

SKRIPSI



**HUBUNGAN PERSEPSI BENTUK TUBUH, GANGGUAN MAKAN,
PENGETAHUAN GIZI DAN ASUPAN MAKANAN DENGAN
STATUS GIZI PADA PENARI REMAJA PUTRI
DI SANGGAR AYODYA PALA**

**Diajukan sebagai Salah Satu Syarat untuk
Memperoleh Gelar Sarjana Gizi**

OLEH

DIGAHAYU ISMAYANTI

1505025044

PROGRAM STUDI GIZI

FAKULTAS ILMU-ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PROF DR HAMKA

2019

PERNYATAAN KEASLIAN

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi dengan judul **“Hubungan Persepsi Bentuk Tubuh, Gangguan Makan, Pengetahuan Gizi, Dan Asupan Makanan Dengan Status Gizi Pada Penari Remaja Putri Di Sanggar Ayodya Pala.”** Merupakan hasil karya sendiri dan sepanjang pengetahuan dan keyakinan saya bukan plagiat dari karya ilmiah yang telah dipublikasikan sebelumnya atau ditulis orang lain. Semua sumber, baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya tulis dengan benar sesuai dengan pedoman dan tatacara pengutipan yang berlaku. Apabila ternyata di kemudian hari skripsi ini, baik sebagian maupun keseluruhan merupakan hasil plagiat atau penjiplakan terhadap karya orang lain, maka saya bersedia mempertanggungjawabkan sekaligus menerima sanksi berdasarkan perundang-undangan dan aturan yang berlaku di Universitas Muhammadiyah Prof. DR. HAMKA.

Jakarta, 08 Agustus 2019



Digahayu Ismayanti

1505025044

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR

Saya, yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Digahayu Ismayanti
NIM : 1505025044
Program Studi : Gizi
Fakultas : Ilmu-ilmu Kesehatan
Jenis Karya : Skripsi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Muhammadiyah Prof. D.R. HAMKA Hak Bebas Royalti Noneksklusif (Non-exclusive Royalty-Free Right) atas skripsi saya yang berjudul **"Hubungan Persepsi Bentuk Tubuh, Gangguan Makan, Pengetahuan Gizi, Dan Asupan Makanan Dengan Status Gizi Pada Penari Remaja Putri Di Sanggar Ayodya Pala."** beserta perangkat yang ada. Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Universitas Muhammadiyah Prof. D.R. HAMKA berhak menyimpan, mengalihmedia/ formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, dan memublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/ pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 08 Agustus 2019
Yang menyatakan,



Digahayu Ismayanti

PERSETUJUAN SKRIPSI

Nama : Digahayu Ismayanti
NIM : 1505025044
Program Studi : Gizi
Judul Skripsi : Hubungan Persepsi Hentuk Tubuh, Gangguan Makan, Pengetahuan Gizi, Dan Asupan Makanan Dengan Status Gizi Pada Penari Remaja Putri Di Sanggar Ayodya Pala

Skripsi dari mahasiswa tersebut di atas telah diperiksa dan disetujui dan telah disidangkan dihadapan Tim Penguji Skripsi Fakultas Ilmu-ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Prof. D.R. HAMKA,

Jakarta, 06 September 2019

Pembimbing I

Pembimbing II

(Nuraini Susilo, M.Sc)

(Leni Sri Rahayu, S.KM, MPH)

PENGESAHAN TIM PENGUJI

Nama : Digahayu Ismayanti
NIM : 1503025044
Program Studi : Gizi
Judul Skripsi : Hubungan Persepsi Bentuk Tubuh, Gangguan Makan, Pengetahuan Gizi, Dan Asupan Makanan Dengan Status Gizi Pada Penari Remaja Putri Di Sanggar Ayodya Pala

Skripsi dari mahasiswa tersebut di atas telah diperiksa dan disetujui dan telah disidangkan dihadapan Tim Penguji Skripsi Fakultas Ilmu-ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Prof. D.R. HAMKA.

Jakarta, 05 September 2019

TIM PENGUJI

Pembimbing I : Nuraini Susilo, SKM., M.Sc

Penguji I : Widya Asih Lestari, S.Gz., MKM

Penguji II : Iznia Nurdianty, S.Gz., M.Si

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Nama Lengkap : Digahayu Ismayanti
Tempat, Tanggal Lahir : Jakarta, 05 Agustus 1998
Jenis Kelamin : Perempuan
Kewarganegaraan : Indonesia
Agama : Islam
Status : Belum Menikah
Alamat : Jl. Gas Alam No. 103, Kel. Curug Kota. Depok
Telepon : 083896832564
Email : digadigahayu@gmail.com

Pendidikan Formal

1. SDN Mekarsari 3 Depok : Tahun 2006 - 2011
2. SMP Islam Malahayati Jakarta Timur : Tahun 2011 - 2013
3. SMAN 106 Jakarta Timur : Tahun 2013 – 2015
4. Universitas Muhammadiyah Prof Dr Hamka Jurusan Gizi : Tahun 2015 - Sekarang

