

HUBUNGAN *BODY IMAGE* DENGAN STATUS GIZI PADA REMAJA DI DESA KEMA II

Ivanna Junamel Manoppo¹, Merfin Feren Lang²,

¹Dosen Fakultas Keperawatan, Universitas Klabat, Airmadidi, Minahasa Utara, 95371

²Mahasiswa Fakultas Keperawatan, Universitas Klabat, Airmadidi, Minahasa Utara, 95371

Email: i.manoppo@unklab.ac.id, s21710494@student.unklab.ac.id

Abstract

Adolescents are a group that is vulnerable to nutritional problems. The balance of nutritional intake and nutritional needs is very important in achieving optimal health. This study aims to determine the significant relationship between body image and nutritional status in adolescents in Kema II Village. Correlation descriptive research design with a cross-sectional approach. The sampling method used is purposive sampling. The sample in the study amounted to 81 people, the data were collected using a questionnaire and measuring instruments microtoise and digital scales. The results: the analysis found a significant relationship between body image and nutritional status in adolescents in Kema II Village with p value = $0.015 < 0.05$. The conclusion is there is a relationship between body image and nutritional status in adolescents with a weak and negative correlation. Recommendation for further research is to look forward the relationship between body image and nutritional status in adolescents from a gender perspective.

Keywords: Body Image, Adolescent, Nutritional Status

Abstrak

Remaja adalah kelompok yang rentan mengalami masalah gizi. Keseimbangan asupan gizi dan kebutuhan gizi sangatlah penting dalam mencapai kesehatan yang optimal. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adanya hubungan antara body image dengan status gizi pada remaja di Desa Kema II. Desain penelitian deskriptif korelasi dengan pendekatan cross-sectional. Metode sampling yang digunakan adalah purposive sampling. Sampel dalam penelitian berjumlah 81 orang, data dikumpulkan menggunakan kuesioner dan alat ukur microtoise serta timbangan digital. Hasil penelitian menunjukkan hubungan yang signifikan antara body image dengan status gizi pada remaja di Desa Kema II dengan nilai p value = $0,015 < 0,05$. Kesimpulan didapati bahwa ada hubungan body image dengan status gizi pada remaja dengan korelasi lemah serta arah hubungan negatif. Rekomendasi untuk penelitian selanjutnya dapat melihat hubungan body image dengan status nutrisi pada remaja jika ditinjau dari jenis kelamin.

Kata Kunci: Citra tubuh, Remaja, status nutrisi

Pendahuluan

Remaja adalah fase kehidupan yang membentang antara masa kanak-kanak dan dewasa. Masa remaja mencakup elemen pertumbuhan biologis dan transisi peran sosial utama (Sawyer, Azzopardi, Wickremarathne & Patton, 2018). Remaja merupakan kelompok

yang rentan mengalami berbagai masalah gizi yaitu kekurangan gizi maupun kelebihan gizi. Salah satu masalah yang dihadapi setiap remaja yaitu permasalahan yang berkaitan dengan gizi (Rachmayani, Kuswari & Melani, 2018).

Gambaran mengenai pemenuhan gizi dari setiap individu dalam kehidupan

dapat diketahui dengan melihat status gizinya. Menurut Triwibowo & Pusphandani, (2015) status gizi merupakan proses zat gizi dengan mengkonsumsi makanan untuk keadaan tubuh. Salah satu indikator dalam penilaian status kesehatan pada remaja, yaitu status gizi. Perhitungan status gizi remaja dengan penggunaan rumus indeks massa tubuh (Winarsih, 2019). Ada beberapa faktor-faktor yang mempengaruhi status gizi remaja ialah asupan makan, aktifitas fisik, gender dan body image (Ruslie & Darmadi, 2012). Body image merupakan suatu konsep bagi individu mengenai performa fisiknya sendiri. Setiap individu mempunyai penilaiannya sendiri terhadap bentuk tubuhnya. Perasaan dari individu memiliki bentuk tubuh yang gemuk atau tidak normal akan tetapi buktinya memiliki tubuh yang kurus begitupun sebaliknya (Sada, Hadju & Dachlan, 2012).

