

SKRIPSI

**HUBUNGAN *BODY IMAGE* DAN TINGKAT STRES DENGAN
KEJADIAN KURANG ENERGI KRONIS (KEK) PADA SISWI
SMK NEGERI 6 YOGYAKARTA**



AMANDA DIAN PERMATASARI

P07124221003

PROGRAM STUDI KEBIDANAN

PROGRAM SARJANA TERAPAN

JURUSAN KEBIDANAN

**POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN
YOGYAKARTA**

TAHUN 2025

SKRIPSI

**HUBUNGAN *BODY IMAGE* DAN TINGKAT STRES DENGAN
KEJADIAN KURANG ENERGI KRONIS (KEK) PADA SISWI
SMK NEGERI 6 YOGYAKARTA**

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar

Sarjana Terapan Kebidanan



AMANDA DIAN PERMATASARI

P07124221003

PROGRAM STUDI KEBIDANAN

PROGRAM SARJANA TERAPAN

JURUSAN KEBIDANAN

**POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN
YOGYAKARTA**

TAHUN 2025

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi

“Hubungan *Body Image* dan Tingkat Stres dengan Kejadian Kurang Energi Kronis (KEK) Pada Siswi SMK Negeri 6 Yogyakarta”

Disusun oleh :

Amanda Dian Permatasari

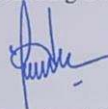
P07124221003

Telah disetujui oleh pembimbing pada tanggal :

02 Juli 2025

Menyetujui,

Pembimbing Utama,



Dr. Yuni Kusmiyati, SST., MPH
NIP 197606202002122001

Pembimbing Pendamping,



Dyah Noviawati Setya Arum, S.SiT., M.Keb
NIP 198011022001122002

Yogyakarta, 02 Juli 2025

Ketua Jurusan Kebidanan



Dr. Heni Puji Wahyuningsih, S.SiT, M.Keb
NIP 197511232002122002

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

“Hubungan *Body Image* dan Tingkat Stres dengan Kejadian Kurang Energi Kronis (KEK) Pada Siswi SMK Negeri 6 Yogyakarta”

Disusun oleh :

Amanda Dian Permatasari

P07124221003

Telah dipertahankan dalam seminar di depan Dewan Penguji

Pada tanggal : 04 Juli 2025

SUSUNAN DEWAN PENGUJI

Ketua,

Dr. Yani Widyastuti, S.SiT., M.Keb
NIP. 197601032001122001

(.....)

Anggota,

Dr. Yuni Kusmiyati, SST., MPH
NIP. 197606202002122001

(.....)

Anggota,

Dyah Noviawati Setya Arum, S.SiT., M.Keb
NIP. 198011022001122002

(.....)

Yogyakarta, 04 Juli 2025

Ketua Jurusan Kebidanan



Dr. Heni Puji Wahyuningsih, S.SiT., M.Keb
NIP. 197511232002122002

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Skripsi ini adalah hasil karya saya sendiri dan semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Amanda Dian Permatasari

NIM : P07124221003

Tanda Tangan :



Tanggal : 02 Juni 2025

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI
UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai civitas akademik Poltekkes Kemenkes Yogyakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Amanda Dian Permatasari

NIM : P07124221003

Program Studi : Sarjana Terapan Kebidanan

Jurusan : Kebidanan

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Poltekkes Kemenkes Yogyakarta **Hak Bebas Royalti Noneksklusif (Nonexclusive Royalty-Free Right)** atas Skripsi saya yang berjudul: **"HUBUNGAN *BODY IMAGE* DAN TINGKAT STRES DENGAN KEJADIAN KURANG ENERGI KRONIS (KEK) PADA SISWI SMK NEGERI 6 YOGYAKARTA"**

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Poltekkes Kemenkes Yogyakarta berhak menyimpan, mengalihmedia/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Yogyakarta

Pada tanggal : 04 Juli 2025

Yang menyatakan



(Amanda Dian Permatasari)

KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, Karena atas berkat dan rahmat-Nya, Penulis dapat menyelesaikan Skripsi ini. Penulisan Skripsi ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Terapan Kebidanan. Skripsi ini terwujud atas bimbingan, pengarahan dan bantuan dari berbagai pihak yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu dan pada kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada :

1. Dr. Iswanto, S.Pd, M.Kes selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Yogyakarta
2. Dr. Heni Puji Wahyuningsih, S.SiT., M.Keb, selaku Ketua Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta atas dukungan yang diberikan kepada penulis.
3. Dr. Sujiyatini, S.SiT., M.Keb, selaku Ketua Prodi Sarjana Terapan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta atas dukungan yang diberikan kepada penulis.
4. Dr. Yuni Kusmiyati, SST., MPH, selaku Pembimbing Utama yang telah memberikan bimbingan, arahan, dan masukan kepada penulis.
5. Dyah Noviawati Setia Arum, S.SiT., M.Keb, selaku Pembimbing Pendamping yang telah memberikan bimbingan, arahan, dan masukan kepada penulis.
6. Dr. Yani Widyastuti, S.SiT., M.Keb, selaku Ketua Dewan Penguji yang telah memberikan saran dan masukan kepada penulis.
7. Kepala Sekolah, seluruh staf, dan responden di SMK Negeri 6 Yogyakarta yang bersedia menjadi tempat dan objek responden melakukan penelitian.
8. Bapak Sumali dan Ibu Ika Endang Supramistiningsih selaku orang tua tersayang penulis. Terima kasih atas segala pengorbanan yang tak pernah dihitung, cinta yang tak pernah diminta kembali, dan doa yang tak pernah putus terucap, bahkan dalam diam. Meski Ayah dan Ibu belum pernah merasakan duduk di bangku perkuliahan, namun semangat, kerja keras, dan cinta yang Ayah dan Ibu tanamkan, menjadikan pendidikan sebagai warisan

paling berharga yang penulis terima. Terima kasih telah selalu memprioritaskan pendidikan dan kebahagiaan anak-anak di atas segalanya. Skripsi ini adalah persembahan kecil dari perjuangan besar Ayah dan Ibu, wujud nyata dari usaha kalian menjadikan anakmu sebagai yang pertama dalam keluarga besar yang berhasil menyandang gelar sarjana. Semoga pencapaian ini menjadi awal dari rangkaian keberhasilan lain yang akan penulis usahakan, sebagai bentuk balas budi dan rasa cinta yang tidak akan pernah cukup dijelaskan dengan kata. Besar harapan penulis, semoga Ayah dan Ibu selalu diberikan kesehatan, umur panjang, dan kesempatan untuk menyaksikan setiap pencapaian yang akan datang, karena setiap langkah keberhasilan ini tidak akan pernah ada tanpa doa dan restu kalian.

9. Amalia Eka Safitri selaku kakak penulis sekaligus panutan dalam hidup saya, terima kasih yang tulus dan mendalam saya sampaikan. Terima kasih telah menjadi cahaya penuntun yang tidak pernah padam, yang memberi saya sudut pandang berbeda dalam melihat dunia. Terima kasih karena telah mengajarkan bahwa dalam hidup, keberanian untuk mengambil risiko besar adalah langkah awal menuju perubahan. Kakak menunjukkan bahwa mendengarkan semua orang memang tak akan ada habisnya, dan bahwa kesuksesan sejati adalah milik mereka yang berani menentukan jalan hidupnya sendiri. Kakak telah menjadi bukti nyata bahwa mimpi tidak harus mengikuti arus, ia harus diperjuangkan, bahkan melawan arus sekalipun. Semoga semangat dan keberanianmu senantiasa menjadi pengingat bagi saya untuk terus melangkah, meski pelan, tapi pasti.
10. Amanda Dian Permatasari (penulis), terima kasih atas keberanian untuk memulai, keteguhan untuk bertahan, dan ketulusan dalam menjalani setiap prosesnya. Di balik lelah yang tak selalu terlihat, di balik air mata yang tak selalu tampak, kau tetap memilih untuk melangkah. Hari ini, hasil dari kerja keras itu tertulis dalam lembaran ini, bukan sekadar skripsi, tapi bukti bahwa kamu tidak menyerah. Bagaimanapun arah kehidupan setelah ini, ingatlah untuk selalu menghargai dirimu, merayakan tiap pencapaian kecil maupun besar, dan berbahagialah atas segala proses yang telah berhasil kamu lewati.

