



**PERSEPSI REMAJA PUTRI TERHADAP CITRA
TUBUH KURUS DI SMA N 1 INDRALAYA**

SKRIPSI

OLEH

**NAMA : REGINA MARISA ANGELICA
NIM 10011181520072**

**PROGRAM STUDI ILMU KESEHATAN MASYARAKAT (S1)
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS SRIWIJAYA
2020**



PERSEPSI REMAJA PUTRI TERHADAP CITRA TUBUH KURUS DI SMA N 1 INDRALAYA

SKRIPSI

Diajukan Sebagai Syarat Untuk Mendapatkan Gelar (S1)
Sarjana Kesehatan Masyarakat Pada Fakultas Kesehatan Masyarakat
Universitas Sriwijaya

OLEH

NAMA : REGINA MARISA ANGELICA
NIM 10011181520072

PROGRAM STUDI ILMU KESEHATAN MASYARAKAT (S1)
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS SRIWIJAYA
2020

GIZI MASYARAKAT
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS SRIWIJAYA
SKRIPSI, 27 Juli 2020

Regina

Persepsi Remaja Putri Terhadap Citra Tubuh Kurus di SMA N 1 Indralaya

xv + 73 halaman, 6 tabel, 2 gambar, 8 lampiran

ABSTRAK

Remaja merupakan kelompok umur yang rentan mengalami permasalahan gizi dan perlu mendapatkan perhatian khusus karena berpengaruh terhadap pertumbuhan dan perkembangan tubuhnya serta akibat masalah gizi saat dewasa. Data penelitian dan pengembangan Departemen Kesehatan tahun 2013 diketahui remaja kurus berusia 16-18 tahun berdasarkan IMT/U secara nasional 9,4% (1,9% sangat kurus dan 7,5 % kurus) dan Sumatera Selatan masuk dalam 11 provinsi dengan jumlah kasus diatas nasional. Laporan Riskesdas Provinsi Sumatera Selatan tahun 2013 diketahui remaja kurus berusia 16-18 tahun menurut IMT/U di Ogan Ilir sebesar 2,8% sangat kurus dan 9,1% kurus. Pengetahuan, Teman Sebaya, Media massa, Citra Tubuh dan Konsumsi Makan dapat mempengaruhi kebiasaan makan seseorang yang dapat menyebabkan timbulnya masalah gizi kurus.

Metode yang digunakan yaitu pendekatan kualitatif dengan informan sebanyak 11 orang. Teknik pengambilan sampel secara *purposive sampling*. Proses pengumpulan data melalui wawancara mendalam dan analisis data menggunakan analisis isi dari proses wawancara dan dibuat dalam bentuk matriks.

Hasil penelitian di SMA N 1 Indralaya remaja putri mengetahui pengetahuan tentang gizi memalui pelajaran disekolah, ekstrakurikuler dan juga dari media massa. Sebagian besar remaja memiliki pengetahuan tentang gizi akan tetapi untuk status gizi nya masih kurang. Meskipun remaja putri memiliki bentuk tubuh badan idaman akan tetapi tidak mempengaruhi kebiasaan mereka untuk mengkonsumsi makanan. Namun pengaruh teman sebaya, media massa, dapat mempengaruhi remaja putri tersebut untuk menentukan pilihan makanannya. Perlunya penyampaian informasi tentang gizi seimbang dari pihak sekolah melalui pembelajaran praktek untuk pengukuran IMT serta edukasi gizi yang baik dan benar supaya siswa dapat mengetahui dan menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari.

Kata Kunci: Persepsi, Remaja Kurus, Citra Tubuh

**PUBLIC NUTRITION
FACULTY OF PUBLIC HEALTH
SRIWIJAYA UNIVERSITY
THESIS, 27 JULI 2020**

Regina

Young Women Perceptions Against Skinny Body Image At Indralaya 1 Senior High School

xv + 73 pages, 6 tables, 2 pictures, 8 attachments

ABSTRACT

Adolescents are an age group that is prone to experiencing nutritional problems and need special attention because it affects the growth and development of their bodies as well as due to nutrition problems as adults. Research and development data from the Ministry of Health in 2013 revealed that underweight teenagers aged 16-18 years based on BMI/U nationally 9.4% (1.9% very thin and 7.5% thin) and South Sumatra included in 11 provinces with a number of cases above national. The 2013 South Sumatra Province Riskesdas report found that underweight teenagers aged 16-18 years according to BMI/U in Ogan Ilir were 2.8% very thin and 9.1% thin. Knowledge, Peers, Mass Media, Body Image and Eating Consumption can influence a person's eating habits which can lead to thin nutritional problems.

