

**HUBUNGAN *BODY IMAGE* DENGAN POLA MAKAN DAN  
TATUS GIZI REMAJA PUTRI SMAN 1 KOTA PEKANBARU**



Oleh :

**NUR ALLIZA KHOLIFAH**  
**11980322603**

UIN SUSKA RIAU

**PROGRAM STUDI GIZI**  
**FAKULTAS PERTANIAN DAN PETERNAKAN**  
**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU**  
**PEKANBARU**  
**2024**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

# HUBUNGAN *BODY IMAGE* DENGAN POLA MAKAN DAN TATUS GIZI REMAJA PUTRI SMAN 1 KOTA PEKANBARU



Oleh :

**NUR ALLIZA KHOLIFAH**  
**11980322603**

**Diajukan sebagai salah satu syarat  
Untuk memperoleh gelar Sarjana Gizi**

**UIN SUSKA RIAU**

**PROGRAM STUDI GIZI  
FAKULTAS PERTANIAN DAN PETERNAKAN  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU  
PEKANBARU  
2024**

## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.  
 2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**HALAMAN PENGESAHAN**

Judul : Hubungan *Body Image* dengan Pola Makan dan Status Gizi Remaja Putri SMAN 1 Kota Pekanbaru  
 Nama : Nur Alliza Kholifah  
 NIM : 11980322603  
 Program Studi : Gizi

Menyetujui,  
 Setelah diuji pada Tanggal, 09 Januari 2024

Pembimbing I

Pembimbing II

Novfitri Syuryadi, S.Gz., M.Si  
 NIP. 19891118 201903 2 013

Yanti Ernalina, Dietisien, M.P.H  
 NIP. 19850615 201903 2 007

Mengetahui,

Dekan,  
 Fakultas Pertanian dan Peternakan

Ketua,  
 Program Studi Gizi

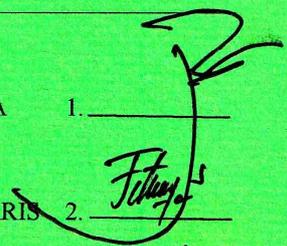
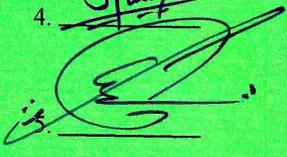
Dr. Arsyadi Ali, S.Pt, M.Agr, Sc  
 NIP. 19710706 200701 1 031

drg. Nur Pelita Sembiring, M.K.M  
 NIP. 19690918 199903 2 002

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.  
 2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

### HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi telah diuji dan dipertahankan di depan tim penguji ujian Sarjana Gizi pada Fakultas Pertanian dan Peternakan Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau dan dinyatakan lulus pada Tanggal 09 Januari 2024

No	Nama	Jabatan	Tanda Tangan
1.	drg. Hj. Nur Pelita Sembiring, M.K.M	KETUA	1. 
2.	Novfitri Syuryadi, S.Gz., M.Si	SEKRETARIS	2. 
3.	Yanti Ernalia, Dietisien., M.P.H	ANGGOTA	3. 
4.	Sofya Maya, S.Gz., M.Si	ANGGOTA	4. 
5.	Dr. Tahrir Aulawi, S.Pt., M.Si	ANGGOTA	5. 

## SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertandatangan di bawah ini :

Nama : Nur Alliza Kolifah  
NIM : 11980322603  
Tempat/Tanggal Lahir : Air Putih / 19 November 2000  
Fakultas : Pertanian dan Peternakan  
Prodi : Gizi  
Judul Skripsi : Hubungan *Body Image* dengan Pola Makan dan Status Gizi Remaja Putri SMAN 1 Kota Pekanbaru

Menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa :

1. Penulisan skripsi dengan judul di atas adalah hasil pemikiran dan penelitian saya sendiri.
2. Semua kutipan pada karya saya ini sudah disebutkan sumbernya.
3. Oleh karena itu skripsi saya ini, saya nyatakan bebas dari plagiat.
4. Apabila dikemudian hari terbukti terdapat plagiat dalam penulisan skripsi saya tersebut, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai peraturan perundang-undangan.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan penuh kesadaran dan tanpa paksaan dari pihak manapun juga.

Pekanbaru, Januari 2024

Yang membuat pernyataan



Nur Alliza Kholifah  
11980322603

- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
    - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
    - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
  2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## HALAMAN PERSEMBAHAN

Puji syukur penulis ucapkan kehadiran Allah *Subhanahu Wata'ala* sang pencipta langit dan bumi serta segala isinya yang telah memberikan kesehatan dan keselamatan kepada penulis dan tidak lupa pula sholawat serta salam penulis ucapkan kepada Nabi Muhammad Sallallahu'alaihi wasalam, yang telah membawa manusia dari zaman kebodohan menuju zaman yang penuh dengan pengetahuan yang luar biasa seperti ini.

Syukur Alhamdulillah Tugas Akhir Skripsi ini dapat terselesaikan dengan penuh rasa haru dan bahagia, penulis menyadari bahwa skripsi ini dapat selesai tidak terlepas dari bantuan banyak pihak, sehingga pada kesempatan ini dengan segala kerendahan hati dan penuh rasa hormat penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Kedua Orang tua saya yaitu ayahanda tercinta Ayahanda Adi.S dan Ibu Suparmi tercinta yang selalu memberikan motivasi dan memberikan kasih sayang yang begitu tulus serta selalu mendukung dan mendoakan setiap langkah dan proses saya. Nabilah Humaydah Lutfiyyah yang saya sayangi selalu memberikan semangat, dukungan serta motivasi yang bermanfaat dalam pembuatan skripsi.
2. Bapak Prof. Dr. Hairunas, M.Ag. selaku Rektor Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk menuntut ilmu Prodi Gizi Fakultas Pertanian dan Perternakan Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.
3. Bapak Dr. Arsyadi Ali, S.Pt, M.Agr.Sc. selaku Dekan Fakultas Pertanian dan Peternakan Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau. Bapak Dr. Irwan Taslapratama, M.Sc., selaku Wakil Dekan I, Bapak Dr. Zulfahmi, S.Hut, M.Si., selaku Wakil Dekan II, dan Bapak Dr. Syukria Ikhsan Zam, M.Si., selaku Wakil Dekan III Fakultas Pertanian dan Peternakan Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.
4. Ibu drg. Nur Pelita Sembiring, M.KM. selaku ketua Jurusan Gizi Fakultas Pertanian dan Peternakan Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.

### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

5. Ibu Novfitri Syuryadi, S.Gz, M.Si dan Ibu Yanti Ernalia, Dietisien, M.P.H, selaku dosen pembimbing I dan II yang telah meluangkan waktunya memberikan bimbingan, dorongan, masukan, dan kritik serta saran yang sangat bermanfaat.
6. Ibu Sofya Maya, S.Gz., M.Si. selaku dosen penguji I dan bapak Dr. Tahrir Aulawi, S.Pt., M.Si. selaku dosen penguji II yang telah meluangkan waktunya untuk memberikan bimbingan, memberi masukan, memberi kritik serta saran yang sangat bermanfaat.
7. Dosen-dosen Program Studi Gizi Fakultas Pertanian dan Peternakan, Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau yang telah memberikan pengalaman yang berharga. Memberikan ilmu serta wawasan dan selalu membimbing saya semasa kuliah.
8. Sahabat Melly Amelia, Nabila Adani, Putri Ramayuri, Amd.Kes.Rad yang telah membantu dalam penelitian penulis, serta Cumlaude Gurls (Meutya Artala, S.Gz, Rosinta Dewi Wulandari, S.Gz, Mustika Pengestu Ningsih, S.Gz, Raudatul Faadiyah, S.Gz, Monika Afrelia Stingki, S.Gz, Zarima, Nahda Alfiah, S.Gz) selalu mendengarkan keluh kesah penulis dan memberikan dukungan dan semangat dalam masa perkuliahan hingga menyelesaikan skripsi ini.
9. Teman-teman seperjuangan Mahasiswa Gizi angkatan 2019 dan semua pihak yang telah banyak membantu dalam proses penelitian yang tidak dapat saya sebutkan satu persatu.  
Segala peran dan partisipasi yang telah diberikan mudah-mudahan Allah SWT membalas dengan imbalan pahala yang berlipat ganda. Semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi kita semua, Aamiin Ya Rabbalalamin.

UIN SUSKA RIAU  
Pekanbaru, Januari 2024

Penulis

## RIWAYAT HIDUP

© H



Nur Alliza Kholifah dilahirkan di Air Putih, kecamatan. Lubuk Batu Jaya, Kabupaten. Indragiri Hulu, pada Tanggal 19 November 2000. Putri lahir dari pasangan Bapak Adi.S dan Ibu Suparmi, yang merupakan anak ke-1 dari 2 bersaudara. Masuk sekolah dasar di SD Negeri 010 Air Putih dan tamat pada tahun 2013. Selama masa SD penulis meraih peringkat sepuluh besar dari kelas 1 hingga kelas 6 SD.

Pada tahun 2013 melanjutkan pendidikan ke sekolah lanjutan tingkat pertama di SMP Pondok Pesantren Babussalam Pekanbaru dan tamat pada tahun 2016. Pada tahun 2016 melanjutkan pendidikan ke Sekolah Lanjutan Tingkat Atas Jurusan IPA di Pondok Pesantren Babussalam Pekanbaru dan tamat pada tahun 2019.

Pada tahun 2019 melanjutkan kuliah dengan jalur CAT-MANDIRI dan diterima menjadi Mahasiswa pada Program Studi Gizi Fakultas Pertanian dan Peternakan Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau. Selama masa kuliah penulis pernah menjadi Anggota Bidang Seni dan Olahraga DEMA Fakultas Pertanian dan Peternakan. Penulis melaksanakan Kuliah Kerja Nyata (KKN) Desa Batang Kulim, Kecamatan Pangkalan Kuras, Kabupaten Pelalawan, Provinsi Riau.

Pada Bulan September sampai dengan Oktober 2022 melaksanakan PKL Gizi Institusi di Rotte Bakery Kualu, Pekanbaru, Riau. Pada Bulan Oktober sampai dengan November 2022 melaksanakan PKL Dietetik di RSUD Indrasari Rengat, Riau. Pada Bulan November sampai dengan Desember 2022 melaksanakan PKL Gizi Masyarakat di Puskesmas Rumbai Pesisir, Kota Pekanbaru.

UIN SUSKA RIAU

N Suska Riau

Sate Islam University of Sultan Syarif Kasim Riau

### Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



## KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis ucapkan kehadiran Allah *Subhanahu Wata'ala* sang pencipta langit dan bumi serta segala isinya yang telah memberikan kesehatan dan keselamatan kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Tidak lupa pula sholawat dan salam penulis ucapkan kepada Nabi Muhammad *Sallallahu'alaihi wasalam*, yang telah membawa manusia dari zaman kebodohan menuju zaman yang penuh dengan pengetahuan yang luar biasa seperti ini.

Selama proses penulisan skripsi yang berjudul “**Hubungan Body Image dengan Pola Makan dan Status Gizi Remaja putri SMAN 1 Kota Pekanbaru**” penulis mengalami beberapa hambatan maupun kesulitan yang terkadang membuat penulis berada pada titik terlemah dalam dirinya. Adanya doa restu dari orang tua yang tak pernah putus menjadikan penulis semangat untuk melanjutkan penulisan skripsi.

Penulis sangat mengharapkan kritik dan saran dari pembaca demi kesempurnaan penulisan skripsi ini. Semoga skripsi ini bermanfaat bagi kita semua baik untuk masa kini maupun untuk masa yang akan datang. Selanjutnya dengan segala kerendahan hati penulis ucapkan terima kasih kepada Ibu Novfitri Syuryadi, S.Gz., M.Si sebagai dosen pembimbing 1, Ibu Yanti Ernalia, Dietisien, M.P.H sebagai dosen pembimbing 2. Penulis juga menyampaikan terima kasih yang sebanyak-banyaknya kepada orang tua, serta kepada seluruh rekan-rekan yang telah banyak membantu penulis dalam penyelesaian skripsi ini, yang tidak dapat penulis sebutkan satu-persatu, penulis ucapkan terima kasih dan semoga rekan-rekan semua mendapatkan balasan dari Allah SWT untuk kemajuan kita semua dalam menghadapi masa depan nanti.

UIN SUSKA RIAU

Pekanbaru, Januari 2024

Penulis

### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## HUBUNGAN *BODY IMAGE* DENGAN POLA MAKAN DAN STATUS GIZI REMAJA PUTRI SMAN 1 KOTA PEKANBARU

Nur Alliza Kholifah (11980322603)

Di bawah bimbingan Novfitri Syuryadi dan Yanti Ernalina

### INTISARI

Remaja adalah masa peralihan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa ditandai dengan pubertas dalam perubahan fisik akibat hormonal. Remaja banyak mengalami permasalahan terkait gizi perubahan gaya hidup, kebiasaan makan dan perubahan fisik. Salah satu penyebab permasalahan pola makan adalah *body image*. Penelitian bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *body image* dengan pola makan dan status gizi pada remaja putri SMAN 1 Pekanbaru. Jenis penelitian yang digunakan adalah analitik dengan desain penelitian *cross sectional*. Sampel penelitian ini berjumlah 62 responden dengan teknik *purposive sampling*. *Body image* diukur menggunakan kusioner *Body Shape Questionnaire-34* (BSQ-34), pola makan menggunakan recall 2x24 jam dan status gizi menggunakan pengukuran antropometri IMT/U. Analisis data menggunakan uji *chi-square*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa remaja putri SMAN 1 Pekanbaru mayoritas (53,2%) memiliki *body image* positif, (38,7%) pola makan kurang, dan (43,5%) memiliki status gizi normal. Berdasarkan hasil analisis statistik menunjukkan bahwa terdapat hubungan *body image* dengan pola makan pada siswi SMAN 1 Pekanbaru dengan nilai signifikan ( $p=0.012$ ), lebih tinggi mengalami pola makan yang kurang dan terdapat hubungan *body image* dengan status gizi pada siswi SMAN 1 Pekanbaru dengan nilai signifikan ( $p=0,007$ ), lebih tinggi mengalami status gizi obesitas. Terdapat hubungan *body image* dengan pola makan dan status gizi pada remaja putri di SMAN 1 Pekanbaru.

