

**SKRIPSI**



**UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PROF.D.R. HAMKA**

**DETERMINAN YANG BERHUBUNGAN DENGAN STATUS  
GIZI PADA SISWI SMA NEGERI 84 JAKARTA BARAT  
TAHUN 2018**

**Diajukan sebagai Salah Satu Syarat untuk  
Memperoleh Gelar Sarjana Kesehatan Masyarakat**

**OLEH**

**UMMU FARWAH SARAH**

**1405015152**

**PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT**

**FAKULTAS ILMU – ILMU KESEHATAN**

**JAKARTA**

**2018**

## PENGESAHAN TIM PENGUJI




Nama : Ummu Farwah Sarah  
NIM : 1405015152  
Program Studi : Kesehatan Masyarakat  
Judul Skripsi : Determinan Yang Berhubungan Dengan Status Gizi  
Pada Siswi SMA Negeri 84 Jakarta Barat Tahun 2018

Skripsi dari mahasiswa tersebut di atas telah berhasil dipertahankan di hadapan tim penguji dan diterima sebagai salah satu syarat untuk memperoleh Gelar Sarjana SKM pada Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Prof. D.R. HAMKA

Jakarta, September 2018

**TIM PENGUJI**

Pembimbing I : Ony Linda,SKM,M.Kes  
Penguji I : Retno Mardhiati,SKM,M.Kes  
Penguji II : Dian Kholika Hamal,SKM,M.Kes

(  )  
(  )  
(  )

## ABSTRAK

Nama : Ummu Farwah Sarah  
Program Studi : Kesehatan Masyarakat  
Fakultas : Ilmu-ilmu Kesehatan UHAMKA  
Judul : Determinan Yang Berhubungan Dengan Status Gizi Pada  
Siswi SMA Negeri 84 Jakarta Barat Tahun 2018

Status gizi merupakan manifestasi dari keadaan tubuh yang dapat mencerminkan hasil dari makanan yang dikonsumsi setiap hari. Jika asupan gizi seimbang dengan kebutuhan tubuhnya, maka akan menghasilkan status gizi baik. Apabila status gizinya baik maka seseorang dapat beraktivitas dengan optimal sehingga mempengaruhi tingkat produktivitasnya. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui determinan yang berhubungan dengan status gizi pada siswi SMA Negeri 84 Jakarta Barat.

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*. Dengan populasi yaitu seluruh siswi SMA Negeri 84 Jakarta kelas X dan XI yang berjumlah 310 siswi. Sampel yang diambil sebanyak 86 siswi dengan menggunakan teknik stratifikasi random sampling dalam pemilihan sampel. Data dikumpulkan dengan menggunakan kuesioner dan penilaian status gizi melalui pengukuran berat badan dan tinggi badan. Analisis data yang digunakan adalah analisis univariat dan bivariat dengan menggunakan uji statistik *chi-square*.

Hasil univariat menunjukkan sebanyak 77,9% siswi berstatus gizi normal, 66,2% siswi mempunyai pendapatan keluarga yang tinggi, 77,6% siswi yang pendidikan ibunya tinggi, 64% siswi merasa puas terhadap bentuk tubuhnya, 55,8% siswi belum menjalankan perilaku makan yang baik, 88,4% siswi sering mengonsumsi *fast food*, 75,6% siswi memiliki pengetahuan gizi yang baik, dan 58,3% siswi memiliki uang saku yang rendah. Hasil uji *chi-square* menunjukkan terdapat hubungan yang bermakna antara citra tubuh ( $Pvalue = 0,012$ ), perilaku makan ( $Pvalue = 0,000$ ), pengetahuan gizi ( $Pvalue = 0,001$ ) dengan status gizi. Namun, tidak terdapat hubungan yang bermakna antara pendapatan keluarga, pendidikan ibu, kebiasaan konsumsi *fast food*, uang saku dengan status gizi pada siswi SMA Negeri 84 Jakarta Barat 2018.

Berdasarkan penelitian ini dapat disimpulkan beberapa siswi masih belum menjalankan perilaku makan yang baik dan tingkat konsumsi *fast food* cukup tinggi. Oleh karena itu, perlu adanya penyuluhan mengenai gizi seimbang dan gaya hidup sehat kepada siswi. Selain itu perlu adanya pemantauan status gizi secara berkala berupa berat badan dan tinggi badan siswi, agar siswi dapat mengetahui keadaan status gizinya.

Kata Kunci : Status Gizi, Siswi, Remaja

## ABSTRACT

Name : Ummu Farwah Sarah  
Study Program : Public Health  
Faculty : Health of Sciences UHAMKA  
Title : Determinants Related to Nutritional Status in West Jakarta 84 High School Students in 2018

Nutritional status is a manifestation of the state of the body that can reflect the results of food that is ready every day. If nutritional intake is balanced with the body's needs, it will produce good nutritional status. Status when the nutrition is fine so that it can run optimally. Optimal level of development. The purpose of this study was to determine the nutritional determinant status of West Jakarta 84 High School students. This research is a quantitative research using cross sectional. With the income of all 84 Jakarta Senior High School students.