Body image terdiri atas dua bagian, yaitu body image positif dan juga body image negatif (Nomate, L, Nur & Toy, 2017). Body image positif adalah pemahaman setiap individu yang baik serta dapat menerima bentuk tubuh yang dimiliki dan juga merasa puas terhadap gambaran tubuhnya sendiri. Body image negatif merupakan suatu pemahaman individu yang salah terhadap gambaran tubuhnya tidak menerima bentuk tubuh yang dimiliki dan adanya rasa ketidakpercayaan dalam diri (Dieny, 2014). Dalam penelitian ini peneliti juga mengambil teori yang mendukung, yaitu Teori Maslow yang mencakup mengenai kebutuhan dasar manusia yang harus dipenuhi oleh setiap individu. Kebutuhan yang paling utama dan penting dalam hierarki kebutuhan Maslow yaitu mengenai kebutuhan fisik yang bersifat biologis meliputi makanan termasuk dalam kategori status gizi (Muazaroh & Subaidi, 2019).

Data berdasarkan World Health Organization (WHO), prevalensi pada tahun 2016 remaja yang dengan kategori obesitas di Asia pada putra sebesar yakni 5,9% dan putri sebesar yakni 3,2%. Prevalensi data global remaja dengan kategori kurus untuk putri sebesar 8,4% dan putra sebesar 12,4% (Christian & Smith, 2018). Data dari Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) tahun 2018 menunjukkan prevalensi pada remaja yang berusia 13-15 tahun sebesar 8,7% dan juga usia 16-18 tahun sebesar 8,1% dengan keadaan kurus dan sangat kurus, remaja usia 13-15 tahun kategori berat badan berlebihan dan obesitas sebesar 16,0% dan remaja usia 16-18 tahun sebesar 13,5%.

Untuk Sulawesi Utara berdasarkan data dari Riskesdas tahun 2013 menunjukkan prevalensi dengan gizi kurang sebesar yakni 5,56% dan obesitas sebesar 24,07% (Lampus, Manampiring & Fatimawali, 2016). Sedangkan untuk prevalensi di Kabupaten Minahasa kategori gemuk pada remaja sebesar 12,8% dan kategori kurus sebesar 2,6% (Wawointana, Malonda & Punuh, 2016). Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Wati dan Sumarmi, (2017) remaja yang dengan status gizi kategori obesitas dapat mengalami rasa tidak puas terhadap pandangan tubuhnya, pesimis, gelisah dan merasa tidak menarik cenderung memiliki body image negatif. Remaja yang memiliki body image negatif sering juga melakukan kegiatan diet. Semakin tidak baik status gizi maka body image semakin negative.

Semakin baik status gizi maka body image semakin positif. Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 16 September 2020 didapat hasil survei data berjumlah yakni 102 orang. Hasil wawancara yang peneliti lakukan pada beberapa remaja di desa Kema II, didapat bahwa 3 orang remaja mengatakan belum memiliki bentuk dan ukuran tubuh yang ideal, 2 remaja

mengatakan sudah memiliki bentuk tubuh ideal sesuai yang diharapkan, 3 orang remaja mengatakan tidak puas dengan ukuran dan bentuk tubuh saat ini merasa gemuk dan kurus.

Berdasarkan latar belakang data yang didapati, peneliti tertarik untuk meneliti tentang hubungan antara body image dengan status gizi remaja pada remaja di desa Kema II.

Metode

Metode Penelitian ini adalah metode deskriptif korelasi melalui pendekatan *cross sectional*. Untuk menjawab pertanyaan masalah pertama dan kedua, mengenai gambaran status gizi pada remaja di Desa Kema II dan bagaimana gambaran *body image* pada remaja di Desa Kema II, maka menggunakan rumus persentase. Untuk menjawab pertanyaan masalah ketiga yaitu hubungan yang signifikan antara *body image* dengan status gizi pada remaja di Desa Kema II, maka digunakan rumus *Spearman Correlation* untuk distribusi data tidak normal.