Kata kunci: *body image*, pola makan, status gizi.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

© Hak cipta milik UIN Suska Riau  
State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## **THE CORRELATION BETWEEN BODY IMAGE AND DIET AND NUTRITIONAL STATUS IN ADOLESCENT GIRLS OF SMAN 1 PEKANBARU CITY**

*Nur Alliza Kholifah (11980322603)*

*Under guidance by Novfitri Syuryadi and Yanti Ernalina*

### **ABSTRACT**

*Adolescence is the transition period from childhood to adulthood marked by puberty in physical changes due to hormones. Adolescents experience many problems related to nutrition, lifestyle changes, eating habits and physical changes. One of the causes of dietary problems is body image. This study the aimed of this research are to determine the relationship between body image with diet and nutritional status in adolescent girls of SMAN 1 Pekanbaru. The type of research used analytical with a cross-sectional research design. The sample of this study amounted to 62 respondents with purposive sampling techniques. Body image was measured used the Body Shape Questionnaire-34 (BSQ-34) questionnaire, diet used 2x24 hour recall and nutritional status used BMI / U anthropometric measurements. Data analysis used chi-square test. The results showed that the majority of SMAN 1 Pekanbaru adolescent girls (53,2%) had a positive body image, (38,7%) had a less diet and (43,5%) nutritional status normal. Based on the results of statistical analysis, it showed that there was relationship between body image and diet in students of SMAN 1 Pekanbaru with a significant value ( $p = 0.012$ ) higher experiencing a less diet and there was relationship between body image and nutritional status in students of SMAN 1 Pekanbaru with a significant value ( $p = 0.007$ ) higher experiencing obese nutritional status. There is a correlation between body image and eating patterns and nutritional status in adolescent girls of SMAN 1 Pekanbaru city.*

*Keywords : body image, diet, nutritional status*

## DAFTAR ISI

	Halaman
KATA PENGANTAR .....	IX
INTISARI .....	X
ABSTRACT .....	XI
DAFTAR ISI .....	XII
DAFTAR TABEL .....	XIV
DAFTAR GAMBAR .....	XV
DAFTAR SINGKATAN .....	XVI
DAFTAR LAMPIRAN .....	XVII
<b>I. PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
1.1. Latar Belakang .....	1
1.2. Tujuan Penelitian .....	3
1.3. Manfaat Penelitian .....	3
1.4. Hipotesis Penelitian .....	3
<b>II. TINJAUAN PUSTAKA</b> .....	<b>4</b>
2.1. Remaja .....	4
2.2. <i>Body Image</i> .....	5
2.3. Hubungan <i>Body Image</i> dengan Pola Makan .....	7
2.4. Pola Makan .....	8
2.5. Status Gizi .....	10
2.6. Hubungan <i>Body Image</i> dengan status Gizi .....	11
Kerangka Pemikiran .....	13
<b>III. METODE PENELITIAN</b> .....	<b>15</b>
3.1. Tempat dan Waktu .....	15
3.2. Definisi Operasional .....	15
3.3. Metode Pengambilan Sampel .....	16
3.5. Pengolahan dan Analisis Data .....	17
<b>IV. HASIL DAN PEMBAHASAN</b> .....	<b>21</b>
4.1. Gambaran Umum Lokasi .....	21
4.2. Analisis Karakteristik Responen .....	22
4.3. <i>Body Image</i> .....	24
4.4. Pola makan .....	25
4.5. Hubungan <i>Body Image</i> dengan Pola Makan .....	27
4.6. Hubungan <i>Body Image</i> dengan Pola Makan .....	30
	XII

### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

V. KESIMPULAN DAN SARAN .....	33
5.1 Kesimpulan .....	33
5.2 Saran .....	34
DAFTAR PUSTAKA .....	34
LAMPIRAN .....	41



- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
    - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
    - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
  2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
3 Definisi operasional penelitian .....	15
3 Skor skala likert kusioner BSQ-34.....	18
3 Skoring kategori <i>body image</i> .....	19
3 Klasifikasi status gizi .....	20
4 Karakteristik umur .....	22
4 Karakteristik Indeks Massa Tubuh Menurut Umur .....	23
4 Distribusi Frekuensi <i>Body Image</i> .....	24
4 Distribusi Frekuensi Pola Makan .....	26
4 Hasil Tabulasi Silang <i>Body Image</i> dengan Pola Makan .....	27
4 Hasil Tabulasi Silang <i>Body Image</i> dengan Status Gizi .....	31

### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## DAFTAR GAMBAR

<b>Gambar</b>	<b>Halaman</b>
21 Kerangka Pemikiran .....	4
41 SMAN 1 Pekanbaru .....	22
41 Lingkungan SMAN 1 Pekanbaru .....	22



UIN SUSKA RIAU

### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## DAFTAR LAMPIRAN

*Body Shape Questionnaire-34*

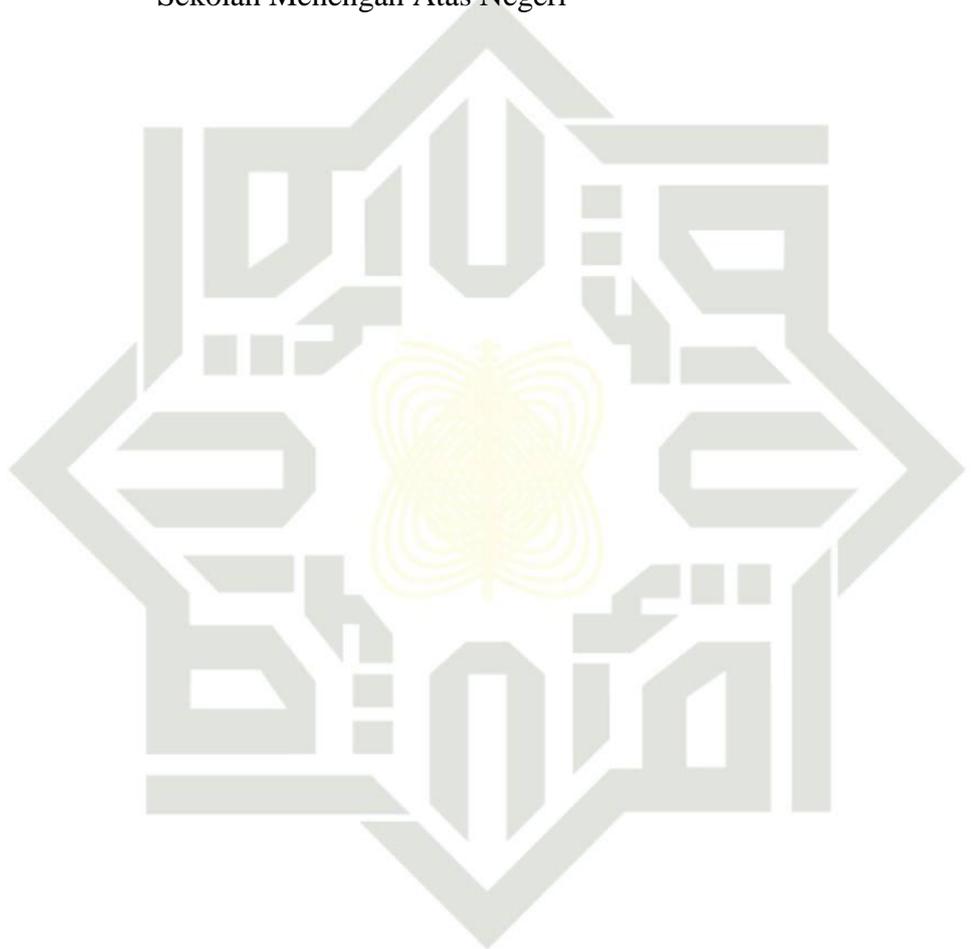
Indeks Massa Tubuh

Riset Kesehatan Dasar

Umur

Ukuran Rumah Tangga

Sekolah Menengah Atas Negeri



UIN SUSKA RIAU

### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. <i>Ethical Clearance</i>	38
2. <i>Informed Consent</i>	40



UIN SUSKA RIAU

### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## I. PENDAHULUAN

### 1.1. Latar Belakang

Masa remaja adalah peralihan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa. Masa remaja ditandai dengan pubertas dalam perubahan fisik lebih cepat akibat dari hormonal. Masa remaja adalah masa perkembangan yang dimulai pada usia 10 sampai 12 tahun dan berakhir pada usia 18 tahun sampai 22 tahun (WHO, 2018). Perubahan fisik menimbulkan dampak pada psikologis pada remaja, sedangkan remaja lebih memperhatikan bentuk tubuh khususnya remaja putri, sehingga cenderung untuk membatasi asupan makan agar berat badan tidak berlebihan (Wahyuni dan Aurellia, 2021). Penilaian remaja putri cenderung menginginkan penampilan fisik atau *body image* yang proporsional. *Body image* merupakan pendapat individu mengenai bentuk badan dan berat badan mengarah pada evaluasi penampilan fisik (Cash, 2012).

Remaja sangat memperhatikan *body image*nya terutama pada bentuk tubuh yang salah satu gambaran suatu masalah gizi pada remaja terutama pada remaja putri (Rahayu dan Dieny, 2012). Menurut (Dieny, 2014) salah satu permasalahan remaja untuk saat ini yaitu perhatian perubahan bentuk tubuh. *Body image* adalah persepsi, pikiran dan perasaan seseorang tentang bentuk dan ukuran tubuhnya (Naegu, 2015). Masalah gizi sangat rentan terjadi pada remaja dikarenakan gaya hidup yang salah dan sebagian remaja putri memiliki keinginan agar tubuhnya sesuai dengan yang diinginkan seperti langsing dan tinggi (Syahrir, 2013). Hal ini mengakibatkan remaja putri melakukan perubahan perilaku makan yang tidak sehat agar tercapai bentuk tubuh yang diinginkan berdampak negatif salah satunya tidak seimbang asupan gizi di dalam tubuh dengan kecukupan gizi yang dianjurkan (Nurhaedar, 2012). *Body image* menjadi permasalahan utama pada remaja putri untuk memiliki bentuk tubuh ideal yang seringkali ketidakpuasan terhadap tubuhnya, sehingga melakukan diet yang mengakibatkan gangguan pada pola makan (Wardhani, 2020). Hasil penelitian Tan dan Ibrahim, (2020) *body image* siswi SMAN 5 Batam menunjukkan sebesar sekitar 48,3% *body image* puas dan 51,7 % *body image* tidak puas.

#### Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



#### Hak Cipta Ditindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Pola makan suatu kebiasaan makan berdasarkan jenis, jumlah, frekuensi makanan yang dikonsumsi sehari-hari. Masalah pola makan yang tidak sehat sering terjadi pada remaja. Kebutuhan gizi yang tidak terpenuhi disebabkan oleh pola makan yang tidak baik pada remaja yang bisa menimbulkan masalah kesehatan. Masalah gizi yang dialami remaja putri seperti asupan yang kurang dan tidak sesuai dengan kebutuhan gizi (Yusinta, dkk., 2019). Hasil penelitian Tan dan Ibrahim, (2020) pola makan siswi SMAN 5 Batam 42,5% baik dan 57,5% buruk disimpulkan bahwa *body image* mereka negatif dikarenakan tidak percaya diri dan puas dengan penampilan diri sendiri sehingga melakukan diet untuk menurunkan berat badan dan mendapatkan bentuk tubuh yang ideal tetapi berdampak pada pola makan.

Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 status gizi pada remaja di Indonesia berprevelensi pada anak usia 16-18 tahun sebesar 1,4% sangat kurus, 6,7% kurus, 78,3% gemuk dan 4,0% obesitas, sedangkan berdasarkan prevelensi status gizi remaja di kota Pekanbaru yaitu 3,69% sangat kurus, 7,46% kurus, 73,09% normal, 8,96% gemuk dan 6,8% obesitas. Data di kota Pekanbaru diatas prevelensi provinsi Riau yaitu sangat kurus 2,68% dan kurus 7,15% Prevelensi persentase pada status gizi tidak normal terdapat pada siswa SMAN 1 Pekanbaru yaitu berat badan lebih 41,7%, obesitas 37,5% dan berat badan kurang 20,8% (Hanum dan Dewi, 2015).

Perhatian yang besar terhadap citra tubuh, menyebabkan ketidakpuasan remaja terhadap bentuk tubuh sebab ingin memiliki tubuh langsing dengan melakukan diet yang tidak memperhatikan kebutuhan gizi individu yang mengakibatkan pada penurunan status gizi (Dieny, 2014). Ketidakpuasan terhadap bentuk tubuhnya menyebabkan remaja kurang percaya diri dan pola makan makan remaja jadi buruk dan rendah kebutuhan gizi individu.

