

**HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN *BODY IMAGE* PADA  
REMAJA PUTRI DI SEKOLAH MENENGAH KEJURUAN  
NEGERI 03 MANADO**

**SKRIPSI**

**ANCHELA BRIGITA MUTIARA SIAGIAN**



**16061143**

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN  
FAKULTAS KEPERAWATAN  
UNIVERSITAS KATOLIK DE LA SALLE  
MANADO**

**2020**

**HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN *BODY IMAGE* PADA  
REMAJA PUTRI DI SEKOLAH MENENGAH KEJURUAN  
NEGERI 03 MANADO**

**SKRIPSI**

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh  
Gelar Sarjana Keperawatan Pada Program Studi Ilmu Keperawatan  
Universitas Katolik De La Salle Manado**

**ANCHELA BRIGITA MUTIARA SIAGIAN**



**16061143**

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN  
FAKULTAS KEPERAWATAN  
UNIVERSITAS KATOLIK DE LA SALLE**

**MANADO**

**2020**



HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN *BODY IMAGE* PADA  
REMAJA PUTRI DI SEKOLAH MENENGAH KEJURUAN  
NEGERI 03 MANADO

Nama : Anchela Brigita Mutiara Siagian  
NIM : 16061143  
Fakultas : Keperawatan  
Program Studi : Ilmu Keperawatan

Menyetujui,  
Manado, 12 Agustus 2020

Pembimbing 1



Dr. Julianus Ake, S.Kep., M.Kes

Pembimbing 2)




Johanis Kerangan, S.Kep., Ns., M.Kep

Mengetahui

 Dekan  
  
Wahyuny Langelo, BSN., M.Kes

Ketua Program Studi

  
Helly Budiawan, S.Kep., Ns., M.Kes

**HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI**

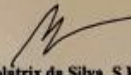
**HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN *BODY IMAGE* PADA  
REMAJA PUTRI DI SEKOLAH MENENGAH KEJURUAN  
NEGERI 03 MANADO**

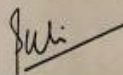
Yang disusun dan diajukan oleh :

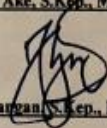
**Anchela Brigita Mutiara Siagian**  
16061143

Telah dipertahankan didepan TIM penguji Ujian Skripsi  
pada tanggal 12 Agustus 2020  
dan dinyatakan telah memenuhi syarat

**TIM PENGUJI**

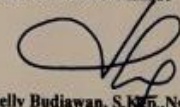
Dosen Penguji 1 :  **M. Consolatrix da Silva, S.Kep., Ns., MSN**

Dosen Penguji 2 :  **Dr. Julianus Ake, S.Kep., M.Kes**

Dosen Penguji 3 :  **Johanis Kerangan, S.Kep., Ns., M.Kep**

**MENGETAHUI**

  
Ketua Program Studi  
Fakultas Keperawatan  
Unika De La Salle Manado  
  
**Wabir Langelo, BSN., M.Kes**

Ketua Program Studi  
Fakultas Keperawatan  
Unika De La Salle Manado  
  
**Helly Budiawan, S.Kep., Ns., M.Kes**

### PERNYATAAN ORSINALITAS SKRIPSI

Saya menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa sepanjang pengetahuan saya, di dalam naskah SKRIPSI ini tidak terdapat karya ilmiah yang pernah diajukan oleh orang lain untuk memperoleh gelar akademik di suatu Perguruan Tinggi, dan tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis dikutip dalam naskah ini dan disebutkan dalam sumber kutipan dan daftar pustaka.

Apabila ternyata di dalam naskah tesis dapat dibuktikan terdapat unsur-unsur PLAGIASI, saya bersedia SKRIPSI ini digugurkan dan gelar akademik yang telah saya peroleh (SARJANA) dibatalkan, serta diproses sesuai peraturan perundang-undangan yang berlaku.

Manado, 12 Agustus 2020

Mahasiswa,



Nama : Anchela B.M. Siagian

NIM : 16061143

PS : Sarjana Keperawatan

Prog : Ilmu Keperawatan

Fak : Keperawatan Unika DLSM

**HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN *BODY IMAGE* PADA REMAJA PUTRI DI  
SEKOLAH MENENGAH KEJURUAN  
NEGERI 03 MANADO**

**Siagian Anchela B.M<sup>1</sup>, Ake Julianus<sup>2</sup>, Kerangan Johanis<sup>3</sup>**  
Universitas Katolik De La Salle Manado  
Email : [Tiamutiara0007@gmail.com](mailto:Tiamutiara0007@gmail.com)