Karena kamu layak untuk masa depan yang lebih indah dan cerah, masa depan yang kamu bangun sendiri, dengan semangat dan hati yang tak pernah lelah.

11. Serta seluruh pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang telah membantu dan mendukung penulis dalam menyelesaikan tugas akhir dengan baik.

Akhir kata, saya berharap Tuhan Yang Maha Esa berkenan membalas kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga tugas akhir ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu.

Yogyakarta, Juni 2025

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
PERSETUJUAN PEMBIMBING	iii
HALAMAN PENGESAHAN	v
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS	v
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR GAMBAR.....	xii
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
<i>ABSTRACT</i>.....	xv
ABSTRAK	xvii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	7
C. Tujuan Penelitian	8
1. Tujuan Umum	8
2. Tujuan Khusus	8
D. Ruang Lingkup	9
E. Manfaat Penelitian	9
1. Manfaat Teoritis	9
2. Manfaat Praktis	9
F. Keaslian Penelitian.....	10
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	12
A. Telaah Pustaka	12
B. Kerangka Teori	38
C. Kerangka Konsep.....	39
D. Hipotesis Penelitian	39
BAB III METODE PENELITIAN	40
A. Jenis dan Desain Penelitian	40

B. Populasi dan Sampel.....	40
C. Waktu dan Tempat Penelitian.....	43
D. Variabel Penelitian dan Aspek yang Diteliti/Diamati	43
E. Definisi Operasional	44
F. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data	45
G. Alat Ukur/Instrumen dan Bahan Penelitian.....	46
H. Uji Variabel dan Reliabilitas	48
I. Prosedur Penelitian	50
J. Manajemen Data	51
K. Etika Penelitian.....	55
L. Kelemahan dan Kesulitan Penelitian	56
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	57
A. Hasil.....	57
B. Pembahasan	63
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	71
A. Kesimpulan.....	71
B. Saran	72
DAFTAR PUSTAKA.....	73
LAMPIRAN.....	78

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Pita LILA.....	13
Gambar 2. Kerangka Teori.....	38
Gambar 3. Kerangka Konsep Penelitian	39

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Keaslian Penelitian.....	10
Tabel 2. Batas Ambang IMT untuk Indonesia.....	14
Tabel 3. Coding.....	52
Tabel 4. Distribusi Frekuensi Status KEK Siswi SMK Negeri 6 Yogyakarta	58
Tabel 5. Distribusi Frekuensi Body Image Siswi SMK Negeri 6 Yogyakarta	59
Tabel 6. Distribusi Frekuensi Tingkat Stres Siswi SMK Negeri 6 Yogyakarta....	59
Tabel 7. Hubungan Body Image dengan Kurang Energi Kronis (KEK)	60
Tabel 8. Hubungan Tingkat Stres dengan Kurang Energi Kronis (KEK).....	60
Tabel 9. Hubungan Variabel dengan Kurang Energi Kronis (KEK)	61
Tabel 10. Analisis Regresi Logistik Hubungan Variabel yang Paling Dominan dengan Kejadian Kurang Energi Kronis (KEK)	62

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Pengantar Keterangan Layak Etik.....	79
Lampiran 2. Surat Izin Penelitian.....	80
Lampiran 3. Surat Keterangan Selesai Penelitian	81
Lampiran 4. Dokumentasi.....	82
Lampiran 5. Rencana Anggaran Penelitian.....	83
Lampiran 6. Jadwal Penelitian	84
Lampiran 7. Master Tabel Penelitian	85
Lampiran 8. Hasil Analisis Data Penelitian	92

**THE RELATIONSHIP BETWEEN BODY IMAGE AND STRESS LEVEL
WITH THE INCIDENCE OF CHRONIC ENERGY DEFICIENCY (CED)
IN FEMALE STUDENTS SMK NEGERI 6 YOGYAKARTA**

Amanda Dian Permatasari¹, Yuni Kusmiyati², Dyah Noviawati Setia Arum³

^{1,2,3} Department of Midwifery Poltekkes Kemenkes Yogyakarta

Jl. Mangkuyudan MJ III/304, Yogyakarta, 555143

¹Email: amandadianpermatasari@gmail.com

ABSTRACT

Background: CED in adolescent girls affects growth, reproduction, and productivity, with psychosocial factors like body image and stress potentially influencing its occurrence.