Berdasarkan hasil penelitian hubungan *body image* dengan pola makan yang telah dilakukan (Chairiah, 2012) menunjukkan bahwa terdapat hubungan gambaran *body image* dan pola makan remaja putri di SMAN 8 Jakarta, sedangkan hasil penelitian berbanding terbalik dengan penelitian (Oktaviyani, 2015) dengan menunjukkan tidak ada hubungan *body image* dengan pola makan remaja putri di SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta.

#### Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

SMAN 1 Pekanbaru adalah sekolah tertua di kota Pekanbaru dan terletak di pusat kota, sehingga disebut sebagai sekolah favorit, bergengsi dan berprestasi di kota pekanbaru. Sebab memiliki prestasi yang sering membangggakan seperti di bidang akademik dan ekstrakurikuler. Siswa berasal dari tingkat ekonomi lumayan diatas rata-rata, berada dalam rentang usia 15-18 tahun yang merupakan termasuk dalam katagori usia remaja menengah, yang memiliki bakat dalam ekstrakurikuler seperti osis, pasus, dan olahraga yang dimana memperhatikan penampilan. Berdasarkan hal tersebut diperlukan penelitian untuk melihat hubungan antara *body image* dengan pola makan dan status gizi pada remaja putri di SMAN 1 Pekanbaru.

### 1.1. Tujuan

Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui hubungan antara *body image* dengan pola makan dan status gizi pada remaja putri SMAN 1 Pekanbaru.

### 1.3. Manfaat

Manfaat penelitian adalah menambah informasi tentang hubungan antara *body image* dengan pola makan dan status gizi remaja putri SMAN 1 Pekanbaru. Hasil penelitian ini dapat menjadi informasi mengenai hubungan *body image* dengan pola makan dan status gizi pada remaja putri SMAN 1 Pekanbaru serta menambah ilmu dan dampak positif terhadap hubungan *body image* dengan pola makan yang benar sesuai status gizi pada remaja putri SMAN 1 Pekanbaru.

### 1.4. Hipotesis

Hipotesis penelitian adalah terdapat hubungan antara *body image* dengan pola makan pada remaja putri SMAN 1 Pekanbaru dan terdapat hubungan antara *body image* dengan status gizi pada remaja putri SMAN 1 Pekanbaru.



## TINJAUAN PUSTAKA

### 2.1. Remaja

Remaja adalah individu yang berkembang dari masa kanak-kanak menuju dewasa. Remaja merupakan aset negara yang penting dalam sumber daya manusia dan keberhasilan negara ini (Tan dan Ibrahim, 2020). Masa ini yaitu peralihan dari kanak-kanak menuju remaja ditandai banyaknya perubahan seperti penambahan masa otot, jaringan lemak, perubahan hormon. Perubahan berpengaruh pada kebutuhan gizi (Hardinsyah dan Dewi, 2021).

Masa remaja di dibagi berdasarkan perkembangan fisik, psikologi, dan sosial. *World Health Organization (WHO)/United Nations Children's Emergency Fund (UNICEF)* (2005) membagi tiga fase :1). Remaja awal (10-14 tahun), 2). Remaja pertengahan (14-17 tahun), 3). Remaja akhir (17-21 tahun) (Hardinsyah dan Dewi, 2021). Perubahan Fisik Remaja ditandai anak laki-laki dan perempuan tentu saja tumbuh secara berbeda. Fisik pada remaja laki-laki Tubuh secara keseluruhan menjadi lebih besar seperti: bahu menjadi lebih lebar, tungkai kaki menjadi lebih panjang dibandingkan tubuhnya, dan lengan bawah lebih panjang dibandingkan panjang badan. Fisik pada perempuan mulai mengalami menstruasi, payudara membesar, tumbuh bulu ketiak dan di sekitar kemaluan, panggul menjadi lebih lebar untuk mempermudah proses saat melahirkan kelak dan lapisan lemak muncul di bawah kulit, menjadikan penampilan terlihat lebih bulat (Farwoto dkk, 2010).

Masa remaja adalah masa lebih banyak membutuhkan zat gizi (Santrock, 2007). Remaja membutuhkan asupan zat gizi yang optimal untuk pertumbuhan dan perkembangan (Soetjiningsih, 2004). Kondisi ini menyebabkan remaja sering mengidentifikasi dirinya dengan teman sebaya, sebab apa yang dilakukan akan diterima dan diakui keeksistensinya oleh teman-temannya. Pada masa remaja, peran teman sebaya sebagai lingkungan terdekat yang akan sangat mempengaruhi perilaku positif dan negatif yang ditampilkan oleh anak. Pertambahan berat badan terjadi perubahan tubuh, pada anak laki-laki terjadi akibat meningkatnya masa otot, sedangkan pada anak perempuan terjadi meningkatnya massa lemak (Batubara, 2016).

#### Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## 2.2. *Body Image*

*Body image* adalah gambaran bentuk tubuh seseorang yang terbentuk pikiran individu atau dengan gambaran tubuh individu itu sendiri. *Body image* mempunyai dua konsep yaitu puas dan tidak puas. *Body image* positif yaitu individu suatu kepuasan terhadap keadaan fisik dan memiliki kepercayaan diri (Andiyati, 2016), sedangkan *body image* negatif yaitu sikap individu yang tidak puas terhadap fisiknya dan memiliki kepercayaan diri rendah (Maryam, 2019). *Body image* yaitu sikap individu yang didasari dan tidak terhadap tubuh termasuk persepsi masa lalu atau masa sekarang tentang ukuran, fungsi, penampilan dan potensi yang dimiliki (Par'i, 2016). Munculnya penilaian dikalangan remaja putri saat ini adalah standar bentuk tubuh yang sangat memetingkan penampilan fisik dengan bentuk tubuh proposional, menjadikan kurang percaya diri, remaja putri menilai dirinya terkaang melalui pandangan orang lain seperti teman sepergaulannya (Ratnawati, 2012). Penampilan fisik memberikan gambaran dan persepsi tentang bentuk fisik yang dimiliki pada remaja putri yang ada pada penampilan fisik orang lain hingga membuat standar yang harus dimiliki setiap perempuan (Denich dan Ifdil, 2015). Gambaran dan persepsi tentang bentuk tubuh suatu penampilan disebut *body image*.

### 2.2.1. Faktor-faktor yang Mempengaruhi *Body Image*

Menurut Potter dan Perry (2005), terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi *body image* seseorang. Stresor-stresor ini dapat berasal dari dalam, yaitu dari diri sendiri akibat perubahan penampilan tubuh, struktur tubuh, obesitas dan perubahan fungsi bagian tubuh. Selain itu terdapat juga faktor-faktor atau stresor yang berasal dari luar yang mempengaruhi citra tubuh, yaitu cara pandang orang lain dan media massa.

#### 1. Cara pandang orang lain

*Body image* dapat berubah dalam hitungan jam, hari, minggu atau bulan bergantung pada stimulasi eksternal dan internal pada tubuh. Pandangan orang lain dapat mengubah *body image* apabila seseorang mengatakan bentuk tubuh atau struktur tubuh kurang menarik. Jati diri orang lain yang mempengaruhi *body image* responden tergantung pada aspek tertentu yang bisa membangkitkan respons.

#### Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

2. Jenis kelamin

Masa remaja sangat berpengaruh terhadap perempuan karena terlalu memikirkan penampilan agar menarik dan bagus. Sehingga mereka berjuang untuk mendapatkan tubuh yang langsing dan ideal.

3. Perubahan penampilan tubuh

Perubahan penampilan tubuh, seperti amputasi, atau perubahan penampilan wajah merupakan stressor yang sangat mempengaruhi *body image*. Seseorang dengan perubahan *body image*, seperti mereka yang mengalami perubahan penampilan fisik, seperti berat badan, perubahan wajah, sering merasa ditolak terasingkan dan juga terkadang timbul perasaan tidak berdaya.

4. Media massa

Media massa salah satu informasi yang memberikan gambaran ideal mengenai figure perempuan dan laki-laki yang dapat mempengaruhi *body image*. Berbagai informasi dari media massa selama bertahun-tahun mempengaruhi cara pandang individu mengenai diri mereka sendiri. Media berpengaruh positif dan negatif dalam mempromosikan suatu informasi.

2.2.2. Aspek- aspek dalam *Body Image*

Kepuasan dan ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh seseorang dapat di liat atau diukur menggunakan aspek-aspek *body image* ( Husna, 2013) aspek-aspek dalam *body image*, yaitu : 1) Evaluasi penampilan (*Appearance Evalution*) merupakan suatu penilaian individu pada bentuk tubuh dan penampilan, menarik atau tidak menarik, memuaskan atau tidak memuaskan terhadap seluruh bentuk tubuh. 2) Orientasi penampilan (*Appearance Orientation*) merupakan usaha yang dilaksanakan individu untuk memperbaiki dan meningkatkan penampilan diri. 3) Kepuasan terhadap bagian tubuh (*Body Area Satisfaction*) merupakan kepuasan individu pada area tubuh tertentu, wajah, tubuh bagian atas, tubuh bagian bawah, dan serta bagian tubuh keseluruhan. 4) Kecemasan menjadi gemuk (*Overweight Preoccupation*) merupakan satu gambaran kecemasan individu pada kegemukan, serta kewaspadaan berat badan, cenderung melakukan diet, dan membatasi pola makan. 5) Pengkategorikan ukuran tubuh (*Self Classified Weight*) merupakan

suatu penilaian individu pada berat badan apakah termasuk katagori kurus atau sebaliknya gemuk.

### 2.3. Hubungan *Body image* dengan Pola Makan

Remaja sering terjebak dalam hal pola makan yang tidak sehat, remaja sangat menginginkan penurunan berat badan secara drastis dengan melakukan diet ketat yang berakibat pada tubuh sampai gangguan pada pola makan (Arisman, 2010). Remaja juga memiliki *body image* negatif yang mengarah pada idol yang cenderung memiliki tubuh langsing (Sulitsyoningsih, 2012).

Dampak dari mengikuti gaya idolnya remaja melakukan eksperimen untuk mendapatkan badan langsing tanpa melihat pola makan yang baik dan benar yang berakibat pada gangguan gizi (Tan, 2020). Remaja kurang mementingkan pola makan yang baik seperti segi kualitasnya karena remaja putri cenderung memetingkan bentuk tubuh dibandingkan makan mereka, sedangkan remaja membutuhkan energi cukup untuk masa pertumbuhan (Asnuddin dan Sanjaya, 2018).

Hasil penelitian yang telah dilakukan oleh (Tan, 2020) pada 87 remaja putri menunjukkan bahwasanya terdapat ada hubungan yang signifikan *body image* dengan pola makan pada remaja putri di SMAN 5 Batam berdasarkan hasil jurnal tersebut dapat disimpulkan bahwa *body image* mereka negatif dikarenakan tidak percaya diri dan puas dengan penampilan diri sendiri sehingga melakukan diet untuk menurunkan berat badan dan mendapatkan bentuk tubuh yang ideal tetapi berdamak pada pola makan. Hasil penelitian yang telah dilakukan oleh Yusintha (2018) menunjukkan bahwa terdapat 93 responden yang terdapat ada hubungan antara perilaku makan dan citra tubuh dengan status gizi remaja putri usia 15-18 tahun. Hasil penelitian yang telah dilakukan oleh (Margiyanti, 2021) mahasiswi prodi D-III Kebidanan STIKes Mitra Bunda terdapat hubungan *body image* dengan pola makan dan status gizi pada mahasiswi prodi D-III Kebidanan STIKes Mitra Bunda persepsi diri tentang *body image* dapat mempengaruhi pola makan seseorang, dimana pola makan sehari-hari berkontribusi dalam pemenuhan kebutuhan harian pada status gizi seseorang. Diet yang berlebihan dengan membatasi konsumsi makan akan mengakibatkan berat badan tubuh menjadi menurun dan pertumbuhan pun terhambat. Pola konsumsi pangan dalam frekuensi,

#### Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

jenis, dan jumlah makanan yang dikonsumsi berhubungan dengan tingkat konsumsi pangan.

## 2.4. Pola Makan

Pola makan adalah tingkah laku manusia atau sekelompok manusia dalam memenuhi kebutuhan makan yang meliputi sikap, kepercayaan, pilihan makanan, yang terbentuk sebagai hasil dari pengaruh fisiologis, psikologis, budaya dan sosial (Oktavia, 2015). Secara umum faktor yang mempengaruhi terbentuknya pola makan adalah faktor ekonomi, sosial budaya, agama, pendidikan, dan lingkungan (Sulistyoningsih, 2012). Pola makan yang baik perlu dibentuk sebagai upaya untuk memenuhi kebutuhan gizi. Asupan berlebih dapat menyebabkan kelebihan berat badan dan penyakit lain yang disebabkan oleh kelebihan zat gizi. Sebaliknya asupan makan kurang dari yang dibutuhkan akan menyebabkan tubuh menjadi kurus dan rentan terhadap penyakit (Sulistyoningsih, 2012).