Pengalaman Organisasi

1. Osis SMAN 106 Jakarta Sebagai Div. Pendidikan Periode 2013 – 2014
2. Rohis SMAN 106 Jakarta Sebagai Div. Keilmuan Periode 2013 – 2014
3. Hima Gizi Uhamka Sebagai Wakil Ketua Umum Periode 2016 – 2017
4. Bem Fikes Uhamka Sebagai Wakil Ketua Umum Periode 2017 – 2018

Keahlian Khusus

Ms Word, Ms Excel , Power Point dan SPSS

Prestasi

1. Juara 1 Inovasi Produk Pangan : *Nutrition Festival UHAMKA* Tahun 2015.
2. Peserta Terbaik Ke- 2 ODDI : Universitas Muhammadiyah Prof Dr Hamka Tahun 2015.

Demikian daftar riwayat hidup ini saya buat dengan sebenarnya.

ABSTRAK

Digahayu Ismayanti

Program Studi Ilmu Gizi

Hubungan Persepsi Bentuk Tubuh, Gangguan Makan, Pengetahuan Gizi, Dan Asupan Makanan Dengan Status Gizi Pada Penari Remaja Putri Di Sanggar Ayodya Pala.

Penelitian pada kelompok remaja yang berprofesi sebagai penari rentan mengalami gizi kurang. Pada penelitian di Turki 72,2% penari remaja memiliki IMT <18,5 kg/m². Selain itu, di Cina IMT Penari ballet sebesar 18,3 kg/m² dengan asupan energi harian sebesar 1700 kalori. Penari cenderung membatasi asupan makan agar dapat mencapai bentuk tubuh ideal. Sebuah studi yang dilakukan oleh Burckhardt, ditemukan 70% dari penari memiliki rata-rata tingkat asupan zat gizi sehari-hari di bawah 85% angka kecukupan gizi, penari cenderung memiliki persepsi bentuk tubuh yang negatif sehingga beresiko untuk terkena gangguan makan jika tidak memiliki pengetahuan gizi yang baik. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan persepsi bentuk tubuh, gangguan makan, pengetahuan gizi, dan asupan makanan dengan status gizi pada remaja putri di Sanggar Ayodya Pala. Penelitian ini dilakukan pada bulan Juni 2019 di Sanggar Ayodya Pala. Metode penelitian adalah *Cross Sectional Study*. Penelitian ini menggunakan teknik total sampling yang berarti seluruh total populasi merupakan subjek penelitian. Penelitian ini menyimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara persepsi bentuk tubuh, gangguan makan, pengetahuan gizi dan asupan makanan dengan status gizi

Kata Kunci : Penari, Remaja Putri, Status Gizi, Persepsi Bentuk Tubuh, Gangguan Makan, Pengetahuan Gizi, dan Asupan Makanan.

ABSTRACT

Digahayu Ismayanti

Nutrition Science Program

Relationship of Body Shape Perception, Eating Disorders, Nutritional Knowledge, and Food Intake with Nutritional Status in Young Women Dancers at Ayodya Pala Studio.

Research on groups of adolescents who work as dancers are prone to experiencing malnutrition. In the Turkish study 72.2% of teenage dancers had BMI <18.5 kg / m². In addition, in China ballet dancer BMI is 18.3 kg / m² with a daily energy intake of 1700 calories. Dancers tend to limit food intake in order to achieve ideal body shape. A study conducted by Burckhardt, found that 70% of dancers had an average level of daily nutrient intake below 85% of nutritional adequacy rates, dancers tended to have negative body shape perceptions so they were at risk for eating disorders if they did not have nutritional knowledge the good one. The purpose of this study was to determine the relationship of perceptions of body shape, eating disorders, nutritional knowledge, and food intake with nutritional status in adolescent girls in Ayodya Pala Studio. This research was conducted in May 2019 at the Ayodya Pala Studio. The research method is the Cross Sectional Study. This study uses a total sampling technique which means that the total population is the subject of research. This study uses a total sampling technique which means that the entire total population is the subject of research. This study concludes that there is a significant relationship between body shape perception, eating disorders, nutritional knowledge and food intake with nutritional status.

Key Words : *Dancers, Young Women, Nutritional Status, Perception of Body Shape, Eating Disorders, Nutritional Knowledge, and Food Intake.*

