

SKRIPSI

**HUBUNGAN *BODY IMAGE* DAN PERILAKU DIET DENGAN
KEJADIAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI KELAS X DI
SMK NEGERI 1 NANGGULAN KABUPATEN KULON PROGO
TAHUN 2026**

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar
Sarjana Terapan Kebidanan



Disusun Oleh:
RAHMA KARINA ARTA
NIM. P07124222011

**PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN KEBIDANAN
JURUSAN KEBIDANAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN
YOGYAKARTA
TAHUN 2026**

**HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING
SKRIPSI**

“Hubungan *Body Image* Dan Perilaku Diet Dengan Kejadian Anemia Pada
Remaja Putri Kelas X Di Smk Negeri 1 Nanggulan Kabupaten Kulon Progo
Tahun 2026”

*"The Relationship Between Body Image And Dietary Behavior And The Incidence
Of Anemia Among Tenth-Grade Female Adolescents At State Vocational School 1
Nanggulan, Kulon Progo Regency, In 2026"*

Disusun oleh:
RAHMA KARINA ARTA
NIM. P07124222011

Telah disetujui oleh pembimbing pada tanggal:

4 Juni 2026
Menyetujui,

Pembimbing Utama



Dyah Noviawati Setya Arum, S.Si.T., M.Keb
NIP. 198011022001122002

Pembimbing Pendamping



Yuliasti Eka Purnamaningrum, S.ST, MPH
NIP. 198107052002122001

Yogyakarta, 4 Juni 2026
Mengetahui,
Ketua Jurusan Kebidanan



Dr. Heni Puji Wahyuningsih, S.Si.T., M.Keb
NIP. 197511232002122002

HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI
“HUBUNGAN *BODY IMAGE* DAN PERILAKU DIET DENGAN
KEJADIAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI KELAS X DI SMK
NEGERI 1 NANGGULAN KABUPATEN KULON PROGO
TAHUN 2026”

Disusun oleh:
RAHMA KARINA ARTA
NIM. P07124222011

Telah dipertahankan dalam seminar di depan Dewan Penguji
pada tanggal: 30 Juni 2026

Ketua Penguji:
Dr. Heni Puji Wahyuningsih, S.Si.T., M.Keb
NIP. 197511232002122002



(.....)

Anggota Penguji:
Dyah Noviawati Setya Arum, S.Si.T., M.Keb
NIP. 198011022001122002



(.....)

Anggota Penguji:
Yuliasti Eka Purnamaningrum, S.ST, MPH
NIP. 198107052002122001



(.....)

Yogyakarta, 30 Juni 2026
Ketua Jurusan Kebidanan



Dr. Heni Puji Wahyuningsih, S.Si.T., M.Keb
NIP. 197511232002122002

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

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

Nama : Rahma Karina Arta

Nim : P07124222011

Tanda Tangan :



Tanggal : 2 Juni 2026

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

Sebagai sivitas akademik Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan
Yogyakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Rahma Karina Arta
NIM : P07124222011
Program Studi : STR Kebidanan
Jurusan : Kebidanan

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Yogyakarta **Hak Bebas Royalti Noneksklusif** (*Non-exclusive Royalti-Free Right*) atas skripsi saya yang berjudul: "Hubungan *Body image* dan Perilaku Diet dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri Kelas X di SMK Negeri 1 Nanggulan Kabupaten Kulon Progo Tahun 2026" Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti noneksklusif ini Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan 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 : 2 Juni 2026

Yang menyatakan


(Rahma Karina Arta)

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan Kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Penulisan skripsi ini dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Sarjana Terapan Kebidanan pada Program Studi Sarjana Terapan Jurusan Kebidanan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Yogyakarta. Skripsi ini terwujud atas bimbingan, pengarahan, dan bantuan dari berbagai pihak yang tidak bisa penulis sebutkan satu per satu dan pada kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Dr. Iswanto, S.Pd., M.Kes., Direktur Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Yogyakarta yang telah mendukung mahasiswa dalam menyusun skripsi.
2. Dr. Heni Puji Wahyuningsih, S.Si.T., M.Keb, Selaku Ketua Jurusan Kebidanan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Yogyakarta serta Ketua Dewan Penguji yang telah memberikan masukan dan arahan kepada penulis selama penyusunan skripsi.
3. Dr. Sujiyatini, S.Si.T., M.Keb, Ketua Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Yogyakarta yang telah memberikan arahan dan dukungan dalam menyusun skripsi
4. Dyah Noviawati Setya Arum, S.Si.T., M.Keb, Pembimbing utama yang telah memberikan bimbingan dan meluangkan waktu dalam penyusunan skripsi.
5. Yuliasti Eka Purnamaningrum, S.ST, MPH, Pembimbing pendamping yang telah memberikan bimbingan dan meluangkan waktu dalam penyusunan skripsi.
6. Kepala Sekolah dan seluruh staf SMK Negeri 1 Nanggulan yang telah memberikan izin dan bantuan kepada Penulis untuk melakukan penelitian di SMK Negeri 1 Nanggulan.

