

**FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN STATUS GIZI  
PADA REMAJA DI SMP NEGERI 6 PERCUT SEI TUAN KELAS VIII**

**SKRIPSI**



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
**SUMATERA UTARA MEDAN**

**PROGRAM STUDI ILMU KESEHATAN MASYARAKAT  
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
SUMATERA UTARA  
MEDAN  
2022**

**FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN STATUS GIZI  
PADA REMAJA DI SMP NEGERI 6 PERCUT SEI TUAN KELAS VIII**

**SKRIPSI  
Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat  
Untuk Mendapatkan Gelar  
Sarjana Kesehatan Masyarakat (SKM)**



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
**SUMATERA UTARA MEDAN**

**PROGRAM STUDI ILMU KESEHATAN MASYARAKAT  
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
SUMATERA UTARA  
MEDAN  
2022**

# **FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN STATUS GIZI PADA REMAJA DI SMP NEGERI 6 PERCUT SEI TUAN KELAS VIII**

**NURADHLIA BR BRUTU**  
**NIM 0801183514**

## **ABSTRAK**

**Latar belakang :** Gizi adalah salah satu indikator yang penting dalam mempengaruhi kesehatan pada manusia. Masalah gizi masih menjadi problem yang besar di dunia. **Tujuan penelitian ini :** untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan status gizi pada remaja di SMP Negeri 6 Percut Sei Tuan kelas VIII. **Metode penelitian :** Penelitian menggunakan desain *Cross Sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa di kelas VIII yaitu sebesar 177 siswa, dengan jumlah sampel sebesar 81 siswa. Analisis data di lakukan meliputi analisis univariat dan bivariat dengan menggunakan uji statistik *Rank Spearman*. **Hasil :** penelitian ini menunjukkan status gizi normal 36 (44,4%), remaja yang berpengetahuan baik tentang gizi sebesar 45 (55,6%), sering mengkonsumsi buah dan sayur 29 (35,8%), citra tubuh yang puas sebesar 35 (43,2%), frekuensi makan yang baik sebesar 44 (54,3%) dan yang melakukan aktivitas fisik secara rutin sebesar 30 (37,0%). **Kesimpulan :** penelitian ini menunjukkan bahwa ada faktor yang berhubungan dengan status gizi adalah pengetahuan gizi ( $p=0,000$ ) tingkat kekuatan hubungannya ( $r=0,613$ ), konsumsi buah dan sayur ( $p=0,000$ ) tingkat kekuatan hubungannya ( $r=0,537$ ), citra tubuh ( $p=0,000$ ) tingkat kekuatan hubungannya ( $r=0,591$ ), aktivitas fisik ( $p=0,000$ ) tingkat kekuatan hubungannya ( $r=0,534$ ), ferekuensi makan ( $p=0,001$ ), tingkat kekuatan hubungannya ( $r=0,535$ ). Sedangkan umur ( $p=0,395$ ) dan jenis klamin ( $p=0,678$ ) tidak berhubungan dengan status gizi pada remaja. Disarankan agar pihak sekolah lebih memperhatikan status gizi pada remaja seperti memberikan informasi terkait dengan gizi seimbang pada remaja.