DAFTAR ISI

Halaman Judul	i
Halaman Pernyataan Keaslian	ii
Halaman Persetujuan Publikasi	iii
Halaman Persetujuan Skripsi	iv
Halaman Pengesahan Penguji	v
Daftar Riwayat Hidup	vi
Kata Pengantar	vii
Abstrak	viii
<i>Abstract</i>	ix
Daftar Isi	x
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	3
C. Tujuan Penelitian.....	3
D. Manfaat Penelitian.....	4
E. Ruang Lingkup Penelitian	5
BAB II KAJIAN PUSTAKA DAN KERANGKA TEORI	
A. Remaja.....	6
1. Pengertian Remaja.....	6
2. Tahapan Remaja	6
3. Perkembangan Remaja	8
B. Penari.....	9
1. Pengertian Penari.....	9
2. Masalah Penari Remaja Putri	10
C. Status Gizi	12
1. Pengertian Status Gizi	12
2. Penilaian Status Gizi Secara Langsung.....	13
D. Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Status Gizi Remaja.....	14
1. Status Ekonomi	14
2. Pengetahuan Gizi.....	15
3. Persepsi Bentuk Tubuh.....	18
4. Gangguan Makan	21
5. Asupan Makanan.....	27
E. Kerangka Teori.....	33

BAB III KERANGKA KONSEP, DEFINISI OPERASIONAL DAN HIPOTESIS	
A. Kerangka Konsep	34
B. Definisi Operasional.....	35
C. Hipotesis	39
BAB IV METODELOGI PENELITIAN	
A. Desain Penelitian	40
B. Lokasi dan Waktu	40
C. Populasi dan Sampel	40
D. Pengumpulan Data	41
E. Pengolahan Data	44
F. Analisis Data	45
BAB V HASIL PENELITIAN	
A. Gambaran Umum Responden	47
1. Usia.....	47
2. Pendidikan	47
3. Persepsi Bentuk Tubuh	48
4. Gangguan Makan.....	48
5. Pengetahuan Gizi.....	49
6. Asupan Makanan	50
7. Status Gizi.....	51
8. Hubungan Persepsi Bentuk Tubuh dengan Status Gizi	51
9. Hubungan Gangguan Makan dengan Status Gizi	52
10. Hubungan Pengetahuan Gizi dengan Status Gizi.....	53
11. Hubungan Asupan Makanan dengan Status Gizi.....	53
12. Hubungan Persepsi Bentuk Tubuh dengan Asupan Makanan	55
BAB VI PEMBAHASAN	
A. Keterbatasan Penelitian.....	59
B. Karakteristik Responden	59
C. Persepsi Bentuk Tubuh	60
D. Gangguan Makan	62
E. Pengetahuan Gizi	64
F. Asupan Makanan	65
G. Status Gizi	68
BAB VII PENUTUP	
A. Kesimpulan	69
B. Saran	70
DAFTAR PUSTAKA	71
LAMPIRAN	79

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Penelitian

Penari selalu memperhatikan bentuk tubuh mereka agar dapat lebih memaksimalkan pertunjukan. Bentuk tubuh yang lebih ramping dianggap dapat mempermudah dalam bergerak (Gibbs, 2011). Ada beberapa jenis tarian dari tari tradisional lebih banyak membutuhkan berat badan yang ramping karena gerak tubuh digunakan sebagai media ungkapannya. Seperti tari kelana surakarta yang gerakan tari ini diperhalus dan diberi unsur estetis sehingga penari profesional memiliki standarnya tersendiri sebelum tampil ke sebuah pentas untuk menampilkan tariannya. Beberapa kriteria yang harus dimiliki oleh penari tersebut seperti berat badan ideal dan LILA (lingkar lengan atas) yang ramping yaitu 23,5 cm (Rosmawati, 2016). Hasil penelitian pada kelompok remaja yang berprofesi sebagai penari rentan mengalami gizi kurang. Pada penelitian di Turki 72,2% penari remaja memiliki IMT <18,5 kg/m² (Ozgen, 2010).

Penelitian di Cina mengungkapkan bahwa IMT Penari ballet sebesar 18,3 kg/m² dengan asupan energi harian sebesar 1700 kalori (Yang, 2010). Penari cenderung membatasi asupan makan agar dapat mencapai bentuk tubuh ideal. Sebuah studi yang dilakukan oleh Burckhardt, ditemukan 70% dari penari memiliki rata-rata tingkat asupan zat gizi sehari-hari di bawah 85% angka kecukupan gizi (Burckhardt, 2011). Penari meningkatkan kualitas tariannya dengan cara berlatih secara terus menerus. Maka, hal ini menuntut agar penari selalu dalam kondisi yang prima (Dienasari, 2016). Penari memerlukan fisik dan stamina yang kuat, karena ada beberapa gerak yang memerlukan kekuatan, kelenturan, kecepatan, koordinasi serta keseimbangan tubuh (Yuliyanti, 2014). Sebagian besar penari di dominasi oleh remaja putri, karakter remaja putri yang mudah terpengaruh oleh lingkungan dapat menyebabkan persepsi bentuk tubuh negatif yaitu merasa tidak puas dengan bentuk tubuhnya (Field et al, 2014).