This research is a quantitative study with a cross sectional approach. With a population that is all high school students of 84 Jakarta High School class X and XI totaling 310 female students. Samples taken were 86 female students using random sampling stratification technique in sample selection. Data was collected using questionnaires and assessment of nutritional status through measurements of body weight and height. Data analysis used was univariate and bivariate analysis using chi-square statistical test.

Univariate results showed that 77.9% of students were of normal nutritional status, 66.2% of female students had high family income, 77.6% of female students with high maternal education, 64% of female students were satisfied with their body shape, 55.8% of female students had not good eating behavior, 88.4% female students often consume fast food, 75.6% female students have good nutrition knowledge, and 58.3% female students have a low allowance. The chi-square test results showed that there was a significant relationship between body image (Pvalue = 0.012), eating behavior (Pvalue = 0.000), nutritional knowledge (Pvalue = 0.001) with nutritional status. However, there is no significant relationship between family income, maternal education, fast food consumption habits, pocket money with nutritional status in students of West Jakarta 84 High School 2018.

Based on this study it can be concluded that some students still have not taken good action and the level of consumption of fast food is quite high. Therefore, there is a need for counseling for nutrition and a healthy lifestyle for students. In addition, it requires sufficient nutritional status for the body and height, so that it is possible to know its nutritional status

Keywords: Nutrition Status, Student, Adolescent

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL</b> .....	i
<b>HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN</b> .....	ii
<b>HALAMAN PERSETUJUAN PUBLIKASI</b> .....	iii
<b>HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING</b> .....	iv
<b>DAFTAR RIWAYAT HIDUP</b> .....	v
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	vi
<b>ABSTRAK</b> .....	viii
<b>ABSTRACT</b> .....	ix
<b>DAFTAR ISI</b> .....	x
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	xiv
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	xv
<b>DAFTAR SINGKATAN</b> .....	xvii
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	xviii
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	5
C. Tujuan Penelitian .....	5
1. Tujuan Umum .....	5
2. Tujuan Khusus .....	5
D. Manfaat Penelitian .....	6
1. Bagi Sekolah .....	6
2. Bagi Siswi .....	6
3. Bagi Fikes UHAMKA .....	6
4. Bagi Peneliti .....	6
5. Bagi Peneliti Lain .....	7
E. Ruang Lingkup Penelitian .....	7
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b> .....	<b>8</b>
A. Status Gizi .....	8
1. Pengertian Status Gizi .....	8
2. Klasifikasi Status Gizi .....	8
3. Penilaian Status Gizi .....	9

B. Determinan Status Gizi.....	14
1. Karakteristik Keluarga.....	14
a. Pendapatan Keluarga.....	14
b. Pendidikan Ibu.....	14
2. Karakteristik Individu.....	15
a. Citra Tubuh.....	15
b. Perilaku Makan.....	16
c. Kebiasaan Konsumsi <i>Fast Food</i> .....	22
d. Pengetahuan Gizi.....	23
e. Uang saku.....	25
C. Remaja.....	25
1. Pengertian Remaja.....	25
2. Karakteristik Remaja.....	27
3. Kebutuhan Gizi Remaja.....	28
D. Kerangka Teori.....	33
<b>BAB III KERANGKA KONSEP DAN DEFINISI OPERASIONAL.....</b>	<b>35</b>
A. Kerangka Konsep.....	35
B. Definisi Operasional.....	36
<b>BAB IV METODE PENELITIAN.....</b>	<b>40</b>
A. Desain Penelitian.....	40
B. Lokasi dan Waktu Penelitian.....	40
C. Populasi dan Sampel.....	40
1. Populasi.....	40
2. Sampel.....	41
D. Pengumpulan Data.....	43
E. Pengolahan Data.....	44
F. Analisis Data.....	47
1. Analisis Univariat.....	47
2. Analisis Bivariat.....	48
<b>BAB V HASIL PENELITIAN.....</b>	<b>50</b>
A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian.....	50
B. Analisis Univariat.....	51



