



**HUBUNGAN TINGKAT KONSUMSI ENERGI, PROTEIN HEWANI DAN
BODY IMAGE DENGAN LINGKAR LENGAN ATAS PADA REMAJA
PUTRI DI DESA KEMITIR KECAMATAN SUMOWONO KABUPATEN
SEMARANG**

SKRIPSI

**OLEH :
EVA DEWI KENCANAWATI
060118A018**

**PROGRAM STUDI S1 GIZI
FAKULTAS KESEHATAN
UNIVERSITAS NGUDI WALUYO
UNGERAN
2022**

Univeritas Ngudi Waluyo

Fakultas Kesehatan

Program Studi S1 Gizi

Skripsi, Agustus 2022

Eva Dewi Kencanawati

060118A018

(xviii+ 130 halaman + 22 tabel + 2 gambar + 15 lampiran)

HUBUNGAN TINGKAT KONSUMSI ENERGI, PROTEIN HEWANI DAN BODY IMAGE DENGAN LINGKAR LENGAN ATAS PADA REMAJA PUTRI DI DESA KEMITIR KECAMATAN SUMOWONO KABUPATEN SEMARANG

ABSTRAK

Latar Belakang : LILA sebagai indikator untuk mengetahui seseorang beresiko atau tidaknya kekurangan energi kronis (KEK). Prevalensi KEK pada remaja dari tahun 2010 sebanyak 6,8% , meningkat pada tahun 2013 sebanyak 9,4% dan meningkat lagi pada tahun 2018 sebanyak 36,3% .

Tujuan : untuk mengetahui hubungan tingkat konsumsi energi, protein hewani dan body image dengan lilngkar lengan Pada remaja putri di Desa Kemitir Kecamatan Sumowono Kabupaten Semarang

Metode : Penelitian ini merupakan analitik observasional menggunakan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini seluruh remaja putri usia 10-18 tahun. Sampel ditentukan dengan *Total Sampling* sejumlah 80 responden. Analisis data menggunakan analisis univariat dengan distribusi frekuensi dan bivariate menggunakan uji korelasi *spearman rank*. Pengambilan data dengan wawancara dan pengukuran antropometri

Hasil : Hasil penelitian menunjukkan tingkat konsumsi energi defisit berat 30,0%, defisit sedang 3,3%, defisit ringan 6,7%, normal 58,3% dan lebih 1,7%. Tingkat konsumsi protein hewani kurang 13,3%, cukup 28,3 % dan lebih 58,3%. Body image dengan tidak ada perhatian (60%), perhatian ringan (30,0%), perhatian sedang (6,7%) dan perhatian berat (3,3%). LILA < 23,5 cm sebanyak (61,7%) dan LILA ≥ 23,5 (38,8%). Ada hubungan tingkat konsumsi energi dan body image dengan LILA ($p=0,021$; $p=0,049$). Tidak ada hubungan tingkat konsumsi protein hewani dengan LILA ($p= 0,39$).

Simpulan : Ada hubungan tingkat konsumsi energi dan *body image* dengan LILA pada remaja putri di desa Kemitir Kecamatan Sumowono Kabupaten Semarang. Tidak ada hubungan tingkat konsumsi protein hewani dengan LILA pada remaja putri di Desa Kemitir Kecamatan Sumowono Kabupaten Semarang.

Kata Kunci : Energi, Protein Hewani, Body Image, LILA

Ngudi Waluyo University
Health Faculty
Nutrition Study Program
Thesis, August
Eva Dewi Kencanawati
060118A018
(xviii+ 130 Page + 22 table + 2 picture + 15 attachment)

**THE RELATIONSHIP OF ENERGY, ANIMAL PROTEIN AND BODY IMAGE
CONSUMPTION LEVEL WITH UPPER ARM CIRCUMSTANCES IN
ADOLESCENT WOMEN IN KEMITIR VILLAGE, SUMOWONO DISTRICT,
SEMARANG REGENCY**

ABSTRACT

Background: Mid upper arm circumference is an indicator to determine chronic energy deficiency . The prevalence of CED in adolescents from 2010 was 6.8%, increased in 2013 by 9.4% and increased again in 2018 by 36.3%.

Objective : The study aims to determine the relationship between the level of energi consumption, animal protei and body image with upper arm circumference in adolescent girls in kemitir village, sumowono district, semarang regency.