Beberapa faktor khusus yang terjadi pada penari seperti tekanan pekerjaan yang tinggi, psikologis yang rentan terganggu, dan lingkungan seperti pelatih yang membatasi makananan mengakibatkan penari menjadi menekan pola makan sehingga para penari memiliki perilaku diet yang sangat ketat (Schluger, 2010). Hasil penelitian yang dilakukan oleh Husna (2013) terhadap 120 remaja putri di Surabaya, membuktikan bahwa 61% responden merasa kecewa dengan sosok tubuhnya dan termotivasi untuk melakukan diet agar mendapatkan tubuh yang kurus. Sedangkan, sisanya kurang lebih 39% responden merasa puas terhadap sosok tubuhnya dan mencoba mempertahankan berat badan mereka. Persepsi bentuk tubuh negatif dapat mendorong seseorang melakukan perilaku kontrol berat badan yang tidak sehat dan gangguan makan (Setyawati, 2015). Seseorang yang memiliki gangguan makan berawal dari mengkonsumsi makanan yang lebih sedikit daripada biasanya tetapi pada tahap tertentu, hal tersebut akan terus menerus terjadi di luar keinginan (APA, 2015).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Serly (2015) menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara persepsi bentuk tubuh dengan status gizi remaja putri. Siregar (2015) juga menyatakan bahwa ada hubungan antara persepsi bentuk tubuh dengan terjadinya gangguan makan. Persepsi bentuk tubuh yang negatif dapat menyebabkan terjadinya gangguan makan pada remaja putri. Berdasarkan penelitian dari Lestari (2017) menunjukkan terdapat hubungan bermakna antara gangguan makan dengan kejadian status gizi. Keadaan kurang gizi pada remaja sering terjadi akibat dari pembatasan konsumsi makanan dengan tidak memperhatikan kandungan gizi dan kesehatan, sehingga hal tersebut akan berdampak negatif pada status gizi. Gangguan makan akan menyebabkan asupan energi dan asupan zat gizi makro semakin menurun secara perlahan bahkan pada kondisi yang fatal tidak ada sama sekali asupan pada remaja putri (Oktafiandini, 2016). Penelitian yang dilakukan oleh Reppi (2015) mengatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara asupan energi, protein, lemak dan karbohidrat dengan status gizi. Hal ini menunjukkan bahwa apabila asupan energi, protein, lemak dan karbohidrat kurang maka akan menimbulkan status gizi kurang, dan sebaliknya.

Langkah yang dapat diambil untuk mengatasi masalah rendahnya indeks masa tubuh akibat dari gangguan makan pada penari adalah dengan meningkatkan pengetahuan gizi penari terkait makanan yang mereka dikonsumsi. Pengetahuan gizi yang baik akan diikuti dengan kebiasaan makan yang baik pula sehingga status gizi menjadi optimal (Yuniarti, 2017). Pengetahuan gizi tersebut berupa tingkat pengetahuan responden terkait makanan dan fungsinya dalam hubungannya dengan kesehatan yang optimal. Yolanda (2014) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara pengetahuan gizi dengan status gizi yang mengartikan bahwa semakin baik pengetahuan gizi seseorang maka semakin baik juga status gizinya.

Peneliti memilih Sanggar Ayodya Pala di Kota Depok sebagai tempat penelitian karena adanya SOP (Standar Operasional Prosedur) dari sanggar untuk memiliki berat badan ideal atau cenderung kurus sebelum tampil dipentas kesenian pada penari, terjadinya gangguan makan pada penari remaja putri sebanyak 27 orang, dan belum adanya fasilitas seperti penyuluhan serta pelayanan kesehatan yang disediakan oleh sanggar. Berdasarkan latar belakang diatas, peneliti terdorong untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Persepsi Bentuk Tubuh, Gangguan Makan, Pengetahuan Gizi, dan Asupan Makanan dengan Status Gizi Pada Remaja Putri Di Sanggar Ayodya Pala.”

B. Rumusan Masalah Penelitian

Berdasarkan hal yang telah disebutkan dalam latar belakang, maka perumusan masalah pada penelitian ini adalah : Bagaimana hubungan persepsi bentuk tubuh, gangguan makan, pengetahuan gizi, dan asupan makanan dengan status gizi pada remaja putri di Sanggar Ayodya Pala?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui : hubungan persepsi bentuk tubuh, gangguan makan, pengetahuan gizi, dan asupan makanan dengan status gizi pada remaja putri di Sanggar Ayodya Pala.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi karakteristik umur responden.
- b. Mengidentifikasi karakteristik pendidikan responden.
- c. Mengidentifikasi status gizi responden berdasarkan IMT/U.
- d. Mengidentifikasi persepsi bentuk tubuh responden.
- e. Mengidentifikasi gangguan makan responden.
- f. Mengidentifikasi pengetahuan gizi responden.
- g. Mengidentifikasi asupan energi responden.
- h. Mengidentifikasi asupan zat protein responden.
- i. Mengidentifikasi asupan zat lemak responden.
- j. Mengidentifikasi asupan zat karbohidrat responden.
- k. Menganalisis hubungan antara persepsi bentuk tubuh dengan status gizi.
- l. Menganalisis hubungan antara gangguan makan dengan status gizi.
- m. Menganalisis hubungan antara pengetahuan gizi dengan status gizi.
- n. Menganalisis hubungan antara asupan energi dengan status gizi.
- o. Menganalisis hubungan antara asupan protein dengan status gizi.
- p. Menganalisis hubungan antara asupan lemak dengan status gizi.
- q. Menganalisis hubungan antara asupan karbohidrat dengan status gizi.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Institusi

Penelitian ini dapat dijadikan media pengetahuan dan referensi pembelajaran untuk membangun institusi sanggar tari yang sehat dan peduli terhadap status gizi penarinya.