1. Status Gizi .....	51
2. Pendapatan Keluarga .....	52
3. Pendidikan Ibu .....	53
4. Citra Tubuh .....	53
5. Perilaku Makan .....	54
6. Kebiasaan Konsumsi <i>Fast Food</i> .....	56
7. Pengetahuan Gizi .....	56
8. Uang Saku .....	58
9. Rekapitulasi Analisis Univariat .....	59
<b>C. Analisis Bivariat.....</b>	<b>60</b>
1. Hubungan Pendapatan Keluarga dengan Status Gizi .....	60
2. Hubungan Pendidikan Ibu dengan Status Gizi .....	61
3. Hubungan Citra Tubuh dengan Status Gizi .....	61
4. Hubungan Perilaku Makan dengan Status Gizi .....	62
5. Hubungan Kebiasaan Konsumsi <i>Fast Food</i> dengan Status Gizi .....	62
6. Hubungan Pengetahuan Gizi dengan Status Gizi .....	63
7. Hubungan Uang Saku dengan Status Gizi .....	63
8. Rekapitulasi Analisis Bivariat.....	64
<b>BAB VI PEMBAHASAN .....</b>	<b>65</b>
A. Keterbatasan Penelitian .....	65
B. Status Gizi Responden.....	66
C. Pendapatan Keluarga .....	67
D. Pendidikan Ibu .....	68
E. Citra Tubuh .....	69
F. Perilaku Makan .....	71
G. Kebiasaan Konsumsi <i>Fast Food</i> .....	72
H. Pengetahuan Gizi .....	73
I. Uang Saku .....	75
<b>BAB VII KESIMPULAN DAN SARAN.....</b>	<b>77</b>
A. Kesimpulan.....	77
B. Saran .....	78

1. Bagi Siswi .....	78
2. Bagi Sekolah .....	78
3. Bagi Dinas Kesehatan.....	79

**Daftar Pustaka**

**Lampiran**





# BAB 1

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Pembangunan suatu bangsa bertujuan untuk meningkatkan kesejahteraan setiap warga negara. Peningkatan kemajuan dan kesejahteraan bangsa sangat tergantung pada kemampuan dan kualitas sumber daya manusianya. Ukuran kualitas sumber daya manusia dapat dilihat dari Indeks Pembangunan Manusia (IPM), sedangkan ukuran kesejahteraan masyarakat antara lain dapat dilihat pada tingkat kemiskinan dan status gizi masyarakat (BAPPENAS, 2011). Status gizi suatu masyarakat berperan penting terhadap kualitas sumber daya manusia dan daya saing bangsa terhadap negara lain (Cakrawati & Mustika, 2012).

Kualitas sumber daya perlu disiapkan sejak dini agar menjadi generasi unggul. Anak dan remaja merupakan salah satu aset sumber daya manusia di masa depan yang perlu dipertahankan dan ditingkatkan kualitas sumber daya manusianya. Peningkatan dan perbaikan status gizi pada remaja merupakan salah satu indikator pembangunan dari segi kesehatan. Rendahnya status gizi remaja akan berdampak negatif terhadap peningkatan kualitas SDM (BAPPENAS, 2011).

Masa remaja (*adolescence*) merupakan masa terjadinya perubahan yang berlangsung cepat. Dalam hal pertumbuhan fisik, kognitif, dan psikososial. Masa ini merupakan masa peralihan dari anak-anak menuju dewasa yang ditandai dengan banyaknya perubahan diantaranya penambahan massa otot, jaringan lemak tubuh, dan perubahan hormon. Perubahan tersebut mempengaruhi peningkatan kebutuhan gizi (Hardinsyah & Supriasa, 2017). Tubuh memerlukan suplai semua zat gizi yang memadai untuk dapat tumbuh dengan baik. Oleh karena itu, remaja membutuhkan makanan yang adekuat baik dari segi kualitas maupun kuantitas. Semakin bervariasi atau beraneka ragam makanan yang dikonsumsi, maka semakin terpenuhi pula kecukupan zat gizinya yang selanjutnya dapat berdampak pada status gizi dan kesehatannya (Azrimaidaliza & Purnakarya, 2011).

Perlunya pemenuhan zat gizi pada usia remaja, terutama remaja putri berhubungan dengan perannya di masa yang akan datang sebagai calon ibu yang melahirkan anak, sehingga diharapkan dapat dilahirkan anak-anak yang

berkualitas dari ibu yang sehat (Mardalena, 2017). Kondisi seseorang pada masa dewasa ditentukan oleh keadaan pada masa remaja. Status gizi yang baik pada usia remaja, terutama remaja putri sangat penting agar masa kehamilannya nanti tidak berisiko. Calon ibu yang tinggi badannya kurang dari 145 cm berisiko tinggi mengalami kesulitan pada waktu melahirkan sedangkan ibu yang mempunyai riwayat kurang berat badan (kurang dari 45 kg) cenderung melahirkan lebih cepat (prematum) dengan risiko berat badan lahir rendah serta gangguan tumbuh kembang anak (Proverawati & Asfuah, 2009).