Dengan keterangan apabila nilai $\leq 0,05$ maka H_a diterima dengan arti adanya hubungan yang signifikan, apabila nilai $\geq 0,05$ maka H_a ditolak artinya tidak ada hubungan yang signifikan antara dua variabel. Populasi dan lokasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah semua remaja yang tinggal di desa Kema II yaitu 102 Orang. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 81 responden menggunakan metode *purposive sampling*.

Kriteria inklusi adalah remaja yang terdaftar dari jaga I sampai dengan X di Desa Kema II, yang ikut serta pada saat penelitian dilakukan, bersedia menandatangani *informed consent* dan remaja yang berumur 15-18 tahun. sedangkan kriteria eksklusi adalah remaja yang tidak berada ditempat saat penelitian, dan remaja yang mengalami keterbatasan atau dalam keadaan

menggunakan kursi roda atau tidak dapat berdiri untuk pengukuran berat badan dan tinggi badan. Instrumen penelitian yang digunakan adalah penilaian *body image* peneliti adopsi dari Tatuhe (2019) yang telah diuji validitas dan releabilitas, dengan nilai *cronbach alpha* yaitu 0,7333.

Alat ukur ini terdiri dari 33 pernyataan yang terbagi menjadi 5 bagian, yaitu untuk mengukur evaluasi penampilan, orientasi penampilan, kepuasan terhadap bagian tubuh, kecemasan menjadi gemuk dan pengkategorian ukuran tubuh. Skala penilaian untuk *body image* menggunakan skala *likert* dengan nilai skor masing-masing jawaban yaitu sangat tidak setuju (STS) 1, tidak setuju (TS) 2, setuju (S) 3, sangat setuju (SS) 4. Untuk penilaian status gizi peneliti menggunakan timbangan digital untuk mengukur berat badan, alat *microtoise* untuk pengukuran tinggi badan. Tabel 1 dan tabel 2 menunjukkan skala *body image* dan penilaian status gizi.

Tabel 1. Skala Body Image

Skala	Kategori	Interval	Interpretasi
1	STS	33 – 57,75	Rendah
2	TS	57,76 – 82,5	Kurang
3	S	82,6 – 107,25	Sedang
4	SS	107,26 – 132	Tinggi

Tabel 2. Penilaian Status Gizi

	Kategori	IMT
Kurus	Kekurangan BB tingkat berat	< 17,0
	Kekurangan BB tingkat ringan	17,0 – 18,4
Normal		18,5 – 25,0
Gemuk	Kelebihan BB tingkat ringan	25,1 – 27,0
	Kelebihan BB tingkat berat	> 27,0

Proses pengumpulan data yang telah dilakukan pada remaja yang berusia 15-18 tahun di Desa Kema II, dengan

langkah-langkah sebagai berikut: Pertama meminta surat studi pendahuluan penelitian dari Fakultas Keperawatan Universitas Klabat. kemudian menyerahkan surat tersebut kepada Hukum Tua Desa Kema II. Setelah mendapatkan izin dari pemerintah Desa Kema II, peneliti meminta jumlah data remaja yang terdaftar di Desa Kema II.

Selanjutnya, melakukan wawancara kepada beberapa responden sebagai data awal atau studi pendahuluan. selanjutnya setelah disetujui dalam sidang proposal kemudian meminta surat pengambilan data penelitian dari fakultas dan diserahkan kepada Hukum Tua Desa Kema II. Setelah itu mulai melakukan pengambilan data penelitian dengan tetap mematuhi protokol kesehatan seperti memakai masker dan menggunakan handsanitizer.

Peneliti datang ke rumah responden dan ada juga beberapa responden yang dikumpulkan oleh peneliti di suatu tempat kemudian memperkenalkan diri terlebih dahulu dan menjelaskan maksud dan tujuan peneliti.. Setelah itu, peneliti meminta persetujuan kepada setiap responden yang bersedia ikut berpartisipasi dalam penelitian dan harus menandatangani informed consent yang telah disediakan.

Peneliti juga melakukan pengukuran berat badan dan tinggi badan kepada setiap responden yang telah bersedia berpartisipasi dalam penelitian ini. Hasil pengukuran yang dilakukan dicatat oleh peneliti pada lembar pengukuran. Setelah melakukan pengukuran peneliti juga menjelaskan kepada responden cara pengisian kuesioner. Setelah itu peneliti membagikan kuesioner kepada responden.