2. Bagi Penari

Penelitian ini dapat dijadikan referensi pembelajaran tentang perspektif tubuh yang positif dan wawasan informasi untuk menjadikan penari memiliki status gizi yang normal tanpa mengalami gangguan makan serta meningkatkan pengetahuan penari dalam memperbaiki asupan energi, asupan protein, asupan lemak, dan asupan karbohidrat.

3. Bagi Perguruan Tinggi

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan referensi berupa jurnal ilmiah untuk penelitian selanjutnya.

4. Bagi Peneliti

Penelitian ini dapat memberikan pengalaman dan wawasan untuk peneliti mengenai cara melakukan penelitian yang baik dan benar.

E. Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian ini membahas tentang hubungan persepsi bentuk tubuh, gangguan makan, pengetahuan gizi, dan asupan makanan dengan status gizi pada remaja putri di Sanggar Ayodya Pala. Penelitian ini menggunakan metode observasional dengan desain penelitian *cross sectional*. Penelitian dilakukan pada bulan Juni 2018 pada penari di Sanggar Ayodya Pala. Penelitian meliputi identifikasi karakteristik responden, identifikasi status gizi responden berdasarkan IMT/U, persepsi bentuk tubuh responden, gangguan makan responden, pengetahuan gizi responden, asupan energi, asupan protein, asupan lemak, dan asupan karbohidrat. Kemudian dilakukan analisis hubungan persepsi bentuk tubuh, gangguan makan, pengetahuan gizi, asupan energi, asupan protein, asupan lemak, dan asupan karbohidrat dengan status gizi pada remaja putri di Sanggar Ayodya Pala.

DAFTAR PUSTAKA

- Abraham, A., & Brian, S. (2007). *Eating Disorders Nelson Textbook of Pediatrics*. Philadelphia: Saunders.
- Academy for Eating Disorder. (2006). *Prevalence of Eating Disorders*. Austria: Author.
- Adriani, M., & Bambang, W. (2012). *Peranan Gizi Dalam Siklus Kehidupan*. Jakarta: Prenadamedia Group.
- Adrithia, C. (2018). Hubungan Antara Motivasi Diet Dan Regulasi Diri Dengan Perilaku Diet Pada Penari. *Skripsi*. Semarang: Universitas Katolik Soegijapranata.
- Ali, M. (2012). *Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: PT Bumi Aksara.
- Almatsier. (2002). *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka.
- _____. (2004). *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta : PT Gramedia Pustaka.
- _____. (2011). *Gizi Seimbang Dalam Daur Kehidupan*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka.
- Amelia, A. (2013). Hubungan Asupan Energi dan Zat Gizi dengan Status Gizi Santri Putri Yayasan Pondok Pesantren Hidayatullah Makassar Sulawesi Selatan. *Skripsi*. Makasar: Universitas Hasanudin.
- Amar, I. (2018). Persepsi Positive Body Image Terhadap Pengetahuan Gizi Remaja dan Status Gizi Remaja Putri. *Skripsi*. Jakarta: UPN Veteran
- American Psychiatric Association. (2015). *Let's Talk Facts About Eating Disorders*. Virginia: American Psychiatric Publishing.
- Arnelia, A. (2005). *Perilaku Makan Khas Remaja*. Jakarta: PT Reksa.
- Assa, N. (2015). Hubungan Antara Asupan Energi Dan Protein Dengan Status Gizi Pada Pelajar Di Smp Negeri 8 Manado. *Skripsi*. Manado: Universitas Sam Ratulangi.