The method used is a qualitative approach with 11 informants. The sampling technique was purposive sampling. The process of collecting data through in-depth interviews and data analysis using content analysis from the interview process and made in the form of a matrix.

The results of research in Indralaya N 1 High School teenage girls know knowledge about nutrition through school lessons, extracurricular and also from the mass media. Most adolescents have knowledge about nutrition but their nutritional status is still lacking. Although young women have the ideal body shape, it does not affect their habits to consume food. But the influence of peers, mass media, can influence these young women to determine their food choices. The need to deliver information about balanced nutrition from schools through practical learning for BMI measurement and good and proper nutrition education so that students can know and apply it in their daily lives.

Keywords: Perceptions, Skinny Teenager, Body Image

LEMBAR PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME

Saya dengan ini menyatakan bahwa skripsi ini dibuat dengan sejujurnya dengan mengikuti kaidah Etika Akademik Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya serta menjamin bebas plagiarisme. Bila kemudian diketahui saya melanggar Etika Akademik maka saya bersedia dinyatakan tidak lulus/gagal.

Indralaya, 27 Juli 2020

Yang bersangkutan,



Regina Marisa Angelica

NIM. 10011181520072

iii

Universitas Sriwijaya

iii

Universitas Sriwijaya

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi ini dengan judul "Persepsi Remaja Putri Terhadap Citra Tubuh Kurus di SMA N 1 Indralaya" telah dipertahankan di hadapan Panitia Sidang Ujian Skripsi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya pada tanggal 27 Juli 2020 dan telah diperbaiki, diperiksa serta disetujui sesuai dengan masukan Panitia Sidang Ujian Skripsi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya.

Indralaya, 19 Agustus 2020

Panitia Sidang Ujian Skripsi

Ketua :

1. Dr. Najmah Usman, S.KM., M.PH
NIP. 198307242006042003

Anggota :

1. Ditia Fitri Arinda, S.Gz., M.PH
NIP. 199005052016072201

2. Indah Purnamasari, S.KM., M.KM
NIP. 198604252014042001

3. Fatmalina Febry, S.KM., M.Si
NIP. 197802082002122003

Mengetahui,

Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat

Universitas Sriwijaya



iv

Universitas Sriwijaya

iv

Universitas Sriwijaya

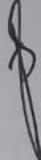
HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi ini dengan judul “Persepsi Remaja Putri Terhadap Citra Tubuh Kurus di SMA N 1 Indralaya” telah disetujui untuk diujikan pada tanggal 27 Juli 2020

Indralaya, 19 Agustus 2020

Pembimbing:

Fatmalina Febry, S.KM., M.Si
NIP. 197802082002122003

()

v

Universitas Sriwijaya

v

Universitas Sriwijaya

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Nama : Regina Marisa Angelica
Tempat/Tanggal Lahir : Pekanbaru, 09 Maret 1997
Jenis Kelamin : Perempuan
Agama : Kristen Protestan
Alamat : Jl. Setia Sari No. 8 RT 002 RW 007 Kelurahan Tangkerang Selatan Kecamatan Bukit Raya, Kota Pekanbaru, Riau
Email : reginamarisa76@gmail.com
Riwayat Pendidikan :

1. TK Santa Maria Pekanbaru	2001-2003
2. SD Santa Maria Pekanbaru	2003-2009
3. SMP Negeri 5 Pekanbaru	2009-2012
4. SMA Negeri 1 Pekanbaru	2012-2015
5. Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya	2015-2020

KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yesus Kristus atas kasih karunia-Nya saya dapat menyelesaikan skripsi saya dengan judul “**Persepsi Remaja Putri Terhadap Citra Tubuh Kurus di SMA N 1 Indralaya**” sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Kesehatan Masyarakat Peminatan Gizi Masyarakat di Universitas Sriwijaya.