Methods: This researce was observational analytic using a cross sectional approach. The population in this study were all young women aged 10-18 years. The sample is determined by a total sampling of 80 respondents. Data analysis using univariate analysis with frequency distribution and bivariate using Spearman rank correlation test. Collecting data by interview and anthropometric measurements

Result : Level of energy consumption are a severe deficiency of 30.0%, a moderate deficit of 3.3%, a mild deficiency of 6.7%, normal 58.3% and upper level intake 1.7%. The level of consumption of animal protein are independent intake 13.3%, adequate inatke 28.3% and hight level intake 58.3%. Body image with no attention (60%), mild attention (30.0%), moderate attention (6.7%) and severe attention (3.3%). Mid upper arm circumference < 23,5 cm as much (61,7%) and mid upper arm circumference ≥23,5 (38,8%). There is a relationship between energy consumption level and body image with mid upper arm circumference (p =0.021;p=0.049). There was no relationship between the level of consumption of animal protein and mid upper arm circumference (p= 0.39).

Conclusion: There is a relationship between the level of energy consumption and body image with LILA in adolescent girls in Kemitir Village, Sumowono District, Semarang Regency. There is no relationship between the level of consumption of animal protein and LILA in adolescent girls in Kemitir Village, Sumowono District, Semarang Regency.

Keywords: *Energy, Animal, Body Image, MUAC*

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi berjudul :

**HUBUNGAN TINGKAT KONSUMSI ENERGI, PROTEIN HEWANI DAN
BODY IMAGE DENGAN LINGKAR LENGAN ATAS PADA REMAJA
PUTRI DI DESA KEMITIR KECAMATAN SUMOWONO KABUPATEN**

SEMARANG

Oleh :

EVA DEWI KENCANAWATI

NIM. 060118A018

PROGRAM STUDI S1 GIZI

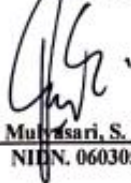
FAKULTAS KESEHATAN

UNIVERSITAS NGUDI WALUYO

Telah diperiksa dan disetujui oleh pembimbing dan telah diperkenankan untuk
diujikan.

Ungaran, 1 Agustus 2022

Pembimbing



Indri Muhsari, S. Gz., M. Gizi
NIDN. 0603058501

PERNYATAAN ORISINILITAS

Yang bertanda tangan di bawah ini saya,

Nama : Eva Dewi Kencanawati

NIM : 060118A018

Mahasiswa : Program Studi Gizi Universitas Ngudi Waluyo

Dengan ini saya menyatakan bahwa :

1. Skripsi berjudul **"Hubungan Tingkat Konsumsi Energi, Protein Hewani dan Body Image dengan Lingkar Lengan Atas pada Remaja Putri di Desa Kemitir, Kecamatan Sumowono, Kabupaten Semarang"** adalah karya ilmiah asli dan belum diajukan untuk mendapat gelar akademik apapun di perguruan tinggi manapun.
2. Skripsi ini merupakan ide dan hasil karya murni saya yang dibimbing dan dibantu oleh tim pembimbing dan narasumber.
3. Skripsi ini tidak memuat karya atau pendapat orang lain yang telah dipublikasikan kecuali secara tertulis dicantumkan dalam naskah dan sebagai acuan dengan menyebut nama pengarang dan judul aslinya serta dicantumkan dalam daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila kemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidak benaran didalam pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah saya peroleh dan sanksi lain sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Ngudi Waluyo.

Pembimbing,


Indri Mulyasari, S.Gz., M.Gizi
NIDN. 0603058501

Ungaran, 9 Agustus 2022
Yang membuat pernyataan



Eva Dewi Kencanawati

KESEDIAAN PUBLIKASI

Yang bertanda tangan di bawah ini saya.

Nama : Eva Dewi Kencanawati

NIM : 060118A018

Program Studi/Fakultas : S1 Gizi/ Kesehatan

Dengan ini menyatakan bahwa:

Menyatakan memberi kewenangan kepada Universitas Ngudi Waluyo Ungaran Untuk menyimpan, mengalih media/memformatkan merawat dan mempublikasikan skripsi saya dengan judul **"Hubungan Tingkat Konsumsi Energi, Protein Hewani Dan Body Image Dengan Lingkar Lengan Atas Pada Remaja Putri Di Desa Kemitir Kecamatan Sumowono Kabupaten Semarang"** untuk kepentingan akademis.

Ungaran, 2022
Yang membuat pernyataan



Eva Dewi Kencanawati
NIM. 060118A018

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Nama : Eva Dewi Kencanawati

Tempat, tanggal lahir : Kabupaten Semarang, 21 Agustus 2000

Jenis kelamin : Perempuan

Agama : Islam

Warga Negara : Indonesia

Alamat : Desa Pringsari RT 05/01 Kecamatan
Pringapus Kabupaten Semarang,
Jawa Tengah

Email : dewieva92@gmail.com

No Hp : 08985621408

Riwayat pendidikan :

1. TK Bhakti Putra : 2005-2006
2. SD Negeri Pringsari 02 : 2006-2012
3. SMP Negeri 1 Bergas : 2012-2015
4. SMA Negeri 1 Bergas : 2015-2018
5. Universitas Ngudi Waluyo : 2018-sekarang