- Asril, Z. (2011). *Microteaching disertai dengan Pedoman Pengalaman Lapangan*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Bakara, A. (2015). Perkembangan Kognitif Siswa Dalam Operasi Logis Berdasarkan Teori Piaget Di Sekolah Menengah Pertama. *Skripsi*. Pontianak: Universitas Tanjung Pura.
- Baron, R. (2005). *Psikologi Sosial*. Jakarta: Erlangga.
- Burhan, B. (2007). *Ilmu Sosial*. Jakarta: Alfabeta.
- Cakrawati, D & Mustika, N. (2012). *Bahan Pangan, Gizi, dan Kesehatan*. Bandung: Alfabeta.
- Cash, T & Pruzinsky, T. (2002). *Body Image A Handbook of Theory, Research and Clinical*. New York: Guilford Publications.
- Dahar, R. (2011). *Teori-teori Belajar*. Jakarta: Erlangga.
- Dariyo, A. (2004). *Psikologi Perkembangan Remaja*. Bogor: Ghalia Indonesia.
- David, G. (2012). *Psikologi Sosial*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Davison, G. (2010). *Psikologi Abnormal*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Devi, N. (2010). *Nutrition and Food*. Jakarta: PT Kompas Media Nusantara.
- Dewi, C. (2016). Hubungan Antara Tingkat Kecukupan Gizi (Energi, Protein, Vitamin A, Vitamin C dan Zat Besi) dengan Status Gizi Santriwati di Asrama Putri Pondok Pesantren Al Islam Kecamatan Sukomoro Kabupaten Nganjuk. *Skripsi*. Nganjuk: Institut Agama Islam Pangeran Diponegoro.
- Dienasari, R. (2016). Persepsi Body Image, Kebiasaan Makan Dan Status Gizi Pada Penari Remaja Wanita. *Skripsi*. Bogor: Institut Pertanian Bogor.
- Dorak, F. (2011). *Self Esteem And Body Image Of Turkish Adolescent Girls. Social Behavior And Personality (Vol. 39: 553-562)*. New York: McGraw-Hill
- Emilia E. (2009). Pengetahuan, Sikap dan Praktek Gizi pada Remaja dan Implikasinya pada Sosialisasi Perilaku Hidup Sehat. *Skripsi*. Malang: Universitas Brawijaya

- Erdianto, S. (2009). Hubungan Antara Faktor Individu Dan Faktor Lingkungan Dengan Kecenderungan Penyimpangan Perilaku Makan Pada Mahasiswi Jurusan Administrasi Perkantoran Dan Sekretaris. *Skripsi*. Depok: Universitas Indonesia.
- Erikson, J. (2006). *Brain Food: The Real Dish on Nutrition and Brain Function*. New York: WisKids Journal.
- Farisa, S. (2012). Hubungan Antara Ketersediaan Makan Dengan Asupan Makan Pada Siswa SMPN 8 Depok. *Skripsi*. Depok: Universitas Indonesia.
- FatimatuZZahro. (2016). Hubungan Body Image Dengan Status Gizi Remaja Yogyakarta. *Skripsi*. Yogyakarta: Universitas Aisyah Yogyakarta
- Field, A. (2014). *Peer, Parent, and Media Influence On the Development of Weight Concerns and Frequent Dieting Among Preadolescent and Adolescent Girls and Boys* (Vol 107, 54-60). New York: WisKids Journal.
- Fissilmi. (2018). Hubungan Kecukupan Zat Gizi Dengan Status Gizi Pada Mahasiswi Pesma KH Mas Mansyur. *Skripsi*. Surakarta: Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Garner. 2017. *The eating attitude test: Psychometric features and clinical correlates* (Vol 12: 871-878). New York: Journal of Psychological Medicine.
- Gattario, K. H. (2013). Body Image In Adolescence: Through The Lenses Of Culture, Gender, And Positive Psychology. *Disertasi*. Swedia: University of Gothenburg.
- Golden, N. (2002). *A Review of The Female Athlete Triad*, *International Journal Adolescent Medicine* (Vol. 14:16). New York: Springer.
- Gordon. (2011). *Perspectives in nutrition and knowledge (4th Ed)*. New York: Mc Graw-Hill
- Gustina, T. (2015). Hubungan Antara Usia Menarche Dan Lama Menstruasi Dengan Kejadian Dismenore Primer Pada Remaja Putri Di SMK Negeri 4 Surakarta. *Skripsi*. Surakarta: Uuniversitas Muhammadiyah Surakarta
- Handrawi. (2011). Hubungan antara Asupan Zat Gizi, Penyakit Infeksi dan Pengasuhan dengan Status Perkembangan Motorik Kasar Baduta Usia 6 sampai 18 Bulan yang Mendapat Suplemen Taburia di Kabupaten Pangkep. *Skripsi*. Makasar: Universitas Hasanuddin.