**Kata kunci :** Status Gizi, Remaja, metabolisme, *Cross-sectional*.

**SUMATERA UTARA MEDAN**

# **FACTORS RELATED TO THE NUTRITIONAL STATUS OF ADOLESCENTS IN SMP NEGERI 6 PERCUT SEI TUAN CLASS VIII**

**NURADHLIA BR BRUTU**  
**NIM 0801183514**

## **ABSTRACT**

**Background :** Nutrition is one of the important indicators in influencing human health. Nutritional problems are still big problem in the world. **Reserch Objectives :** The purpose of this study to determine the factors related to the nutritional status of adolescents in SMP Negeri 6 Percut Sei Tuan class VIII. **Reserch Methode :** The study used a cross sectional design. The population in this study were all in class VIII, namely 177 students, with total sample 81 students. Data analysis including univariate and bivariate analysis using Rank Spearman. The results of study showed normal nutritional status 36 (44.4%), adolescents who had good knowledge of nutrition 45 (55.6%), often consumed fruits and vegetables 29 (35.8%), satisfied body image 35 (43.2%), the frequency of eating well is 44 (54.3%) and who do physical activity regularly 30 (37.0%). **Conclusion :** The conclusion of study shows that there are factors related to nutritional status, namely nutritional knowledge ( $p = 0.000$ ) level of relationship strength ( $r = 0.613$ ), fruit and vegetable consumption ( $p = 0.000$ ) level of relationship strength ( $r = 0.537$ ), body image ( $p=0.000$ ) level of relationship strength ( $r=0.591$ ), physical activity ( $p=0.000$ ) level of relationship strength ( $r=0.534$ ), frequency of eating ( $p=0.001$ ), level of relationship strength ( $r=0.535$ ). Meanwhile, age ( $p=0.395$ ) and gender ( $p=0.678$ ) were not associated with nutritional status in adolescents. It is recommended to attention the nutritional status of adolescents periodically BMI checks and provide information related to nutritional balance in adolescents.

**Keywords:** *Nutritional Status, Adolescents, Metabolism, Cross-sectional.*

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
**SUMATERA UTARA MEDAN**

## **LEMBAR PERSYARATAN KEASLIAN SKRIPSI**

Nama Mahasiswa : Nuradhlia Br Brutu  
Nim : 0801183514  
Program Studi : Ilmu Kesehatan Masyarakat  
Peminatan : Gizi Masyarakat  
Tempat/Tanggal Lahir : Medan, 16 Januari 2000  
Judul Skripsi : Faktor- Faktor Yang Berrhubungan Dengan Status Gizi Pada Remaja Di SMP Negeri 6 Percut Sei Tuan Kelas VIII

### **Dengan ini menyatakan bahwa :**

1. Skripsi merupakan hasil karya asli saya yang diajukan untuk memenuhi salah satu persyaratan memperoleh gelar strata 1 di program studi Ilmu Kesehatan Masyarakat FKM UIN Sumatera Utara Medan.
2. Semua sumber yang saya gunakan dalam penulisan ini telah saya cantumkan sesuai dengan ketentuan yang berlaku di Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat FKM UIN Sumatera Utara Medan.
3. Jika dikemudian hari terbukti bahwa karya ilmiah ini bukan hasil karya asli saya atau merupakan hasil jiplakan dari karya orang lain, maka saya bersedia menerima sanksi yang berlaku di Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat FKM UIN Sumatera Utara Medan.

Medan, 8 November 2022



**Nuradhlia Br Brutu**  
**Nim : 0801183514**

## HALAMAN PERSETUJUAN

Nama : Nuradhlia Br Brutu

NIM : 0801183514

Judul Skripsi : " Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Status Gizi Pada Remaja Di SMP Negeri 6 Percut Sei Tuan Kelas VIII".

Dinyatakan bahwa skripsi dn mahasiswa ini telah di setujui, di periksa dan di pertahankan di hadapan tim penguji Skripsi Fakultas Kesehatan Masyarakat

Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Medan

Medan, 8 November 2022

Menyetujui :

### Pembimbing I

#### Dosen Pembimbing Umum



Delfriana Ayu A, SST, M.Kes  
NIP.1100000083

### Pembimbing II

#### Dosen Pembimbing Kajian Integrasi Keislaman



Dr. Aufri Naldo M.A  
NIP.198603262015031007

## HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi Dengan Judul

### FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN STATUS GIZI PADA REMAJA DI SMP NEGERI 6 PERCUT SEI TUAN KELAS VIII

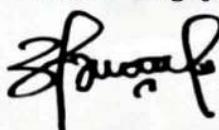
Yang dipersiapkan dan dipertahankan oleh

**NURADHLIA BR BRUTU**  
**NIM: 0801183514**

Telah Disetujui dan Dipertahankan Dihadapan Tim Pengaji  
Skripsi Pada Tanggal 8 November 2022 dan  
Dinyatakan Telah Memenuhi Syarat Untuk Diterima