Dalam menyelesaikan tulisan ini penulis menyadari begitu banyaknya bantuan dan dorongan baik materi, spiritual dan juga tenaga dari berbagai pihak. Dengan kerendahan hati, penulis menyampaikan rasa terima kasih kepada :

1. Bapak Iwan Stia Budi, S.KM., M.Kes selaku Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya.
2. Ibu Fatmalina Febry, S.KM., M.Si selaku Ketua Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya dan juga sebagai Dosen Pembimbing.
3. Ibu Anita Rahmiwati S.P., M.Si selaku Dosen Pengaji 1 diseminar proposal skripsi.
4. Ibu Ditia Fitri Arinda S.Gz., MPH selaku dosen pengaji 2 diseminar propsal dan seminar hasil skripsi
5. Ibu Rostika Flora S.Kep., M.Kes selaku dosen pengaji 1 diseminar hasil
6. Ibu Dr. Najmah Usman, S.KM., M.PH., PhD selaku Ketua Pengaji di Sidang Akhir
7. Ibu Indah Purnamasari, S.KM., M.KM selaku Pengaji 3 di Sidang Akhir
8. Kedua Orang Tua ku Tercinta Papaku Peris Siregar S.H dan juga Mamaku Missa Rita Emelia Aritonang A.Md yang tidak pernah putus asa dalam memberikan doa, motivasi, kasih sayang serta segala pengorbanan dan kesabaran sehingga saya dapat menyelesaikan skripsi ini.
9. Kedua adikku Tania Siregar dan Yulia Siregar serta keluarga besarku yang senantiasa mendukungku dalam doa.
10. Seluruh teman-teman Gizi angkatan 2015 terutama Erni, Retno J, Indah, Ravinda yang selama kurang lebih 4 tahun bersamaku selalu.

11. Seluruh teman-teman batak angkatan 2015 gg buntu buat suka maupun duka yang kita alami bersama mulai dari anak baru sampai sekarang terutama Tioria Sihombing (prakon) dan Wasni Theresia tempatku berkeluh kesah, meminta bantuan dan penyemangatku disaat aku galau dalam pengerjaan skripsiku.
12. KPU HKBP Efrata yang telah menjadi wadahku berbagi suka duka selama 2 tahun lebih serta doa dan dukungan doa yang kalian berikan kepadaku.
13. PDO IMMANUEL dan PDO SEHATI sebagai wadah aku bertumbuh dan berkembang dalam imanku kepada Tuhan
14. Paribanku Ahot Chan Josua Silalahi yang selalu memberikan dukungan doa, semangat serta segala bantuan yang telah diberikan dan juga yang selalu sabar menghadapi kemoodiyanku selama ini, semangat juga dalam pengerjaan skripmu ya ban semoga lancar sampai mendapat gelar S.H nya.
15. Itok Hasianku Ramson Siregar yang udah mau disusahkan, diajak kemana mana selalu mau dan selalu mengajari aku jangan mengeluh dan terus semangat.
16. Semua pihak yang membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna, oleh karena itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun agar dapat bermanfaat dimasa yang akan datang. Akhir kata saya ucapkan Terima Kasih.

Indralaya, 27 Juli 2020

Penulis

Regina Marisa Angelica

10011181520072

DAFTAR ISI

ABSTRAK.....	i
ABSTRACT	ii
LEMBAR PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
HALAMAN PERSETUJUAN.....	v
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I.....	1
PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah	4
1.3 Tujuan Penelitian.....	5
1.3.1 Tujuan Umum	5
1.3.2 Tujuan Khusus	5
1.4 Manfaat Penelitian.....	5
1.4.1 Bagi Penulis	5
1.4.2 Bagi Fakultas Kesehatan Masyarakat.....	5

1.4.3	Bagi Institusi	6
1.5	Ruang Lingkup Penelitian	6
1.5.1	Lingkup Materi	6
1.5.2	Lingkup Waktu	6
1.5.3	Lingkup Lokasi	6
BAB II.....		7
TINJAUAN PUSTAKA.....		7
2.1	Remaja.....	7
2.1.1	Pengertian Remaja.....	7
2.1.2	Karakteristik Remaja.....	7
2.1.3	Kebutuhan Gizi Remaja.....	9
2.2	Status Gizi.....	9
2.2.1	Pengertian Status Gizi.....	9
2.2.2	Gizi Baik.....	10
2.2.3	Gizi Kurang.....	11
2.2.4	Gizi Lebih.....	11
2.3	Penilaian Status Gizi.....	12
2.4	Faktor-Faktor yang berhubungan dengan Status Gizi.....	15
2.4.1	Citra Tubuh.....	15
2.4.2	Pengetahuan Gizi.....	16
2.4.3	Pengaruh Teman Sebaya.....	17
2.4.4	Media Massa.....	18
2.4.5	Konsumsi Makanan.....	19