Peneliti memberikan kesempatan kepada responden untuk bertanya jika

masih belum memahami dan mengerti dalam pengisian kuesioner. Kemudian kuesioner yang telah dibagikan diisi oleh responden. Setelah pengisian kuesioner responden mengembalikan kuesioner kepada peneliti. Dan peneliti memastikan kembali setiap item kuesioner telah di isi semua. Dalam pengumpulan data peneliti membutuhkan waktu 55 hari terhitung sejak bulan januari sampai dengan maret 2021.

Setelah pengumpulan data peneliti memberikan koding pada setiap item kuesioner. Setelah itu disajikan dalam bentuk Microsoft excel, dan dilakukan pengecekan kembali jika ada data kuesioner yang tidak sesuai dengan data pada Microsoft excel. Setelah itu data diolah melalui program SPSS atau proses running data pada ahli statistik dan kemudian peneliti melakukan running data pada ahli statistik dan penyajian hasil penelitian. Pada penelitian ini menggunakan etika penelitian dengan memperhatikan aspek otonomi, beneficence, nonmaleficence, justice, informed consent, privacy

Hasil Penelitian

Tabel 3. Gambaran Status Gizi Pada Remaja di Desa Kema II

Kategori Status Gizi	<i>Frequency</i>	<i>Percent (%)</i>
Kurus (berat)	5	6,2
Kurus (ringan)	4	4,9
Normal	64	79,0
Gemuk (ringan)	4	4,9
Gemuk (berat)	4	4,9
Total	81	100

Berdasarkan tabel 3 dari 81 responden terdapat 64 responden (79,0%) memiliki status gizi normal, 5 responden (6,2%) memiliki status gizi kurus tingkat berat, 4 responden (4,9%) memiliki status gizi kurus tingkat ringan,

4 responden (4,9%) yang memiliki status gizi gemuk tingkat ringan, 4 responden (4,9%) memiliki status gizi gemuk tingkat berat. Pada penelitian ini didapati gambaran status gizi di Desa Kema II yaitu mayoritas memiliki status gizi yang normal yakni sebanyak 64 responden (79,0%)

Tabel 4. Gambaran *Body Image* Pada Remaja di Desa Kema II

Kategori <i>Body Image</i>	Frequency	Percent (%)
Rendah	0	0,0
Kurang	17	21,0
Sedang	60	74,1
Tinggi	4	4,9
Total	81	100

Berdasarkan tabel 4 menunjukan bahwa dari 81 responden terdapat 60 responden (74,1%) dalam kategori sedang artinya memiliki *body image* positif, 17 responden (21,0%) dalam kategori kurang artinya memiliki *body image* negatif, dan 4 responden (4,9%) kategori tinggi artinya memiliki *body image* positif. Pada penelitian ini didapati gambaran *body image* pada remaja di Desa Kema II mayoritas berada pada kategori sedang dan memiliki *body image* positif yakni 60 responden (74,1%).

Tabel 5. Hubungan *Body Image* Dengan Status Gizi Pada Remaja Di Desa Kema II

N	Correlation Coefficient	Sig. (2tailed)

Body Image 81 -0,269 0.015

dan Status

Gizi

Berdasarkan tabel 5 yang menunjukan hasil uji statistik dengan menggunakan yaitu rumus *spearman correlation* yang memperoleh nilai p value = $0,015 < 0,05$ berarti maka H_0 diterima artinya ada hubungan yang signifikan antara *body image* dengan status gizi pada remaja di Desa Kema II. Untuk nilai koefisien korelasi - 0,269 yang mengartikan bahwa hubungan yang lemah dengan arah negatif yaitu semakin tinggi nilai *body image* maka semakin rendah nilai status gizi, demikian juga sebaliknya.