7. Kedua orang tua penulis, terima kasih selalu memberikan dukungan untuk terus melangkah maju, menjadi teman bertukar pikiran, tempat berkeluh kesah, dan menjadi *support system* terbaik bagi Penulis.
8. Kakak, yang selalu memberikan dukungan, do'a, serta masukan untuk Penulis, sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.
9. Semua pihak yang telah banyak membantu dan tidak dapat peneliti sebutkan satu per satu

Peneliti telah berupaya semaksimal mungkin dalam menyelesaikan skripsi ini, peneliti menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, untuk itu peneliti sangat mengharapkan saran dan kritik untuk skripsi ini. Akhir kata, semoga skripsi ini bermanfaat bagi pembaca dan dapat berkontribusi dalam pengembangan ilmu.

Yogyakarta, 2 juni 2026

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
SKRIPSI.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS.....	iv
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA TULIS ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS	v
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
<i>ABSTRACT</i>	xiii
ABSTRAK	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah	8
C. Tujuan Penelitian.....	9
D. Ruang Lingkup	10
E. Manfaat Penelitian.....	10
F. Keaslian Penelitian	12
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	15
A. Telaah Pustaka.....	15
B. Kerangka Teori.....	61
C. Kerangka Konsep	62
D. Hipotesis.....	62
BAB III METODE PENELITIAN	63
A. Jenis dan Desain Penelitian	63
B. Populasi dan Sampel.....	64
C. Waktu dan Tempat	69
D. Variabel Penelitian	69

E. Definisi Operasional Variabel Penelitian	70
F. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data	72
G. Alat Ukur/Instrumen dan Bahan Penelitian.....	75
H. Uji Validitas dan Reliabilitas.....	82
I. Prosedur Penelitian	87
J. Manajemen Data.....	90
K. Etika Penelitian.....	95
L. Kelemahan dan Kesulitan Penelitian	97
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	100
A. Hasil.....	100
B. Pembahasan	109
BAB V PENUTUP	124
A. Kesimpulan.....	124
B. Saran	125
DAFTAR PUSTAKA	128
LAMPIRAN	133

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Keaslian Penelitian.....	12
Tabel 2 Klasifikasi Anemia.....	18
Tabel 3 Tahapan Remaja.....	28
Tabel 4 Klasifikasi Status Gizi Remaja Putri Berdasarkan IMT/U.....	35
Tabel 5 Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	70
Tabel 6 Klasifikasi Kode Jawaban Responden	91
Tabel 7 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Variabel Independen, Variabel Dependen, dan Variabel Luar	101
Tabel 8 Hubungan Variabel Independen dan Variabel Luar dengan Variabel dependen Kejadian Anemia.....	104
Tabel 9 Data Hasil Uji Analisis Multivariat Variabel Independen Body image, Perilaku Diet dan Variabel luar Kepatuhan Konsumsi TTD terhadap Variabel Dependen Kejadian Anemia	106
Tabel 10 Data Uji Kelayakan Model.....	108
Tabel 11 Tabel Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Variabel Kepatuhan Konsumsi TTD	159
Tabel 12 Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Variabel Pola Menstruasi	160

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1 Kerangka teori Cash's <i>Cognitive-Behavioral Model of Body Image</i> (Cash, 2012)	61
Gambar 2 Kerangka Konsep	62
Gambar 3 Desain Penelitian <i>Cross-Sectional</i>	64

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1 Anggaran Penelitian.....	134
Lampiran 2 Jadwal Penelitian	135
Lampiran 3 Surat Permohonan Menjadi Responden.....	136
Lampiran 4 Penjelasan Sebelum Persetujuan (PSP)	137
Lampiran 5. Penjelasan Prosedur Penelitian	139
Lampiran 6 Lembar Persetujuan Orang Tua	140
Lampiran 7 Penjelasan Prosedur Penelitian untuk Enumerator	141
Lampiran 8 <i>Informed Consent</i>	142
Lampiran 9 Instrumen Penelitian	143
Lampiran 10 Lembar Kunci Jawaban	149
Lampiran 11 Lembar pengumpulan data.....	152
Lampiran 12 Master Tabel Penelitian	156
Lampiran 13 Hasil Olah Data Uji Validitas dan Reliabilitas Kuisioner.....	159
Lampiran 14 Surat Permohonan Izin Studi Pendahuluan.....	161
Lampiran 15 Izin Studi Pendahuluan Dinas Kesehatan	162
Lampiran 16 Izin Studi Pendahuluan SMK Negeri 1 Nanggulan	163
Lampiran 17 Izin Studi Pendahuluan Dinas Pendidikan Kepemudaan dan Olahraga Kabupaten Kulon Progo	164
Lampiran 18 EAT-26 <i>Permission</i>	165
Lampiran 19 Keterangan Layak Etik	166
Lampiran 20 Surat Selesai Uji Validitas	167
Lampiran 21 Surat Selesai Penelitian.....	168
Lampiran 22 Hasil Analisa Data	169
Lampiran 23 Dokumentasi Penelitian	173