2.5	Penelitian Terkait.....	23
2.6	Kerangka Teori.....	26
BAB III.....		27
KERANGKA PIKIR DAN DEFINISI ISTILAH.....		27
3.1	Kerangka Pikir.....	27
3.2	Definisi Istilah.....	28
BAB IV.....		30
METODE PENELITIAN.....		30
4.1	Desain Penelitian.....	30
4.2	Informan Penelitian.....	30
4.3	Jenis, Cara dan Alat Pengumpulan Data.....	33
4.3.1	Jenis Data.....	33
4.3.2	Cara Pengumpulan Data.....	33
4.3.3	Alat Pengumpulan Data.....	34
4.4	Pengolahan Data.....	34
4.5	Validitas Data.....	34
4.6	Analisis dan Penyajian Data.....	35
BAB V.....		36
HASIL PENELITIAN.....		36
5.1	Gambaran Umum Lokasi Penelitian.....	36
5.1.1	Sejarah SMA N 1 Indralaya.....	36

5.1.2	Visi SMA N 1 Indralaya.....	37
5.1.3	Misi SMA N 1 Indralaya.....	37
5.2	Hasil Penelitian.....	37
5.2.1	Karakteristik Informan.....	37
5.2.2	Faktor Internal.....	38
5.2.3	Faktor Eksternal.....	52
5.2.4	Konsumsi Makanan.....	56
	BAB VI.....	64
	PEMBAHASAN.....	64
6.1	Keterbatasan Penelitian.....	64
6.2	Pembahasan.....	64
6.2.1	Faktor Internal.....	64
6.2.2	Faktor Eksternal.....	66
6.2.3	Konsumsi Makan.....	68
	BAB VII.....	72
	KESIMPULAN DAN SARAN.....	72
7.1	Kesimpulan.....	72
7.2	Saran.....	72
	DAFTAR PUSTAKA.....	74
	LAMPIRAN.....	80

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Klasifikasi Indeks Masa Tubuh.....	13
Tabel 2.2 Penelitian terkait Status Gizi Kurang.....	23
Tabel 3.1 Definisi Istilah.....	28
Tabel 4.1 Informan Penelitian.....	32
Tabel 5.1 Karakteristik Informan Biasa.....	38
Tabel 5.2 Karakteristik Informan Kunci	38

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. 1 Prevalensi Kurus dan Sangat Kurus (IMT/U) Remaja.....	3
Gambar 3. 1 Kerangka Pikir Penelitian.....	27

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Pedoman Wawancara
- Lampiran 2 Matriks Hasil Wawancara Mendalam
- Lampiran 3 Surat Proposal Penelitian
- Lampiran 4 Surat Keterangan Dinas Pendidikan
- Lampiran 5 Surat Keterangan Sekolah
- Lampiran 6 Informed Consent
- Lampiran 7 Lembar Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 8 Dokumentasi Penelitian

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Gizi merupakan bagian dari sektor kesehatan yang penting dan mendapat perhatian serius dari pemerintah. Gizi yang baik merupakan pondasi bagi kesehatan masyarakat. Pengaruh masalah gizi terhadap pertumbuhan, perkembangan, intelektual dan produktivitas menunjukkan besarnya peranan gizi bagi kehidupan manusia. Jika terjadi gangguan gizi, baik gizi kurang maupun gizi lebih, pertumbuhan tidak akan berlangsung optimal. Kekurangan zat gizi menyebabkan seseorang mudah terkena infeksi dan jatuh sakit, sedangkan kelebihan zat gizi akan meningkatkan resiko penyakit degeneratif di masa yang akan datang (Ramadani, 2005).

Usia remaja merupakan periode yang dikategorikan rentan gizi, ada tiga alasan yaitu pertama, percepatan pertumbuhan dan perkembangan tubuh memerlukan energi dan zat gizi yang lebih banyak. Kedua, perubahan gaya hidup dan kebiasaan makan mempengaruhi masukan energi dan zat gizi. Ketiga, kehamilan, keikutsertaan dalam olahraga, kecanduan alkohol dan obat-obatan, serta tidak sedikit remaja yang makan secara berlebihan dan akhirnya mengalami obesitas (Arisman,2010). Pada masa ini, remaja banyak mengalami banyak perubahan, diantaranya perubahan fisik, menyangkut pertumbuhan dan kematangan organ reproduksi, perubahan bersosialisasi dan perubahan kepribadian termasuk emosi (Waryana, 2010).