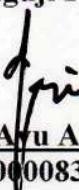
#### TIM PENGUJI

Ketua Penguji

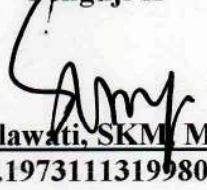


Eliska, SKM, M.Kes.  
NIP. 1100000125

Penguji I

  
Delfriana Ayu A, SST, M.Kes.  
NIP. 1100000083

Penguji II

  
Susilawati, SKM, M.Kes  
NIP.197311131998032004

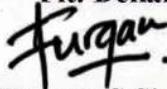
Penguji Integrasi Keilmuan

  
Dr. Jufrin Naldo, M.A  
NIP.198606262015031007

Medan, 8 November 2022

Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat  
Fakultas Kesehatan Masyarakat  
Universitas Islam Negeri Sumatera Utara

Plt. Dekan

  
Dr. Mhd.Furqan,S.Si.,M.Comp.Sc.  
NIP.198008062006041003

## **DAFTAR RIWAYAT HIDUP**

**(CURICULUM VITAE)**

### **DATA PRIBADI**

Nama : Nuradhlia Br Brutu  
Tempat/Tanggal Lahir : Medan, 16 Januari 2000  
Jenis Kelamin : Perempuan  
Status : Belum Menikah  
Alamat : Dusun XI Jl. Mesjid Desa Pematang Johar  
Email : nuradhlia160100@gmail.com

### **DATA ORANG TUA**

Nama Ayah : Abd. Karim Brutu  
Pekerjaan : Wiraswasta  
Nama Ibu : Sopia  
Pekerjan : Ibu Rumah Tangga  
Alamat : Dusun XI Jl. Mesjid Desa Pematang Johar

### **DATA PENDIDIKAN FORMAL**

SD : SD Negeri 106158  
SMP : SMP Negeri 6 Percut Sei Tuan  
SMA : MAN 1 Medan

## KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Wr. Wb Puji syukur penulis ucapkan atas kehadiran Allah SWT yang telah memberikan nikmat, rahmat, hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi dengan judul "**Faktor – Faktor yang Berhubungan dengan Status Gizi pada Remaja di SMP Negeri 6 Percut Sei Tuan Kelas VIII**". Shalawat serta salam marilah kita curahkan kepada junjungan besar baginda Nabi Muhammad SAW sebagai uswatan hasanah dalam menjalani kehidupan sehari-hari. Semoga kita mendapatkan *syafa'at beliau di yaumul akhir nanti, aamiin ya rabbalalamin.*

Adapun maksud dari penulisan skripsi ini yaitu menjadi salah satu syarat untuk disetujui sebagai salah satu langkah dalam memperoleh gelar Strata Satu (S1) jurusan Ilmu Kesehatan Masyarakat di Universitas Islam Negeri Sumatera Utara. Dalam penyusunan skripsi ini tidak terlepas dari bantuan, dukungan, dan bimbingan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis menghantarkan terimakasih setulus-tulusnya kepada yang terhormat :

1. Prof. Dr. H. Abu Rokhmad, M.Ag selaku Rektor Universitas Islam Negeri Sumatera Utara.
2. Alm Prof. Dr. Syafaruddin, M.Pd selaku Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara.
3. Dr. Mhd. Furqan, S.Si, M.Comp. SC selaku Wakil Dekan I Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara.
4. Dr. Watni Marpaung, M.A selaku Wakil Dekan II Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara.
5. Dr. Salamuddin, M.A selaku Wakil Dekan III Fakultas Kesehatan Masyarakat

6. Universitas Islam Negeri Sumatera Utara.
7. Susilawati, SKM, M.Kes selaku Ketua Prodi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara sekaligus penguji umum seminar proposal.
8. dr. Nofi Susanti, M.Kes selaku Sekretaris Prodi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara.
9. Dr. Tri Niswati Utami, M.Kes selaku Dosen Pembimbing Akademik.
10. Eliska, SKM, M.Kes selaku Dosen Koordinator Peminatan Gizi di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara.
11. Delfriana Ayu A, SST, M.Kes selaku Dosen Pembimbing skripsi yang telah berkenan meluangkan waktunya dalam memberikan bimbingan dan pengarahan kepada saya untuk menyelesaikan skripsi ini.
12. Dr. Jufri Naldo, M.A selaku Dosen Pembimbing Integrasi Keislaman yang telah berkenan meluangkan waktunya dalam memberikan bimbingan dan pengarahan kepada saya untuk menyelesaikan skripsi ini.
13. Kepada seluruh Dosen dan Staff Fakultas Kesehatan Mayarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara.
14. Kepada kedua orang tua saya, Ayah Abdul Karim Brutu dan Mama Sopia, yang selalu memberikan cinta dan kasih sayang kepada saya dan selalu mendukung, mendoakan saya dalam meraih cita-cita saya.
15. Kepada abang dan adik saya yang selalu mendukung dan memberikan semangat kepada saya dalam menyelesaikan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa penyusunan dan penulisan skripsi ini masih jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik dan saran