PRAKATA

Segala puji bagi Allah SWT atas segala rahmat dan karunia-Nya saya dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Hubungan Tingkat Konsumsi Energi, Protein Hewani Dan Body Image Dengan Lingkar Lengan Atas Remaja Putri Di Desa Kemitir Kecamatan Sumowono Kabupaten Semarang”. Dalam penyusunan skripsi ini, penulis banyak mendapat arahan, bimbingan, serta bantuan dari berbagai pihak. Pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Allah SWT karena hanya atas izin dan karunia-Nya lah maka skripsi ini dapat dibuat dan selesai pada waktunya. Puji syukur tak terhingga pada Tuhan Penguasa Alam yang meridhoi dan mengabulkan segala doa.
2. Prof. Dr. Subiyantoro M. Hum selaku Rektor Universitas Ngudi Waluyo Ungaran.
3. Eko Susilo, S.Kep., Ns., M.Kep selaku Dekan Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo.
4. Ibu Riva Mustika Anugrah, S. Gz., M. Gizi, selaku Ketua Program Studi S1 Gizi Universitas Ngudi Waluyo.
5. Ibu Indri Mulyasari, S. Gz., M. Gizi selaku pembimbing skripsi, terima kasih atas segala bimbingan, arahan, motivasi, perhatian, kritik, dan saran yang membangun dalam penyusunan skripsi ini.
6. Ibu Puji Afiatna, S. Gz., M. Gz selaku pembimbing akademik, terima kasih atas segala bimbingan, arahan, motivasi, perhatian, kritik, dan saran yang membangun selama masa perkuliahan.
7. Seluruh dosen dan staf Program Studi S1 Gizi Universitas Ngudi Waluyo yang tidak dapat penulis menyebutkan satu per satu yang telah memberikan bekal ilmu pengetahuan dan wawasannya.

8. Kedua orang tua saya Bapak Prayitno dan Ibu Darwati , Adik saya Karina Ayu Ristyaningrum yang selalu memberikan dukungan doa, semangat, dan motivasi kepada saya.
9. Keluarga besar saya yang selalu mendoakan.
10. Patner berjuang saya Setya Aji Hutomo yang sudah memberi semangat dan selalu berusaha untuk memberikan keyakinan untuk maju, yang sudah menemani di kala membutuhkan bantuan apapun.
11. Sahabat – sahabat saya fetrik monika, shindy, putri, mba endah, sinta , hani, indah dian serta laely maftkhah yang sudah mensupport saya dalam penulisan skripsi ini
12. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu, yang telah banyak membantu dalam penyusunan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini masih jauh dari sempurna. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun guna kesempurnaan skripsi ini. Besar harapan penulis semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi semua pihak. Amin.

Ungaran,

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN DEPAN	i
HALAMAN SAMPUL.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
PERNYATAAN ORISINILITAS	v
KESEDIAAN PUBLIKASI.....	vi
MOTO.....	vii
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	viii
ABSTRAK.....	ix
ABSTRACT	x
PRAKATA.....	xi
DAFTAR ISI	xiii
DAFTAR TABEL	xvi
DAFTAR GAMBAR	xvii
DAFTAR LAMPIRAN	xviii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	5
C. Tujuan Penelitian	5
1. Tujuan Umum.....	5
2. Tujuan Khusus.....	6
D. Manfaat Penelitian	6
1. Bagi Masyarakat.....	6
2. Bagi Institusi.....	6
3. Bagi Penelitian Selanjutnya.....	7
BAB II TINJAUAN TEORI	
A. Tinjauan Teori.....	8
1. Remaja	8
2. Tingkat Konsumsi	10

3. Body Image	18
4. Lingkar Lengan Atas (LILA)	24
B. Kerangka Teoritis	31
C. Kerangka Konsep/Kerangka Berpikir.....	32
D. Hipotesis	32
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Desain Penelitian	33
B. Lokasi dan Waktu Penelitian	33
C. Subjek Penelitian	33
1. Populasi	33
2. Sampel	34
D. Definisi Operasional	35
E. Variabel Penelitian.....	36
1. Variabel Bebas	36
2. Variabel Terikat	36
F. Pengumpulan Data.....	36
G. Tahapan Penelitian.....	37
H. Pengolahan Data	38
I. Analisis Data.....	39
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	
A. Gambaran Karakteristik Responden	41
B. Analisis Univariat.....	47
1. Tingkat Konsumsi Energi.....	47
2. Tingkat Konsumsi Protein Hewani	49
3. <i>Body Image</i>	51
4. Lingkar Lengan Atas (LILA)	53
C. Analisis Bivariat.....	54
1. Hubungan Tingkat Konsumsi Energi dan Lingkar Lengan Atas Pada Remaja Putri Di Desa Kemitir Kecamatan Sumowono Kabupaten Semarang	54