Objective: This study aims to analyze the relationship between body image and stress level with the incidence of Chronic Energy Deficiency (CHD) in female students of SMK Negeri 6 Yogyakarta.

Methods: This study used an observational analytic design with a cross-sectional approach. The sample amounted to 246 female students of class X and XI who were selected by stratified random sampling. Data collection used LILA tape to measure SEZ status, Body Shape Questionnaire (BSQ-34) for body image, and Perceived Stress Scale (PSS-10) for stress level. Data were analyzed using chi-square test and multivariate logistic regression.

Results: The prevalence of SEZ was 30,9%. There was a significant association between body image and the incidence of SEZ ($p = 0.001$), but there was no significant association between stress level and SEZ ($p = 0.056$), although there was a tendency for a linear relationship. Other factors such as diet and economic status also showed a significant association with SEZ ($p < 0.001$). The most dominant variable affecting the incidence of SEE was diet (OR = 8,527; CI 95%: 4,300–16,911).

Conclusion: Body image is associated with CED, with diet being the most influential factor. Nutrition education and positive body image promotion are essential to prevent CED in adolescent girls.

Keywords: Chronic Energy Deficiency, Body Image, Stress Level, Diet, Economic Status, Adolescent Girls.

HUBUNGAN *BODY IMAGE* DAN TINGKAT STRES DENGAN KEJADIAN KURANG ENERGI KRONIS (KEK) PADA SISWI SMK NEGERI 6 YOGYAKARTA

Amanda Dian Permatasari¹, Yuni Kusmiyati², Dyah Noviawati Setia Arum³
^{1,2,3} Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta
Jl. Mangkuyudan MJ III/304, Yogyakarta, 555143
¹Email: amandadianpermatasari@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang: Kurang Energi Kronis (KEK) pada remaja putri merupakan salah satu masalah gizi yang berdampak pada pertumbuhan, kesehatan reproduksi, dan produktivitas di masa depan. Faktor psikososial seperti *body image* dan tingkat stres diduga berperan terhadap kejadian KEK.

Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara *body image* dan tingkat stres dengan kejadian Kurang Energi Kronis (KEK) pada siswi SMK Negeri 6 Yogyakarta.

Metode: Penelitian ini menggunakan desain analitik observasional dengan pendekatan *cross-sectional*. Sampel berjumlah 246 siswi kelas X dan XI yang dipilih secara *stratified random sampling*. Pengumpulan data menggunakan pita LILA untuk mengukur status KEK, kuesioner *Body Shape Questionnaire* (BSQ-34) untuk *body image*, dan *Perceived Stress Scale* (PSS-10) untuk tingkat stres. Analisis data dilakukan menggunakan uji *chi-square* dan regresi logistik multivariat.

Hasil: Prevalensi KEK sebesar 30,9%. Terdapat hubungan signifikan antara *body image* dan kejadian KEK ($p = 0,001$), namun tidak terdapat hubungan signifikan antara tingkat stres dan KEK ($p = 0,056$), meskipun terdapat kecenderungan hubungan linier. Faktor lain seperti pola makan dan status ekonomi juga menunjukkan hubungan signifikan dengan KEK ($p < 0,001$). Variabel paling dominan yang memengaruhi kejadian KEK adalah pola makan (OR = 8,527; CI 95%: 4,300–16,911).

Kesimpulan: Terdapat hubungan antara *body image* dan kejadian KEK. Pola makan merupakan faktor yang paling dominan dalam kejadian KEK. Intervensi gizi dan edukasi terkait persepsi tubuh positif diperlukan dalam upaya pencegahan KEK pada remaja putri.

Kata kunci: Kurang Energi Kronis, *Body Image*, Tingkat Stres, Pola Makan, Status Ekonomi, Remaja Putri