HUBUNGAN *BODY IMAGE* DAN KEBIASAAN MEMBACA LABEL INFORMASI GIZI DENGAN STATUS GIZI LEBIH PADA REMAJA USIA 16-18 TAHUN DI SMAN 8 BATAM

SKRIPSI

SERLI HAITUL HASANAH

NIM. 616081522018

PROGRAM STUDI SARJANA GIZI

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

INSTITUT KESEHATAN MITRA BUNDA

BATAM

2026

HUBUNGAN *BODY IMAGE* DAN KEBIASAAN MEMBACA LABEL INFORMASI GIZI DENGAN STATUS GIZI LEBIH PADA REMAJA USIA 16-18 TAHUN DI SMAN 8 BATAM

Skripsi ini Disusun Sebagai Salah Satu Persyaratan untuk
Menyelesaikan Program Pendidikan Sarjana Gizi

SKRIPSI

SERLI HAITUL HASANAH
NIM. 616081522018

PROGRAM STUDI SARJANA GIZI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
INSTITUT KESEHATAN MITRA BUNDA
BATAM
2026

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Serli Haitul Hasanah

NIM : 616081522018

Judul : Hubungan *Body Image* dan Kebiasaan Membaca Label Informasi Gizi dengan Status Gizi Lebih pada Remaja Usia 16-18 Tahun di SMAN 8 Batam

Program Studi : Sarjana Gizi

Fakultas : Ilmu Kesehatan

Institusi : Institut Kesehatan Mitra Bunda

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi yang saya tulis ini adalah benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri dan bukan merupakan pengambilan alihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai hasil tulisan atau pikiran saya sendiri. Apabila dikemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan Skripsi ini adalah hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi baik skripsi maupun gelar sarjana saya dibatalkan serta diproses sesuai perundang-undangan yang berlaku.

Selanjutnya publikasi sebagian atau keseluruhan isi skripsi pada jurnal atau forum ilmiah harus menyertakan tim pembimbing sebagai author dan Institut Kesehatan Mitra Bunda sebagai afiliasi. Apabila saya melakukan pelanggaran dari ketentuan publikasi, maka saya bersedia mendapatkan sanksi akademik yang berlaku.

Batam, 15 September 2026

Pembuat Pernyataan



(Serli Haitul Hasanah)

NIM. 616081522018

PERNYATAAN PERSETUJUAN

JUDUL PENELITIAN : HUBUNGAN *BODY IMAGE* DAN KEBIASAAN MEMBACA LABEL INFORMASI GIZI DENGAN STATUS GIZI LEBIH PADA REMAJA USIA 16-18 TAHUN DI SMAN 8 BATAM.

NAMA MAHASISWA : SERLI HAITUL HASANAH

NIM : 616081522018

Skripsi ini telah diperiksa, disetujui dan telah dipertahankan di hadapan tim penguji skripsi Institut Kesehatan Mitra Bunda.

Batam, 17 Oktober 2026

Pembimbing I	Pembimbing II
Amalina Rizma, S.Gz., M.Gz	Dr. Ns. Didi Yunaspi, M.Kep. CMC

Mengetahui,

Program Studi Sarjana Gizi

Ketua

Haqqelni Nur Rosyidah, S.Gz., M.Kes

PENGESAHAN

Skripsi ini Telah Dipertahankan Dan Telah Diperbaiki Sesuai dengan
Masukan Dewan Penguji Skripsi
Program Studi Sarjana Gizi
Fakultas Ilmu Kesehatan
Institut Kesehatan Mitra Bunda
Pada Tanggal 17 Oktober 2026

Mengesahkan
Program Studi Sarjana Gizi
Institut Kesehatan Mitra Bunda

Pembimbing I	Pembimbing II
Amalina Rizma, S.Gz.,M.Gz	Dr. Ns. Didi Yunaspi, M.Kep._CMC
Penguji I	**Penguji II**
Haqqelni Nur Rosyidah, S.Gz., M.Kes	Citra Dewi Anggraini, S.Tr., M.K.M