Remaja rentan mengalami masalah gizi karena merupakan masa peralihan dari masa anak-anak ke masa dewasa yang ditandai dengan perubahan fisik, fisiologis, dan psikososial. Disamping itu kelompok ini berada pada fase pertumbuhan yang pesat (*Growth Spurt*) sehingga dibutuhkan zat gizi yang relatif lebih besar jumlahnya (Aritonang, I.dkk,2009). Perubahan gaya hidup dan kebiasaan makan menuntut penyesuaian asupan energi dan zat gizi pada

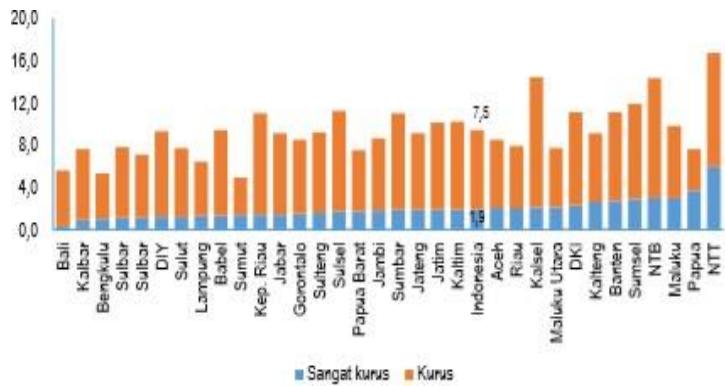
remaja. Selain itu tidak sedikit remaja yang makan berlebihan dan akhirnya mengalami obesitas atau sebaliknya remaja yang membatasi makan karena kecemasan akan bentuk tubuh sehingga mengalami kekurangan gizi (Badriah, 2011).

Banyak dampak yang akan dialami oleh remaja ketika mengalami malnutrisi, seperti pada remaja yang kurang gizi atau terlalu kurus akan mempengaruhi reproduksi. Sedangkan pada remaja yang mengalami gizi lebih atau gemuk akan berisiko terjadinya penyakit degeneratif semakin tinggi, seperti hipertensi, diabetes melitus, penyakit jantung koroner dan lain-lain (Supariasa, 2014).

Remaja adalah sumber daya manusia yang paling potensial dalam sebuah negara karena remaja merupakan generasi penerus bangsa. Remaja akan menjadi sumber daya manusia yang berkualitas jika sejak dini terpenuhi kebutuhan gizinya (Ramadani, 2005). Menurut WHO remaja adalah anak yang mencapai umur 10-19 tahun. Data WHO tahun 1995 menunjukkan bahwa seperlima dari penduduk dunia adalah remaja dan sekitar 900 juta berada di negara berkembang.

Berdasarkan data penelitian dan pengembangan Departemen Kesehatan tahun 2013, penilaian status gizi remaja berusia 16-18 tahun berdasarkan IMT/U secara nasional prevalensi berat badan kurus adalah 9,4% (1,9% sangat kurus dan 7,5% kurus). Sebanyak 11 provinsi dengan prevalensi kurus diatas nasional yaitu: Aceh, Riau, Kalsel, Maluku Utara, DKI Jakarta, Kalteng, Banten, Sumsel, NTB, Maluku, Papua dan NTT.

Gambar 1. 1 Prevalensi Kurus dan Sangat Kurus (IMT/U) Remaja
Umur 16-18 tahun menurut provinsi, Indonesia 2013



Berdasarkan laporan Riskesdas Provinsi Sumatera Selatan (2013) didapat bahwa prevalensi status gizi remaja (16-18 thn) menurut IMT/U di Ogan Ilir sebesar 2,8% sangat kurus dan 9,1% kurus. Status gizi remaja berhubungan dengan berbagai macam faktor yang mempengaruhinya, diantaranya adalah asupan energi dan zat gizi, jenis kelamin, pendidikan, kebiasaan konsumsi serat (buah dan sayur), aktivitas fisik, perilaku merokok, dan faktor genetik yaitu status gizi orang tua remaja (Robert dan Williams, 2000; dan Brown, 2005).