Masalah gizi yang paling sering terjadi pada remaja adalah kurangnya asupan gizi yang mengakibatkan kurang gizi yaitu terlalu kurus dan dapat terkena anemia karena kekurangan zat besi (Waryana, 2012). Kekurangan gizi pada remaja juga dapat mengakibatkan menurunnya daya tahan tubuh terhadap penyakit, meningkatkan morbiditas, mengalami pertumbuhan tidak normal, tingkat kecerdasan rendah, produktivitas rendah dan terhambatnya pertumbuhan organ reproduksi (Emilia, 2009). Selain itu masalah gizi yang sering muncul adalah kelebihan asupan gizi yang dapat menyebabkan obesitas. Obesitas menjadi ancaman serius bagi kesehatan, kondisi obesitas juga akan membawa beberapa konsekuensi, seperti diskriminasi dari teman-teman, kesan negatif dari diri sendiri, kurang bisa bersosialisasi dan depresi (Waryana, 2012).

Berdasarkan data Riskesdas tahun 2013, prevalensi kekurusan pada remaja usia 16 – 18 tahun mengalami peningkatan. Pada tahun 2010 prevalensi kekurusan sebesar 8,9% (1,8% sangat kurus dan 7,1% kurus) dan mengalami peningkatan pada tahun 2013 menjadi 9,4% (1,9% sangat kurus dan 7,5% kurus). Sedangkan prevalensi kegemukan berdasarkan Riskesdas 2010 pada remaja usia 16 – 18 secara nasional masih kecil yaitu sebesar 1,4 persen namun mengalami peningkatan yang cukup signifikan pada tahun 2013 menjadi 7,3% (5,7% gemuk dan 1,6% obesitas). DKI Jakarta memiliki prevalensi kekurusan dan kegemukan diatas nasional. Secara nasional, DKI Jakarta menempati urutan kelima prevalensi kekurusan dan prevalensi kegemukan tertinggi (4,2%) berdasarkan provinsi (Kemenkes, 2013).

Pada remaja putri, percepatan pertumbuhan (*growth spurt*) terjadi pada 12 – 18 bulan sebelum menarche (10 – 14 tahun). Lalu, pertumbuhan berlanjut

selama 7 tahun atau saat remaja sampai pada usia 21 tahun. Selama masa ini terjadi percepatan pertumbuhan yang meliputi 45% pertumbuhan tulang dan 15 – 25% penambahan tinggi badan (Hardinsyah & Supriasa, 2017). Selama masa *growth spurt*, penambahan lemak lebih banyak terjadi pada remaja putri dibandingkan dengan remaja putra. Remaja putri mengembangkan lemak tubuhnya 1,5 – 2 kali lebih banyak dari pada otot tubuh. Kecenderungan yang terjadi pada perkembangan komposisi tubuh ini menyebabkan persepsi citra tubuh (*body image*) yang berbeda pada mereka (Setyawati & Setyowati, 2015). Remaja putri cenderung lebih berkonsentrasi menjaga berat badannya agar tetap terlihat proporsional sehingga cukup banyak remaja putri yang mengalami kekurangan gizi (Fikawati, Syafiq, & Veratamala, 2017).

Pada masa remaja, remaja putri sering menganggap ukuran tubuhnya lebih besar dibandingkan dengan ukuran sebenarnya dan menganggap penambahan lemak tubuh sebagai sesuatu yang memalukan. Hal ini menimbulkan ketidakpuasan pada tubuh sendiri sehingga menyebabkan remaja putri mulai berusaha mengubah bentuk tubuh yang ideal menurut persepsi pribadi yaitu bentuk tubuh yang kurus dan langsing (Erni, Marselinus, & Sarci, 2017). Penelitian tahun 2012 di SMA Semarang menunjukkan bahwa sebanyak 40.3% remaja putri merasa tidak puas terhadap bentuk tubuhnya. Ditemukan 12,5% remaja putri dengan status gizi normal namun merasa tidak puas dengan bentuk tubuhnya (Widianti & Candra, 2012).

Sebagian besar remaja perempuan menginginkan tubuhnya lebih tinggi dan langsing. Banyak upaya yang dilakukan remaja putri untuk mendapatkan bentuk tubuh tersebut salah satunya dengan melakukan perubahan perilaku makan (Kusumajaya, Wiardami, & Juniarsama, 2008). Hal ini terkadang membawa pengaruh yang buruk, sehingga remaja akan menerapkan perilaku tidak tepat dalam mencapai bentuk tubuh yang ideal dengan melakukan diet yang terlalu ketat (Widianti & Candra, 2012). Praktik diet yang ketat tanpa dibekali dengan pengetahuan gizi yang baik pada remaja atau pengawasan dari seorang ahli gizi atau ahli kesehatan, akan berdampak asupan gizi secara kuantitas dan kualitas tidak sesuai dengan Angka Kecukupan Gizi (AKG) yang dianjurkan sehingga akan meningkatkan risiko status gizi buruk (Kusumajaya, Wiardami, &

Juniarsama, 2008). Berdasarkan penelitian yang dilakukan pada remaja putri di Semarang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara perilaku makan dengan status gizi (Widianti & Candra, 2012). Perilaku makan tidak baik seperti diet akan menyebabkan gangguan kesehatan seperti status gizi yang buruk yang akan menghambat pertumbuhan dan perkembangan remaja putri (Erni, Marselinus, & Sarci, 2017).