yang membangun untuk menyempurnakan skripsi ini. Semoga hasil dari penulisan proposal skripsi ini dapat memberikan manfaat untuk melanjutkan kepada tahap selanjutnya dalam menyelesaikan skripsi. Demikianlah, penulis ucapkan terimakasih.

*Wassalamua 'alaikum Wr. Wb*

Medan, 8 November 2022



**Nuradhlia Br Brutu**  
**NIM: 0801183514**



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
**SUMATERA UTARA MEDAN**

## DAFTAR ISI

ABSTRAK.....	i
ABSTRACT.....	ii
HALAMAN PERSYARATAN KEASLIAN .....	iii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iv
HALAMAN PENGESEAHAN.....	v
DAFTAR RIWAYAT HIDUP.....	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI .....	x
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR .....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
BAB I PENDAHULUAN .....	1
1.1.Latar Belakang .....	1
1.2.Perumusan Masalah .....	4
1.3.Tujuan Penelitian.....	4
1.3.1.Tujuan Umum .....	4
1.3.2.Tujuan Khusus .....	5
1.4.Manfaat Penelitian.....	6
1.4.1.Manfaat Teoritis.....	6
1.4.2.Manfaat Praktis .....	6
BAB II LANDASAN TEORI .....	7
2.1.Teori Pendukung .....	7
2.1.2.Konsep Status Gizi.....	7
2.1.1.Remaja .....	13
2.2.Kajian Integrasi Keislaman .....	25
2.3.Kerangka Teori Penelitian .....	27
2.4.Kerangka Konsep Penelitian .....	28
2.5.Hipotesis Penelitian.....	28
BAB III METODE PENELITIAN.....	29
3.1.Jenis Data dan Desain Penelitian.....	29
3.2.Tempat Dan Waktu Penelitian .....	29

3.2.1.Tempat Penelitian .....	29
3.2.2.Waktu Penelitian.....	29
3.3.Populasi dan Sampel Penelitian .....	29
3.3.1.Populasi.....	29
3.3.2.Sampel .....	30
3.4.Teknik Pengambilan Sampel.....	31
3.4.1.Variabel Penelitian.....	31
3.5.Desain Operasional .....	32
3.6.Aspek Pengukuran.....	33
3.7.Teknik Pengumpulan Data .....	34
3.7.1.Alat atau instrumen penelitian .....	34
3.7.2.Prosedur Pengumpulan Data.....	34
3.8.Analisis Data .....	36
3.8.1.Analisis Univariat .....	36
3.8.2.Analisis Bivariat .....	36
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>38</b>
4.1.Hasil Penelitian .....	38
4.1.1.Gambaran Umum dan Lokasi Penelitian .....	38
4.1.2.Karakteristik Responden .....	38
4.1.3.Analisis Univariat .....	39
4.1.4.Analisis Bivariat .....	43
4.2. Pembahasan .....	48
4.2.1.Hubungan Umur dengan Status Gizi pada Remaja.....	48
4.2.2.Hubungan Jenis Kelamin dengan Status Gizi pada Remaja .....	51
4.2.3.Hubungan Pengetahuan Gizi dengan Status Gizi pada Remaja .....	52
4.2.4.Hubungan Aktivitas Fisik dengan Status Gizi pada Remaja .....	55
4.2.5.Hubungan Citra Tubuh dengan Status Gizi pada Remaja.....	58
4.2.6.Hubungan Frekuensi Makan dengan Status Gizi pada Remaja.....	61
4.2.7.Hubungan Konsumsi Buah Dan Sayur dengan Status Gizi pada Remaja.....	64
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>68</b>
5.1.Kesimpulan .....	68
5.2.Saran.....	69
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>71</b>

