

ABSTRAK

Masalah gizi yang saat ini dihadapi remaja di Indonesia adalah masalah gizi ganda yaitu gizi kurang dan gizi lebih. Status gizi remaja dapat dipengaruhi berbagai faktor, salah satunya adalah body image. Body image dapat terjadi karena persepsi yang cenderung menilai ukuran tubuhnya lebih besar dari ukuran sebenarnya. Pada hasil survei yang dilakukan di MAS Amaliyah Sunggal menunjukkan bahwa 24 dari 63 responden memiliki body image negatif atau merasa kurang puas terhadap bentuk dan ukuran tubuhnya. Sehingga menyebabkan sebagian remaja melakukan diet yang tidak sehat serta mengurangi porsi makan secara berlebihan sehingga mempengaruhi status gizinya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan persepsi body image dengan status gizi remaja usia 14-18 tahun. Jenis penelitian menggunakan metode observasional analitik dengan desain cross-sectional study. Populasinya adalah seluruh siswa/i yang berjumlah 425 orang. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah proportionate stratified random sampling dengan jumlah sampel sebanyak 90 responden. Persepsi body image diukur menggunakan kuesioner BSQ sedangkan status gizi diukur menggunakan timbangan digital dan microtoise yang kemudian dihitung menggunakan rumus IMT. Analisis data dilakukan secara univariat untuk menyajikan karakteristik variabel body image dan status gizi dan bivariat untuk melihat hubungan antara body image dan status gizi menggunakan uji Chi-Square. Hasil penelitian menunjukkan nilai $P\text{-value} = 0,011 < 0,05$ yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara persepsi body image dengan status gizi remaja usia 14-18 tahun. Disimpulkan bahwa body image dapat menyebabkan masalah gizi pada remaja. Disarankan bagi remaja agar lebih memperhatikan pola makannya, merubah persepsi buruk tentang tubuhnya dan pemantauan status gizinya.

Kata Kunci : Remaja, *Body Image*, Status Gizi
Sumber Pustaka : Terdiri dari 41 referensi dari tahun 2001-2021

ABSTRACT

Nowadays the nutritional problem which is faced by so many adolescents in Indonesia is a dual nutritional problem, namely undernutrition and overnutrition. The nutritional status of adolescents can be influenced by various factors, one of which is body image. Body image can occur because of the perception that tends to assume that the size of their body is larger than their actual size. The results of a survey conducted at MAS Amaliyah Sunggal showed that 24 out of 63 respondents had negative body image or were dissatisfied with their body shapes and sizes. This causes some adolescents to have unhealthy diets and reduce the food portions excessively which affects their nutritional status. This study aims to determine the relationship between perception of body image and nutritional status of adolescents aged 14-18 years. This type of research uses an analytic observational method with a cross-sectional study design. The population is all students, totaling 425 people. The sampling technique used was proportionate stratified random sampling with a total sample of 90 respondents. Body image perception was measured using a BSQ questionnaire, while nutritional status was measured using a digital scale and microtoise which was then calculated using the BMI formula. Data analysis was carried out univariately to present the characteristics of the variables body image and nutritional status and bivariate to see the relationship between body image and nutritional status using the Chi-Square test. The results showed that the P-value = $0.011 < 0.05$, which means that there is a significant relationship between the perception of body image and the nutritional status of adolescents aged 14-18 years. It is concluded that body image can cause nutritional problems in adolescents. It is recommended for adolescents to pay more attention to their diet, change bad perceptions about their bodies and monitor their nutritional status.

Keywords : **Adolescents, Body Image, Nutritional Status**
References : **Consists of 41 references from 2001-2021**