Perilaku makan pada remaja putri akan mempengaruhi jumlah asupan zat gizi yang dibutuhkan tubuh. Asupan zat gizi seimbang dengan kebutuhan tubuh, akan menghasilkan status gizi yang baik (Kemenkes, 2014). Perilaku makan remaja putri dipengaruhi oleh dua faktor yaitu faktor internal dan faktor eksternal. faktor internal yang mempengaruhi perilaku makan adalah karakteristik fisiologi, konsep diri, psikologis, dan status kesehatan. Sedangkan faktor eksternal yang mempengaruhi perilaku makan adalah daya beli keluarga, jumlah anggota keluarga, uang saku, latar belakang sosial budaya, teman sebaya, media massa, fast food, dan tingkat pendidikan (Arisman, 2008). Faktor – faktor tersebut akan memperlihatkan gaya hidup seseorang yang ditunjukkan dengan perilaku makan yang pada akhirnya berpengaruh terhadap status kesehatan dan gizi (Rahayu & Dieny, 2012)

Gaya hidup yang tidak sehat serta kurangnya kesadaran remaja akan kesehatan menyebabkan banyak remaja makan secara berlebihan dan mengakibatkan obesitas (Arisman, 2008). Remaja yang memiliki asupan energi tetapi tidak diiringi dengan aktivitas yang cukup untuk melakukan pembakaran energi tersebut menyebabkan terjadinya penimbunan lemak di dalam tubuh sehingga menyebabkan seseorang menjadi obesitas (Nugroho, Mulyadi, & Masi, 2016).

Berdasarkan latar belakang yang sudah disebutkan diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai determinan yang berhubungan dengan status gizi pada remaja putri di SMAN 84 Jakarta Barat. Penelitian dilakukan ditempat tersebut karena berada di DKI Jakarta , di mana DKI Jakarta menempati provinsi yang memiliki prevalensi kegemukan dan kekurusan diatas prevalensi nasional. Remaja menengah atas dipilih karena berdasarkan data Riskesdas prevalensi kegemukan dan kekurusan remaja usia 16 – 18 tahun mengalami

peningkatan dari tahun 2007 ke tahun 2013. Berdasarkan hasil studi pendahuluan terhadap 15 siswi, diketahui bahwa 6,7% sangat kurus, 33,3% kurus, dan 13,3% *overweight*. Angka ini jauh lebih besar dibanding angka kekurusan dan kegemukan nasional provinsi DKI Jakarta pada kelompok umur 16 – 18 tahun. Selain itu remaja usia 16 – 18 tahun termasuk ke dalam kategori remaja pertengahan (*middle adolescence*) dimana mereka sudah lebih aktif memilih makanan yang disukai dan tidak bergantung lagi pada orang tua seperti saat masih anak-anak serta mereka lebih mementingkan pengakuan dari teman sebayanya (Khomsan, 2004). Hal tersebut berkaitan dengan pemilihan makan seperti konsumsi *fast food*, perilaku makan, persepsi citra tubuh yang nantinya akan berpengaruh terhadap status gizinya.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan studi pendahuluan yang telah dilakukan pada 23 April 2018 di SMAN 84 Jakarta Barat telah diperoleh gambaran status gizi siswi yang hasilnya menunjukkan bahwa dari 15 siswi yang dijadikan responden, diketahui bahwa 46,7% siswi memiliki status gizi normal dan 53,3% siswi memiliki status gizi tidak normal. Dengan adanya hasil studi penelitian yang telah diperoleh tersebut serta belum pernah dilakukan penelitian mengenai status gizi remaja putri di SMA tersebut, maka peneliti ingin membahas lebih lanjut dan melihat faktor apa saja yang mempengaruhi status gizi siswi di SMAN 84 Jakarta Barat tahun 2018.

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk mengetahui faktor - faktor yang berhubungan dengan status gizi pada siswi di SMAN 84 Jakarta Barat tahun 2018.



## **2. Tujuan Khusus**

Tujuan khusus dari penelitian ini adalah sebagai berikut :

- a. Untuk mengetahui gambaran status gizi pada siswi di SMAN 84 Jakarta Barat tahun 2018.
- b. Untuk mengetahui gambaran karakteristik keluarga (pendapatan keluarga dan pendidikan ibu) pada siswi di SMAN 84 Jakarta Barat tahun 2018.
- c. Untuk mengetahui gambaran karakteristik individu (citra tubuh, perilaku makan, *fast food*, pengetahuan gizi, dan uang saku) pada siswi di SMAN 84 Jakarta Barat tahun 2018.
- d. Untuk mengetahui hubungan antara karakteristik keluarga (pendapatan keluarga dan pendidikan ibu) dengan status gizi pada siswi di SMAN 84 Jakarta Barat tahun 2018.
- e. Untuk mengetahui hubungan antara karakteristik individu (citra tubuh, perilaku makan, *fast food*, pengetahuan gizi, dan uang saku) dengan status gizi pada siswi di SMAN 84 Jakarta Barat tahun 2018.