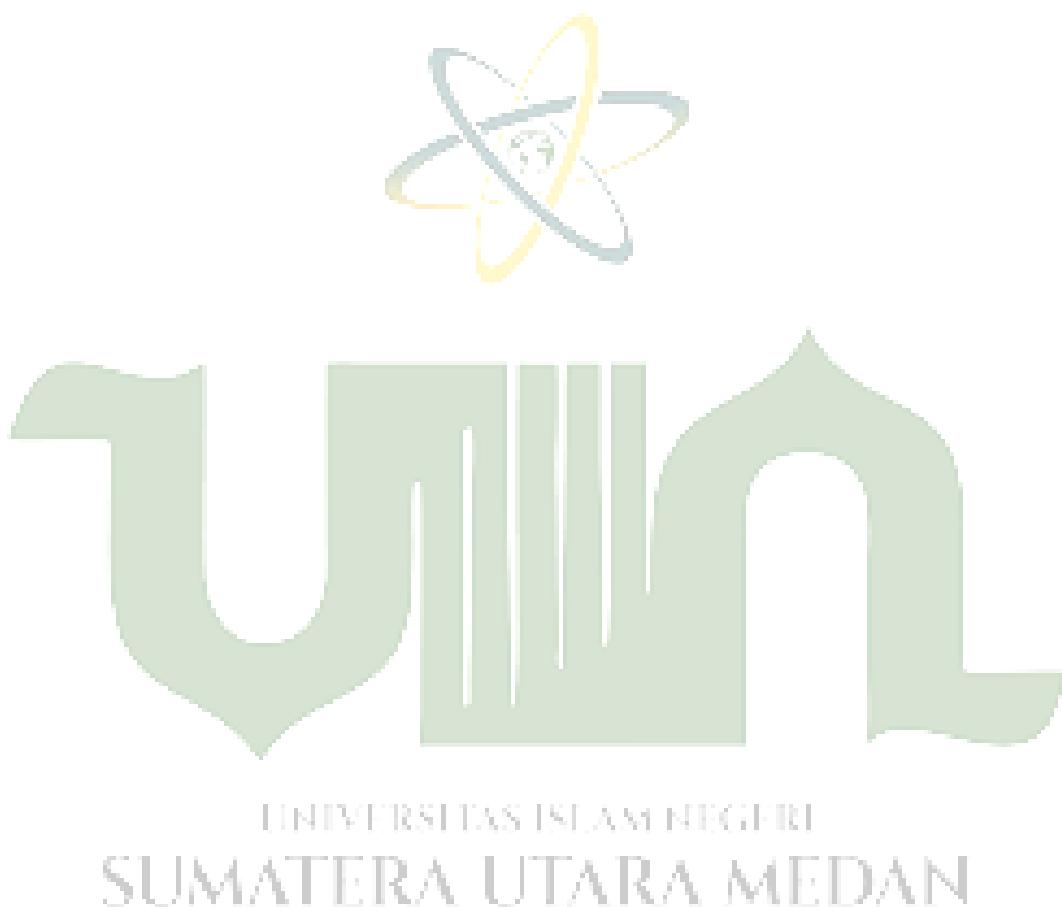
## **DAFTAR TABEL**

Tabel 2. 1 Kategori Ambang Batas IMT untuk Indonesia .....	12
Tabel 3. 1 Jumlah Populasi Persemester.....	30
Tabel 3. 2 Definisi Oerasional Variabel Penelitian.....	32
Tabel 3. 3 Physical Activity Ratio (PAR) berbagai aktivitas fisik .....	35
Tabel 4. 1 Distribusi Responden Berdasarkan Semester .....	38
Tabel 4. 2 Distribusi Responden Berdasarkan Status Gizi .....	39
Tabel 4. 3 Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin .....	39
Tabel 4. 4 Distribusi Responden Berdasarkan Umur.....	40
Tabel 4. 5 Distribusi Responden berdasarkan Pengetahuan Gizi.....	40
Tabel 4. 6 Distribusi berdasarkan Buah dan Sayur yang Dikonsumsi Responden	41
Tabel 4. 7 Distribusi Responden Berdasarkan Citra Tubuh.....	41
Tabel 4. 8 Distribusi Responden Berdasarkan Frekuensi Makan .....	42
Tabel 4. 9 Distribusi Responden Berdasarkan Aktivitas Fisik .....	42
Tabel 4. 10 Distribusi Status Gizi Remaja SMP Negeri 6 Percut Sei Tuan Dikaitkan dengan Jenis KelaminKecamatan Labuhan Deli.....	43
Tabel 4. 11 Distribusi Hubungan Umur Dengan Status Gizi Pada Remaja di SMP Negeri 6 Percut Sei Tuan Kecamatan Labuhan Deli. ....	43
Tabel 4. 12 Distribusi Hubungan Pengetahuan Gizi Dengan StatusGizi Pada Remaja di SMP Negeri 6 Percut Sei Tuan Kecamatan Labuhan Deli .....	44