Pengetahuan tentang gizi merupakan hal penting yang harus dimiliki oleh remaja. Dengan pengetahuan gizi yang baik, diharapkan remaja dapat menerapkan konsumsi makan dengan gizi yang seimbang. Menurut Ahli Gizi Italia, Giovanni et.al (2000) bahwa dukungan nutrisi dalam hal pendidikan seperti disekolah harus disediakan bagi remaja untuk meningkatkan pengetahuan mereka tentang gizi. Hal ini sependapat dengan penelitian yang dilakukan oleh Kersting et.al (2008) pada remaja 13-16 tahun di Eropa bahwa pengetahuan yang rendah dapat mempengaruhi gizi dan asupan makanan terhadap status gizi.

Pengaruh teman sebaya terhadap perilaku jajan pada anak sangat besar karena anak usia sekolah lebih banyak menghabiskan waktu dengan teman sebayanya dibandingkan dengan keluarganya. Berdasarkan hasil penelitian Aisyah (2015) pada anak usia sekolah di Tanggerang menyatakan bahwa anak usia sekolah mudah terpengaruh oleh lingkungan

sekitar terutama temannya yang bisa berdampak pada pemilihan jajanan anak sekolah. Hal ini dibuktikan dengan penelitian Radja, dkk (2013) bahwa pengaruh teman sebaya berpeluang 1,44 kali mempengaruhi kebiasaan makan yang berdampak terhadap status gizinya.

Sering kali remaja mempunyai persepsi negatif maupun positif tentang tubuhnya terutama remaja putri yang menginginkan tubuhnya langsing seperti model. Menurut penelitian Serly, et.al (2014) di Riau yang menjabarkan bahwa dari 166 mahasiswa sebanyak 93 orang (56%) remaja tidak puas terhadap bentuk tubuhnya. Penelitian ini sejalan dengan penelitian Santy (2006) di Bukit Tinggi bahwa citra tubuh negatif beresiko 2,7 kali (CI 95%) terhadap status gizi.

SMA N 1 Indralaya dipilih menjadi tempat penelitian dengan pertimbangan bahwa sekolah tersebut merupakan sekolah unggulan favorit yang mencirikan tingkat status sosial ekonomi golongan menengah ke atas serta di sekolah ini belum pernah ada penelitian anak kesehatan masyarakat bagian Gizi masyarakat sedangkan saya selaku anak kesehatan masyarakat bagian gizi turut prihatin atas kejadian tersebut. Oleh karena itu, penulis tertarik untuk melakukan penelitian di SMA N 1 Indralaya yang merupakan salah satu SMA Negri yang belum pernah dilakukan penelitian mengenai status gizi kurang pada siswinya.

1.2 Rumusan Masalah

Menurut Monk's *et al* (2002) dalam Samosir (2008), remaja usia 12-15 tahun termasuk kedalam fase remaja awal atau pubertas. Pada fase ini remaja mengalami pertumbuhan fisik dan seksual, secara umum didominasi dengan perubahan pubertas individual. Sementara perubahan fisik karena bertambahnya massa otot, bertambahnya jaringan lemak dalam tubuh, dan terjadinya perubahan hormonal mempengaruhi kebutuhan gizi remaja. Usia 12-15 tahun belum sepenuhnya matang secara fisik, kognitif, dan psikososial sehingga mudah terpengaruh oleh lingkungan.

Fase ini remaja suka membandingkan diri dengan orang lain, sangat mudah terpengaruh oleh teman sebaya, lebih menginginkan kebebasan dan mulai menjauh dari lingkungan keluarga. Pemilihan makanan tidak lagi didasarkan pada kandungan gizi tetapi sekedar bersosialisasi untuk kesenangan dan upaya tidak kehilangan status, karena

itulah status gizi remaja menjadi hal yang penting untuk dibahas dalam penelitian ini untuk mengetahui persepsi remaja putri terhadap citra tubuh kurus di SMA N 1 Indralaya.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui persepsi remaja putri terhadap citra tubuh kurus di SMA N 1 Indralaya berdasarkan faktor-faktor yang diteliti.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui persepsi remaja putri terhadap faktor internal meliputi: citra tubuh dan pengetahuan pada remaja putri yang kurus dan sangat kurus di SMA N 1 Indralaya.
2. Mengetahui persepsi remaja putri terhadap faktor eksternal meliputi: pengaruh teman sebaya dan media massa pada remaja putri yang kurus dan sangat kurus di SMA N 1 Indralaya.
3. Mengetahui persepsi remaja putri terhadap konsumsi makan pada remaja putri yang kurus dan sangat kurus di SMA N 1 Indralaya.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Penulis

Menambah pengetahuan dan pengalaman dalam menemukan permasalahan gizi pada remaja putri yang ada di lingkungan SMA N 1 Indralaya serta menerapkan ilmu-ilmu yang telah didapatkan selama bangku perkuliahan.