2. Hubungan Tingkat Konsumsi Protein Hewani dan Lingkar Lengan Atas Pada Remaja Putri Di Desa Kemir Kecamatan Sumowono Kabupaten Semarang	58
3. Hubungan Body Image dan Lingkar Lengan Atas Pada Remaja Putri Di Desa Kemitir Kecamatan Sumowono Kabupaten Semarang	61
D. Keterbatasan Penelitian	63
BAB V PENUTUP	65
A. Kesimpulan.....	65
B. Saran	66
DAFTAR PUSTAKA	67
LAMPIRAN.....	73

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1	Angka Tingkat Konsumsi Energi Berdasarkan AKG 2019	11
Tabel 2.2	Angka Tingkat Konsumsi Protein Berdasarkan AKG 2019.....	13
Tabel 3.1	Definisi Operasional.....	35
Tabel 4.1	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia	42
Tabel 4.2	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pendidikan.....	43
Tabel 4.3	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Besar Uang Saku	43
Tabel 4.4	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pekerjaan Orang Tua.....	44
Tabel 4.5	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pendidikan Orang Tua.....	45
Tabel 4.6	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pendapatan Orang Tua.....	45
Tabel 4.7	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Aktifitas Fisik	46
Tabel 4.8	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Penyakit Infeksi.....	46
Tabel 4.9	Nilai Median, Standar Devisiasi, Minimal Dan Maksimal Pada Tingkat Konsumsi Energi	47
Tabel 4.10	Distribusi Responden Berdasarkan Tingkat Konsumsi Energi Di Desa Kemitir Kecamatan Sumowono Kabupaten Semarang Tahun 2022.....	47
Tabel 4.11	Nilai Median, Standar Devisiasi, Minimal Dan Maksimal Pada Tingkat Konsumsi Protein Hewani	49
Tabel 4.12	Distribusi Responden Berdasarkan Tingkat Konsumsi Protein Hewani Di Desa Kemitir Kecamatan Sumowono Kabupaten Semarang Tahun 2022.....	49
Tabel 4.13	Nilai Mean, Standar Devisiasi, Minimal, Dan Maksimal Pada Body Image.	51

Tabel 4.14	Distribusi Responden Berdasarkan <i>Body Image</i> Di Desa Kemitir Kecamatan Sumowono Kabupaten Semarang Tahun 2022.	51
Tabel 4.15	Nilai Median, Standar Deviasi, Minimal Dan Maksimal Pada LILA	52
Tabel 4.16	Distribusi Responden Berdasarkan LILA Di Desa Kemitir Kecamatan Sumowono Kabupaten Semarang Tahun 2022.	53
Tabel 4.17	Hubungan Tingkat Konsumsi Energi Dengan LILA Pada Remaja Putri Di Desa Kemitir Kecamatan Sumowono Kabupaten Semarang.....	54
Tabel 4.16	Tabulasi Tingkat Konsumsi Energi Dengan LILA Pada Remaja Putri Di Desa Kemitir Kecamatan Sumowono Kabupaten Semarang.....	54
Tabel 4.19.	Hubungan Tingkat Konsumsi Protein Hewani Dengan LILA Pada Remaja Putri Desa Kemitir Kecamatan Sumowono Kabupaten Semarang.....	57
Tabel 4.20.	Tabulasi Tingkat Konsumsi Protein Hewani Dengan LILA Pada Remaja Putri Desa Kemitir Kecamatan Sumowono Kabupaten Semarang.....	58
Tabel 4.21	Hubungan <i>Body Image</i> Dengan Lila Pada Remaja Putri Desa Kemitir Kecamatan Sumowono Kabupaten Semarang.	60
Tabel 4.22	Tabulasi <i>Body Image</i> Dengan Lila Pada Remaja Putri Desa Kemitir Kecamatan Sumowono Kabupaten Semarang	61

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Teoritis.....	31
Gambar 2.2 Kerangka Konsep/Kerangka Berpikir	32

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Studi Pendahuluan

Lampiran 2. Surat Penelitian Dan Pengambilan Data

Lampiran 3. Surat Balasan Studi Pendahuluan

Lampiran 4. Surat Balasan Penelitian Dan Pengambilan Data

Lampiran 5. Surat Validitas BSQ-34

Lampiran 6. Jadwal Penelitian

Lampiran 7. Anggaran Penelitian

Lampiran 8. Pernyataan Responden

Lampiran 9. Lembar Persetujuan Responden

Lampiran 10. Lembar Penyaringan

Lampiran 11. Kuesioner FFQ Semi Kuantitatif

Lampiran 12. Kuesioner BSQ-34

Lampiran 13. Dokumentasi Kegiatan

Lampiran 14. Master Data

Lampiran 15. Output SPSS