Pembahasan

Status gizi yang normal ialah individu yang memiliki berat badan normal dan hal ini dapat terjadi apabila didalam tubuh individu mendapatkan asupan serta zat-zat gizi yang cukup adanya keseimbangan antara jumlah asupan yang masuk dan juga asupan yang dikeluarkan tubuh sehingga memungkinkan terjadinya pertumbuhan fisik, perkembangan otak serta kemampuan kerja yang mencapai tingkat kesehatan optimal (Jahri, Suyanto & Ernalina, 2016). Penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Yusintha & Adriyanto (2018) menunjukan bahwa sebagian besar responden atau partisipan memiliki status gizi yang normal yakni 67 responden (70%). Penelitian juga dilakukan Serly, Sofian dan Ernalina (2015) menyatakan hasil yang sama bahwa mayoritas partisipan memiliki status gizi yang normal sebanyak 72 responden (43,4%).

Jadi, dapat disimpulkan bahwa mayoritas responden memiliki status gizi yang normal. Individu dengan kategori

body image sedang artinya memiliki *body image* yang positif (Andiyati, 2016). *Body image* positif merupakan suatu pandangan individu mengenai gambaran terhadap kepuasan dirinya sendiri pada penampilan, bentuk dan ukuran tubuh, merasa percaya diri, merasa dirinya menarik (Lintang, Ismanto & Onibala, 2015). Hasil penelitian ini didukung oleh Putri (2015), menunjukkan bahwa *body image* pada responden berada dalam kategori yang sedang artinya dimana responden dapat mempersepsikan bentuk tubuh serta penampilannya sendiri secara cukup baik, merasa cukup puas artinya memiliki *body image* yang positif.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Yusintha & Adriyanto (2018) menunjukkan bahwa mayoritas responden atau partisipan memiliki *body image* yang positif yakni 75 responden (80,6%). Dan penelitian yang dilakukan oleh Bimantara, Adriani dan Suminar (2019) juga menunjukkan hasil yang sama yaitu sebagian besar responden memiliki *body image* positif yakni 56 responden (74%). Berdasarkan hasil wawancara secara langsung kepada beberapa responden mengatakan bahwa merasa cukup puas dengan penampilannya serta puas terhadap bentuk tubuh yang langsing atau terlihat kurus.

Responden juga sering melihat para artis idolanya baik di televisi dan juga internet yaitu para artis idolanya yang memiliki bentuk tubuh kurus, langsing membuat terlihat jauh lebih menarik. Responden akan tetap memperhatikan penampilannya serta terus mempertahankan bentuk tubuh sesuai dengan keinginannya agar supaya tetap terlihat menarik. Media massa sering menampilkan bentuk tubuh kurus bahkan yang sangat kurus sebagai bentuk tubuh yang ideal. Sumber media yaitu televisi, internet dan majalah menampilkan para artis dengan bentuk tubuh yang langsing bahkan tampak

kurus membuat penampilan mereka menjadi lebih menarik serta para model yang sangat kurus saat mengenakan pakaian modis tampak terlihat jauh lebih menarik. Hal ini membuat pada remaja menjadi lebih tertarik untuk memiliki penampilan serta bentuk tubuh seperti mereka di televisi, internet dan majalah dan juga mempraktekkan gaya hidup atau pola makan (Dieny, 2014).

Hasil penelitian ini sejalan yang dilakukan oleh Dieny (2007), didapati hasil dari nilai signifikan pada *body image* dengan status gizi yaitu dengan nilai $p\text{ value} = 0,003$ dan nilai koefisien korelasi sebesar $(r) = -0,430$. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat adanya hubungan negative yang signifikan antara *body image* dengan status gizi pada siswi SMA. Menurut hasil penelitian yang dilakukan oleh Bimantara, Adriani, dan Suminar (2019) juga menunjukkan terdapat adanya hubungan signifikan antara *body image* dengan status gizi remaja. Hasil yang sama juga ditemukan pada penelitian dari Sholikhah (2019), yaitu didapati nilai $p\text{ value} = 0,000 < 0,05$ yang artinya terdapat ada hubungan yang signifikan antara *body image* dengan status gizi.