Gizi seimbang adalah susunan asupan sehari-hari yang jenis dan jumlahnya zat gizinya sesuai dengan kebutuhan tubuh. Pemenuhan asupan gizi harus memperhatikan prinsip keanekaragaman pangan, aktivitas fisik, perilaku makan, kebersihan dan mempertahankan berat badan normal guna mencegah masalah gizi. Gizi seimbang terdiri dari 4 pilar yang pada dasarnya merupakan upaya untuk menyeimbangkan antara zat gizi yang keluar dan masuk, (kemenkes, 2018). Dampak yang ditimbulkan apabila pola makan yang buruk akan membuat terhambatnya proses pertumbuhan dan perkembangan akibat ketidakseimbangan asupan zat gizi pada remaja tersebut. Khususnya bagi remaja putri, memiliki diet bagi tubuhnya sendiri akibat sosial untuk mempunyai bentuk fisik kurus dan stigma obesitas bisa menyebabkan praktik makan tidak sehat jika terus menerus dilakukan (Mardalena, 2017).

### 2.4.1. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Pola Makan

Beberapa faktor yang dapat mempengaruhi pola makan seseorang, antara lain sebagai berikut (Sulistyoningsih, 2012). 1) Ekonomi, dapat mempengaruhi konsumsi pangan seperti pendapatan keluarga dan meningkatnya pendapatan akan meningkatkan peluang untuk membeli pangan dengan kuantitas dan kualitas yang baik, dan penurunan pendapatan akan menyebabkan menurunnya daya beli pangan baik secara kualitas maupun kuantitas. 2) Sosial budaya, Pantangan

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

dalam mengkonsumsi jenis makanan dapat dipengaruhi oleh faktor budaya/kepercayaan. Kebudayaan suatu masyarakat mempunyai kekuatan yang besar untuk mempengaruhi seseorang dalam memilih dan mengolah makanan yang diolah. 3) Pendidikan, dapat dikaitkan dengan pengetahuan akan berpengaruh terhadap pemilihan bahan makanan dan pemenuhan kebutuhan gizi. Bagi kelompok yang berpendidikan rendah memilih makan yang mengenyangkan sehingga porsi karbohidrat lebih banyak dibandingkan dengan bahan lainnya. Sebaliknya dengan kelompok yang pendidikan lebih tinggi memiliki kecenderungan memilih bahan makanan sumber protein dan menyeimbangkan dengan kebutuhan lainnya. 4) Keluarga merupakan gerbang pertama seorang anak menerima informasi, mencari identitas, dan belajar kehidupan di luar. Untuk itulah jika ditemukan kasus seseorang hidup dalam keluarga yang menganggap bentuk tubuh yang kurus itu sebagai sesuatu yang ideal, maka seorang anak akan berpikir bahwa tubuhnya kurus dapat diperoleh dari tidak mengkonsumsi makanan apapun atau dia akan makan tetapi dengan pola makan yang salah sehingga ia akan mengalami gangguan pola makan. Pengaruh keluarga dalam pola atau kebiasaan makan pada anak sangat besar. 5) Lingkungan, Faktor lingkungan mempunyai pengaruh lebih besar terhadap pembentukan perilaku makan. Lingkungan yang dimaksud dapat seperti lingkungan keluarga, sekolah, serta promosi media cetak atau massa. Lingkungan keluarga sangat berpengaruh besar terhadap pola makan seseorang seperti kebiasaan makan dalam suatu keluarga. Keberadaan lingkungan sekolah atau tempat jajan sangat mempengaruhi terbentuknya pola makan.

#### 2.4.2 Aspek-aspek Pola Makan

Tindakan manusia terhadap makan dan makanan dipengaruhi oleh berbagai aspek, yaitu pengetahuan, perasaan, persepsi terhadap makanan tersebut. (Purwaningrum, 2008) mengemukakan aspek-aspek pola makan adalah sebagai berikut : 1) Kebiasaan makan, dalam hal ini dapat dilihat dari beberapa hal, diantaranya dari cara makan. Dilihat dari cara makan seperti duduk, berdiri atau sambil berbaring ketika makan. Tempat makan seperti apakah yang dapat membuat peningkatan selera makan dan aktivitas apa saja yang dilakukan ketika sedang makan. 2) Jenis makan yang dimakan, makan adalah suatu kegiatan yang

#### Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

menyenangkan. Seseorang akan senang dan meningkat selera makannya jika disajikan dengan jenis makanan yang disukai atau digemari. Ini akan berbanding terbalik disaat dihidangkan dengan jenis makanan yang tidak sukai. Jenis makanan tersebut akan dihindari bahkan tidak akan disentuh sama sekali. 3) Perkiraan terhadap kalori-kalori yang ada dalam makanan, Jumlah kalori dalam makanan akan diperhatikan seseorang terutama jika ia sedang dalam kegiatan diet baik dalam pengobatan atau pembentukan tubuh yang membuatnya tampak indah. Perkiraan kalori-kalori ini akan diperhitungkan dan dipertimbangkannya saat akan memilih jenis makanan.

## 2.5. Status Gizi

Status gizi adalah ukuran yang mengenai dengan kondisi tubuh responden yang dapat dilihat dari makanan dan pengguna zat gizi didalam tubuh. ( Almtsier, 2010). Kebiasaan makan secara langsung dapat mempengaruhi nilai gizi. Status gizi remaja dipengaruhi oleh asupan gizi yang di konsumsi. Status gizi dipengaruhi faktor internal yaitu keadaan tubuh yang kurang proposional pada remaja putri merasa gambaran tentang *body image* negatif. Hal ini dikarenakan peningkatan lemak tubuh yang berlebih saat perempuan memasuki masa remaja. (Yusinta, dkk., 2019). Pada remaja putri sangat dibutuhkan untuk mempertahankan status gizi yang baik dengan cara mengkosumsi makanan yang seimbang (Tan dan Ibrahim, 2020).

Berdasarkan (Harjatmo, 2017) pengelompokan status gizi dapat dilakukan dengan metode antropometri untuk cara menilai status gizi dengan menilai pertumbuhan. Antropometri digunakan sebagai indikator status gizi sebagai pertumbuhan seorang anak yang berlangsung baik dengan memerlukan asupan gizi yang seimbang antara kebutuhan gizi dengan asupan gizinya, sedangkan gizi yang tidak seimbang berakibat terhambatnya perumbuhannya. Antropometri data digunakan sebagai variabel status gizi pertumbuhan untuk indikator menilai status gizi.

Metode antropometri indeks standar antropometri anak menurut (Permenkes, 2020) indeks masa tubuh menurut umur (IMT/U), menentukan kategori seperti gizi buruk, gizi kurang, gizi baik, gizi lebih, dan obesitas. Indeks

### Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

IMT/U lebih sensitif sehingga perlu ditangani lebih lanjut untuk mencegah gizi lebih dan obesitas.

## 2.6. Hubungan *Body Image* dengan Status Gizi

Seseorang dengan *body image* yang positif akan merasa puas terhadap bentuk tubuhnya, sedangkan seseorang yang dimiliki *body image* negatif akan merasakan tidak puas dengan bentuk tubuh yang dimilikinya. *Body image* negatif bisa membuat persepsi mengenai bentuk tubuh remaja putri yang mengakibatkan implikasi negatif bagi kesejahteraan fisik dan psikologinya. Hal tersebut bisa berpengaruh terhadap perilaku makan remaja putri. Pola konsumsi yang tidak seimbang mengakibatkan tidak sesuainya pasokan energi dengan keluarnya energi sehari-hari. Hal tersebut dapat berdampak pada status gizi pada remaja putri (Serly dkk, 2015).

Masa remaja merupakan peralihan, pada masa ini remaja perubahan baik secara fisik, psikis, maupun pergaulan. masalah gizi yang timbul pada remaja diketahui salah satunya status gizinya. Status gizi merupakan hasil dari keseimbangan yang terjadi antara asupan gizi dengan kebutuhan gizi yang dibutuhkan oleh tubuh (Thamaria, 2017). Asupan zat gizi merupakan salah satu faktor langsung yang dapat mempengaruhi status gizi pada remaja. Karena zat gizi yang dikonsumsi setiap harinya mendukung proses perkembangan dan pertumbuhan yang terjadi pada remaja, sehingga perlu asupan yang sesuai kebutuhan (Suhartini dan Ahmad, 2018). Selain faktor langsung, status gizi juga dapat dipengaruhi faktor tidak langsung. Dari banyaknya faktor tidak langsung, salah satunya *body image*. *body image* merupakan persepsi seseorang yang meliputi kepuasan terhadap bentuk tubuh dan kepuasan terhadap berat badan juga orientasi tubuhnya (Kapoor *et al.*, 2022).

Hasil penelitian yang telah dilakukan (Manoppo dan Lang, 2022) pada 81 responden menunjukkan bahwasanya terdapat ada hubungan signifikan antara *body image* dengan status gizi pada remaja di Desa Kema II berdasarkan hasil dari penelitian ini gambaran status gizi remaja sebagian besar berada di normal, sedangkan gambaran *body image* sebagian besar berada pada kategori sedang. Hasil penelitian Ni'mah dan Indrawati, (2022) pada 75 siswi menunjukkan ada hubungan *body image* dengan status gizi, berdasarkan hasil penelitian *body image*

### Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

negatif remaja putri akan memiliki rasa tidak percaya diri. Remaja putri akan melakukan banyak cara agar status gizi mereka normal seperti melihat di depan kaca atau menanyakan kepada orang lain dan berusaha menjaga asupan makannya. Hasil sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh (Damayanti, 2016) menunjukkan sebanyak 76% remaja putri di SMK Adhikawacana Surabaya dengan *body image* negatif memiliki status gizi normal.



UIN SUSKA RIAU

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



## KERANGKA PEMIKIRAN

Masa remaja merupakan suatu proses tumbuh kembang yang berkesinambungan dengan masa peralihan dari masa kanak-kanak ke dewasa. Remaja mengalami perkembangan psikologis dan terjadinya perubahan fisik yang berkaitan dengan *body image* secara cepat. *Body image* adalah bentuk tubuh yang berkaitan dengan penilaian terhadap orang lain. Tingkat *body image* individu menggambarkan seberapa jauh individu merasa puas pada tubuh dan penampilan fisik keseluruhan serta sebagian besar tergantung pengaruh sosial yang ada 4 aspek : pandangan orang lain, peran individu, perbandingan dengan orang lain dan identifikasi terhadap orang lain. *Body image* ada 2 yaitu *body image* puas dan *body image* tidak puas. *Body image* puas adalah responden memiliki kesehatan mental yang baik karena menerima kondisi fisiknya sendiri seperti bentuk badan dan berat badan yang stabil, sedangkan *body image* tidak puas yang membuat responden menjadi tidak percaya diri terhadap bentuk badan dan jika dibiarkan akan membuat masalah mental yang buruk pada responden.

Faktor yang mempengaruhi *body image* pada remaja putri yaitu cara pandang orang lain yang melihat bentuk tubuh responden, perubahan struktur tubuh yang menjadi ideals, perubahan penampilan tubuh yang menarik perhatian orang lain terhadap responden untuk melihat bentuk tubuh, media massa sumber informasi yang mempengaruhi responden terhadap *body image*, teman sebaya salah satu faktor yang merubah kebiasaan-kebiasaan hidup responden termasuk *body image*. Remaja yang mempunyai *body image* tidak puas berkaitan dengan kebiasaan makan atau pola makan yang buruk tidak sesuai kebutuhan tubuh.

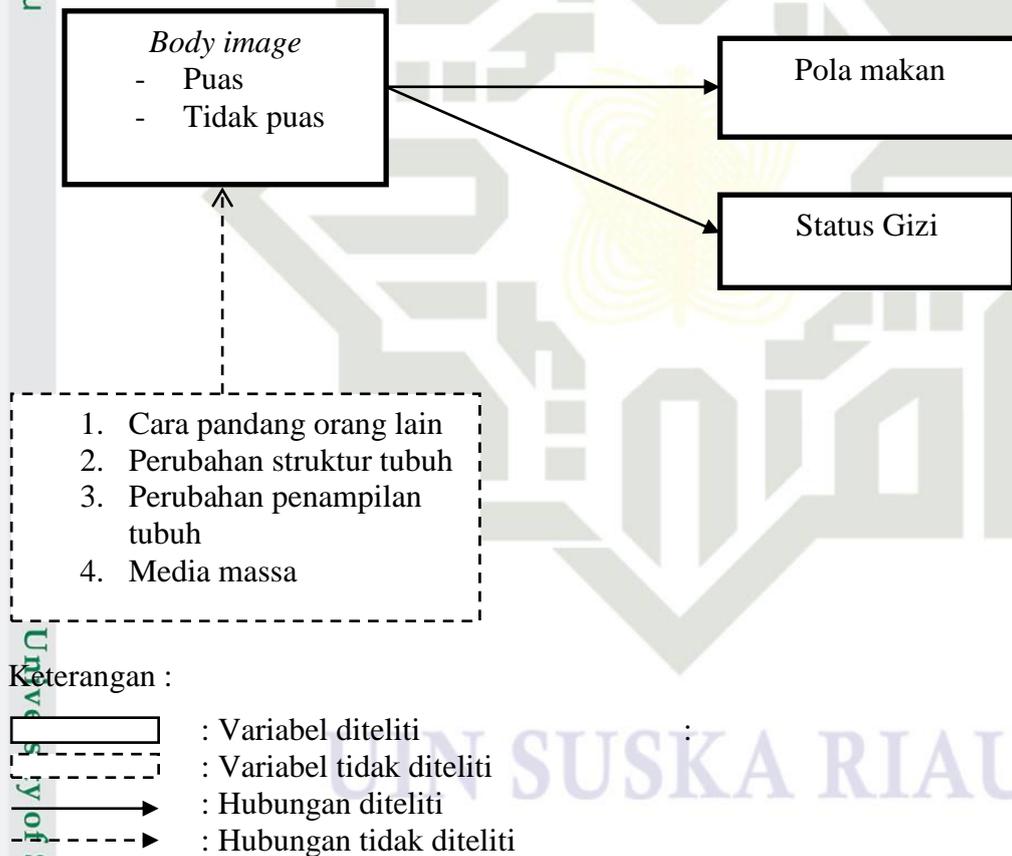
Ada beberapa faktor yang mempengaruhi pola makan yaitu pendapatan keluarga sebagai modal untuk membeli bahan pangan dengan kualitas baik, sosial budaya berupa larangan makan yang dipengaruhi oleh budaya/kepercayaan dalam memilih dan mengolah makanan, pendidikan yang tinggi cenderung memilih makanan yang sesuai kebutuhan gizi suatu responden, keluarga gerbang utama pengaruh dalam pola makan atau kebiasaan makanan dan lingkungan. Remaja putri sering melakukan eksperimen untuk mendapatkan badan langsing dan ideal tanpa memperhatikan pola makan atau kebiasaan makan yang baik dan benar berakibat tidak sesuai dengan kebutuhan gizi. Status gizi adalah keadaan yang diakibatkan

### Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

oleh keseimbangan asupan gizi dari makanan dengan kebutuhan gizi remaja. Pada status gizi pada remaja dipengaruhi oleh asupan gizi yang di makanan oleh responden untuk mencukupi kebutuhan gizi dengan pola makan yang baik. Status gizi bisa dilihat dari perbandingan berat badan dan tinggi badan yang dinyatakan dalam bentuk IMT/U.

