 for snacking behavior. The data was processed using chi square in order to know the correlation between body image, eating patterns, knowledge and snacking behavior on nutritional status.

Results: The results showed that there was a relationship between body image and nutritional status (p value 0.011), there was a relationship between diet and nutritional status (p value 0.020), there was a relationship between snacking behavior and nutritional status (p value 0.047) and there was no relationship between knowledge and nutritional status (p value 0.54)

Conclusion: Body image, eating patterns and snacking behavior are related to nutritional status, while knowledge is not related to nutritional status.

Suggestion: It is expected that factors related to nutritional status can be considered and become a reference so as not to experience poor nutritional status.

Keywords: body image; knowledge; snacking behavior; dietary habit; teenage girl; nutritional status.

References: 44 (2017-2022).



DAFTAR ISI

Halaman

HALAMAN SAMPUL	
HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
HALAMAN PERSETUJUAN SEBELUM MAJU SIDANG	iii
HALAMAN PERSETUJUAN SETELAH MAJU SIDANG	iv
HALAMAN PERNYATAAN.....	v
PRAKARTA.....	vi
ABSTRAK	viii
<i>ABSTRACT</i>	ix
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR SINGKATAN	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	6
1.3 Tujuan Penelitian	7
1.3.1 Tujuan Umum	7
1.3.2 Tujuan Khusus	7
1.4 Manfaat Penelitian	7
1.4.1 Manfaat Teoritis	7
1.4.2 Manfaat Praktis	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	9
2.1 Konsep Remaja	9
2.1.1 Definisi Remaja	9
2.1.2 Tahap Perkembangan Remaja	9
2.1.3 Ciri Perkembangan Remaja	10
2.1.4 Kebutuhan Gizi Remaja	12
2.2 Status Gizi	14

2.2.1 Definisi Gizi	14
2.2.2 Definisi Status Gizi	15
2.2.3 Penilaian Status Gizi	16
2.3 <i>Body Image</i>	20
2.3.1 Definisi <i>Body Image</i>	20
2.3.2 Aspek-Aspek <i>Body Image</i>	21
2.3.3 Faktor Yang Mempengaruhi <i>Body Image</i>	22
2.3.4 Pengukuran <i>Body Image</i>	23
2.4 Pola Makan	23
2.4.1 Definisi Pola Makan	23
2.4.2 Komponen Pola Makan	23
2.4.3 Faktor Yang Mempengaruhi Pola Makan	24
2.4.4 Pengukuran Pola Makan	26
2.5 Pengetahuan	27
2.5.1 Definisi Pengetahuan	27
2.5.2 Tingkat Pengetahuan	27
2.5.3 Faktor Yang Mempengaruhi Pengetahuan	29
2.6 Perilaku Jajan	31
2.6.1 Definisi Makanan Jajan	31
2.6.2 Jenis Makanan Jajan	31
2.6.3 Faktor Yang Mempengaruhi Makanan Jajan	31
2.7 Kerangka Teori	32
2.8 Kerangka Konsep	34
2.9 Hipotesis Penelitian	34
BAB III METODE PENELITIAN	36
3.1 Desain Penelitian	36
3.2 Populasi Dan Sampel Penelitian	36
3.2.1 Populasi	36
3.2.2 Sampel	37
3.3 Lokasi dan Waktu Penelitian	39
3.3.1 Lokasi Penelitian	39
3.3.2 Waktu Penelitian	39

3.4 Variabel Penelitian	39
3.4.1 Variabel Independen	39
3.4.2 Variabel Dependen	39
3.5 Definisi Operasional Penelitian	40
3.6 Instrumen Penelitian	42
3.7 Uji Validitas dan Reliabilitas	43
3.7.1 Uji Validitas	43
3.7.2 Uji Reliabilitas.....	44
3.8 Prosedur Pengumpulan Data	44
3.9 Pengolahan Data	45
3.10 Analisis Data	46
3.10.1 Analisis Univariat	46
3.10.2 Analisis Bivariat	47
3.11 Etika Penelitian	48
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	49
4.1 Hasil Penelitian	49
4.1.1 Analisis Univariat	49
4.1.2 Analisis Bivariat	51
4.2 Pembahasan	54
4.2.1 Univariat	54
4.2.1.1 <i>Body Image</i>	54
4.2.1.2 Pola Makan	55
4.2.1.3 Pengetahuan	56
4.2.1.4 Perilaku Jajan	57
4.2.2 Bivariat	58
4.2.2.1 Hubungan <i>Body Image</i> Dengan Status Gizi.....	58
4.2.2.2 Hubungan Pola Makan Dengan Status Gizi.....	59
4.2.2.3 Hubungan Pengetahuan Dengan Status Gizi.....	61
4.2.2.4 Hubungan Perilaku Jajan Dengan Status Gizi.....	62
4.3 Keterbatasan Penelitian	63
BAB V SIMPULAN DAN SARAN	64
5.1 Simpulan	64

5.2 Saran	64
5.2.1 Bagi Remaja	64
5.2.2 Bagi Sekolah	64
5.2.3 Bagi Peneliti Selanjutnya	64
DAFTAR PUSTAKA	65
LAMPIRAN	69



DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
2.1 Kebutuhan Energi dan Zat Gizi Pada Remaja Berdasarkan AKG.....	13
2.2 Kategori Indeks Massa Tubuh	17
3.1 Definisi Operasioanl.....	41
4.1 Distribusi Frekuensi Status Gizi Remaja Putri SMAN 28 Jakarta.....	49
4.2 Distribusi Frekuensi <i>Body Image</i> Remaja Putri SMAN 28 Jakarta	50
4.3 Distribusi Frekuensi Pola Makan Remaja Putri SMAN 28 Jakarta	50
4.4 Distribusi Frekuensi Pengetahuan Remaja Putri SMAN 28 Jakarta....	50
4.5 Distribusi Frekuensi Perilaku Jajan Remaja Putri SMAN 28 Jakarta..	51
4.6 Hubungan <i>Body Image</i> Dengan Status Gizi Pada Remaja Putri di SMAN 28 Jakarta.....	51
4.7 Hubungan Pola Makan Dengan Status Gizi Pada Remaja Putri di SMAN 28 Jakarta.....	52
4.8 Hubungan Pengetahuan Dengan Status Gizi Pada Remaja Putri di SMAN 28 Jakarta.....	53
4.9 Hubungan Perilaku Jajan Dengan Status Gizi Pada Remaja Putri di SMAN 28 Jakarta.....	53

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
2.1 Kerangka Teori Penelitian	33
2.2 Kerangka Konsep Penelitian.....	34



DAFTAR SINGKATAN

WHO : *World Health Organization*

RISKESDAS : Riset Kesehatan Dasar

AKG : Angka Kecukupan Gizi

KEK : Kekurangan Energi Kronik

IMT : Indeks Massa Tubuh

BB : Berat Badan

TB : Tinggi Badan

FFQ : Food Frequency Questionnaire

MBSRQ-AS : Multidimensional Body Self Relation Questionnaire-Appearance Scales



DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1 Lembar Konsultasi Skripsi.....	71
Lampiran 2 Surat Izin Penelitian	73
Lampiran 3 Surat Balasan Penelitian	74
Lampiran 4 Uji Kesamaan / Similaritas Naskah.....	75
Lampiran 5 <i>Informed Consent</i>	76
Lampiran 6 Instrumen Penelitian.....	77
Lampiran 7 Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas	85
Lampiran 8 Master Tabel	88
Lampiran 9 Hasil Output Analisa Data	91
Lampiran 10 Bukti Foto Kegiatan	96
Lampiran 11 Biodata Penulis.....	98