Sebagian besar responden memiliki *body image* positif, hal ini juga dikarenakan responden merasa puas terhadap dirinya dengan memiliki bentuk tubuh yang langsing sesuai dengan keinginan, akan tetap menjaga penampilan serta menjaga berat badannya yaitu dengan mengontrol gaya hidup atau pola makan, berolahraga untuk tetap terlihat lebih menarik. Dengan memiliki tubuh yang langsing atau kurus membuat responden merasa puas terhadap penampilan dan bentuk tubuh yang dimiliki. Begitupun sebaliknya, responden akan merasa tidak puas pada saat memiliki tubuh yang tidak langsing sehingga membuat penampilan responden menjadi tidak menarik lagi.

Kesimpulan

Gambaran status gizi pada remaja di Desa Kema II sebagian besar berada status gizi normal, sedangkan gambaran body image pada remaja di Desa Kema II sebagian besar berada pada kategori sedang. Ada hubungan yang signifikan antara body image dengan status gizi pada remaja di Desa Kema II dengan korelasi lemah dan arah yang negatif.

Daftar Pustaka

- Almatsier, S. (2010). *Prinsip dasar ilmu gizi*. Jakarta: Gramedia.
- Arisman. (2010). *Buku ajar ilmu gizi dalam daur kehidupan Edisi 2*. Palembang: EGC.
- Alidia, F. (2018). *Body image* siswa ditinjau dari gender. *Jurnal Tarbawi: Jurnal ilmu pendidikan*, (2)14, 79-92.
- Apriyany, I., & Djokosujono, K. (2015). Faktor-faktor berhubungan dengan citra tubuh pada mahasiswi S1 reguler rumpun sosial humanioran Universitas Indonesia Angkatan 2012-2014. *Kesehatan masyarakat*, 42, 5775.
- Andiyanti, A. (2016). *Hubungan antara body image dengan kepercayaan diri siswa kelas X di SMA Negeri 2 Bantul*. Yogyakarta
- Batubara, J. RL. (2010). Adolescent devolpment (perkembangan remaja). *Sari Pediatri*, 12(1), 21-29.
- Bimantara, M. D., Adriani. M., & Suminar, D. R. (2019). Hubungan citra tubuh dengan status gisi pada siswi di SMA Negeri 9 Surabaya. *Amerta Nutrition*, 8588.
- Brown, J. E. (2013). *Nutrition through the life cycle*. Wadsworth: USA
- Cash, T. F., & Smolak, L. (2011). *Body image: a handbook of science, practice, and prevention, 2nd edition*. New York: The Guilford Press.
- Christian, P., & Smith, E. R. (2018). Adolescent undernutrition: global burden, physiology, and nutrition risks. *Annals of Nutriotion & Metabolism*. Doi: 10.1159/000488865.
- Dieny, F. F. (2014). *Permasalahan gizi pada remaja putri*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Dieny, F. F. (2007). *Hubungan body image, aktivitas fisik, asupan energi dan protein dengan status gizi pada siswi SMA*. Semarang.
- Denich, A. U., & Ifdil. (2015). Konsep *body image* remaja putri. *Jurnal Konseling dan Pendidikan*. 3(2), 55-61.
- Dephinto, Y. (2017). Hubungan *body image* dengan perilaku diet pada remaja tahun 2016 kelas X dan XI SMKN 2 Padang. *Menara Ilmu*. 177-181.
- Diananda, A. (2018). Psikologi remaja dan permasalahannya. *Istighna*. 1(1), 116-113
- Efendi, F (2012). *Pendidikan dalam keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika
- Fernando, L. M. (2019). Gambaran citra tubuh pada wanita dewasa awal yang mengalami obesitas. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*. 7(1), 101
- Fikawati, S., Syafiq, A., & Veratamala, A. (2017). *Gizi anak dan remaja*. Depok: Raja Grafindo Persada.
- Harjatmo, T. P., Par'i, H. M., & Wiyono, S. (2017). *Penilaian status gizi*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia
- Husna, A., & Suryana, B. (2017). *Metodologi penelitian dan*

