



**HUBUNGAN PENGETAHUAN GIZI, POLA MAKAN, DAN PERSEPSI
CITRA TUBUH (*BODY IMAGE*) DENGAN RISIKO KEKURANGAN
ENERGI KRONIS (KEK) PADA REMAJA PUTRI
DI SMKN 9 KOTA PADANG TAHUN 2025**

Oleh:

MAESY CHAIRUNNISA

NIM. 2111223009

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

Pembimbing II : Resmiati, S.K.M., M.K.M

FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT

UNIVERSITAS ANDALAS

PADANG, 2025

**FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS ANDALAS**

Skripsi, Oktober 2025

MAESY CHAIRUNNISA, NIM.2111223009

HUBUNGAN PENGETAHUAN GIZI, POLA MAKAN, DAN PERSEPSI CITRA TUBUH (*BODY IMAGE*) DENGAN RISIKO KEKURANGAN ENERGI KRONIS (KEK) PADA REMAJA PUTRI DI SMKN 9 KOTA PADANG TAHUN 2025

xi + 95 halaman, 18 tabel, 2 gambar, 8 lampiran

ABSTRAK

Tujuan Penelitian

Masa remaja merupakan masa yang rentan terhadap berbagai masalah gizi, salah satunya adalah masalah Kekurangan Energi Kronis (KEK) yang sering terjadi pada remaja, terutama remaja putri. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara pengetahuan gizi, pola makan, dan persepsi citra tubuh dengan risiko KEK pada remaja putri di SMKN 9 Kota Padang tahun 2025.

Metode

Penelitian ini menggunakan desain *cross-sectional*. Sampel penelitian ini adalah remaja putri kelas XI di SMKN 9 Padang yang berusia 16-18 tahun dengan jumlah 169 orang dengan teknik pengambilan sampel *purposive sampling*. Data penelitian dikumpulkan dengan cara pengukuran lingkaran lengan atas (LiLA), pengisian kuesioner pengetahuan gizi dan *body image*, serta wawancara pola makan. Data dianalisis secara univariat dan bivariat. Analisis bivariat menggunakan uji *chi-square*.

Hasil

Hasil penelitian menunjukkan 71,6% responden memiliki pengetahuan gizi cukup, 79,3% responden memiliki pola makan yang kurang baik, 40,8% responden memiliki persepsi *body image* negatif, dan 56,8% responden berisiko KEK. Terdapat hubungan yang signifikan antara *body image* ($p\text{-value} = 0,001$) dengan risiko KEK. Tidak terdapat hubungan antara pengetahuan gizi dan pola makan dengan risiko KEK ($p > 0,05$).

Kesimpulan

Terdapat hubungan antara persepsi *body image* dengan risiko KEK pada remaja putri di SMKN 9 Padang ($p\text{-value} = 0,001$). Upaya pencegahan KEK dapat dilakukan dengan peningkatan program edukasi gizi, membentuk pola makan yang baik, dan membangun citra tubuh yang positif pada remaja putri.

Daftar Pustaka : 92 (1987 – 2025)

Kata Kunci : *body image*, KEK, pengetahuan gizi, pola makan, remaja putri

**FACULTY OF PUBLIC HEALTH
ANDALAS UNIVERSITY**

Undergraduate Thesis, October 2025

MAESY CHAIRUNNISA, NIM. 2111223009

**THE RELATIONSHIP BETWEEN NUTRITIONAL KNOWLEDGE,
DIETARY PATTERN, AND BODY IMAGE PERCEPTION WITH THE RISK
OF CHRONIC ENERGY DEFICIENCY (CED) IN FEMALE ADOLESCENTS
AT SMKN 9 PADANG CITY IN 2025**

xi + 95 pages, 18 tables, 2 pictures, 8 appendices

ABSTRACT

Objective

Adolescence is a period that is vulnerable to various nutritional problems, one of which is the problem of Chronic Energy Deficiency (CED) which often occurs in adolescents, especially adolescent girls. This study aims to determine the relationship between nutritional knowledge, dietary pattern, and body image perception with the risk of CED in female adolescents at SMKN 9 Padang in 2025.

Method

This research used a cross-sectional design. The sample for this research was teenage girls in class XI at SMKN 9 Padang, aged 16-18 years, for a total of 169 people, using a purposive sampling technique. Research data was collected by measuring mid-upper arm circumference (MUAC), filling out a nutritional knowledge and *body image* questionnaire, as well as dietary interviews. Data were analyzed univariately and bivariately. Bivariate analysis using the chi-square test.

Result

The research results showed that 71,6% of respondents had sufficient nutritional knowledge, 79,3% of respondents had poor eating patterns, 59,2% of respondents had a negative body image perception, and 56,8% of respondents were at risk of CED. There was a significant relationship between body image ($p\text{-value} = 0,0001$) with the risk of CED. There was no relationship between nutritional knowledge and the diet with the risk of CED ($p > 0,05$).

Conclusion

There was a relationship between body image perception with the risk of CED in female adolescents at SMKN 9 Padang ($p\text{-value} = 0,001$). Efforts to prevent KEK can be carried out by increasing nutritional education programs, establishing good eating patterns, and building a positive body image in adolescent girls.

References: 92 (1987 – 2025)

Keywords: body image, CED, dietary pattern, female adolescent, nutrition knowledge