1.4.2 Bagi Fakultas Kesehatan Masyarakat

1. Sebagai bahan referensi keilmuan terkait status gizi pada remaja putri dalam penerapan ilmu dibidang gizi.
2. Sebagai bahan referensi untuk melakukan penelitian lanjutan mengenai faktor-faktor yang menyebabkan status gizi pada remaja putri.

1.4.3 Bagi Institusi

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan bagi instansi pendidikan baik pemerintah maupun swasta dalam penyusunan kebijakan program pendidikan agar menyertakan pendidikan gizi sehingga dapat membantu upaya perbaikan gizi dan pencegahan masalah gizi.

1.5 Ruang Lingkup Penelitian

1.5.1 Lingkup Materi

Lingkup materi penelitian ini adalah untuk mengetahui persepsi remaja putri terhadap citra tubuh kurus di SMA N 1 Indralaya.

1.5.2 Lingkup Waktu

Penelitian ini dilaksanakan pada bulan September 2019

1.5.3 Lingkup Lokasi

Penelitian ini dilaksanakan di SMA N 1 Indralaya

DAFTAR PUSTAKA

- Amelia, Friska. 2008. *Konsumsi Pangan, Pengetahuan Gizi, Aktivitas Fisik dan Status Gizi Pada Remaja Di Kota Sungai Penuh Kabupaten Kerinci Provinsi Jambi*. Program Studi Gizi Masyarakat dan Sumber daya Keluarga Fakultas Pertanian Institut Pertanian Bogor.
- Arisman, (2010). *Gizi dalam Daur Kehidupan (Buku Ajar Ilmu Gizi Edisi 2)*. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Aritonang, Iriyanton. (2009). *Hubungan Intensitas Menonton Televisi Dengan Asupan Energi dan Status Gizi Remaja*. Prosding Temu Ilmiah Kongres XIV Persagi (hal 147-154)
- Badriah, Dewi L. (2011). *Gizi Dalam Kesehatan Reproduksi*. PT Refika Aditama. Bandung.
- Banfield, S., & McCabe, M. (2002). An evaluation of the construct body image ERA Journal, 37(146), 373-393
- Barker, Helen M.. 2002. Nutrition and Dietetics for Health Care. Tenth Edition. Uk: Churchil Livingstone.
- Basiotis PP, Kramer L, Kennedy et.al. 1998. ‘Maintaining nutritiosecurity and diet quality: The role of the Food Stamp program and WIC’, Fam Econ Nutr Rev.
- Berzonsky, M. D.(1981). *Adolescent development*. New York: MacMilan Publishing Co.Inc.

BKKBN 2013. Ayo Menjadi Remaja Berkarakter: Religius, Sehat, Cerdas, Produktif. BKKBN: Jakarta.

Brown et.al. 2005. *Nutrition Through the Life Cycle*. Thompson Learning, United States

Burgic, Marija R., Garvic Zivana, Burgic Sanela. 2010. *Eating Attitudes In Adolescent Girls*. Psychiantria Danubina, vol.2, pp 64-68.

Cash, T. F.(1994). Body Image Attitudes :Evaluation, Investment and Affect :Perceptual Motor Skills. Journalofpsychology, (78), 1168-1170.

Cash, T. 2002. Cognitive-Behavioral Perspectives on Body Image, in Cash and Pruzinsky. Body Image A Handbook of Theory, Research, and Clinical Practice. New York : The Guilford Press.

Cash, T. F., Melnyk, S. E., & Hrabosky, J. I. (2004). The assessment of body image investment: An extensiverevision of the Appearance Schemas Inventory. International Journal of Eating Disorders,35(3), 305-316.

Chan, K. et.al. 2009. Adolescents Perceptions of Healthy Eating Communication About Healthy Eating. Health Education, vol.6.

Farida, Ida. (2010). *Faktor-faktor yang Berhubungan Dengan Perilaku Konsumsi Buah dan Sayur Pada Remaja Di Indonesia Tahun 2007*, [Skripsi]. Peminatan Gizi, Program Studi Kesehatan Masyarakat Fakultas Kedokteran Dan Ilmu Kesehatan Universitas Islam Negri Syarif Hidayatullah, Jakarta.

