



**UNIVERSITAS ANDALAS**

**HUBUNGAN PENGETAHUAN GIZI, CITRA TUBUH, DAN  
PENGARUH TEMAN SEBAYA DENGAN PERILAKU  
PEMILIHAN MAKANAN PADA REMAJA PUTRI**

**DI SMPN 21 PADANG DAN MTsN 4**

**PADANG TAHUN 2024**

**Oleh:**

**AFIYAH MUTHMAINNAH**

**No. BP 2011221023**

**Pembimbing I : Dr. Azrimaidaliza, SKM., MKM**

**Pembimbing II : Nadia Chalida Nur, SKM., MPH**

**Sebagai Salah Satu Syarat untuk Mendapatkan Gelar Sarjana Gizi**

**FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT**

**UNIVERSITAS ANDALAS**

**PADANG, 2024**

**FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT  
UNIVERSITAS ANDALAS**

**Skripsi, Juli 2024**

**Afiyah Muthmainnah, No. BP. 2011221023**

**HUBUNGAN PENGETAHUAN GIZI, CITRA TUBUH, DAN PENGARUH TEMAN SEBAYA DENGAN PERILAKU PEMILIHAN MAKANAN PADA REMAJA PUTRI DI SMPN 21 PADANG DAN MTsN 4 PADANG TAHUN 2024**  
xi + 81 halaman, 4 gambar, 17 tabel, 12 lampiran

**ABSTRAK**

**Tujuan**

Masalah gizi pada remaja dapat dipengaruhi oleh perubahan perilaku konsumsi terkait dengan perilaku pemilihan makanan. Pemilihan makanan remaja yang salah dapat berakibat pada status kesehatan remaja yang terutama mengacu pada permasalahan gizi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pengetahuan gizi, citra tubuh, dan pengaruh teman sebaya dengan perilaku pemilihan makanan pada remaja putri di SMPN 21 Padang dan MTsN 4 Padang Tahun 2024.

**Metode**

Penelitian ini menggunakan desain *cross sectional* dengan jumlah sampel sebanyak 162 remaja putri di SMPN 21 Padang dan MTsN 4 Padang kelas 7 dan 8 yang diambil dengan teknik *proportional random Sampling*. Data dikumpulkan menggunakan instrumen dengan wawancara dan pengisian angket. Analisis data dilakukan analisis univariat dan bivariat dengan uji *Chi-Square*.

**Hasil**

Hasil penelitian menunjukkan 53,1% responden memiliki perilaku pemilihan makanan yang baik, 69,1% responden memiliki pengetahuan gizi yang cukup, 67,3% responden memiliki citra tubuh negatif, 51,2% responden tidak ada pengaruh teman sebaya. Terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan gizi ( $p\text{-value} = 0,036$ ) dan pengaruh teman sebaya ( $p\text{-value} = 0,029$ ) dengan perilaku pemilihan makanan. Tidak terdapat hubungan antara citra tubuh dengan perilaku pemilihan makanan ( $p\text{-value} = 0,964$ ).

**Kesimpulan**

Pengetahuan gizi dan pengaruh teman sebaya memiliki hubungan yang signifikan dengan perilaku pemilihan makanan. Citra tubuh tidak berhubungan dengan perilaku pemilihan makanan. Diharapkan remaja putri memiliki kesadaran akan pentingnya pemilihan makanan yang sehat, mempertimbangkan sebelum mengikuti ajakan teman dalam memilih makanan.

**Daftar Pustaka** : 81 (1980-2024)

**Kata Kunci** : Citra tubuh, pengaruh teman sebaya, pengetahuan gizi, perilaku pemilihan makanan

**FACULTY OF PUBLIC HEALTH  
ANDALAS UNIVERSITY**

**Undergraduate Thesis, July 2024  
Afiyah Muthmainnah, No. BP. 2011221023**

***RELATIONSHIP BETWEEN NUTRITIONAL KNOWLEDGE, BODY IMAGE,  
AND PEER INFLUENCE WITH FOOD CHOICE BEHAVIOR IN  
ADOLESCENT GIRLS AT SMPN 21 PADANG AND MTsN 4 PADANG IN 2024***  
xi + 81 pages, 4 pictures, 17 tables, 12 appendices

**ABSTRACT**

**Objective**

Nutritional problems in adolescents can be influenced by changes in consumption behavior related to food choice behavior. Wrong adolescent food choices can result in adolescent health status which mainly refers to nutritional problems. This study aims to determine the relationship between nutritional knowledge, body image, and peer influence with food choice behavior in adolescent girls at SMPN 21 Padang and MTsN 4 Padang in 2024.

**Method**

This study used a cross-sectional design with a total sample of 162 adolescent girls at SMPN 21 Padang and MTsN 4 Padang grades 7 and 8 taken with a proportional random sampling technique. Data were collected using instruments with interviews and questionnaires. Data analysis was carried out univariately and bivariate analysis with the Chi-Square test.

**Result**

The results showed 53.1% of respondents had good food choice behavior, 69.1% of respondents had sufficient nutritional knowledge, 67.3% of respondents had a negative body image, 51.2% of respondents had no peer influence. There is a significant relationship between nutritional knowledge (p-value = 0.036) and peer influence (p-value = 0.029) with food choice behavior. There is no relationship between body image and food choice behavior (p-value = 0.964).

**Conclusion**

Nutrition knowledge and peer influence have a significant relationship with food choice behavior. Body image is not associated with food choice behavior. Hopefully, adolescent girls have an awareness of the importance of healthy food choices, consider before following the invitation of friends in choosing food.

**Bibliography** : 81 (1980-2024)

**Keywords** : Body image, food choice behavior, nutrition knowledge, peer influence