Remaja putri yang mempunyai *body image* positif memiliki pola makan yang baik dan sesuai status gizi individu, sedangkan remaja putri yang *body image* negatif akan melakukan perubahan pola makan yang tidak baik agar mendapatkan perubahan fisik yang diinginkan tetapi tidak sesuai dengan kebutuhan gizi dan status gizi individu. Penjelasan di atas disajikan dalam bentuk bagan kerangka pemikiran yang menyajikan hubungan *body image* dengan pola makan dan status gizi pada remaja putri.



Gambar 1. Kerangka pemikiran Hubungan *Body Image* dengan Pola Makan dan Status Gizi pada Remaja Putri SMAN 1 Pekanbaru

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

### III. METODE PENELITIAN

#### 3.1. Waktu dan Tempat

Penelitian telah dilakukan di SMAN 1 Pekanbaru. Pemilihan lokasi penelitian berdasarkan persentase penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Hanum, (2015) yang menyatakan persentase status gizi tidak normal pada siswa SMAN 1 Pekanbaru yaitu berat badan lebih 41,7%, obesitas 37,5%, dan berat badan kurang 20,8%. Penelitian ini telah dilakukan di SMA 1 Pekanbaru pada Bulan Februari 2023.

#### 3.2. Definisi Operasional

Definisi operasional hubungan *Body Image* dengan Pola Makan dan Status Gizi pada Remaja SMAN 1 Pekanbaru disajikan pada Tabel 3.1.

Tabel 3.1. Konsep Operasional

Variable	Definisi	Alat ukur	Skala	Hasil ukur
<i>Body image</i>	<i>Body image</i> adalah persepsi, keyakinan, pikiran, perasaan, dan perilaku tentang diri individu meliputi persepsi yang berhubungan dengan tubuh dan sikap individu. (Cash, 2012).	Angket BSQ – 34	Ordinal	<i>Body image</i> puas skor <110  Persepsi <i>body image</i> atau tidak puas Skor $\geq$ 110 (Yurtsever dkk, 2022)
Pola makan	Pola makan adalah kebiasaan makan yang dilakukan seseorang dalam memenuhi kebutuhan akan makan meliputi jenis makan, frekuensi, dan porsi bagaimana cara mendapatkan pengolahan makanan, motivasi makanan. (Sulistyoningsih, 2012). Pola makan meliputi yang di teliti yaitu asupan energi yang diperoleh dari makanan pokok maupun jajanan yang dikonsumsi oleh siswi SMAN 1 Pekanbaru.	<i>Recall</i> kosumsi pangan 2 x24 jam	Ordinal	Kurang asupan energi : <80% AKG  Normal asupan energi : 80-120% AKG  lebih asupan energi : >120% AKG (WNPG 2012) FAO/WHO/UNU 2001



**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Variable	Definisi	Alat ukur	Skala	Hasil ukur
Status Gizi MT/U	Status gizi adalah keadaan tubuh sebagai akibat konsumsi makanan dan penggunaan zat zat gizi. Status gizi dikelompokkan menjadi status gizi buruk, status gizi kurang, status gizi baik, dan status gizi lebih (Almatsier, 2011).	Timbangan digital dan microtoise	ordinal	Gizi buruk (<-3 SD) Gizi kurang (-3 SD sd <-2SD) Gizi normal (-2 SD sd + 1 SD ) Overweight (+1SD sd +2SD) Obesitas (>+ 2SD) (kemenkes, 2020)

**3.3. Metode Pengambilan Sampel**

Desain penelitian ini adalah *cross sectional study* yaitu seluruh variabel diamati pada saat yang bersamaan ketika penelitian berlangsung. Variabel terikat dan bebas. Variabel bebas diambil dalam satu waktu. Variabel terikat pada penelitian ini adalah pola makan dan status gizi, sedangkan variabel bebas adalah *body image*.

Populasi penelitian adalah siswi SMAN 1 Pekanbaru. Pemilihan Sampel dalam penelitian menggunakan teknik *purposive sampling*. Menurut Sugiyono (2016) menyatakan bahwa *purposive sampling* adalah teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu. Berdasarkan pertimbangan penelitian ini yaitu kriteria inklusi dan eksklusi :

1. Inklusi
  - a. Siswa yang bersedia menjadi responden dan mengikuti prosedur penelitian hingga akhir.
  - b. Siswi berada di kelas XI SMAN 1 Pekanbaru.
  - c. Berusia 15-18 tahun.
2. Eksklusi
  - a. Siswa tidak bisa hadir.

Besar sampel dalam penelitian didapatkan melalui teknik pengambilan sampel berdasarkan rumus slovin sebagai berikut :

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

Keterangan :

N : Besar populasi

n : Besar Sampel

d : tingkat presisi/deviasi (*limit error*) (10%=0,1)

$$n = \frac{162}{1 + 1,62}$$

$$n = \frac{162}{2,62}$$

= 61,83 dibulatkan menjadi 62

Berdasarkan pertimbangan yang sesuai dengan karakteristik populasi maka jumlah sampel penelitian ini diambil dari kelas XI yang berjumlah 62 orang. Contoh pada penelitian ini adalah remaja putri siswi kelas XI SMAN 1 Pekanbaru. Hal ini dipertimbangkan bahwa siswi kelas XI sebagai sampel dalam kategori kelas yang menengah yaitu tidak siswa baru dan tidak sedang melakukan ujian-ujian. Penelitian di lakukan dengan dengan pengisian kusioner, *Food recall* dilakukan dengan wawancara 2x24 jam yang diambil pada hari libur dan hari sekolah dan pengambilan data antropometri dalam pengukuran status gizi.

Cara pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian jenis data primer dengan menyebarkan kusioner dalam bentuk skala pengukuran. Penelitian ini menggunakan kusiner *Body Shape Questionnaire (BSQ-34)*, wawancara *food recall* dan pengambilan data antropometri TB dan BB.

### 3.4. Analisis data

Data pengolahan data dilakukan meliputi editing menyeleksi atau memeriksa ulang kelengkapan kusioner, *coding* data kusioner lengkap menerima semua jawaban, *entry* data mengisi kolom atau kotak-kotak lembar kode sesuai jawaban dan pertanyaan dan tabulating menghitung data secara statistik. Data di olah dan di analisis menggunakan *Microsoft Excell 2010* dan *spss 22 for windows 10* menggunakan *uji chi-square* untuk menghitung stastik tiga variabel.

Pengumpulan data penelitian ini meliputi usia, *body image* (variabel independen), pola makan dan status gizi (variabel dependen). Pola makan dikategorikan menjadi 3 kelompok yaitu kurang, normal, lebih sementara *body image* digolongkan menjadi 2 kategori yaitu puas dan tidak puas. Data merupakan jawaban dari subjek penelitian melalui angket BSQ-34 (*Body Shape*

Questionnaire) dalam pengukuran *body image*, formulir *food recall* dalam pengukuran pola makan, dan data mengenai data antropometri IMT/U dalam pengukuran status gizi.

Penelitian *body image* dengan pola makan dan status gizi di dalam penelitian menggunakan cara pengumpulan data menggunakan jenis data primer dengan menyebarkan angket dibentuk dalam skala pengukuran. Skala pengukuran merupakan kesepakatan yang digunakan sebagai acuan untuk menentukan panjang pendeknya interval yang ada dalam alat ukur, hingga alat ukur tersebut digunakan dalam pengukuran yang menghasilkan data kuantitatif. Penelitian ini menggunakan angket BSQ-34 dalam pengukuran *body image*, *food recall* dalam pengukuran pola makan, dan data antropometri dalam pengukuran status gizi.

Proses pengambilan sampel dimulai dengan pemberian penjelasan terkait penelitian dan pembahasan mengenai *informed consent*. Peserta bersedia mengikuti penelitian yang wajib menandatangani *informed consent*. Selanjutnya peneliti menjelaskan tentang prosedur pengisian kusioner.

Penelitian ini skala pengukuran yang digunakan adalah skala likert *body image* untuk analisa data kuantitatif, maka jawaban responden diberi skor sebagai pada tabel 3.2.

Tabel 3.2. Skor Skala likert angket *body image* BSQ – 34

No	Sikap responden	Skor
	Tidak pernah	1
	Jarang	2
	Kadang-kadang	3
	Sering	4
	Biasa	5
	Selalu	6

Sumber : Yurtsever *et al.*, 2022

Responden bersedia mengisi data dan lembaran kusioner sebanyak 34 pertanyaan. Jawaban peserta penelitian yang dikumpulkan dihitung berdasarkan skoring yang didapatkan melalui total nilai jawaban responden. Skoring *body image* menggunakan *skala likert*. Hasil skoring dikategorikan sebagai tabel 3.3.

#### Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Tabel 3.3 Skoring kategori *body image*

Kategori	Skor
<i>Body image</i> puas	<110
<i>Body image</i> tidak puas	≥110

Penukuran pola makan dilakukan berdasarkan jenis, jumlah, dan frekuensi makanan yang dikonsumsi dan mengolah data menggunakan *nutrisurvey*. Data konsumsi pangan didapatkan dengan cara menggunakan metode recall 2 x 24 jam yang dimana sehari di waktu efektif dan sehari di waktu libur. Data konsumsi pangan dalam gram/URT dikonversi dalam nilai energi dan zat gizi menggunakan Tabel Kosumsi Pangan 2017 (TKPI) menggunakan rumus :

$$KG_{ij} = \left(\frac{B_j}{100}\right) \times G_{ij} \times \left(\frac{BDD}{100}\right)$$

Keterangan :

- K<sub>gij</sub> = kandungan energi/ zat gizi I pada makan J
- B<sub>j</sub> = berat makanan J yang di konsumsi
- G<sub>i</sub> = kandungan zat gizi I dalam makanan j menurut TKPI
- BDD = persentase bagian makanan yang di konsumsi

Kategori pola makan

1. Kurang : <80% AKG
2. Cukup : 80-120% AKG
3. Lebih : >120% AKG

Nilai energi dan zat gizi yang dikonsumsi kemudian dikonversikan menjadikan nilai tingkat kecukupan energi dan zat gizi dengan sebagai :

$$TKG_j \left(\frac{K_j}{AKG}\right) \times \left(\frac{AKG_i}{100}\right)$$

Keterangan :

- TKG = tingkat kecukupan energi/ zat gizi j
- K<sub>j</sub> = konsumsi zat gizi aktual j
- AKG = angka kecukupan energi
- TKG<sub>i</sub> = Tingkat kecukupan gizi

Data status gizi diolah menggunakan *WHO AnthroPlus* dari hasil pengukuran antropometri berat badan yang diukur menggunakan timbangan digital injak dengan ketelitian 0,1 kg dan tinggi badan yang diukur menggunakan

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Diarangi mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Diarangi mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

*microtoise* dengan ketelitian 0,1 cm, dan untuk mengetahui data status gizi dengan menggunakan Indeks Massa Tubuh menurut IMT/U Berikut Tabel 3.4.

Tabel 3.5 Klasifikasi status gizi berdasarkan IMT/U

Klasifikasi	IMT/U (kg/m <sup>2</sup> )
Gizi buruk	<-3 SD
Gizi kurang	-3 SD sd <-2SD
Gizi normal	-2 SD sd + 1 SD
<i>Overweigt</i>	+1SD sd +2SD
Obesitas	>+ 2SD

(Kemenkes, 2020).

Pengambilan data dilakukan, dimulai dari pagi hingga selesai. Responden dikumpulkan salah satu ruangan kemudian dilakukan pengukuran antropometri (berat badan dan tinggi badan), kemudian dikonversikan dalam bentuk z-score berdasarkan indeks IMT/U (indeks massa tubuh berdasarkan umur) standar antropometri penilaian status gizi. Sedangkan untuk pengambilan data keseluruhan dilakukan selama seminggu.