- Hidayah, G. & Bariah, S. (2011). *Eating Attitude, Body Image, Body Composition and Dieting Behavior Among Dancers* (Vol.3; 92-102). Jakarta: Asian Journal of Clinical Nutrition.
- Hidayati, N. (2017). Hubungan Asupan Energi, Protein, Lemak, Karbohidrat Dengan Status Gizi Pada Santriwati Di Pondok Pesantren Darusalam AlFaisholiyah Sampang Madura. *Skripsi*. Surabaya: Universitas Nadlatul Ulama.
- Husna, N. (2013). Hubungan Antara Body Image dengan Perilaku Diet (Penelitian pada Wanita di Sanggar Senam Rita Pati). *Skripsi*. Jakarta: Developmental and Clinical Psychology
- Indra, D & Wulandari, Y. (2013) *Prinsip-Prinsip Dasar Ahli Gizi*. Jakarta: Dunia Cerdas.
- Irianto, K. (2007). *Gizi dan Pola Hidup Sehat*. Bandung: CV Yrama Widya.
- Irianto K. (2014). *Ilmu Kesehatan Masyarakat*. Bandung: Alfabeta.
- Istiany, A & Rusilanti. (2014). *Gizi Terapan*. Bandung: Remaja Rosdakarya
- Kartika, R. (2018). Kemampuan Siswa Menari Piring 12 Menggunakan Aspek Wiraga, Wirama, Wirasa Di Ekstrakurikuler SMA Negeri 2 Kota Agung. *Skripsi*. Lampung: Universitas Lampung
- Kristiawan, A. (2006). *Menjelajah Tubuh: Perempuan dan Mitos Kecantikan*. PT LKiS Pelangi Aksara.
- Kurniasari, N. (2016). Hubungan Antara *Body Dissatisfaction* dengan Perilaku Diet pada Wanita Dewasa Awal. *Skripsi*. Surabaya: Universitas Islam Negeri Sunan Ampel.
- Lestari, A. (2017). *Hubungan Tingkat Stres dan Eating Disorder Dengan Status Gizi pada Remaja Perempuan di SMA Negeri 1 Ciwidey* (Vol.12: 134). Jakarta: Jurnal Ilmu Kesehatan.
- Lingga, M. (2011). Studi tentang Pengetahuan Gizi, Kebiasaan Makan, Aktivitas Fisik, Status Gizi dan Body Image Remaja Putri yang Berstatus Gizi Normal dan Gemuk/Obes di SMA Budi Mulia. *Skripsi*. Bogor. Institut Pertanian Bogor.

- Longe. (2008). *The Gale Encyclopedia of Diets*. New York: The Gale Group
- Mc Cullough. (2000). *Forgiveness (Theory, research, and practice)*. New York: Guilford Press
- Mc Gehee TM, Green JM, Leeper JD, Leaver-Dun D, Richardson M, Bishop PA. 2009. *Body image, anthropometric measures, and eating disorder prevalence in auxiliary unit members* (44(4):418-426). New York: Journal of Athletic Training
- Muchlisa, C & Rahayu I. (2013). Hubungan Asupan Zat Gizi Dengan Status Gizi Pada Remaja Putri Di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Hasanuddin Makassar. Makassar: Universitas Hasanuddin.
- Neumark-Stainer, Dianne & Moe. (2000). *Weight Related Concern and Disorder Among Adolescents*. Dalam Ronnie S. Worthington Roberts dan Sue Rodwell Williams. Nutrition Throughout The Life Cycle. Singapore : Mc Graw Hill.
- Ningsih, Y. (2016). Gambaran Status Gizi Pada Siswa SMP Kecamatan Rangsang Kabupaten Kepulauan Meranti. *Skripsi*. Riau: Universitas Riau Kepulauan
- Notoatmodjo, S. (2003). *Pendidikan dan Prilaku Kesehatan*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. (2010). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Nurmalia, A. (2013). Nutrition Knowledge, Body Image, And Nutritional Status Of Youth In Islam SMA Athirah Makasar. *Skripsi*. Makassar: Universitas Hasanudin
- Oktafiandini. (2016). Hubungan Gangguan Makan, Tingkat Kecukupan Gizi, dan Tingkat Stres Dengan Siklus Menstruasi Penari Hip-Hop Remaja. *Skripsi*. Bogor: Institut Pertanian Bogor.
- Pahlevi. (2012). Determinan Status Gizi Pada Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal kesehatan masyarakat*. Semarang: Universitas Negeri Semarang
- Papalia, D., Feldman, & R. D. (2008). *Human Development* (terjemahan A. K. Anwar). Jakarta: Prenada Media Group.
- Prabowo, W. (2007). Sejarah Tari Jejak Langkah Tari Di Pura Mangkunegaran Surakarta: ISI Press.

- Permaisih. (2003). *Status Gizi remaja dan faktor-faktor yang mempengaruhinya*. Jakarta: Departemen Kesehatan RI.
- Purwandari, E. S. (2016). Path Analysis Kadar Hemoglobin Remaja Putri Ditinjau Dari Pola Menstruasi, *Body Image*, Lingkungan Sosial Dan Pola Makan Di Pondok Pesantren Darussalam Kecamatan Kepung Kabupaten Kediri. *Tesis*. Solo: Universitas Sebelas Maret.
- Rachmawati. (2014). Hubungan Asupan Zat Gizi, Aktivitas Fisik dan Presentase Lemak Tubuh Dengan Gangguan Siklus Menstruasi Pada Penari *Skripsi*.| Semarang: Universitas Diponegoro.
- Rachmayani. (2018). Hubungan Asupan Zat Gizi Makro dengan Status Gizi Remaja Putri di SMK Ciawi Bogor. *Skripsi*. Bogor: Institut Pertanian Bogor.
- Reppi, B. (2015). Hubungan Antara Asupan Zat Gizi Makro Dengan Status Gizi Siswi Sma Negeri 4 Manado. *Skripsi*. Manado: Universitas Sam Ratulangi
- Rice, F & Dolgin. (2002). *The adolescent development, relationship & culture*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama
- Roberts, S. (2000). *Nutrition Throughout The Life Cycle*. Singapore: Mc Graw-Hill.
- Rochmania. (2014). Gambaran Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri dalam Menghadapi Perubahan Fisik Saat Pubertas di Pondok Pesatren Al Baqiyatussholihat. *Skripsi*. Jakarta: Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah.
- Rosmawati. (2016). Hubungan Latihan Menari Kelana Gaya Surakarta Dengan Status Gizi Pada Remaja Putri Usia 15 – 17 Tahun. *Skripsi*. Surakarta: Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Santroct, J. (2011). *Perkembangan Masa Hidup*. Jakarta: Erlangga
- Sari. (2018). Hubungan Pengetahuan Gizi, Peran Teman Sebaya Dan Efikasi Diri Dengan Status Gizi Mahasiswa Fisip Universitas Lampung. *Skripsi*. Lampung: Universitas Lampung
- Schluger, A. E. (2010). *Disordered Eating Attitudes and Behaviors In Female College Dance*. North American Journal of Nutrition