- statistik. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia
- Jahri, I. W., Suyanto, & Ernalia, Y. (2016). Gambaran status gizi pada mahasiswa sekolah dasar kecamatan siak kecil kabupaten bengkalis. *JOM FK*, 3, 2.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). Bagaimana cara menghitung IMT (Indeks Massa Tubuh). From [Online]. Available: <http://www.p2ptm.kemkes.go.id/infographic-p2ptm/obesitas/bagaimana-cara-menghitung-imt-indeks-massa-tubuh> Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). Hasil utama RISKESDAS 2018. From [Online]. Available: <https://www.litbang.kemkes.go.id/hasil-utamariskesdas-2018/>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2019). Tabel batas ambang Indeks Massa Tubuh (IMT). From [Online]. Available: <http://www.p2ptm.kemkes.go.id/infographic-p2ptm/obesitas/tabel-batas-ambang-massatubuh-imt>
- Kyle, T., & Carman, S. (2012). *Buku ajar keperawatan pediatri*. Jakarta: Buku Kedokteran EGC.
- Ketty, D. Y., Kristatang, & Steffly, P. (2015). *Hubungan status gizi dengan prestasi belajar siswa di SMA Negeri 1 Kauditan*. Minahasa Utara.
- Lampus, C., Manampiring, A., & Fatimawali. (2016). Profil status gizi pada remaja di Kabupaten Bolang Mongondow Utara. *Jurnal e-Biomedik*.
- Lintang, A., Ismanto, Y., & Onibala, F. (2015). Hubungan citra tubuh dengan perilaku diet pada remaja putri di SMA Negeri 9 Manado. *eJournal Keperawatan*. 1-8.
- Marmi. (2013). *Gizi dalam kesehatan reproduksi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Marlina, Y., & Ernalia, Y. (2020). Hubungan persepsi body image dengan status gizi remaja pada siswa SMP di Pekanbaru. *Jurnal Kesehatan Komunitas*. 6(2), 183-187.
- Merita, Hamzah, N., & Djayusmantoko. (2020). Persepsi citra tubuh, kecenderungan gangguan makan dan status gizi pada remaja di Kota Jambi. *Journal of Nutrition College*, 9(2), 81-86
- Muazaroh, S., & Subaidi. (2019). Kebutuhan manusia dalam pemikiran Abraham Maslow (tinjauan Maqasid Syariah). 17-33.
- Mukhlis, (2013). Berpikir positif pada ketidakpuasan terhadap citra tubuh. *Jurnal psikologi*. 6-15.
- Notoatmodjo, S. (2018). *Metodologi penelitian kesehatan*. Jakarta: Rineke Cipta.
- Nomate, E. S., L. M., Nur., & Toy, S. M. (2017). Hubungan teman sebaya, citra tubuh dan pola konsumsi dengan status gizi remaja putri. *Unnes Journal of Public Health*, 51-57.
- Nurmalina, R. (2011). *Pencegahan & manajemen obesitas*. Bandung: Elex Media
- Nuraini, A., & Murbawani, E. A. (2019). Hubungan antara ketebalan lemak abdominal dan kadar serum high sensitivity c-reactive protein (HS-CRP) pada remaja. *Journal of Nutrition College*, 8(2), 81-86.
- Ovita, A. N., Hatmanti, N. M., & Amin, N. (2019). Hubungan *body image* dan aktivitas fisik dengan