## **D. Manfaat Penelitian**

### **1. Bagi Sekolah**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan data dan informasi mengenai status gizi remaja SMAN 84 Jakarta, sehingga pihak sekolah sehingga pihak sekolah dapat melakukan upaya dalam menghadapi masalah tersebut serta dapat memberikan edukasi gizi yang berkaitan dengan status gizi remaja sehingga dapat meningkatkan kualitas kesehatan khususnya status gizi siswi di SMAN 84 Jakarta.

### **2. Bagi Siswi**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi sehingga mahasiswi dapat melakukan tindakan dalam mengoptimalkan status gizi mereka.

### **3. Bagi FIKes UHAMKA**



Penelitian ini diharapkan bermanfaat sebagai bahan referensi atau bahan bacaan untuk memperkaya pengetahuan untuk penelitian selanjutnya, khususnya untuk mahasiswa FIKes Uhamka di tahun-tahun selanjutnya.

#### **4. Bagi Peneliti**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memperoleh pengalaman di bidang penelitian dan dapat meningkatkan pengetahuan dan wawasan penulis di bidang gizi kesehatan masyarakat sehingga peneliti dapat menerapkan pola hidup sehat untuk mengoptimalkan status gizi peneliti.

#### **5. Bagi Peneliti Lain**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan dasar untuk mengembangkan penelitian yang berkaitan dengan status gizi remaja putri.

#### **E. Ruang Lingkup Penelitian**

Penelitian ini merupakan penelitian yang bersifat analitik dengan data kuantitatif. Penelitian ini dilakukan pada siswi di SMAN 84 yang beralamat di Jl. Peta Barat No.42, Kelurahan Kalideres, Kecamatan Kalideres, Jakarta Barat. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Maret 2018 dan direncanakan akan selesai pada bulan Agustus 2018. Aspek yang diteliti dalam penelitian ini adalah faktor – faktor yang berpengaruh terhadap status gizi remaja putri secara tidak langsung diantaranya karakteristik keluarga (pendapatan keluarga dan pendidikan ibu) dan karakteristik individu (citra tubuh, perilaku makan, *fast food*, pengetahuan gizi, dan uang saku). Ketujuh variabel tersebut dihubungkan dengan status gizi siswi.

Desain penelitian ini adalah *Cross-Sectional* (potong lintang) dimana data hanya diambil satu kali dalam suatu periode waktu. Penelitian ini menggunakan data primer dan data sekunder. Data primer berupa pengisian kuesioner oleh responden dan pengukuran langsung pada responden dengan melakukan penimbangan berat badan dan pengukuran tinggi badan untuk melihat status gizi mahasiswi dengan menghitung IMT. Sedangkan, data sekunder berupa data jumlah siswi, profil dan gambaran umum SMAN 84 Jakarta Barat.

## DAFTAR PUSTAKA

- Almatsier, S. (2009). *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Almatsier, S., Soetardjo, S., & Soekarti, M. (2011). *Gizi Seimbang Dalam Daur Kehidupan*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Annastasia. (2006). *Perempuan Kesehatan Seksualitas Kecantikan* . Yogyakarta: LKIS.
- Arisman, D. (2008). *Gizi Dalam Daur Kehidupan* . Jakarta: Buku Kedokteran EGC.
- Azrimaidaliza, & Purnakarya, I. (2011). Analisis Pemilihan Makanan pada Remaja di Kota Padang, Sumatra Barat. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional*, Vol.6 No.1.
- BAPPENAS. (2011). *Rencana Aksi Nasional Pangan dan Gizi*. Jakarta: Kementerian Perencanaan Pembangunan Nasional.
- Cakrawati, D., & Mustika. (2012). *Bahan Pangan, Gizi, dan Kesehatan*. Bandung: ALFABETA, cv.
- Damayanti, A. E. (2016). Hubungan Citra Tubuh, Aktvitas Fisik, dan Pengetahuan Gizi Seimbang dengan Status Gizi Remaja Putri. *Skripsi*, FKM.Kesehatan Masyarakat.Universitas Airlangga.
- Departemen Gizi dan Kesehatan Masyarakat FKM UI, & Masyarakat, F. (2014). *Gizi dan Kesehatan Masyarakat*. Depok: Rajawali Pers.
- Emilia, E. (2009). Pendidikan Gizi Sebagai Salah Satu Sarana Perubahan Perilaku Gizi pada Remaja. *Jurnal Tabulrasa PPS Unimed*, Vol.6 No.2.
- Erni, S. N., Marselinus, L. N., & Sarci, M. T. (2017). Hubungan Teman Sebaya, Citra Tubuh dan Pola Konsumsi dengan Status Gizi Remaja Putri. *Unnes Journal of Public Health*, Vol. 6 No.3.
- Febry, A. B., Pujiastuti, N., & Fajar, I. (2013). *Ilmu Gizi Untuk Praktisi Kesehatan*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Fikawati, D., Syafiq, A., & Veratamala, A. (2017). *Gizi Anak dan Remaja*. Depok: PT RajaGrafindo Persada.
- Gunawan, N. A. (2013). Hubungan Antara Kebiasaan dan Pola Sarapan, Asupan Energi, dan Aktivitas Fisik dengan Status Gizi Siswi Kelas X SMAN 39