Mengetahui,
Program Studi Sarjana Gizi
Ketua

Haqqelni Nur Rosyidah, S.Gz., M.Kes

DAFTAR ISI

Cover ..... **ii**
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN ..... **ii**
PERNYATAAN PERSETUJUAN..... **iv**
LEMBAR PENGESAHAN ..... **iv**
INTI SARI ..... **v**
ABSTRACT ..... **vi**
RIWAYAT HIDUP..... Error! Bookmark not defined.**ii**
KATA PENGANTAR..... **viii**
DAFTAR ISI ..... **xi**
DAFTAR TABEL ..... **xiv**
DAFTAR GAMBAR ..... **xv**
DAFTAR LAMPIRAN **16i**
BAB I PENDAHULUAN.....Error! Bookmark not defined.
1.1 Latar Belakang .....Error! Bookmark not defined.
1.2 Rumusan Masalah .....**Error! Bookmark not defined.**
1.3 Tujuan Penelitian.....**Error! Bookmark not defined.**
1.4 Manfaat Penelitian.....**Error! Bookmark not defined.**
1.5 Keaslian Penelitian .....**Error! Bookmark not defined.**
BAB II TINJAUAN PUSTAKA .....Error! Bookmark not defined.
2.1 Remaja .....**Error! Bookmark not defined.**
2.1.1 Pengertian Remaja .....**Error! Bookmark not defined.**
2.1.1 Klasifikasi Remaja.....**Error! Bookmark not defined.**
2.1.2 Perubahan Selama Masa Remaja ..... **Error! Bookmark not defined.**
2.2 *Body Image* (Citra Tubuh).....**Error! Bookmark not defined.**
2.2.1 Pengertian *Body Image* (Citra Tubuh). **Error! Bookmark not defined.**
2.2.2 Faktor Yang Mempengaruhi *Body Image* (Citra Tubuh)**Error! Bookmark not defined.**

2.2.3 Penilaian *Body Image* (Citra Tubuh) ... **Error! Bookmark not defined.**
2.3 Kebiasaan Membaca Label Informasi Gizi .. **Error! Bookmark not defined.**
2.3.1 Pengertian Kebiasaan .....**Error! Bookmark not defined.**
2.3.2 Pengertian Label Informasi Gizi ..... **Error! Bookmark not defined.**
2.3.3 Pengertian Kebiasaan Membaca Label Informasi Gizi . **Error! Bookmark not defined.**
2.3.4 Faktor Yang Mempengaruhi Kebiasaan ..... **Error! Bookmark not defined.**
2.3.5 Penilaian Kebiasaan Membaca Label Informasi Gizi ... **Error! Bookmark not defined.**
2.4 Status Gizi Remaja .....**Error! Bookmark not defined.**
2.4.1 Pengertian Status Gizi .....**Error! Bookmark not defined.**
2.4.2 Pengertian Gizi Lebih Pada Remaja.... **Error! Bookmark not defined.**
2.4.3 Faktor Penyebab Status Gizi Lebih Pada Remaja ..... **Error! Bookmark not defined.**
2.4.4 Dampak Status Gizi Lebih Pada Remaja.... **Error! Bookmark not defined.**
2.4.5 Penilaian Status Gizi Pada Remaja..... **Error! Bookmark not defined.**
2.4.5 Hubungan *Body Image* dengan Status Gizi Lebih..... **Error! Bookmark not defined.**
2.4.6 Hubungan Kebiasaan Membaca Label Informasi Gizi dengan Status Gizi Lebih.....**Error! Bookmark not defined.**
2.5 Kerangka Konseptual .....**Error! Bookmark not defined.**
2.6 Hipotesis Penelitian .....**Error! Bookmark not defined.**
BAB III METODE PENELITIAN ..... Error! Bookmark not defined.
3.1 Jenis dan Rancangan Penelitian.....**Error! Bookmark not defined.**

3.2 Populasi dan Sampel Penelitian.....**Error! Bookmark not defined.**
3.2.1 Populasi Target .....**Error! Bookmark not defined.**
3.2.2 Populasi Terjangkau .....**Error! Bookmark not defined.**
3.2.3 Sampel .....**Error! Bookmark not defined.**
3.2.4 Besaran Sampel .....**Error! Bookmark not defined.**
3.2.5 Teknik Pengambilan Sampel .**Error! Bookmark not defined.**
3.3 Lokasi dan Waktu Penelitian .....**Error! Bookmark not defined.**
3.3.1 Lokasi Penelitian .....**Error! Bookmark not defined.**
3.1.1 Waktu Penelitian.....**Error! Bookmark not defined.**
3.4 Varibel Penelitian.....**Error! Bookmark not defined.**
3.4.1 Variabel Independen atau Variabel Bebas ..**Error! Bookmark not defined.**
3.4.2 Variabel Dependen atau Variabel Terikat ...**Error! Bookmark not defined.**
3.5 Kerangka Kerja Penelitian.....**Error! Bookmark not defined.**
3.6 Prosedur Penelitian .....**Error! Bookmark not defined.**
3.6.1 Tahapan Persiapan .....**Error! Bookmark not defined.**
3.6.2 Tahapan Pelaksanaan.....**Error! Bookmark not defined.**
3.6.3 Tahapan Akhir .....**Error! Bookmark not defined.**
3.7 Pengumpulan Data.....**Error! Bookmark not defined.**
3.7.1 Teknik Pengumpulan Data.....**Error! Bookmark not defined.**
3.7.2 Instrumen Penelitian.....**Error! Bookmark not defined.**
3.8 Pengolahan dan Analisis Data .....**Error! Bookmark not defined.**
3.9 Definisi Operasional .....**Error! Bookmark not defined.**
3.10 Etika Penulisan .....**Error! Bookmark not defined.**
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN..... Error! Bookmark not defined.
4.1 Gambaran Lokasi Penelitian di SMAN 8 Batam Wilayah Kerja Puskesmas Sei Panas 59
4.2 Karakteristik Responden 60
4.3 Analisis Univariat 60
4.4 Analisis Bivariat 62