Keseluruhan data yang telah terkumpul diolah dengan analisis yang digunakan dalam penelitian yaitu univariat dan bivariat untuk mengetahui perhitungan statistik multivariat. Analisis univariat untuk melihat karakteristik remaja putri (*body image*, pola makan, status gizi). Uji bivariat yaitu menggunakan *uji chi-square* untuk melihat ada atau tidaknya hubungan antara *body image* dengan pola makan dan status gizi pada remaja putri. Untuk mengetahui hubungan antara variabel independen dan variabel dependen ditentukan dengan nilai ( $\alpha$ ) = 0,001. Apabila nilai  $p < 0,001$  maka ada hubungan yang signifikan antara variabel independen dan dependen.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



## V. KESIMPULAN DAN SARAN

### 5.1. Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang dilakukan di SMAN 1 Pekanbaru pada 62 responden berusia 15-18 tahun kelas XI bahwa masih ditemukan masalah status gizi obesitas sebesar 22,6%, gizi kurang sebesar 17,7% dan gizi lebih sebesar 11,1%. Mayoritas responden (46,8%) memiliki *body image* tidak puas dan sebesar 38,7% responden mengalami risiko pola makan kurang. Berdasarkan analisis statistik menunjukkan bahwa terdapat hubungan *body image* dengan pola makan dan hubungan *body image* dengan status gizi pada siswi SMAN 1 Pekanbaru dengan nilai ( $p=0,012$ ) dan ( $p=0,007$ ).

### 5.2. Saran

Diharapkan untuk remaja putri meningkatkan pola makan yang lebih baik dan *body image* puas agar tercapai status gizi normal. Penelitian selanjutnya diharapkan dapat melihat faktor-faktor lain yang mempengaruhi *body image*, pola makan, dan status gizi.

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## DAFTAR PUSTAKA

- Abdurrachim, R., E, Meladista., dan R, Yanti. 2018). Hubungan *Body Image* dan Sikap Terhadap Makanan Dengan Pola Makan Mahasiswi Jurusan Gizi Politeknik. *Gizi Indonesia*, 41(2), 117-124.
- Almatsier S. 2011. *Gizi Seimbang dalam Daur Kehidupan*. PT. Gramedia Pustaka Utama. Jakarta. 411 hal.
- Almatsier, S. 2010. *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Gramedia Pustaka Utama. Jakarta.337 hal.
- Almatsier, S., S. Soetardjo, dan M. Soekatri. 2009. *Gizi Seimbang dalam Daur Kehidupan*. Gramedia Pustaka Utama. Jakarta. 480 hal.
- Andiyati, A.D.W. 2016. Hubungan antara *Body Image* dengan Kepercayaan Diri Siswa Kelas X di SMA Negeri 2 Bantul. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*. 2(4): 80–88.
- Asnuddin, A., dan S. Sanjaya. 2018. Hubungan Tingkat Kecemasan dan *Body Image* dengan Pola Makan Remaja Putri di SMA Negeri 2 Sidrap. *JIKP Jurnal Ilmiah Kesehatan*. 7(2): 69-77.
- Astini, N. N. A. D., dan W. Gozali. 2021. *Body Image* Sebagai Faktor Penentu dalam Meningkatkan Status Gizi Remaja Putri. *International Journal of Natural Science and Engineering*. 5(1): 1-7. DOI: 10.23887/ijnse.v5i.
- Batubara, J. R. 2016. Adolescent development (perkembangan remaja). *Sari pediatri*, 12(1), 21-9.
- Bimantara, M. D., M. Adriani., dan D.R, Suminar. 2019. Hubungan Citra Tubuh dengan Status Gizi pada siswi di SMA Negeri 9 Surabaya. *Jurnal. Amerta Nutrition*. 7(11): 85-88. DOI: 0.2473/amnt.v3i2.2019.85-88.
- Cash, M. E. 2012. Identity development and *body image* dissatisfaction incollage females. New York: Guilford Press.
- Chairiah, P. 2012. Hubungan Gambaran *Body Image* dan Pola Makan Remaja Putri di SMAN 38 Jakarta. *Skripsi*. Program Studi Ilmu Keperawatan. FK. Universitas Indonesia.
- Chairiah, P. 2015. Hubungan Gambaran *Body Image* dan Pola Makan remaja putri. *Skripsi*. Fakultas perawat Universitas Indonesia, Depok.
- Choiriyah, Z., D.A. Ramonda., dan Y.G. Yudanari. 2019. Hubungan antara *Body Image* dan Jenis kelamin terhadap Pola Makan pada Remaja. *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*. 2(2): 109-114. <https://doi.org/10.32584/jikj.v2i2.336>

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Diarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Diarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- Cooper, J. 2001. *Diagnostic and Statistical Manual Of Mental Disorders* (4th edn, text revision)(DSM–IV–TR) Washington, DC: *American Psychiatric Association* 2000. 943 pp.£ 39.99 (hb). ISBN 0 89042 025 4. *The British Journal of Psychiatry*, 179(1): 85-85.
- Damayanti, A. P., D.R. Koerniwati., dan M. H. Siregar. 2023. Hubungan *Body Image* dan Asupan dengan Status Gizi Siswa SMA Negeri 6 Pandeglang. *Jurnal Gizi Kerja dan Produktivitas*. 12(08): 255-260.
- Damayanti, dan E. Adelin. 2016. Hubungan Citra Tubuh, Aktivitas Fisik, dan Pengetahuan Gizi Seimbang dengan Status Gizi Remaja Putri. *Skripsi. Program Studi Kesehatan Masyarakat. Fakultas Kesehatan Masyarakat. Universitas Airlangga. Surabaya*.
- Denich, A. U., dan I. Ifdil. 2015. Konsep *Body Image* Remaja Putri. *Jurnal Konseling dan Pendidikan*: 3(2): 55–61.
- Deny, F.F. 2014. *Permasalahan gizi pada remaja putri*. Yogyakarta. Graha Ilmu. 233 hal.
- Dina, L. E., dan S. Maryatmi, . Anastasia. 2019. “Hubungan Citra Tubuh dan Kepercayaan Diri dengan *Psychological Well Being* pada Remaja Kelas 11 SMAN 21 Jakarta”. *Jurnal Ikraith Humaniora*. Vol. 3 (1): hal. 1-8.
- Dwinanda, R. F. 2016. Hubungan Gratitude dengan Citra Tubuh pada Remaja. *Jurnal Ilmiah psikologi*. 9(01): 11-17
- Fatimatuzzahro, U., dan H. F. Kurniawati. 2017. Hubungan *Body Image* dengan Status Gizi Siswi Kelas XI Di SMK N 4 Yogyakarta. *Jurnal Doctoral dissertation, Universitas' Aisyiyah Yogyakarta*.
- Grogan, S. 2008. *Body image: Understanding body dissatisfaction in men, women and children* (2nd ed.). London: Taylor and Francis.
- Hanum, T. S. L., dan A.P Dewi. 2015. Hubungan antara Pengetahuan dan Kebiasaan Mengonsumsi Fast Food dengan Status Gizi Pada Remaja. *Jurnal online Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Riau*. 3(04): 777-783.
- Hardinsyah dan N. S. Dewi. 2021. *Ilmu Gizi (Teori & Aplikasi)*. Semarang. Kedokteran EGC. 160 hal.
- Harjatmo T. P, H.M. Par'i, dan S. Wiyono., P. H. Titus. 2017. *Penilaian Status Gizi*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Jakarta. 315 hal
- Hasna, N. L. 2013. Hubungan Antara *Body Image* dengan Perilaku Diet (Penelitian pada wanita di Sanggar senam Rita Pati). *Jurnal Psikologi*, 2(2).


**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- Iffdil, I., A.U. Denich., dan A. Ilyas. 2017. Hubungan *Body Image* dengan Kepercayaan Diri Remaja Putri. *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*. 2(3): 107-113.
- Isfandy, A. dan Rusilanti. 2013. *Gizi Terapan*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Kapoor, A., M. Upadhyay., dan N. Saini. 2022. Prevalence, Patterns, and Determinants of *Body Image* Dissatisfaction Among Female Undergraduate Students of University of Delhi. *Journal of Family Medicine and Primary Care*, 11(5): 127-133. [https://doi.org/10.4103/jfmpc.jfmpc\\_1851\\_21](https://doi.org/10.4103/jfmpc.jfmpc_1851_21).
- Keliat, B.A., Helena, N., dan P. Farida. 2011. *Manajemen keperawatan psikososial dan kader kesehatan jiwa*. Jakarta : EGC. 178 hlm.
- Kementerian Kesehatan RI. 2020. *Peraturan Menteri Kesehatan Republic Indonesia Nomor : 28 tahun 2019 Tentang Angka Kecukupan Gizi yang dianjurkan untuk Orang Indonesia*.
- Kementrian Kesehatan Republik Indonesia (KEMENKES RI). 2018. *Cegah Stunting dengan Perbaikan Pola Makan, Pola Asuh dan Sanitasi*. Jakarta. Kementrian Kesehatan Republik Indonesia (KEMENKES RI).
- Khudin, M. 2015. *Gambaran Perilaku Diet pada Remaja SMAN 1 Pekanbaru. Skripsi*. Fakultas kedokteran. Universitas Riau. Pekanbaru.
- Maita, L., M. S. Eka, dan H. Een. 2019. *Gizi Kesehatan pada Masa Reproduksi*. CV. Budi Utama. Yogyakarta. 133 hal
- Manoppo, I., dan M. F. Lang. 2022. Hubungan *Body Image* dengan Status Gizi pada Remaja di Desa Kema II. *Nutrix Journal*. 6(1): 14-23. DOI: <https://doi.org/10.37771/nj.Vol6.Iss1.606>
- Mardalena, I. 2017. *Dasar-Dasar Ilmu Gizi dalam Keperawatan*. Yogyakarta. Baru Press. 220 hal.
- Margiyanti, N. J. 2021. Analisis Tingkat Pengetahuan, *Body Image* dan Pola Makan terhadap Status Gizi Remaja Putri. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*. 10(1): 231-237.
- Maryam, S. 2019. Hubungan *Body Image* dengan penerimaan diri mahasiswa putri Relationship between *body image* and self-acceptance of female students. *Jurnal Aplikasi IPTEK Indonesia*. 3(3): 129–144.
- Menteri Kesehatan Republic Indonesia, *Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 2 Tahun 2020 Tentang Standar Antropometri Anak*, Jakarta : Menteri Kesehatan Republic Indonesia, 2020
- Neagu, A. 2015. *Body Image: A Theoretical Framework*. *Jurnal Proc. Rom. Acad.*, Series B, 17(1), 29–38.



## Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- Ni'mah, S.Z., dan V. Indrawati. 2022. Hubungan *Body Image* dan Perilaku Makan dengan Status Gizi remaja putri di SMK Negeri 1 Driyorejo kabupaten Gresik. *Jurnal Gizi Univeritas Negeri Surabaya*. 11(08): 227-233
- Nurhaedar, J. 2012. Perilaku Gizi Seimbang Pada Remaja. *Skripsi*. Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Hasanuddin. Makasar.
- Nurvita, V. 2015. Hubungan antara Self-Sistem dengan *Body Image* pada Remaja Awal yang Mengalami Obesitas. *Skripsi*. Jurusan Psikologi. Fakultas Psikologi. Universitas Airlangga. Surabaya.
- Oktaviani, T. 2015. Hubungan *Body Image* dengan Pola Makan Remaja Putri di SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta. *Desertasi*. STIKES Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.
- Oktaviani, T. 2015. Hubungan *Body Image* dengan Pola Makan Remaja Putri di SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta. *Skripsi*. Jurusan ilmu keperawatan. STIKES Jenderal Achmad Yani Yogyakarta. Yogyakarta.
- P2PTM Kemenkes RI. 2018. Isi Piringku sekali makan. [https://yankes.kemkes.go.id/view\\_artikel/179/pilar-utama-dalam-prinsip-gizi-seimbang](https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/179/pilar-utama-dalam-prinsip-gizi-seimbang).
- Par'i, M. H. 2016. *Penilaian Status Gizi (Dilengkapi Proses Asuhan Gizi Terstandar)*. Jakarta Buku Kedokteran EGC. 165 hal.
- Potter, P.A., and Perry, A.G. 2005. *Mosby body image Fundamental Of Nursing. Concepts, Process, and Praticce*.
- Pramitya, A. A. I. M., dan T. D. Valentina. 2013. Hubungan regulasi diri dengan status gizi pada remaja akhir di Kota Denpasar. *Jurnal Psikologi Udayana*, 1(1), 43-53.
- Purwaningrum, 2008. Hubungan Antara Citra Raga dengan Perilaku Makan Remaja Putri. *Skripsi*. Fakultas Psikologi. Universitas Muhammadiyah. Surakarta.
- Putri, N. M. D. P., L.S. Ani., dan L. P. Ariastuti. 2018. Persepsi *Body Image* Berhubungan dengan Status Gizi Pada Pelajar SMA Negeri 1 Gianyar. *E-Jurnal Medika*, 7(11), 1-5.
- Putri, T. A. 2015. Hubungan antara *Body Image* dengan kepercayaan diri mahasiswi yang mengalami obesitas. *Skripsi*. Jurusan psikologi. Fakultas psikolog. Universitas Muhammadiyah Surakarta. Surakarta.
- Putri. 2012. Hubungan Gambaran *Body Image* dan Pola Makan Remaja Putri di SMAN 38 Jakarta. *Skripsi*. Jurusan Keperawatan. FK Ilmu keperawatan Universitas Indonesia. Jakarta.