**Abstrak**

**Latar Belakang :** Pola makan merupakan cara yang dilakukan seseorang untuk memilih dan mengkonsumsi makanan setiap hari. *Body image* merupakan persepsi seseorang terhadap postur tubuh yang dimiliki. **Tujuan :** Untuk mengetahui hubungan pola makan dengan *body image* pada remaja putri di Sekolah Menengah Kejuruan Negeri 03 Manado. **Metode :** penelitian *Deskriptif analitik* dengan pendekatan *cross sectional study*. Teknik pengambilan sampel yaitu, menggunakan *total sampling* sebanyak 50 responden, instrument yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan dua lembar kuesioner yaitu kuesioner pola makan dengan jumlah 30 pernyataan dan untuk kuesioner *body image* dengan jumlah 32 pernyataan. **Hasil Penelitian :** Penelitian ini menggunakan uji *Chi Square* dan mendapatkan hasil  $p = 0,003$  ( $\alpha = < 0,005$ ). **Kesimpulan :** Terdapat hubungan yang signifikan antara hubungan pola makan dengan *body image* pada remaja putri di Sekolah Menengah Kejuruan Negeri 03 Manado.

**Kata Kunci :** Pola Makan, *Body Image*



*Abstract*

**RELATIONSHIP OF EATING PATTERN WITH FEMALE TEENAGERS' *BODY IMAGE* AT PUBLIC VOCATIONAL HIGH SCHOOL 03 MANADO**

**Siagian Anchela B.M<sup>1</sup>, Ake Julianus<sup>2</sup>, Kerangan Johanis<sup>3</sup>**

De La Salle Caholic University of Manado

Email : [Tiaramutiara0007@gmail.com](mailto:Tiaramutiara0007@gmail.com)

**Abstract**

**Background:** Eating pattern is a mean of choosing and consuming food daily. *Body image* is a perception of own body posture. **Objective:** To determine the relationship of eating pattern with female teenagers' *body image* at public vocational high school 03 Manado. **Method:** Analytic descriptive research with cross sectional study approach. Sampling collection technique was total sampling of 50 respondents, instruments used were two questionnaires which were eating pattern with 30 statements and *body image* with 32 statements. **Result:** This research used chi square and obtained the result of  $p = 0.003$  ( $\alpha = < 0.05$ ). **Conclusion:** There was a significant relationship between eating pattern and female teenagers' *body image* at Public Vocational High School 03 Manado.

**Keywords:** Eating Pattern, *Body Image*

## KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur saya panjatkan kehadiran Tuhan Yesus Kristus karena Kasih dan Anugerah-Nya kepada saya sehingga saya bisa menyelesaikan penyusunan skripsi ini dengan judul **“Hubungan Pola Makan Dengan *Body Image* Pada Remaja Putri Di Sekolah Menengah Kejuruan Negeri 3 Manado”**.

Dengan rasa hormat peneliti mengucapkan terima kasih kepada :

1. Prof. Dr. Johanis Ohoitumur, Rektor Universitas Katolik De La Salle Manado
2. Wahyuni Langelo, BSN., M.Kes, Dekan Fakultas Keperawatan Universitas Katolik De La Salle Manado
3. Natalia Rakinaung, S.Kep., Ns., MNS, Wakil Dekan Fakultas Keperawatan Universitas Katolik De La Salle Manado
4. Helly Budiawan, S.Kep., Ns., M.Kes, Kepala Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Katolik De La Salle Manado
5. Dr. Julianus Ake, S.Kep., M.Kes, Dosen Pembimbing I yang telah banyak memberikan bimbingan, arahan, motivasi, dan saran kepada penulis dalam penyusunan proposal ini
6. Johanis Kerangan, S.Kep., Ns., M.Kep, Dosen Pembimbing II yang telah banyak memberikan bimbingan, arahan, motivasi, dan saran kepada penulis dalam penyusunan skripsi ini
7. Seluruh Dosen dan Staf Fakultas Keperawatan Universitas Katolik De La Salle Manado
8. Pihak Sekolah Menengah Kejuruan Negeri 03 Manado yang memberikan ijin untuk dilakukannya penelitian dan para remaja putri di Sekolah Menengah Kejuruan negeri 93 Manado yang telah bersedia menjadi responden dalam penelitian.
9. Papa Thomson Siagian, mama Irene Posumah beserta dengan adik Gebby Siagian tercinta yang selalu menyayangi dan mendoakan penulis dengan tulus dan ikhlas, memberikan semangat dan motivasi baik moril ataupun materil yang tak terhingga dan menjadi sosok orang tua sempurna di mata penulis sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik dan tepat pada waktunya

10. Teman-teman seangkatan Fakultas Keperawatan Universitas Katolik De La Salle Manado angkatan 2016, terima kasih untuk motivasi serta kebersamaan kita selama 4 tahun ini
11. Ucapan terima kasih juga saya sampaikan kepada semua pihak, yang tidak dapat saya sebutkan satu persatu atas dukungan dan topangan doa kepada peneliti. Sehingga peneliti sadar peneliti tidak dapat membalas satu persatu semua atas bantuan yang diberikan, tapi biarlah Tuhan Yesus yang membalasnya.

Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini masih banyak memiliki kekurangan, maka dari itu penulis mengharapkan kritikan dan saran yang membangun demi perbaikan pada penulisan selanjutnya.

Manado, April 2020

Anchela B.M. Siagian



## DAFTAR ISI

Halaman Cover	
Lembar Persetujuan	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Lembar Pengesahan	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Lembar Orsinalitas	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Kata Pengantar	<b>iError! Bookmark not defined.</b>
Abstrak	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<i>Abstract</i>	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Daftar Isi	viii
Daftar Tabel	x
Daftar Gambar	xi
Daftar Bagan	xii
Daftar Lampiran	xiii
Daftar Singkatan	xiv
<b>BAB I. PENDAHULUAN</b>	
1.1. Latar Belakang	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
1.2. Pertanyaan Penelitian	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
1.3. Tujuan Penelitian	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
1.4. Manfaat Penelitian	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<b>BAB II. TINJAUAN PUSTAKA</b>	
2.1. Konsep Diri <i>Body Image</i>	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.2. Pola Makan	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.3. Penelitian Terkait	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.4. Aplikasi Konsep/Teori Keperawatan/Kesehatan	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<b>BAB III. KERANGKA KONSEP</b>	
3.1. Kerangka Konsep	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.2. Hipotesis	<b>Error! Bookmark not defined.</b>

3.3 Definisi Operasional	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<b>BAB IV. METODE PENELITIAN</b>	
4.1 Desain Penelitian	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4.2 Tempat dan Waktu Penelitian	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4.3. Populasi dan Sampel Penelitian	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4.4 Instrumen Penelitian	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4.5 Pengumpulan Data	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4.6 Analisis Data	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4.7 Etika Penelitian	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<b>BAB V. HASIL PENELITIAN</b>	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
5.1 Hasil Analisis Univariat	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
5.2 Hasil Analisis Bivariat	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<b>BAB VI. PEMBAHASAN</b>	
6.1 Gambaran Pola Makan	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
6.2 Gambaran <i>Body Image</i>	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
6.3 Hubungan Pola Makan Dengan <i>Body Image</i> Pada Remaja Putri di Sekolah Menengah Kejuruan Negeri 03 Manado	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
6.4 Keterbatasan Penelitian	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<b><u>BAB VII. PENUTUP</u></b>	
7.1 Kesimpulan	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
7.2 Saran	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<b>DAFTAR PUSTAKA</b>	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<b>LAMPIRAN</b>	<b>Error! Bookmark not defined.</b>

## HALAMAN DAFTAR TABEL

Tabel 2.3 Daftar Penelitian Terkait	17
Tabel 3.3 Definisi Operasional	34
Tabel 5.1.1 Hasil Karakteristik Demografi	50
Tabel 5.1.2 Gambaran Pola Makan	51
Tabel 5.1.3 Gambaran <i>Body Image</i>	51
Tabel 5.2 Hasil Analisis Bivariat	52

## HALAMAN DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Piring Makanku Sumber: Kemenkes (2014)	14
Gambar 2.2 Prinsip Gizi Seimbang	15
Gambar 2.3 Gambar Konsep Teori Calista Roy	29
Gambar 3.1 Gambar Kerangka Konsep	33



## **HALAMAN DAFTAR BAGAN**

Bagan 3.1 Kerangka Konsep	33
Bagan 4.1 Pengumpulan Data	40

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 : *Curriculum Vitae*

Lampiran 2 : *Informed Consent*

Lampiran 3 : Lembar Karakteristik Responden

Lampiran 4 : Lembar Kuesioner Pola Makan

Lampiran 5 : Lembar Kuesioner *Body Image*

Lampiran 6 : Surat Permohonan Izin Survey Data Awal

Lampiran 7 : Lembar Persetujuan Ujian Proposal

Lampiran 8 : Lembar Revisi Proposal & Persetujuan Melakukan Penelitian

Lampiran 9 : Surat Permohonan Izin Uji Reliabilitas Instrument Penelitian

Lampiran 10 : Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas

Lampiran 11 : Permohonan Izin Melakukan Penelitian

Lampiran 12 : Surat Keterangan Selesai Melakukan Penelitian

Lampiran 13 : Lembar Persetujuan Ujian Skripsi

Lampiran 14 : Master Tabel

Lampiran 15 : Hasil Uji Univariat dan Uji Bivariat

## DAFTAR SINGKATAN

ITF : *Internasional Obesitas Task Force*

WHO : *World Health Organization*

UKS : Upaya Kesehatan Sekolah

IMT : Index Massa Tubuh

TGS : Tumpeng Gizi Seimbang

SMK : Sekolah Menengah Kejuruan