- status gizi remaja putri kelas VIII SMPN 20 Surabaya. *Sport and Nutrition Journal*. 1(1), 2733.
- Putri, T. A. (2015). Hubungan antara body image dengan kepercayaan diri mahasiswi yang mengalami obesitas. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Putro, K. Z. (2017). Memahami ciri dan tugas perkembangan masa remaja. *Jurnal Aplikasi Ilmuilmu Agama*. 17(1). 25-32.
- Rachmayani, S. A., Kuswari, M., & Melani, V. (2018). Hubungan asupan zat gizi dan status gizi remaja putri di SMK Ciawi Bogor. *Indonesian Journal of Human Nutrition*, 5(2), 125-130.
- Ratnawati, V., & Sofiah, D. (2012). Percaya diri, *body image* dan kecenderungan *anorexia nervosa* pada remaja putri. *Jurnal Psikolog Indonesia*. 1(2). 130142.
- Rendro, D. (2010). *Beyond borders: communication modernity & history*. Jakarta: London School.
- Rini, Y. S. (2013). *Studi deskriptif citra tubuh (body image) pada pegawai negeri sipil wanita dewasa Madya di Universitas Negeri Semarang*. Semarang
- Rosdahi, C. B., & Kowalski, M. (2012). *Buku ajar keperawatan dasar*. Jakarta: Buku Kedokteran EGC
- Ruslie, H. R., & Darmadi. (2012). Analisis regresi logistic untuk faktor-faktor yang mempengaruhi status gizi remaja. *Majalah Kedokteran Andalas*, 36(1), 62-72
- Ryan, T. P. (2013). *Sample size determination and power*. New Jersey: Wiley Publishers Since 1807.
- Sada, M., Hadju, V., & Dachlan, D. M. (2012). Hubungan body image, pengetahuan gizi seimbang, dan aktifitas fisik terhadap status gizi mahasiswa Politeknik Kesehatan Jayapura. *Media Gizi Masyarakat Indonesia*, 2(1), 4448.
- Setiawan, B. (2015). *Teknik praktis analisis data penelitian sosial & bisnis dengan SPSS*. Yogyakarta: ANDI.
- Siyoto, S., & Sodik, M. A. (2015). *Dasar metodologi penelitian*. Yogyakarta: Literasi Media Publishing
- Suhaimi, A. (2019). *Pangan, gizi dan kesehatan*. Yogyakarta: Cv Budi Utama
- Sujarweni. V. W. (2014). *Metodologi penelitian keperawatan*. Yogyakarta: Penerbit Gava Media.
- Siyoto, S. (2015). *Dasar metodologi penelitian*. Yogyakarta: Literasi Media Publishing.
- Susetyowati. (2017). *Ilmu gizi teori & aplikasi*. Jakarta: EGC.
- Swarjana, I. K. (2012). *Metodologi penelitian kesehatan*. Yogyakarta: ANDI
- Sawyer, M. S., Azzopardi, P. S., Wickremarathe, D., & Patton G. (2018). *The age of adolescence*. doi: 10.1016/S2352-4642(18)30022-1
- Serly, V., Sofian, A., & Ernalina, Y. (2015). Hubungan *body image*, asupan energi dan aktivitas fisik dengan status gizi pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Riau angkatan 2014. 114.
- Soendoro, T. (2017). Pedoman dan standar etik penelitian dan pengembangan kesehatan nasional. *Kementerian Kesehatan Republik Indonesia*
- Sholikhah, D. M. (2019). Hubungan antara body image dan kebiasaan makan dengan status

- gizi remaja (studi kasus di SMA Yasmu Manyar kabupaten Gresik). *UNES Journal of Sciencetech Research*, 4(1), 27-34.
- Triwibowo, C., & Pusphandani, M. E. (2015). *Pengantar dasar ilmu kesehatan masyarakat*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Tatuhe, W. (2019). Hubungan *body image* dengan kepercayaan diri remaja di SMA Negeri I Airmadidi. Airmadidi.
- Thomas, F., Cash., & Smolak, L. (2012). *Body image a handbook science, practice, and prevention*. New York: The Gullford Press
- Winarsih. (2019). *Pengantar ilmu gizi dalam kebidanan*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- Wati, D. K., & Sumarmi, S. (2017). Citra tubuh pada remaja perempuan gemuk dan tidak gemuk: studi cross sectional. *Amerta Nutrition*.
- Wawointana, V. I., Malonda, N. C. S., & Punuh, M. I. (2016). Hubungan antar asupan energi dengan status gizi pada pelajar di SMP Kristen Tateli Kecamatan Mandolang Kabupaten Minahasa. *Jurnal Ilmiah Farmasi*, 5(1). 238-243.
- Yusinth, A. N., & Adriyanto. (2018). Hubungan antara perilaku makan dan citra tubuh dengan status gizi remaja putri usia 1518 tahun. *Amerta Nutrition*. 147-154.
- Zaini, M. (2019). *Asuhan keperawatan jiwa masalah psikososial di pelayanan klinis dan komunitas*. Yogyakarta: Deepublish. p.58