- Jakarta. *Skripsi*, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Indonesia (UI).
- Hardinsyah, D., & Supriasa, N. I. (2017). *Ilmu Gizi: Teori & Aplikasi*. Jakarta: Buku Kedokteran EGC.
- Hastono, S. P. (2007). *Analisis Data Kesehatan*. Depok: FKM UI.
- Heryanti, E. (2009). Kebiasaan Makan Cepat Saji (Fast Food Modern), Aktivitas Fisik, dan Faktor Lainnya dengan Status Gizi Pada Mahasiswa Penghuni Asrama UI Depok. *Skripsi*, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Indonesia (UI).
- Imtihani, T. R., & Noer, R. E. (2013). Hubungan Pengetahuan, Uang Saku, dan Peer Group dengan Frekuensi Konsumsi Makanan Cepat Saji Pada Remaja Putri. *Jurnal Of Nutrition Collage*, Vol.2, No.1, Hal.162-169.
- Kemenkes. (2011). *Paten No. 1995/MENKES/SK/XII/2010*. Jakarta.
- Kemenkes. (2014). *Pedoman Gizi Seimbang*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Kemenkes, R. (2013). *Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS)*. Jakarta: Balitbang: Kemenkes RI.
- Kemenkes, R. (2014). *Pedoman Gizi Seimbang*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Khomsan, A. (2000). *Teknik Pengukuran Pengetahuan Gizi*. Bogor: Institut Pertanian Bogor.
- Khomsan, A. (2004). *Pangan dan Gizi Untuk Kesehatan*. Jakarta: PT Grafindo Persada.
- Kusumajaya, N. A., Wiardami, N. K., & Juniarsama, I. W. (2008). Persepsi Remaja Terhadap Body Image Kaitannya dengan Pola Konsumsi Makan. *Jurnal Skala Husada*, Vol. 5, No. 2, hal.114-125.
- Mardalena, I. (2017). *Dasar - Dasar Ilmu Gizi Dalam Keperawatan*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- Mardatillah. (2008). Hubungan Kebiasaan Konsumsi Makanan Siap Saji Modern (Fast Food), Aktivitas Fisik, dan Faktor Lainnya dengan Kejadian Gizi Lebih Pada Remaja SMA Islam PB Soedirman di Jakarta Timur. *Skripsi*, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Indonesia (UI).
- Moehji, S. (2009). *Ilmu Gizi 2: Penanggulangan Gizi Buruk*. Jakarta: Paps Sinar Sinanti.

- Mulia, D. D. (2012). Hubungan Konsumsi Makan dan Aktivitas Fisik Serta Citra Tubuh Terhadap Status Gizi Pada Mahasiswi FKM UI. *Skripsi*, FKM, UI.
- Nergiz-Unal, R., Bilgic, P., & Yabanci, N. (2014). High Tendency To The Substantial Concern On body Shape and Eating Disorder Risk Of The Students Majoring Nutrition Or Sport Sciences. *Nutrition Research and Practice*, pISSN 1976-1457 eISSN 2005-6168.
- Nomate, E. S., & dkk. (2017). Hubungan Teman Sebaya, Citra Tubuh dan Pola Konsumsi dengan Status Gizi Remaja Putri. *Unnes Journal of Public Health*, Vol. 6 No.3.
- Notoatmodjo, D. S. (2003). *Pendidikan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, D. S. (2005). *Metode Penelitian Kesehatan* . Jakarta: PT RINEKA CIPTA.
- Notoatmodjo, D. S. (2010). *Metode Penelitian Kesehatan*. Jakarta: PT RINEKA CIPTA.
- Nugroho, K., Mulyadi, & Masi, G. N. (2016). Hubungan Aktivitas Fisik dan Pola Makan Dengan Perubahan Indeks Massa Tubuh Pada Mahasiswa Semester 2 Program Studi Ilmu Keperawatan Falkutas Kedokteran. *Jurnal Keperawatan*, Vol.4, No.2.
- Nurmalinda, Z. (2011). Hubungan Antara Asupan Makanan, Perilaku Makan, dan Faktor Lainnya dengan Status Gizi Kurang (Kurus) Pada Mahasiswi S1 Reguler Angkatan 2008-2010 Falkutas Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia. *Skripsi*, Falkutas Kesehatan Masyarakat, UI.
- Oktaviani, W. D. (2012). Hubungan Kebiasaan Konsumsi Fast Food, Aktivitas Fisik, Pola Konsumsi, Karakteristik Remaja dan Orang Tua dengan Indeks Massa Tubuh (IMT). *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, Vol.1, No.2, Hal.542-553.
- Par'i, H. M., Wiyono, S., & Harjatmo, T. P. (2017). *Penilaian Status Gizi*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Persagi. (2009). *Tabel Komposisi Pangan Indonesia*. Jakarta: PT Alex Media Komputindo.
- Proverawati, A., & Asfuah, S. (2009). *Gizi Untuk Kebidanan*. Yogyakarta: Nuha Medika.

