



**UNIVERSITAS ANDALAS**

**HUBUNGAN PERILAKU MAKAN, AKTIVITAS FISIK,**

**CITRA TUBUH, DAN TEMAN SEBAYA DENGAN**

**STATUS GIZI PADA REMAJA PUTRI**

**DI SMK NEGERI 6 KOTA PADANG**

**TAHUN 2024**

**Oleh :**

**REVI AMALIA**

**No. BP. 2011222021**

**Pembimbing I: Dr. Frima Elda, S.K.M., M.K.M**

**Pembimbing II: Dr. Fivi Melva Diana, S.K.M., M.Biomed**

**Sebagai Pemenuhan Syarat untuk Mendapatkan Gelar Sarjana Gizi**

**FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT**

**UNIVERSITAS ANDALAS**

**PADANG, 2024**





**UNIVERSITAS ANDALAS**

**HUBUNGAN PERILAKU MAKAN, AKTIVITAS FISIK,  
CITRA TUBUH, DAN TEMAN SEBAYA DENGAN  
STATUS GIZI PADA REMAJA PUTRI  
DI SMK NEGERI 6 KOTA PADANG  
TAHUN 2024**

**Oleh :**

**REVI AMALIA**

**No. BP. 2011222021**

**Sebagai Pemenuhan Syarat untuk Mendapatkan Gelar Sarjana Gizi**

**FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT**

**UNIVERSITAS ANDALAS**

**PADANG, 2024**



**FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT  
UNIVERSITAS ANDALAS**

**Skripsi, Agustus 2024  
Revi Amalia, No. BP. 2011222021**

**HUBUNGAN PERILAKU MAKAN, AKTIVITAS FISIK, CITRA TUBUH,  
DAN TEMAN SEBAYA DENGAN STATUS GIZI PADA REMAJA PUTRI DI  
SMK NEGERI 6 KOTA PADANG**

**xii + 110 halaman, 3 gambar, 14 tabel, 10 lampiran**

**ABSTRAK**

**Tujuan Penelitian**

Masalah pribadi seperti perilaku makan dan aktivitas fisik meningkat selama masa remaja pertengahan. Masalah citra tubuh masih menjadi perhatian dan remaja merasakan pengaruh yang lebih besar dari teman sebaya. Perilaku makan, aktivitas fisik, citra tubuh, dan teman sebaya merupakan faktor yang mempengaruhi status gizi remaja. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan perilaku makan, aktivitas fisik, citra tubuh, dan teman sebaya dengan status gizi pada remaja putri di SMK Negeri 6 Kota Padang.

**Metode**

Penelitian ini menggunakan desain *cross sectional*. Sampel penelitian ini adalah 152 remaja putri di SMK Negeri 6 Kota Padang kelas X dan XI usia 15-18 tahun yang diambil dengan teknik *proportional random sampling*. Data dikumpulkan dengan wawancara dan pengukuran status gizi. data dianalisis secara univariat dan bivariat. Analisis bivariat menggunakan uji *Chi-Square*.

**Hasil**

Hasil penelitian menunjukkan 35,4% responden memiliki status gizi tidak normal; 40,8% responden memiliki perilaku makan tidak baik; 55,3% responden memiliki aktivitas fisik kurang; 52% responden memiliki citra tubuh negatif; dan 73% responden mendapat pengaruh dari teman sebaya. Terdapat hubungan yang signifikan antara perilaku makan dengan status gizi ( $p\text{-value}=0,001$ ), aktivitas fisik dengan status gizi ( $p\text{-value}=0,001$ ), citra tubuh dengan status gizi ( $p\text{-value}=0,001$ ), dan teman sebaya dengan status gizi ( $p\text{-value}=0,002$ ).

**Kesimpulan**

Perilaku makan, aktivitas fisik, citra tubuh, dan teman sebaya memiliki hubungan yang signifikan dengan status gizi.

**Daftar Pustaka** : 152 (1987-2024)

**Kata Kunci** : aktivitas fisik, citra tubuh, perilaku makan, status gizi, teman sebaya

**FACULTY OF PUBLIC HEALTH  
ANDALAS UNIVERSITY**

**Undergraduate Thesis, August 2024**

**Revi Amalia, No. BP. 2011222021**

***THE RELATION BETWEEN EATING BEHAVIOR, PHYSICAL ACTIVITY,  
BODY IMAGE, AND PEERS WITH NUTRITIONAL STATUS IN  
ADOLESCENT GIRLS AT SMK NEGERI 6 PADANG 2024***

**xii + 110 pages + 14 tables + 3 pictures + 10 attachments**

**ABSTRACT**

**Objective**

Personal issues such as eating behavior and physical activity increase during middle adolescence. Body image is still a concern and peers become more influential. Eating behavior, physical activity, body image, and peers are factors that influence the nutritional status of adolescents. This study aims to analyze the relationship between eating behavior, physical activity, body image, and peers with nutritional status in adolescent girls at SMK Negeri 6 Padang.

**Method**

This study used a cross sectional design. The sample of this study was 152 adolescent girls at SMK Negeri 6 Kota Padang class X and XI aged 15-18 years who were taken with proportional random sampling technique. Data were collected by interview and measurement of nutritional status. Data were analyzed univariately and bivariately. Bivariate analysis using Chi-Square test.

**Result**

The results showed that 35,4% of respondents had abnormal nutritional status; 40,8% of respondents had poor eating behavior; 55,3% of respondents had less physical activity; 52% of respondents had a negative body image; and 73% of respondents were influenced by peers. There was significant relationship between eating behavior with nutritional status (p-value=0,001), physical activity with nutritional status (p-value=0,001), body image with nutritional status (p-value=0,001), and peers with nutritional status (p-value=0,002).

**Conclusion**

Eating behavior, physical activity, body image, and peers have significant correlation with nutritional status.

**Bibliography** : 152 (1987-2024)

**Keywords** : body image, eating behavior, nutritional status, peers, physical activity