

## ABSTRAK



UNIVERSITAS ESA UNGGUL  
FAKULTAS ILMU-ILMU KESEHATAN  
PROGRAM STUDI ILMU GIZI  
SKRIPSI, SEPTEMBER 2015

**BENECDITA GRATIA SUTANTO**

**HUBUNGAN POLA MAKAN, PENGETAHUAN GIZI, AKTIVITAS FISIK  
DAN STATUS GIZI DENGAN *BODY IMAGE* PADA REMAJA PUTRI DI  
SMA SANTO YOSEPH**

**V, VI Bab, 77 Halaman, 9 Tabel, 1 Gambar, 18 Lampiran**

**Latar Belakang:** *Body image* adalah sikap seseorang terhadap tubuhnya secara sadar dan tidak sadar. Sikap ini mencakup persepsi dan perasaan tentang ukuran, bentuk, fungsi penampilan dan potensi tubuh saat ini dan masa lalu yang secara berkesinambungan dimodifikasi dengan pengalaman-pengalaman baru setiap individu. Hal ini diaplikasikan pada remaja dengan dilihat dari pola makan, pengetahuan gizi, aktivitas fisik, dan status gizi.

**Tujuan:** Menganalisis hubungan pola makan, pengetahuan gizi, aktivitas fisik dan status gizi dengan *body image* pada remaja putri di sekolah SMA Santo Yoseph.

**Metode Penelitian:** Menggunakan data primer dengan metode pengambilan sample yaitu  $n = (20-25\%) \times N$ . Uji statistik yang digunakan adalah Asosiatif korelasi. Sampel sebanyak 57 remaja putri usia 15-18 tahun di Sekolah SMA Santo Yoseph, Jakarta Timur.

**Hasil Penelitian:** Rata-rata *body image* adalah normal dengan presentase 57,9%. Aktivitas fisik yang dilakukan oleh responden cukup baik dengan presentase 50,9%, rata-rata pola makan menggunakan food frekuensi dan didapatkan hasil yang cukup baik dengan presentase 61,4%, rata-rata pengetahuan gizi pada responden juga baik dengan presentase 66,7%, rata-rata status gizi pada responden adalah normal dengan presentase 73,7%. Sedangkan rata-rata nilai hubungan dengan *body image* pada remaja putri ada korelasi negatif ( $r = -0,002$ ) dan tidak ada hubungan yang signifikan antara pola makan dengan *body image* ( $p = 0,985$ ), begitu juga dengan aktivitas fisik ( $r = -0,052$ ;  $p = 0,700$ ), pengetahuan gizi ( $r = -0,078$ ;  $p = 0,562$ ). Sedangkan untuk status gizi ada korelasi positif dan memiliki hubungan yang signifikan dengan *body image* ( $r = 0,721$ ;  $p = 0$ ).

**Kesimpulan:** Adanya hubungan yang signifikan antara status gizi dengan *body image* tetapi tidak ada pada pola makan, aktivitas fisik dan pengetahuan gizi.

**Kata Kunci:** pola makan, aktivitas fisik, pengetahuan gizi, *body image*, status gizi, remaja putri.

Daftar Bacaan : 44 (1992 – 2013)