- Sediaoetama. (2010). *Ilmu Gizi Untuk Mahasiswa dan Profesi*. Jakarta: Dian Rakyat.
- Seidemann. (2018). *Dietary carbohydrate intake and mortality: a prospective cohort study and meta-analysis* (Vol. 3: 419-428). New York: The Lancet Public Health.
- Serly. (2015). Hubungan Body Image, Asupan Energi dan Aktivitas Fisik dengan Status Gizi. *Skripsi*. Riau: Universitas Riau
- Soeharto, I. (2004). *Lemak dan Kolesterol*. Jakarta: PT Gramedia.
- Soekirman. (2000). *Ilmu Gizi dan Aplikasinya*. Jakarta : Direktorat Jendral.
- Soetjningsih. (2013). *Tumbuh Kembang Remaja dan Permasalahannya*. Jakarta: Sagung Seto.
- Stang J. (2005). *Guidelines for adolescents nutrition services*. New York: Harper Collins.
- Suhardjo. (2005). *Perencanaan pangan dan gizi*. Jakarta: Bumi Aksara
- Sulistioningsih, H. (2011). *Gizi Untuk Kesehatan Ibu dan Anak*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Sunaryo. (2004). *Psikologi Untuk Pendidikan*. Jakarta: EGC.
- Supariasa. (2001). *Penilaian Status Gizi*. Jakarta: EGC
- _____. (2016). *Penilaian Status Gizi*. Jakarta: EGC
- Syafiq. (2013). *Perilaku Makan Menyimpang*. Jakarta: Banna
- Syarafina. (2014). Hubungan *Eating Disorder* Dengan Status Gizi Pada Remaja Putri Di *Modeling Agency Semarang*. *Journal of Nutrition College*. Semarang: Universitas Diponegoro.
- Tahirah. (2014). Hubungan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (Phbs) Dengan Kejadian Diare Pada Anak Di Sd Integral Al-Bayan Yayasan Al-Bayan Pondok Pesantren Hidayatullah Makassar. *Skripsi*. Makasar: Universitas Islam Negeri Alauddin Makassar.

- Tsuboi, K. (2005). *Eating Disorders in Adolescence and their Implications* (48 (3): 123-129). Jepang: Japan of Japan Medical Association
- Violina, E. I. (2013). Pengaruh Penggunaan Teknik Assertive Training dalam Mereduksi Perilaku Konsumtif pada Siswa SMPN 2 Delitua Tahun Ajaran 2013/2014. Skripsi. Medan: Universitas Negeri Medan.
- Waridi. (2003). *Seni dalam Berbagai Wacana*. Surakarta: Program Pasca Sarjana STSI.
- Wawan, A., & Dewi, M. (2010). *Medical book: Teori dan Pengukuran Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Manusia*. Yogyakarta: Numed.
- Yulianti. (2014). Penerapan Teknik Olah Tubuh Untuk Meningkatkan Kualitas Gerak Dalam Pembelajaran Ekstrakurikuler Tari Di Smp Kartika XIX-2. *Skripsi*. Bandung: Universitas Pendidikan Indonesia.
- Yuniarti. (2017). Hubungan Pengetahuan Gizi, Kebiasaan Makan, Dan Gangguan Makan Dengan Persen Lemak Tubuh Pada Penari Hip-Hop Remaja Wanita Departemen Gizi Masyarakat Fakultas Ekologi Manusia. *Skripsi*. Bogor: Institut Pertanian Bogor.
- Yusinta, A. (2018). Hubungan Antara Perilaku Makan dan Citra Tubuh dengan Status Gizi Remaja Putri Usia 15-18 Tahun. *Skripsi*. Bogor: Institut Pertanian Bogor.
- Zulfahmi. (2016). Hubungan Pengetahuan Gizi Seimbang Dengan Status Gizi Siswa SMA Laboratorium Unsyiah Banda Aceh. *Skripsi*. Banda Aceh: Universitas Syiah Kuala.