**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Sulistyoningsih, H. 2012. *Gizi untuk Kesehatan Ibu dan Anak*. Graha Ilmu. Yogyakarta. 223 hal.

Suryani, D., R. Hafiani., dan R. Junita. 2015. Analisis Pola Makan dan Anemia Gizi Besi pada Remaja Putri Kota Bengkulu. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Andalas*. 10(1): 11–18.

Syahrir, N.,R.T., Abdul., dan J. Nurhaedar. 2013. Pengetahuan Gizi, *Body Image*, dan Status Gizi Remaja di SMA Islam Athirah Kota Makassar tahun 2013. *Skripsi*. Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Kesehatan Masyarakat. Universitas Hasanuddin Makassar. Makassar.

Tan, C. C., dan I. Ibrahim. 2020. Hubungan *Body Image* dengan Pola Makan Pada Remaja Putri. *Jurnal Kebidanan Program Studi Kebidanan Universitas Batam*. 11(1), 40-45.

Tarwoto., Aryani, R. (2010). *Kesehatan Remaja Problem dan Solusinya*. 2010.. Salemba Medika. Jakarta. 120 hal.

Thamaria, N. 2017. *Penilaian Status Gizi*. Jakarta. Pusat Pendidikan Sumber Daya Manusia Kesehatan. 112 hal.

Thomas, G. 2011. *A Typology For the Case Study in Social Science Following a Riview of Definition, Discourse, and Structure*. *Qualitative Inquiry*, 17(6), 511-521.

Utami, B. N., dan E. Mardiyarningsih. 2015. Hubungan pola makan dan pola menstruasi dengan kejadian anemia remaja putri. *Jurnal Keperawatan Soedirman*. 10(2): 67-75.

Verawati. R. 2015. Hubungan *Body Image* dengan Pola Makan dan Status Gizi Remaja Putri di smp Al Islam 1 Surakarta. *Skripsi*. Fakultas Kesehatan. Universitas Muhammadiyah Surakarta. Surakarta.

Wahyuni, N. S., dan A. Aurellia. 2021. Hubungan *Body Image* dengan Harga Diri pada Remaja Putri Penggemar Kpop di Komunitas A.R.M.Y Medan. *Journal of Education, Humaniora and Social Sciences (JEHSS)*. 3(3): 1365–1371. <https://doi.org/10.34007/jehss.v3i3.566>

Wardhani, P.I. 2020. Hubungan *Body Image* dan Pola Makan dengan Kekurangan Energi Kronis (KEK) pada Remaja Putri di SMAN 6 Bogor tahun 2019. *Journal of Public Health Research and Community Health Development*. 3(2): 128-133. 128. <https://doi.org/10.20473/jphrecode.v3i2.1452>

WHO [World Health Organization]. 2018. *Guideline: Implementing Effective Actions for Improving Adolescent Nutrition*. Geneva (CH): WHO Press.

Widianti, N and A. C. Kusumastuti. 2012. Hubungan Antara *Body Image* dan Perilaku Makan dengan Status Gizi Remaja Putri di SMA Theresiana



Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

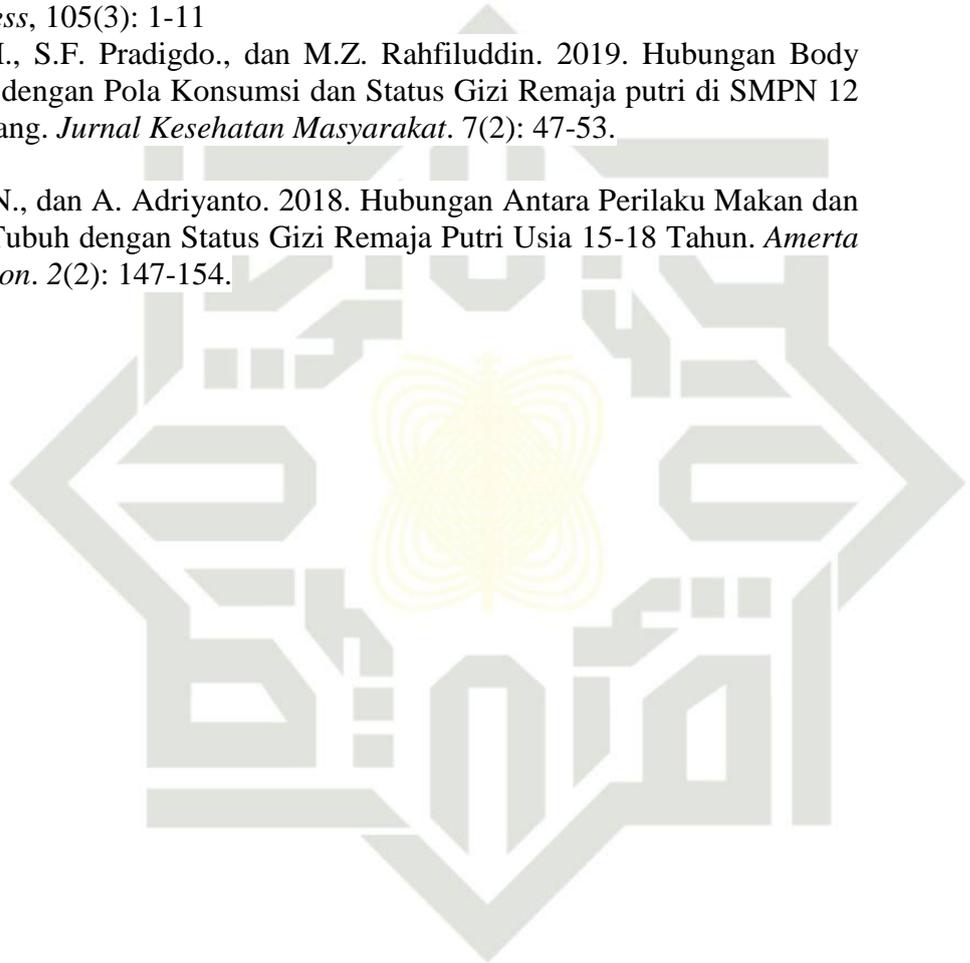
Semarang, *Journal of Nutrition College.* 1(1): 398-404  
<https://doi.org/10.14710/jnc.v1i1.379>.

Yogi, N. K. A. S. 2022. Hubungan *Body Image* dengan Pola Makan dan IMT pada Remaja Putri di SMA Dwijendra. *Skripsi*. Fakultas kesehatan. Itokes. Denpasar.

Yurtsever, I., L. Matusiak., M. Szepletowska., C. Evans, and J. C. Szepletowski. 2022. *Body image* shape questionnaire-34 (BSQ) and Functionality Appreciation scale (FAS)-Pertinent *Body Image* Screening Tools:Creation and Validation of Polish Language Versions. *Science Progress*, 105(3): 1-11

Yusinta, D. H., S.F. Pradigdo., dan M.Z. Rahfiluddin. 2019. Hubungan Body Image dengan Pola Konsumsi dan Status Gizi Remaja putri di SMPN 12 Semarang. *Jurnal Kesehatan Masyarakat.* 7(2): 47-53.

Yusintha, A. N., dan A. Adriyanto. 2018. Hubungan Antara Perilaku Makan dan Citra Tubuh dengan Status Gizi Remaja Putri Usia 15-18 Tahun. *Amerta Nutrition.* 2(2): 147-154.



Lampiran 1. Kusioner *Body Image*

Baca terlebih dahulu pertanyaan dibawah ini dengan cermat sebelum menjawab. Pertanyaan terdiri 34 pertanyaan dan jawaban tidak ada yang benar atau salah memberi tanda centang (√) pada kolom yang telah tersedia sesuai dengan keadaan yang saudara alami.

Keterangan pilihan jawaban pada kusioner :

- S : selalu  
 SS : sangat sering  
 S : sering  
 KK : Kadang-kadang  
 J : Jarang  
 TP : tidak pernah

No	Pertanyaan	TP	J	KK	S	SS	S
1	Pernahkan perasaan bosan membuat anda merenung tentang bentuk tubuh anda.						
2	Pernahkan anda merasa sangat risau tentang bentuk tubuh anda sehingga anda merasa harus mengatur pola makan (diet).						
3	Pernahkan anda merasa paha, pinggul, atau bokong anda terlalu besar untuk tubuh anda.						
4	Pernahkan anda merasa takut bahwa tubuh anda menjadi gemuk (tambah gemuk).						

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

No	Pertanyaan	TP	J	KK	S	SS	S
7	Pernahkah anda risau tentang otot-otot anda yang menjadi kendur						
8	Pernahkah anda merasa kekenyangan (misalnya, setelah makan porsi besar) membuat anda merasa gemuk.						
9	Pernahkah anda merasa sangat sedih tentang tubuh anda sehingga membuat anda menangis.						
10	Pernahkah anda menghindari lari-lari dikarenakan otot-otot anda bergoyang-goyang atau terlihat kendur.						
11	Pernahkah anda bersama perempuan kurus membuat anda merasa lebih memperhatikan bentuk tubuh anda.						
12	Pernahkah anda merasa risau tentang paha anda melebar saat anda duduk.						
13	Apakah pernah makan porsi kecil membuat anda merasa gemuk.						

**Hak Cipta Diindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

No	Pertanyaan	TP	J	KK	S	SS	TS
13	Pernahkah anda memperhatikan bentuk tubuh perempuan lain dan merasa bentuk tubuh anda tidak sebaik mereka.						
14	Pernahkah pikiran anda tentang bentuk tubuh anda mengganggu konsentrasi anda (misalnya, saat menonton televisi, membaca, atau mendengar percakapan).						
14	Pernahkah saat anda tidak berpakaian, seperti saat mandi membuat anda merasa gemuk.						
15	Pernahkah anda menghindari pakaian yang buat anda peduli akan bentuk tubuh anda.						
16	Pernahkah anda membayangkan untuk membuat bagian tubuh anda yang gemuk.						
17	Pernahkah saat makan-makanan yang manis, kue, atau berkalori tinggi lainnya membuat anda merasa gemuk.						
No	Pertanyaan	TP	J	KK	S	SS	S

**Hak Cipta Diindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

18	Pernahkah anda memutuskan untuk tidak bergaul atau bersosialisasi (misalnya ke pesta) karena anda merasa begitu buruk dengan bentuk tubuh anda.						
19	Pernahkah anda merasa terlalu gemuk dan bulat bentuk tubuh anda.						
20	Pernahkah anda merasa malu akan bentuk tubuh anda.						
21	Pernahkah kerisauan akan tubuh anda membuat anda mengatur pola makan (diet)						
22	Pernahkah anda merasa sangat senang tentang tubuh anda ketika perut anda sedang kosong (misalnya, saat pagi hari)						
23	Pernahkah anda berfikir bahwa bentuk tubuh anda sekarang karena anda kurang mengendalikan diri.						
24	Pernahkah anda merasa risau bila orang lain melihat lipatan-lipatan lemak disekitar perut dan pinggang anda.						
25	Pertanyaan	TP	J	KK	S	SS	S

© Hak cipta milik UIN Suska Riau  
 State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

**Hak Cipta Diindungi Undang-Undang**

1. Diarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Diarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

25	Pernahkah anda merasa tidak adil bahwa perempuan lain lebih kurus dari anda.						
26	Pernahkah anda berusaha untuk muntah agar merasa lebuah kurus.						
27	Saat bersama orang lain, pernahkah anda risau karena mengambil terlalu banyak ruang (misalnya duduk, sofa, atau kursi bus)						
28	Pernahkah anda merasa risau bila badan anda menjadi berlekuk-lekuk karena lipatan lemak.						
29	Pernahkah dengan melihat pantulan diri anda (misalnya dicermin atau jendela etalase toko) membuat anda merasa buruk tentang tubub anda.						
30	Pernahkah anda mencubit beberapa bagian tubub anda untuk mengetahui seberapa banyak timbunan lemak anda.						

**Hak Cipta Diindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

No	Pertanyaan	TP	J	KK	S	SS	S
32	Pernahkah anda menghindari situasi dimana orang lain dapat melihat tubuh anda (misalnya dirunag ganti umum, atau ruang mandi kolam renang)						
33	Pernahkah anda menggunakan obat pencahar (laksatif) agar merasa lebih kurus.						
33	Pernahkah anda menyadari bentuk tubuh anda saat berada dikerumunan orang.						
34	Pernahkah anda merasa risau dengan bentuk tubuh anda sehingga anda merasa ingin berolahraga.						

**Hak Cipta Diindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## RECALL KOSUMSI PANGAN (2 x 24 JAM)

Nama :  
 Jenis kelamin :  
 Umur :  
 Hari, tanggal lahir :  
 keterangan : Hari Sekolah/ Hari Libur

Waktu	Nama makanan	Bahan pangan	Jumlah yang dikonsumsi		Zat gizi			
			URT	gr	E (kkal)	Kh (g)	Protein (g)	Lemak (g)
Pagi								
selingan								
Siang								
selingan								
malam								

Ukuran Rumah Tangga (URT) : gelas (kecil, sedang, besar), mangkok (kecil, sedang, besar), prirng (keci, sedang, kecil), sendok makan, sendok teh, bungkus, tusuk, potong, porsi, buah \*=tidak perlu di isi subjek

### Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

### LEMBAR PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN (INFORMED CONSENT)

Setelah membaca, mendengarkan dan memahami isi penjelasan tentang tujuan dan manfaat penelitian ini, maka saya menyatakan :

Nama : .....