Field et.al.2001, ‘Peer,Parent and Media Influences on The Development of Weight Concerns and Frequent Dieting Among Preadolescents and Adolescents Girls and Boys’, Pediatrics, vol.107, pp54-60.

Gibson, RS. (2005). *Principles of Nutritional Assessment*. New York: Oxford University Press

Harriyanti dan Triyanti, (2007). *Gizi dan Kesehatan Masyarakat*. Departemen Gizi dan Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia, PT Raja Grafindo Persada. Jakarta

Hurlock, E.B. (1999). *Psikologi dan Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan (5th ed)* (Istiwidayanti dan Soedjarwo, penerjemah). Erlangga, Jakarta

Kementerian Kesehatan RI. 2014. Pedoman Umum Gizi Seimbang

Krumel, Debra A et al, (1996). *Nutrition in Women’s Health*. An Aspen publication, Aspen Publishers Inc. Gaithersburg Mariland

Moleong, LJ. 2005, *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Remaja Rosdakarya: Bandung

Notoatmodjo S. 2003. *Pendidikan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.

Notoatmodjo, Soekidjo. 2010. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.

Potter, P.A., & Perry, A.G (2005) *Buku ajar fundamental keperawatan konsep, proses, dan praktis (ed 4)*. Jakarta: EGC

Purnakarya, Idral dan Azrimaidaliza. 2011. Analisis Pemilihan Makanan Pada Remaja di Kota Padang, Sumatera Barat. Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional, Vol.6, No.1, Agustus.

Ramadani, Mery. (2010). *Konsumsi Suplemen Makanan dan Faktor-Faktor yang Berhubungan Pada Remaja SMA Islam AL-Azhar 3 Jakarta Selatan tahun 2005*. Journal of public health. Vol.01

Riskesdas. 2013, *Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI*, Jakarta: Kementerian Kesehatan

Riskesdas Provinsi Sumatera Selatan. 2013. *Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan*. Jakarta: Kementerian Kesehatan

Roberts, Bennie Warthington dan Williams Sue R. (2002). *Nutrition Troughout The Life Cycle, Fourth Edition*. The McGraw-Hill Book.

Samosir, Inge. (2008). *Hubungan Antara Citra Tubuh, Pola Konsumsi, Aktifitas Fisik Dengan Status Gizi Remaja Putri SMP St. Kristoforus 2 Jakarta Barat, [Skripsi]*. Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Indonesia, Depok

Shahanjarini et.al. 2010, ‘Iranian Female Adolescents Views on Unhealthy Snacks Consumptions : A Qualitative Study. *Iranian Journal Public Health*, vol.39, pp.92-101

Soetarjo S. 2011. *Gizi Seimbang Dalam Daur Kehidupan*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama

Stuart, G. W., & Laraia, M. T. (1998). *Principle and practice of psychiatric nursing* (8thed). St. Louis: Mosby

Sugiyono. 2009. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D*. Bandung: Alfabeta.

Sugoyo S. 2006. Gizi Remaja Putri. Jakarta: Fakultas Kedoktran Universitas Indonesia

Suhardjo. 1989. Sosio Budaya Gizi Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jendral Pendidikan Tinggi Pusat Antar Universitas Pangan dan Gizi IPB. Bogor

Sunaryo. (2002). *Psikologi untuk keperawatan*. Jakarta: EGC

Supariasa, I.D.N, dkk. (2002). *Penilaian Status Gizi*. Jakarta : Penerbit Buku Kedokteran EGC.

Susilawati, Desy. (2010). *Bila Remaja Anemia*. Republika, 22 Juni

UNICEF. 2010.

Virlita. 2013. *Persepsi Kebiasaan Konsumsi Serat Pada Remaja SMP dan SMA Kota Palembang* [Skripsi]. Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Sriwijaya: Palembang

Waryana. 2010. *Gizi Reproduksi*. Yogyakarta: Pustaka Rihama

World Health Organization. 1995. Physical Status: *The Use and Interpretation of*

Antropometry. Technical Report Series.

World Health Organization (WHO). 2011. Obesity: preventing and managing the global epidemic. France: WHO.

Zoletic and Belko. 2009. Body Image Distortion, Perfectionism and Eating Disorder Symptoms in Risk Group of Female Ballet Dancers and Models and in Control Group of Female Students. *Psychiatria Danubina*, 21(3): 302–309.