4.5 Pembahasan 63
4.5.1 Analisis Univariat 63
4.5.2 Analisis Bivariat 68
4.6 Keterbatasan Penelitian 71
BAB V PENUTUP.....Error! Bookmark not defined.
5.1 Kesimpulan 72
5.2 Saran 73
DAFTAR PUSTAKA.....Error! Bookmark not defined.
LAMPIRAN.....Error! Bookmark not defined.

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian 9
Tabel 2.1 Pengkategorian Status Gizi Berdasarkan Indeks Massa Tubuh Menurut Umur (IMT/U) 39
Tabel 3.1 Definisi Operasional 57
Tabel 4.1 Distribusi Karakteristik Remaja Usia 16-18 Tahun 60
Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi *Body Image* pada Remaja Usia 16-18 Tahun di SMAN 8 Batam 60
Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Kebiasaan Membaca Label Informasi Gizi pada Remaja Usia 16-18 Tahun di SMAN 8 Batam 61
Tabel 4.4 Distribusi Frekuensi Status Gizi pada Remaja Usia 16-18 Tahun di SMAN 8 Batam 61
Tabel 4.5 Hubungan *Body Image* dengan Status Gizi Lebih pada Remaja Usia 16-18 Tahun di SMAN 8 Batam 62
Tabel 4.6 Hubungan Kebiasaan Membaca Label Informasi Gizi dengan Status Gizi Lebih pada Remaja Usia 16-18 Tahun di SMAN 8 Batam 62

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Konseptual Hubungan *Body Image* dan Kebiasaan Membaca Label Informasi Gizi dengan Status Gizi Lebih pada Remaja di SMAN 8 Batam 43
Gambar 3.1 Kerangka Kerja Penelitian 49
Gambar 4.1 Lokasi Penelitian di SMAN 8 Batam Wilayah Kerja Puskesmas Sei Panas 59

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Pengambilan Data Awal Dinas Kesehatan Kota Batam

Lampiran 2. Balasan Surat Pengambilan Data Awal Dinas Kesehatan Kota Batam

Lampiran 3. Surat Pengampilan Data Awal Puskesmas Sei Panas

Lampiran 4. Balasan Surat Pengambilan Data Awal Puskesmas Sei Panas

Lampiran 5. Surat Permohonan Izin Studi Pendahuluan SMAN 8 Batam

Lampiran 6. Balasan Surat Permohonan Izin Studi Pendahuluan SMAN 8 Batam

Lampiran 7. Surat Permohonan Izin Studi Pendahuluan SMA Mondial

Lampiran 8. Surat Permohonan Izin Studi Pendahuluan SMA Yos Anugrah

Lampiran 9. Surat Permohonan Izin Studi Pendahuluan SMA IT Fajar Ilahi Bengkong

Lampiran 10. Balasan Surat Permohonan Izin Studi Pendahuluan SMA IT Fajar Ilahi Bengkong

Lampiran 11. Surat Permohonan Izin Studi Pendahuluan MA Aljabar

Lampiran 12. Balasan Surat Permohonan Izin Studi Pendahuluan MA Aljabar

Lampiran 13. Penjelasan Responden Penelitian

Lampiran 14. *Informed Consent*

Lampiran 15. Data Status Gizi Lebih Dinas Kesehatan Kota Batam

Lampiran 16. Data Status Gizi Lebih Wilayah Kerja Puskesmas Sei Panas

Lampiran 17. Kuesioner Penelitian

Lampiran 18. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Kuesioner Penelitian

Lampiran 19. Lembar Jadwal Kegiatan Penelitian

Lampiran 20. Lembar Konsultasi Bimbingan

Lampiran 21. Surat Keterangan Etik

Lampiran 22. Surat Penelitian SMAN 8 Batam

Lampiran 23. Balasan Surat Penelitian SMAN 8 Batam

Lampiran 24. Master Tabel

Lampiran 25. Hasil Uji Menggunakan SPSS

Lampiran 26. Dokumentasi Penelitian