Umur : .....

- Bersedia menjadi responden penelitian  
 Tidak bersedia menjadi responden penelitian

Dalam penelitian yang dilakukan oleh mahasiswa S1 Gizi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau Pekanbaru yaitu :

Nama : Nur Alliza Kholifah

Nim : 11980322603

Judul : hubungan antara *body image* dengan pola makan dan status gizi pada remaja putri SMAN 1 Pekanbaru

Penelitian ini saya buat dengan sadar dan tanpa ada paksaan dari siapapun. Penelitian ini tidak menimbulkan kerugikan karena data yang di ambil akan dirahasiakan dan aman karena untuk kepentingan penelitian. Penelitian Demikian pernyataan ini saya mohon kesediaan untuk menandatangani lembaran persetujuan yang diberikan.

Pekanbaru, agustus 2022

Responden

(.....)

## KUESIONER PENELITIAN DATA DEMOGRAFI

Petunjuk pengisian

1. Bacalah dengan cermat dan teliti setiap pernyataan dalam kuesioner ini.
2. Isilah titik-titik yang tersedia dengan jawaban yang benar.

No. Responden :

### DATA DEMOGRAFI

Nama :

Umur :

Tanggal lahir (tanggal-bulan-tahun)

Tinggi badan :

Berat badan :

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Lampiran 5. Surat Izin Riset Penelitian

- Hak Cipta Diindungi Undang-Undang**
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
    - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
    - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
  2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



**KEMENTERIAN AGAMA**  
**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU**  
**FAKULTAS PERTANIAN DAN PETERNAKAN**  
**كلية علوم الزراعة والحيوان**  
**FACULTY OF AGRICULTURE AND ANIMAL SCIENCE**

Jl. H.R. Soebrantas Km. 15 No. 155 Kel. Tuah Madani Kec. Tampan Pekanbaru-Riau 28293 Po.Box.1400  
 Telp. (0761) 562051 Fax. (0761) 262051,562052 Website : <https://fpp.uin-suska.ac.id>

---

Nomor	: B.380/F.VIII/PP.00.9/01/2023	Pekanbaru, 19 Januari 2023
Sifat	: Penting	26 Jumadil Akhir 1444
Hal	: Permohonan Izin Riset	

Kepada Yth:  
**Kepala Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu  
 Satu Pintu Provinsi Riau**  
 di Tempat

**Assalamu'alaikum Wr.Wb,**

Bersama ini disampaikan kepada Saudara bahwa, Mahasiswa yang namanya di bawah ini :

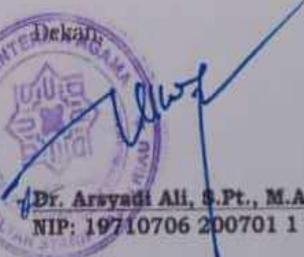
Nama	: Nur Alliza Kholifah
NIM	: 11980324448
Semester	: VII (Tujuh)
Prodi	: Gizi
Fakultas	: Pertanian dan Peternakan UIN Sultan Syarif Kasim Riau

Akan melakukan penelitian, dalam rangka penulisan Skripsi Tingkat Sarjana Strata Satu (S1) pada Fakultas Pertanian dan Peternakan UIN Sultan Syarif Kasim Riau dengan judul: **"Hubungan antara Body Image dengan Pola Makan dan Status Gizi pada Remaja Putri SMA Negeri 1 Pekanbaru"**.

Kepada saudara agar berkenan memberikan izin serta rekomendasi untuk pengambilan data di Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Provinsi Riau Jl. Jend. Sudirman No.462 Jadirejo, Kec. Sukajadi Kota Pekanbaru 28126, sebagaimana dengan penelitian yang dimaksud.

Demikian surat permohonan izin riset ini disampaikan. Atas kerjasamanya, diucapkan terima kasih.

**Wassalamu'alaikum Wr.Wb**



**Dr. Arsyadi Ali, S.Pt., M.Agr. Sc**  
 NIP: 19710706 200701 1 031

## Lampiran 6. Surat Pelaksanaan Kegiatan Riset

### Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Diarangi mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Diarangi mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



**PEMERINTAH PROVINSI RIAU**  
**DINAS PENANAMAN MODAL DAN PELAYANAN TERPADU SATU PINTU**  
 Gedung Menara Lancang Kuning Lantai I dan II Komp. Kantor Gubernur Riau  
 Jl. Jend. Sudirman No. 460 Telp. (0761) 39064 Fax. (0761) 39117 PEKANBARU  
 Email : dpmpstp@riau.go.id

---

**REKOMENDASI**  
 Nomor : 503/DPMTSP/NON IZIN-RISSET/53177  
 TENTANG

**PELAKSANAAN KEGIATAN RISSET/PRA RISSET  
 DAN PENGUMPULAN DATA UNTUK BAHAN SKRIPSI**



1.04.02.01

Kepala Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Provinsi Riau, setelah membaca Surat Pemohonan Riset dari : **Dekan Fakultas Pertanian dan Peternakan UIN Suska Riau, Nomor : B.380/F.VIII/PP.00.9/01/2023 Tanggal 19 Januari 2023**, dengan ini memberikan rekomendasi kepada:

1. Nama	: NUR ALLIZA KHOLIFAH
2. NIM / KTP	: 11980322603
3. Program Studi	: GIZI
4. Jenjang	: S1
5. Alamat	: PEKANBARU, JLN GUNA KARYA, PANAM, PERUMAHAN BUMI SARI AKASIA BLOK A NO 5
6. Judul Penelitian	: HUBUNGAN ANTARA BODY IMAGE DENGAN POLA MAKAN DAN STATUS GIZI PADA REMAJA PUTRI DI SMAN 1 PEKANBARU
7. Lokasi Penelitian	: SMAN 1 PEKANBARU

Dengan ketentuan sebagai berikut:

1. Tidak melakukan kegiatan yang menyimpang dari ketentuan yang telah ditetapkan.
2. Pelaksanaan Kegiatan Penelitian dan Pengumpulan Data ini berlangsung selama 6 (enam) bulan terhitung mulai tanggal rekomendasi ini diterbitkan.
3. Kepada pihak yang terkait diharapkan dapat memberikan kemudahan serta membantu kelancaran kegiatan Penelitian dan Pengumpulan Data dimaksud.

Demikian rekomendasi ini dibuat untuk dipergunakan seperlunya.

Dibuat di : Pekanbaru  
 Pada Tanggal : 27 Januari 2023

Ditandatangani Secara Elektronik Melalui :  
 Sistem Informasi Manajemen Pelayanan (SIMPEL)



DINAS PEANAMAN MODAL DAN PELAYANAN TERPADU SATU PINTU  
 PROVINSI RIAU

**Tembusan :**  
**Disampaikan Kepada Yth :**

1. Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Provinsi Riau di Pekanbaru
2. Kepala Dinas Pendidikan Provinsi Riau
3. Dekan Fakultas Pertanian dan Peternakan UIN Suska Riau di Pekanbaru
4. Yang Bersangkutan

Lampiran 7. Surat Dinas Pendidikan

**Hak Cipta Diindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



**PEMERINTAH PROVINSI RIAU**  
**DINAS PENDIDIKAN**  
 JALAN CUT NYAK DIEN NO. 3 TELP. 22552/21553  
 PEKANBARU

Pekanbaru, 30 JAN 2023

Nomor : 800/Disdik/1.3/2023/806 Sifat : Biasa Lampiran : Hal : Izin Riset / Penelitian	Kepada Yth. Kepala SMAN 1 PEKANBARU  di- Tempat
---	---

Berkenaan dengan Surat Rekomendasi dari Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Provinsi Riau Nomor : 503/DPMPTSP/NON IZIN-RISET/53177 Tanggal 19 Januari 2023 Perihal Pelaksanaan Izin Riset, dengan ini disampaikan bahwa:

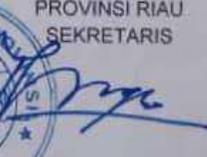
Nama	: NUR ALLIZA KHOLIFAH
NIM/KTP	: 11980322603
Program Studi	: GIZI
Jenjang	: S1
Alamat	: PEKANBARU, JL GUNA KARYA, PANAM, PERUMAHAN BUMI SARI AKASIA BLOK A NO 5
Judul Penelitian	: HUBUNGAN ANTARA BODY IMAGE DENGAN POLA MAKAN DAN STATUS GIZI PADA REMAJA PUTRI DI SMAN 1 PEKANBARU
Lokasi Penelitian	: SMAN 1 PEKANBARU

Dengan ini disampaikan hal-hal sebagai berikut :

1. Untuk dapat memberikan yang bersangkutan berbagai informasi dan data yang diperlukan untuk penelitian.
2. Tidak melakukan kegiatan yang menyimpang dari ketentuan yang telah ditetapkan dan memaksakan kehendak yang tidak ada hubungan dengan kegiatan ini.
3. Adapun Surat Izin Penelitian ini berlangsung selama 6 (enam) bulan terhitung mulai tanggal rekomendasi ini dibuat.

Demikian disampaikan, atas perhatian diucapkan terima kasih.

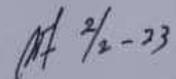
An. KEPALA DINAS PENDIDIKAN  
 PROVINSI RIAU  
 SEKRETARIS



**TATI LINDAWATI,SH,M.SI**  
 Pembina Tingkat I (IV/b)  
 NIP. 19660717 198603 2 002

Tembusan:  
 Dekan Fakultas Pertanian dan Peternakan UIN Suska Riau

Lampiran 8. Surat Disposisi SMA

	<b>SEKOLAH MENENGAH ATAS (SMA) NEGERI 1 PEKANBARU</b>	
	<b>LEMBARAN DISPOSISI</b>	
Surat Dari : DINAS PENDIDIKAN PROV. RIAU No. Surat : 800/DISDIK/1.3/2023/806 Tgl. Surat : 30-01-2023	Diterima Tgl. : 01-02-2023 No. Agenda : 013 Sifat :	<input type="checkbox"/> Sangat Segera <input type="checkbox"/> Segera <input type="checkbox"/> Rahasia
Hal : IZIN Riset Tgl. / No. : AN-NUR ALLIZA KHOLIFAH Asal : S1. GIZI FAPERTA - UINSUSKA Riau	Diteruskan Kepada Sdr. : <input type="checkbox"/> ..... <input checked="" type="checkbox"/> Wakil Kurikulum <input type="checkbox"/> ..... Dst .....	
Catatan : <p style="text-align: center;"><i>tolong dibantu</i></p>		
Kepala SMA Negeri 1 Pekanbaru Paraf dan Tanggal  <b>Dr. Wan Roswita, M.Pd</b> Pembina Tk. I IV/c NIP. 19680119 199103 2 002		

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**Hak Cipta Diilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Gambar 1. Mengukur BB responden



Gambar 2. mengukur TB responden



ic



Gambar 3. wawancara recall 2x24 jam dan pengisian kusioner body image BSQ-34



Gambar 4. wawancara recall 2x24 jam dan pengisian kusioner *body image* BSQ-34

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Lampiran 10. Uji kolerasi Chil-square Hubungan Body Image dengan Pola Makan pada Remaja Putri di SMAN 1Pekanbaru

**Crosstab**

		Pola.makan			Total	
		Defisit	Normal	Kelebihan		
Body.image	Tidak Puas	Count	16	3	10	29
		% of Total	25.8%	4.8%	16.1%	46.8%
	Puas	Count	8	13	12	33
		% of Total	12.9%	21.0%	19.4%	53.2%
Total		Count	24	16	22	62
		% of Total	38.7%	25.8%	35.5%	100.0%

**Chi-Square Tests**

	Value	Df	Asymptotic Significance (2-sided)
Pearson Chi-Square	8.877 <sup>a</sup>	2	.012
Likelihood Ratio	9.380	2	.009
Linear-by-Linear Association	4.269	1	.039
N of Valid Cases	62		

a. 0 cells (0.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 7.48.

Mai signifikansi diperoleh  $0.12 < 0.05$ , sehingga disimpulkan bahwa terdapat hubungan bermakna antara body image dan pola makan

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Diararang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Diararang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Uji kolerasi Chi-square Hubungan *Body Image* dengan Status Gizi pada Remaja putri di SMAN 1Pekanbaru



**Crosstab**

		Status.gizi				Total	
		Gizi kurang	Normal	Obesitas	Overweight		
Body.image	Tidak Puas	Count	9	7	9	4	29
		% of Total	14.5%	11.3%	14.5%	6.5%	46.8%
	Puas	Count	2	20	5	6	33
		% of Total	3.2%	32.3%	8.1%	9.7%	53.2%
Total		Count	11	27	14	10	62
		% of Total	17.7%	43.5%	22.6%	16.1%	100.0%

**Chi-Square Tests**

	Value	Df	Asymptotic Significance (2-sided)
Pearson Chi-Square	12.049 <sup>a</sup>	3	.007
Likelihood Ratio	12.648	3	.005
Linear-by-Linear Association	.532	1	.466
N of Valid Cases	62		

a. 1 cells (12.5%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 4.68.

Nilai signifikansi diperoleh  $0.07 < 0.05$ , sehingga disimpulkan bahwa terdapat hubungan bermakna antara body image dan status gizi

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Diararang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Diararang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.