



**UNIVERSITAS ANDALAS**

**KORELASI ANTARA *BODY IMAGE* DAN AKTIVITAS FISIK  
DENGAN STATUS GIZI REMAJA PUTRI DI SMA KARTIKA**

**1-5 PADANG TAHUN 2020**

**Oleh:**

**Shania Trijuita**

**No. BP. 1611221012**

**Dosen Pembimbing :**

**Dr. Denas Symond, MCN**

**Dr. Azrimaidaliza, SKM, MKM**

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

**FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT  
UNIVERSITAS ANDALAS**

**PADANG, 2020**

**FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT  
UNIVERSITAS ANDALAS**

**Skripsi, Juni 2020  
Shania Trijuita, No. Bp 1611221012**

**KORELASI ANTARA *BODY IMAGE* DAN AKTIVITAS FISIK DENGAN  
STATUS GIZI REMAJA PUTRI DI SMA KARTIKA 1-5 PADANG TAHUN  
2020**

**x + 68 halaman, 15 tabel, 4 gambar, 7 lampiran**

**ABSTRAK**

**Tujuan**

Remaja putri rentan mengalami masalah gizi karena adanya perubahan gaya hidup dan kebiasaan makan yang akhirnya akan mempengaruhi status gizinya. Salah satu faktor yang mempengaruhi status gizi remaja putri yaitu body image dan aktivitas fisik. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui korelasi antara body image dan aktivitas fisik dengan status gizi remaja putri.

**Metode**

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan desain penelitian *cross sectional*. Penelitian dilakukan di SMA Kartika 1-5 Padang dari bulan Januari-Juni 2020. Penelitian dilakukan di tingkat populasi dengan jumlah populasi 117 orang remaja putri. Dimana dari 117 sampel, 62 diantaranya memenuhi kriteria penelitian. Data body image dikumpulkan melalui wawancara menggunakan *body shape questionnaire*, data aktivitas fisik dikumpulkan melalui wawancara menggunakan kuisioner recall 2x24 jam untuk aktivitas fisik, serta pengukuran BB dan TB secara langsung yang selanjutnya dikonversikan menjadi *z-score* IMT/U.

**Hasil**

Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar remaja putri memiliki status gizi yang normal (74,2%), puas dengan bentuk tubuh (83,9%) dan melakukan aktivitas fisik ringan (91,9%). Terdapat korelasi body image dengan status gizi ( $p=0,000$ ,  $r=0,572$ ) dan tidak terdapat korelasi antara aktivitas fisik dengan status gizi ( $0,881$ ,  $r=0,019$ ).

**Kesimpulan**

Terdapat korelasi yang bermakna antara body image dengan status gizi. tidak terdapat korelasi yang bermakna antaraktivitas fisik dengan status gizi. Diharapkan kepada remaja putri untuk memiliki persepsi yang baik dengan bentuk tubuhnya serta rutin melakukan aktivitas fisik agar tercipta status gizi yang baik.

**Daftar Pustaka** : 57 (1987-2020)

**Kata Kunci** : remaja putri, status gizi, body image, aktivitas fisik

**FACULTY OF PUBLIC HEALTH  
ANDALAS UNIVERSITY**

**Undergraduate Thesis, Juni 2020  
Shania Trijuita, No. BP 1611221012**

**THE CORELATION BETWEEN BODY IMAGE AND PHYSICAL ACTIVITY  
WITH NUTRITIONAL STATUS AMONG ADOLESCENTS GIRLS AT  
KARTIKA 1-5 SENIOR HIGH SCHOOL PADANG IN 2020**

**x + 68 pages, 15 tables, 4 figures, 7 appendices**

**ABSTRACT**

**Objective**

Eating habits and life-style change among adolescent girls make them vulnerable to a range of nutritional issues status. One of the factors that influence the nutritional status of adolescent girl were body image and physical activity. This research is aimed to determine The Corelation Between Body image and Physical Activity with nutritional status Among Adolescents girls

**Methods**

This research used quantitative method with Cross-sectional designs. This research was conducted at Kartika 1-5 Senior high school Padang from January until June 2020. The respondent of this research amounted to 117 adolescent girls where 106 participants were fit the recruitment criteria. There were many ways to measure variables through the data collection process, such as body image data were collected through interview using the body shape questionnaire and physical activity data were collected through interview using 2x24-Hour Recall (Questionnaire) method. Methods to assess body weight and body height used direct measurement which are subsequently converted into z-scores of IMT/U.

**Result**

The result of this research showed that adolescents girls had normal nutritional status (74,2%), and body appearance satisfaction (83,9%) and did light intensity activities (91,9%). There were corelation between body image with nutritional status ( $p=0,000$ ,  $r=0,572$ ), and there were no corelation between physical activity with nutritional status ( $p=0,881$ ,  $r=0,019$ ).

**Conclusion**

In closing, there were significant corelation between body image with nutritional status, and there were no significant corelation between physical activity with nutritional status. It was expected to the adolescent girl would have good perception of their body shape and routine physical activity in order to create good nutritional status.

**References** : 57 (1987-2020)

**Keywords** : adolescent girls, nutritional status, body image, physical activity