Tabel 4. 13 Distribusi Hubungan Konsumsi Buah dan Sayur Dengan Status Gizi Pada Remaja di SMP Negeri 6 Percut Sei TuanKecamatan Labuhan Deli. ....	45
Tabel 4. 14 Distribusi Citra Tubuh Dengan Status Gizi Pada Remaja di SMP Negeri 6 Percut Sei Tuan Kecamatan LabuhanDeli .....	46
Tabel 4. 15 Distribusi Aktivitas Fisik Dengan Status Gizi Pada Remaja di SMP Negeri 6 Percut Sei Tuan Kecamatan LabuhanDeli .....	46
Tabel 4. 16 Distribusi Frekuensi Makan Dengan Status Gizi Pada Remaja di SMP Negeri 6 Percut Sei Tuan Kecamatan LabuhanDeli.....	47

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
**SUMATERA UTARA MEDAN**

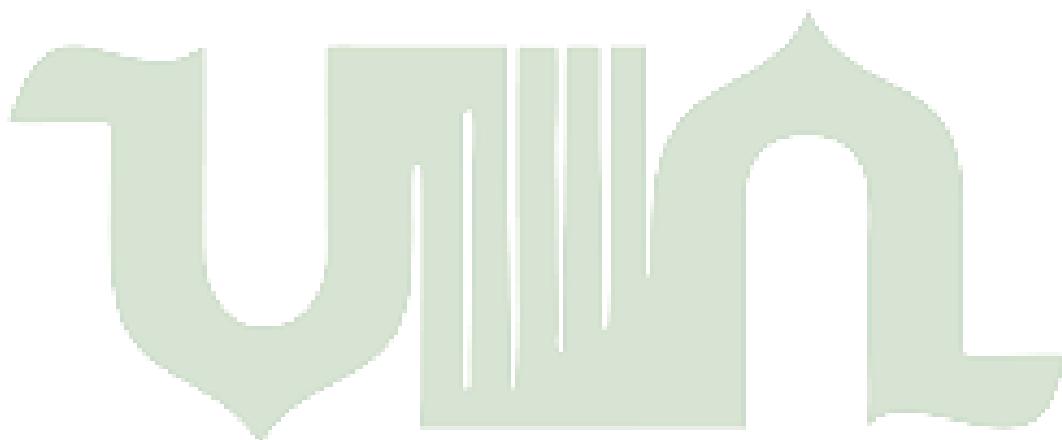
## **DAFTAR GAMBAR**

Gambar 2. 1 Kerangka Teori Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Status Gizi .....	27
Gambar 2. 2 Kerangka Konsep Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Status Gizi.....	28



## **DAFTAR LAMPIRAN**

Lampiran 1 Lembar Persetujuan menjadi Responden .....	75
Lampiran 2. Kuesioner Penelitian.....	76
Lampiran 3. Food Recall Frekuensi Makan Dan Konsumsi Buah Dan Sayur.....	78
Lampiran 4. Kuesioner Recall Aktivitas Fisik.....	79
Lampiran 5. Tabel Distribusi .....	80
Lampiran 6. Tabel Hubungan .....	84
Lampiran 7. Tabel Status Gizi Resonden.....	91
Lampiran 8. Surat izin Penelitian.....	94
Lampiran 9. Surat Balasan Penelitian .....	95
Lampiran 10. Dokumentasi.....	96



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
**SUMATERA UTARA MEDAN**