- Rahayu, S. D., & Dieny, F. F. (2012). Citra Tubuh, Pendidikan Ibu, Pendapatan Keluarga, Pengetahuan Gizi, Perilaku Makan dan Asupan Zat Besi Pada Siswi SMA . *Media Medika Indonesia*, Vol. 46, No. 3.
- Rahayuningtyas, F. (2012). Hubungan Antara Asupan Serat dan Faktor Lainnya dengan Status Gizi Lebih Pada Siswi SMPN 115 Jakarta Selatan. *Skripsi*, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Indonesia (UI).
- Ruslie, R. H., & Darmadi. (2012). Analisis Regresi Logistik Untuk Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Status Gizi Remaja. *Majalah Kedokteran Andalas*, Vol.36, No.1.
- Santosa, S., & Ranti, L. A. (2004). *Kesehatan dan Gizi*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Saputri, D. R. (2016). Determinan Status Gizi Pada Mahasiswa Di Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Prof.Dr.Hamka Jakarta Selatan. *Skripsi*, FIKES, Kesehatan Masyarakat, UHAMKA.
- Sastroasmoro, S., & Sofyan, I. (2010). *Dasar-Dasar Metodologi Penelitian Klinis*. Jakarta: Binarupa Aksara.
- Sediaoetama, A. D. (2006). *Ilmu Gizi Untuk Mahasiswa dan Profesi Jilid 4*. Jakarta: Dian Rakyat .
- Sediaoetama, A. D. (2009). *Ilmu Gizi Untuk Mahasiswa dan Profesi*. Jakarta: Dian Rakyat.
- Serly, V., Sofian, A., & Ernalina, Y. (2015). Hubungan Body Image, Asupan Energi dan Aktivitas Fisik dengan Status Gizi Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Riau Angkatan 2014. *Jom FK*, Volume 2 No.2.
- Setyawati , G. N. (2013). Hubungan Citra Tubuh, Pengaruh Orang Tua, dan Faktor Lainnya dengan Status Gizi Penari Ballet di Sekolah Namarina Ballet-Jazz-Fitness Daerah Jakarta Selatan. *Skripsi* , Fakultas Kesehatan Masyarakat, UI.
- Setyawati, V. A., & Setyowati, M. (2015). Karakter Gizi Remaja Putri Urban dan Rural di Provinsi Jawa Tengah. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, ISSN 1858-1196.
- Sharlin, J., & Edelstein, S. (2015). *Gizi Dalam Daur Kehidupan*. Jakarta: Buku Kedokteran EGC.
- Soekirman. (2011). *Ilmu Gizi dan Aplikasinya Untuk Keluarga dan Masyarakat*. Jakarta : Direktorat Jendral Pendidikan Tinggi Departemen Pendidikan Nasional .



- Soetjiningsih, D., & IBCLC. (2004). *Tumbuh Kembang Remaja dan Permasalahannya*. Jakarta: CV Sagung Seto.
- Stang, J., & Story, M. (2005). *Understanding Adolescent Eating Behavior*. US: p.1-15;101-102;155.
- Supriasa, I. D., Bakri, B., & Fajar, I. (2016). *Penilaian Status Gizi*. Jakarta: Buku Kedokteran EGC.
- Waryana. (2012). *Gizi Reproduksi*. Yogyakarta: Pustaka Rihama.
- Widianti, N., & Candra, A. (2012). Hubungan Antara Body Image dan Perilaku Makan Dengan Status Gizi Remaja Putri di SMA Theresiana Semarang. *Journal of Nutrition College*, Vol. 1, No. 1, Hal 398-404.
- Yuniastuti, A. (2008). *Gizi dan Kesehatan*. Yogyakarta: Graha Ilmu.

